**Безопасное лето**

Вот и наступило долгожданное лето! Дети все больше времени проводят на улице, на даче с родителями, выезжают на отдых в лес и на водоемы.

Лето характеризуется нарастанием двигательной активности и увеличением физических возможностей ребѐнка, которые, сочетаясь с повышенной любознательностью и стремлением к самостоятельности, нередко приводят к возникновению опасных ситуаций.

Предупреждение детского травматизма – одна из самых актуальных проблем нашего времени. За жизнь и здоровье детей отвечают взрослые. **Обеспечить безопасность детей летом в первую очередь задача родителей,** именно они должны создать безопасные условия жизнедеятельности детей в летний период. Главное, что должны помнить родители – ни при каких обстоятельствах не оставлять ребенка без присмотра. Необходимо выделить некоторые правила поведения, которые дети должны выполнять неукоснительно, так как от этого зависят их здоровье и безопасность.

**Солнечная активность**

В солнечный день всегда надевайте ребенку головной убор. Когда на небе облака, берите головной убор с собой. Ориентировочно с 12:00 до 18:00 самая большая активность солнца, поэтому в это время старайтесь, чтобы ребенок не находился долго под воздействием его прямых лучей. Время нахождения под солнцем строго индивидуально для каждого ребенка, оно во многом зависит от возраста, здоровья и строения кожи. Обсудите этот вопрос со своим лечащим врачом. Но в любом случае, как и взрослый, ребенок должен постепенно привыкать к солнцу, и каждый день надо увеличивать время его нахождения по ним. Это позволит избежать солнечных ожогов.

Солнцезащитные средства наносите минут за 15-20 до выхода на улицу и после купания. Применяйте защиту уровня SPF-20 или SPF-30, при этом старайтесь использовать максимально безопасные средства, разрешенные для применения детям. Дошкольникам лучше наносить защитный крем или молочко, они более жирные, чем другие средства. А спреи, гели и муссы могут сушить кожный покров. И не забывайте, что нанесения крема не отменяет нормы нахождения под прямыми лучами, лучше избегать периода с 10:00 до 16:00 часов. В зависимости от региона и времени года он может быть подкорректирован с 11:00 до 17:00 часов.

Носите с собой много воды и давайте ребенку много пить. Избегайте сладкой воды, она вызывает еще большую жажду. Следите за ребенком, чтобы он не перегревался и не обгорел, при первых признаках покраснения коду уведите в тень. Старайтесь больше гулять в тенистых местах, используйте свободную хлопчатобумажную одежду. Всегда держите в аптечке средство от ожогов. Если вы защищаете глаза ребенку солнцезащитными очками, то применяйте качественные модели со стеклом, дешевые подделки из пластика могут нанести большой вред.

**Опасные насекомые**

От укусов клещей поможет защититься головной убор, всегда надевайте его ребенку, когда идете в лес или парк. Также при высокой опасности укуса клеща, желательно, надевать одежду, закрывающую ноги и руки.

Применяйте специальные средства по отпугиванию насекомых, но старайтесь избегать нанесения на ребенка ядовитых спреев, лучше носите с собой салфетки репелленты, которые будут отпугивать насекомых.

Избегайте контакта с осами, пчелами, шмелями и шершнями их укусы болезненны и могут вызвать аллергическую реакцию и даже нанести ребенку психологическую травму. Держите в аптечке средство для лечения укусов насекомых.

**Безопасное поведения на воде.**

Главное условие безопасности – купаться в сопровождении кого-то из взрослых. Необходимо объяснить ребенку, почему не следует купаться в незнакомом месте, особенно там, где нет других отдыхающих. Дно водоема может таить немало опасностей: затопленная коряга, острые осколки, холодные ключи и глубокие ямы.

