

# Консультация для родителей старшей группы «Безопасный летний отдых»

Разработал: воспитатель Перминова В.В.

Уважаемые родители!

Лето — пора активного отдыха, новых впечатлений и ярких эмоций для детей. Однако в этот период возрастает риск различных происшествий. Чтобы каникулы прошли безопасно и запомнились только приятными моментами, важно напомнить ребенку о правилах поведения в разных ситуациях.

## 1. Безопасность на водоёмах

Купание – одно из любимых летних занятий, но оно требует особой осторожности:

- Купаться можно только в специально отведённых местах под присмотром взрослых.
- Запрещено нырять в незнакомых местах: на дне могут быть коряги, камни или мусор.
- Нельзя заплывать за буйки и далеко от берега.
- Не разрешайте детям шалить на воде, топить друг друга или хватать за ноги.
- Если ребёнок не умеет плавать, используйте спасательные жилеты или круги.
- Избегайте купания в холодной воде и при сильном ветре.
- Объясните, что в случае судороги нужно сразу звать на помощь и стараться держаться на поверхности.

## 2. Правила дорожного движения

Летом дети больше времени проводят на улице, поэтому важно повторить ПДД:

- Переходить дорогу только по пешеходному переходу на зелёный сигнал светофора.
- Перед переходом остановиться, посмотреть сначала налево, затем на право.
- В тёмное время суток использовать светоотражающие элементы на одежде.

- Кататься на велосипедах, самокатах и роликах только во дворах, парках или на специальных площадках, вдали от проезжей части.
- Детям до 14 лет запрещено выезжать на дороги общего пользования на велосипеде.
- При поездке в автомобиле обязательно использовать детское кресло или ремень безопасности.

### **3. Безопасность на природе**

Походы, пикники и прогулки в лесу – отличный вариант отдыха, но требует соблюдения мер предосторожности:

- Не трогать незнакомые ягоды, грибы и растения — они могут быть ядовитыми.
- Избегать контакта с дикими животными и насекомыми.
- Использовать репелленты от клещей и комаров.
- После прогулок в лесу тщательно осматривать тело и одежду на наличие клещей.
- Не разжигать костры без взрослых и в неположенных местах.
- Убирать за собой мусор, чтобы не навредить природе.
- Всегда сообщать родителям, куда идёт ребёнок и когда планирует вернуться.

### **4. Личная безопасность**

Напомните ребёнку простые правила, которые помогут избежать опасных ситуаций:

- Не уходить далеко от дома без разрешения родителей.
- Не разговаривать с незнакомцами и не садиться к ним в машину.
- Не открывать дверь незнакомцам, даже если они представляются сотрудниками служб.
- Избегать безлюдных мест, пустырей, заброшенных зданий.
- Не гулять в тёмное время суток.
- Всегда иметь при себе телефон с заряженной батареей и номерами родителей.

### **5. Защита от солнца и жары**

Чтобы избежать перегрева и солнечных ожогов:

- Носить головной убор и лёгкую одежду из натуральных тканей.
- Находиться в тени в самые жаркие часы (с 11:00 до 16:00).
- Пить достаточно воды, избегать сладких газированных напитков.
- Использовать солнцезащитный крем с SPF не менее 30.

- При признаках перегрева (головокружение, тошнота, слабость) немедленно уйти в тень и выпить воды.

## **6. Безопасность дома**

Даже дома летом есть свои риски:

- Не оставлять ребёнка надолго одного, особенно если он не умеет обращаться с электроприборами.
- Объяснить правила обращения с газовой плитой, утюгом, розетками.
- Установить фиксаторы на окна, чтобы избежать выпадения.
- Хранить лекарства, бытовую химию и острые предметы в недоступных местах.
- Научить ребёнка вызывать экстренные службы: 112 — единый номер вызова экстренных служб, 101 — пожарная служба, 103 — скорая помощь.

## **7. Цифровая безопасность**

Летом дети проводят больше времени в интернете. Напомните им:

- Не делиться личными данными (адрес, телефон, школа) с незнакомцами в сети.
- Не переходить по подозрительным ссылкам.
- Сообщать родителям о любых неприятных или пугающих ситуациях в интернете.
- Соблюдать правила безопасного поведения в соцсетях.

## **Рекомендации для родителей**

1. Будьте примером: сами соблюдайте правила безопасности, которые объясняете ребёнку.
2. Регулярно повторяйте правила в спокойной обстановке, без запугивания.
3. Обсуждайте реальные ситуации: «Что бы ты сделал, если...?».
4. Составьте для ребёнка «карту безопасности» — отметьте на ней безопасные маршруты и места, где он может попросить помощи (полиция, магазины, аптеки).
5. Поддерживайте связь: узнавайте, где находится ребёнок, с кем общается и чем занимается.
6. Поощряйте самостоятельность, но в разумных пределах: пусть ребёнок учится принимать решения, но в безопасных условиях.