

ОПАСНАЯ ВЫСОТА

Следует помнить, что именно на взрослых природой возложена миссия защиты своего ребенка. Нужно прививать детям навыки поведения в ситуациях, чреватых получением травм.

Особую опасность представляют **открытые окна и балконы**. Малыши не должны оставаться одни в комнате с открытым окном, балконом, выходить без взрослого на балкон, играть там в подвижные игры, прыгать. Есть определенная категория детей, которые боятся высоты, но есть дети, у которых инстинкт самосохранения как бы притуплен, и они способны на некоторые необдуманные поступки. Для ребенка постарше должно быть абсолютным законом, что выглядывая в окно или с балкона, нельзя подставлять под ноги стул или иное приспособление.

Очень важно, чтобы ребенок признавал **возможные последствия** своего поведения и в этом ему можете помочь вы, родители.

Вопрос опасной высоты касается и случаев, когда дети забираются на деревья.



СОЛНЦЕ

Летом большую часть времени мы проводим на улице под палящим солнцем. Прямые солнечные лучи очень опасны для маленьких детей, которые могут быстро получить ожог или тепловой удар. **Особенно опасно время с 10:00 до 15:00**, когда солнце наиболее активно. Его лучше переждать в тени либо чередовать.

При прогулке с ребенком на открытой местности рекомендуется придерживаться **следующих правил**:

- надевайте на голову ребенка **панамку**;
- одевайте ребенка только в легкую «дышащую» и свободную одежду из натуральных тканей;
- на открытые участки кожи малыша наносите тонким слоем детский **защитный крем** каждый час и сразу после купания;
- не оставляйте ребенка на солнце более чем на 30 минут;
- периодически чередуйте пребывание на солнце и в тени;
- давайте ребенку как можно больше питья. Заранее возьмите с собой воду, чай или соки, ведь по близости может не оказаться ни одного магазина.



БЕЗОПАСНОСТЬ 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.

Прежде чем заходить в воду, нужно понаблюдать, как она выглядит. Если цвет и запах воды не такие, как обычно, лучше воздержаться от купания.

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.



A smiling sun with a face, arms, and legs, peeking from behind a blue cloud. Another smaller blue cloud is nearby.

Безопасность детей летом. Правила поведения

A cluster of bright green, serrated leaves hanging down from the top left corner.