Также дети должны твердо усвоить следующие правила:

- игры на воде опасны (нельзя, даже играючи, "топить" своих друзей или

"прятаться" под водой);

- категорически запрещается прыгать в воду в не предназначенных для

этого местах;

- нельзя нырять и плавать в местах, заросших водорослями;

- не следует далеко заплывать на надувных матрасах и кругах;

- не следует звать на помощь в шутку.

**Безопасное поведение в лесу**

Прогулка в лес – это очень хороший отдых, который

укрепляет здоровье, знакомит ребенка с родной природой. Но есть некоторые правила, с которыми взрослые должны обязательно ознакомить ребенка, так как лес может таить в себе опасность.

Расскажите ребенку о ядовитых грибах и растениях, которые растут в лесу, на полях и лугах. Напоминайте ребенку, что ему ни в коем случае нельзя ходить по лесу одному, нужно держаться всегда рядом с родителями. Но что делать, если он заблудился? Объясните ребенку, что не нужно поддаваться панике и бежать, куда глаза глядят. Как только потерял родителей, следует кричать громче, чтобы можно было найти друг друга по голосу, и оставаться на месте.

**Открытые окна**

Ежегодно с началом летне-весеннего сезона регистрируются случаи гибели детей при выпадении из окна! Как правило, во всех случаях падения,  дети самостоятельно забирались на подоконник, используя в качестве подставки различные предметы мебели, и, опираясь на противомоскитную сетку, выпадали из окна вместе с ней. При этом подавляющее большинство падений происходили из-за недостатка контроля взрослыми за поведением детей, рассеянностью родных и близких, забывающих закрывать окна, отсутствие на окнах блокираторов или оконных ручек-замков, неправильной расстановкой мебели, дающей возможность детям самостоятельно забираться на подоконники, и наличие москитных сеток, создающих иллюзию закрытого окна.  
             -Не оставлять окна открытыми, если дома маленький ребенок, поскольку     достаточно отвлечься на секунду, которая может стать последним мгновением в жизни ребенка или искалечить её навсегда.

-Не использовать москитные сетки без соответствующей защиты окна – дети любят опираться на них, воспринимая как надёжную опору.

- Не оставлять ребенка без присмотра.

-Не ставить мебель поблизости окон, чтобы ребёнок не взобрался на подоконник и не упал вниз.

-Тщательно подобрать аксессуары на окна. В частности, средства солнцезащиты, такие как жалюзи и рулонные шторы должные быть без свисающих шнуров и цепочек. Ребёнок может в них запутаться и спровоцировать удушье.

-Установить на окна блокираторы или оконные ручки-замки с ключом препятствующие открытию окна ребёнком самостоятельно.

**Пожарная безопасность**

Пожар может возникнуть в любом месте и в любое время. Поэтому к нему надо быть подготовленным. Главное, что нужно запомнить -спички и зажигалки служат для хозяйственных дел, но никак не для игры. Даже маленькая искра может привести к большой беде в любом месте, даже на улице. Закрепляйте с детьми правила пожарной безопасности:

-Не играть со спичками, не разводить костры!

-Не включать электроприборы, если взрослых нет дома!

-Не открывать дверцу печки!

-Нельзя бросать в огонь пустые баночки и флаконы от бытовых химических веществ, особенно аэрозоли!

-Не играть с бензином и другими горючими веществами!

-Никогда не прятаться при пожаре, ни под кровать, ни в шкаф!

-При пожаре звонить 101, 112 (назвать свой адрес, телефон, фамилию и рассказать что горит)!

-Не играть с огнем!

**Уважаемые родители!**

Мы надеемся, что данная информация поможет вам сформировать и закрепить у своих детей опыт безопасного поведения, поможет им предвидеть опасности и по возможности избегать их.

Гораздо спокойнее и безопаснее, не оставлять маленького ребёнка одного, кооперироваться со знакомыми, родственниками и оставлять ребёнка у них. От всего застраховаться не возможно, но сделать то, что в наших силах, чтобы обезопасить ребёнка, мы обязаны.

**Жизнь наших детей бесценна...**