



«Летний отдых»

Настало лето – замечательное время года! Можно играть на воздухе, закаляться и оздоравливаться.

Летний отдых это долгожданный отдых и для родителей, и для детей. Поэтому очень важно, чтобы родители с наибольшей пользой распорядились этим драгоценным временем. Необходимо объяснить детям, что купаться, плавать, загорать полезно для здоровья только в том случае, если соблюдать определенные правила безопасности.

В солнечный день обязателен головной убор.

При купании необходимо соблюдать правила:

1. Не отпускайте детей гулять одних вблизи водоемов!
2. Не оставляйте детей без присмотра при отдыхе на водных объектах!
3. За купающимися детьми должно вестись непрерывное наблюдение со стороны взрослых!
4. Не разрешается купаться натошак и раньше чем через 1-1,5 часа после еды
5. В воде дети должны находиться в движении
6. При появлении озноба немедленно выйти из воды
7. Нельзя разгорячённым окунаться в прохладную воду.



Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка – детский сад №2» г. Кунгур, Пермский край

ЛЕТНЯЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ



Воспитатель:
Ковалёва Ирина Николаевна

2020 г.

Что делать после укусов комаров?

1. Сделать после укуса крепкий раствор пищевой соды и периодически обрабатывать зудящее место.
2. Смазывать укусы спиртовой настойкой календулы, борным спиртом, томатным соком.
3. Сделать холодную примочку.
4. При множественных укусах принять антигистаминное средство.
5. В походной аптечке или на даче непременно следует держать антигистаминный препарат, фенистил или фукорцин (снимают зуд и даже устраняют ожоги крапивы).



Помните:

Отдых – это хорошо.
Неорганизованный отдых – плохо!
Солнце – это прекрасно.
Отсутствие тени – плохо!
Морской воздух, купание – это хорошо.
Многочасовое купание – плохо!
Купание – прекрасное закаливающее средство
Место для купания должно быть неглубоким, ровным, с медленным течением. Прежде чем дать ребёнку возможность самостоятельно войти в воду, необходимо убедиться в том, что в данном месте нет ям, глубокой тины, коряг, острых камней. В воде вместе с ребёнком обязательно должен находиться взрослый.



Осторожно: болезнетворные микробы!

1. Летнее тепло не только согревает, но и, к сожалению, содействует размножению болезнетворных бактерий, которые чаще всего попадают в организм с недоброкачественной пищей. Пищевые продукты и элементарное несоблюдение правил гигиены могут вызвать кишечные инфекционные заболевания.
2. Не забывайте обязательно мыть овощи и фрукты перед употреблением.
3. Правило: «**Мыть руки перед едой!**» летом, как никогда, актуальное!

