



Осторожно - солнце!

Наступили долгожданные жаркие летние дни! Мы так соскучились по летнему теплу! Но солнце может стать не только другом вашему ребенку, но и злейшим его врагом, если не предпринять заранее некоторые меры.

- +** Позаботьтесь о легкой, не стесняющей движений, а главное – воздухопроницаемой одежде (лучше всего хлопчатобумажной и льняной) для вашего ребенка.
- +** Обязателен головной убор для ребенка, но не модная бейсболка из плотной ткани, не пропускающей воздух, а панамка из хлопка или шляпка из соломки, позволяющая коже головы дышать.
- +** Не допускайте длительного пребывания детей на открытом солнце. Помните, что достаточное количество солнечных лучей ребенок получит и тогда, когда будет играть в тени дерева или под тентом. И листья, и ткань все равно пропускают ультрафиолет, но не во вредных ребенку количествах.
- +** Позаботьтесь о том, чтобы при выезде в лес или на дачу ребенок не отравился ядовитыми растениями или грибами. Заранее побеседуйте об этом с ребенком и покажите ему все опасные растения.

Вода – друг и враг!

Многие летом выезжают к морю или в деревню к бабушкам и дедушкам. Видели Вы когда-нибудь, чтобы дети были равнодушны к воде? Всем нам приходилось наблюдать детей возле канав или ручейков талой воды. А уж если водоемы побольше, то дети в них не только кораблики пускают, и сами отправляются в плавание. На чем? Да на чем угодно! Дети, не располагая жизненным опытом, способны на самые рискованные поступки, опасности они не осознают. И этого часто не учитывают взрослые. Многие родители совершают непоправимую ошибку, преувеличивая «плавательные» возможности своих детей. Ребенок, научившись кое-как держаться на воде и проплыть несколько метров, требует к себе большего внимания, чем вообще не умеющий плавать.



Дети бесстрашно входят в воду, а тонут чаще всего от страха. Постарайтесь помочь ребенку не теряться в неожиданных ситуациях. Детям с самого раннего возраста необходимо внушать, что осторожность – это не трусость, а обязательная норма поведения на воде и у воды. Ребенок должен понимать, что одно умение плавать еще не является гарантией его безопасности на воде. Нельзя разрешать заплывать ему на большие расстояния до тех пор, пока не научится спокойно и ровно дышать, отдыхать, лежа на воде или меняя стиль плавания, нырять. Немало трагических происшествий связано с нарушением правил пользования так называемыми плавательными средствами – лодками, катерами. Крайне опасно, когда у воды появляется пьяный человек. Это не только дурной пример для детей, но и прямая угроза их жизни. Наша задача – уберечь наших детей.

Пусть солнце, воздух и вода будут вашими друзьями!