|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Лето – известно нам как время отпусков, его ждут и дети и взрослые.***Лето – особенный период в жизни ребенка, широко открывающий дверь в мир природы, дающий малышу, при поддержке взрослых, уникальную возможность новых открытий, общения.Взрослые имеют большой опыт летнего отдыха в городе и на даче, на берегу реки или моря. Маленькие дети, такого опыта не имеют и ждут идей от взрослых. Дошкольникам радостно отдыхать как на море, где можно загорать, купаться, играть с водой, так и на даче или в деревне с родителями или бабушкой и дедушкой.Отдых должен быть полноценным и воспоминания о нем должны остаться только приятные. Чтобы так и было родители не должны забывать о правилах безопасного поведения детей в местах отдыха. С этими правилами следует ознакомить и детей.D:\С диска F\Новые картинки\24183d56addat.jpg***Правила безопасности детей*** ***на отдыхе в летний период:****Помните, что с 10-00 и до 17-00 солнце очень активное. В это время желательно находиться в тени. Без головного убора не стоит выходить из дома. Чередуйте время пребывания на солнце с играми в тени.** Следите за скоропортящимися продуктами и храните их в холодильнике. Кушать овощи и фрукты можно только после того как их помоют.
* Напоминайте детям о необходимости мыть руки перед едой.
* Учите детей переходить дорогу только по сигналу светофора.
* Напомните правила поведения на детской игровой площадке. Выбирайте безопасные игровые площадки. Прежде чем посадить малыша на качели, убедитесь, что они в исправном состоянии.
* Не позволяйте детям брать спички, разводить костры без присутствия взрослых. Объясните опасность такого занятия.
* Не допустите обезвоживание организма. Чаще давайте детям пить очищенную воду. В жаркие дни можно распылять на тело воду из пульверизатора.
 |  | В жаркую погоду необходимо выбирать одежду из натуральных тканей. Одевайте детей по погоде.-Напоминайте детям, что не все, что привлекательно выглядит, является съедобным. Брать в рот ничего незнакомое нельзя.-Напомнить детям о правилах поведения с насекомыми.-Купаться в открытом водоеме можно только под присмотром взрослого.***Правила поведения на воде:***-Купаться дети должны только под присмотром взрослого;-Ребенок должен быть обязательно в плавательном жилете или нарукавниках;-Игры детей должны быть только над водой;-Нельзя заплывать за буйки и нырять в неизвестных местах водоема;-Время пребывания ребенка в воде ограниченно, чтобы не допустить переохлаждения;-Кожу ребенка необходимо смазать специальными солнцезащитными средствами, чтобы избежать солнечных ожогов.C:\Documents and Settings\UserXP\Рабочий стол\0007-007-Za-bujki-ne-zaplyvat.jpg***Гуляя с ребенком, напоминайте правила поведения в природе и сами неукоснительно выполняйте их.*****Правила очень просты:*** не срывайте и не позволяйте своему ребенку брать в руки незнакомые растения и грибы. Они могут быть ядовитыми!
* не пейте воду из открытых источников – ручьев, озер, реки;
* в солнечную погоду, особенно, если планируете, отдых на воде, не забудьте надеть головной убор и обработать кожу солнцезащитным средством;
* примите все меры защиты от насекомых: надевайте длинные брюки, рубашку с длинным рукавом, головной убор, используйте репелленты. А если собираетесь ночевать в палатке, не забудьте взять с собой сетку;
* не забудьте взять влажные салфетки, чтобы иметь возможность «помыть» руки в условиях отсутствия воды.
* не разбрасывайте фантики, бутылки и другой мусор;

ÐÐ°ÑÑÐ¸Ð½ÐºÐ¸ Ð¿Ð¾ ÐÐÐ Ð´ÐµÑÑÐ¼ |  | **Д****Ош****К****О****Л****Ь****Н****О****Е****О****Б****Р****А****З****О****В****А****Т****Е****Л****Ь****Н****О****Е****У****Ч****Р****Е****Ж****Д****Е****Н****И****Е**МДОУ детский сад № 8«ЗВЁЗДОЧКА»*Буклет для родителей****«Организация безопасного летнего отдыха»***Подготовила: воспитатель Кучерова В..В.C:\Documents and Settings\UserXP\Рабочий стол\n_100foto.jpeg **ст. Егорлыкская*****В поездку на поезде нужно взять настольные игры, книги, не забывая о физкультурных минутках - комплексах упражнений, которые можно выполнять в ограниченном пространстве, для ребенка 5-7 лет это может быть следующая гимнастика:***1. «Потянись». И.п. - лежа на спине (на нижней полке), руки вдоль туловища. Поднять руки вверх и потянуться как можно сильнее (напрячь мышцы всего тела), вернуться в и.п. носки ног раскинуть - расслабиться (четыре-пять раз).2. «Веселые ноги». И.п. - лежа на животе, подбородок на согнутых в локтевых суставах руках. Попеременное сгибание и разгибание ног (не менее 30 раз).3. «Велосипед». И.п. - лежа на спине, руки за головой. Имитация езды на велосипеде в чередовании с отдыхом (два-три раза по 15 секунд).4. «Пружинка». И.п. - стоя лицом к окну, держаться двумя руками за край стола. Выполнять полуприседы (восемь-десять раз).5. «Дотянись до полки». И.п. - стоя лицом к полке, руки опущены. Подняться на носки и достать руками верхнюю полку - вдох, вернуться в и.п. - выдох (пять-шесть раз).***Внимание! Все упражнения ребенок должен выполнять в присутствии взрослого, при его непосредственной помощи и страховке.***  |