

Летние каникулы. Советы для родителей

Соблюдение элементарных правил поведения детьми поможет не омрачить школьные каникулы, а родителям – максимально обезопасить своих детей от потенциальных проблем.

Отправляя ребенка на каникулы в летний период в село или в детский лагерь, позаботьтесь про ряд важных моментов. Если ребенок едет с группой детей, то от вас обязательно потребуют наличие базовых прививок и справку об эпидемиологической ситуации в семье. В детском лагере должен быть врач и условия для качественного питания и гигиены. Если же дети едут в село или на дачу, то вы должны сами позаботиться о том, чтобы они были привиты, а в арсенале домашней аптечки были все необходимые препараты. Форма лекарств должна соответствовать возрасту ребенка, малышам можно покупать сиропы или свечи, старшим детям подойдут таблетки. Препараты не должны быть просрочены, а также должны храниться в соответствии с инструкцией, при необходимой температуре, влажности и освещенности. Внимательно читайте противопоказания и сочетаемость с другими препаратами, если вы сомневаетесь, то проконсультируйтесь с врачом.

Также ребенок должен быть обеспечен всеми необходимыми средствами гигиены. Мыло лучше использовать антибактериальное, это же касается и влажных салфеток. Еще не забудьте про одноразовые носовые платки. Позаботьтесь заранее про механизмы вашего контроля за своим чадом, если в лагерь нельзя брать собственный мобильный телефон, то узнайте телефоны вожатых или администрации.

Одежда должна соответствовать и жаркой и прохладной погоде. В солнечный день обязательно необходимо надевать кепку или панаму. Ходить в лес надо так же с головным убором и по возможности в закрытой одежде, чтобы защищаться от клещей. Под прямыми солнечными лучами надо находиться минимальное время. В воде не переохлаждаться и строго соблюдать правила поведения.

Ребенок, который проводит летний период с родителями, так же подвержен различным опасностям. Родители четко должны сами усвоить правила поведения в летний период, соблюдать их и обучить этому детей.

Летом очень высока солнечная активность, поэтому под прямыми солнечными лучами надо находиться непродолжительное время, желательно утром или под вечер. В противном случае можно получить ожоги, солнечный или тепловой удар. Используйте кремы для защиты от солнца. Помните, что организм ребенка требует большое количество жидкости, а особенно жарким летом. Обеспечьте детей несколькими литрами чистой питьевой воды в день на каждого. Избегайте употребления сладкой газировки, она вызывает еще большую жажду.

Купаться в водоемах дети должны под присмотром взрослых и в специально отведенных для этого местах с проверенным дном, ограничителями в виде буйков, спасателем и медсестрой.

При походах в лес объясняйте детям опасность употребления в пищу различных незнакомых ягод и растений, так как некоторые из них могут вызвать острые отравления. Собирать грибы дети должны со взрослыми, брать надо только четко известные виды, если есть сомнения и не с кем посоветоваться, то такие грибы нельзя брать.

Повторите с детьми правила поведения на дороге. Переходить дорогу необходимо только в установленных местах, если есть светофор, то только на зеленый свет для пешеходов. При движении по наземному переходу надо вначале посмотреть налево, чтобы убедиться в отсутствии автомобилей, затем на середине дороги надо посмотреть направо. Нельзя играть вблизи от проезжей части и внезапно выбегать на неё.

Всегда избегайте употребления в пищу в летний период скоропортящихся продуктов, особенно в жаркий день. Не употребляйте в пищу сырое молоко и яйца, это может привести к отравлениям. Перед приёмом пищи тщательно мойте руки.

Обучите детей правилам поведения с незнакомыми людьми. Не разрешайте детям разговаривать с ними, брать подарки и куда-то идти. Не оставляйте детей под присмотром

незнакомой «доброй тети», это увеличивает риск их похищения. Вообще старайтесь не оставлять детей одних, тем более в незнакомых местах на отдыхе.

Летом дети часто остаются дома одни, поэтому поясните им правила поведения с электроприборами, расскажите, что их нельзя оставлять без присмотра и брать мокрыми руками. А также нельзя засовывать в розетку предметы и выдергивать из розетки вилку за провод. Напомните детям, что нельзя открывать дверь незнакомцам и разговаривать с ними по телефону, и что опасно сидеть на подоконнике открытого окна или балкона. Если у вас в доме используется газ, то также не забудьте пояснить правила поведения с ним.

Правила пожарной безопасности особенно важны для детей в летний период. Не разрешайте детям играть с огнем. Объясните опасность поджога тополиного пуха и сухой травы, расскажите, что они могут быстро распространять огонь, тем более в жаркий сухой день. Не менее важно рассказать ребятам про опасность обрыва электрических проводов, которые часто встречаются во время летних бурь. Расскажите, что, во избежание поражения электрическим током, такие провода не только нельзя трогать руками, но и даже приближаться к ним, особенно если вокруг сыро. О случаях обрыва проводов надо немедленно сообщать взрослым и вызывать соответствующую ремонтную службу.

Следите за режимом дня детей: не допускайте ночных прогулок, нерегулярного питания, переохлаждения в воде и большого употребления сладостей и мороженого. Летний период – это время укрепить и оздоровить детский организм, а не разладить режим дня и питания. Также не забывайте напоминать школьникам про выполнение факультативных занятий на лето, например, про чтение литературы или наблюдения за природой.

Источник: <http://www.obzh.ru/mchsnews/letnie-kanikuly-sovety-dlya-roditelej-2.html>