

Консультация для родителей " Безопасный досуг с детьми"

*Корепанова Марина Сергеевна,
воспитатель*



Праздники и выходные- отличное время для семейного отдыха, прогулок и новых впечатлений. Но чтобы эти дни прошли без происшествий, важно позаботиться о безопасности детей. Разберем ключевые моменты:

Подготовка к прогулкам и поездкам

1. Составьте план. Заранее продумайте, куда пойдете или поедете. Сообщите близким о маршруте и времени возвращения.

2. Проверьте экипировку. Одежда и обувь должны быть удобными и соответствовать погоде. В летний период возможны перепады температур- возьмите с собой легкую куртку или ветровку и обязательно головной убор, чтобы избежать солнечного удара.

3. Соберите аптечку. В ней должны быть:

- * Антисептик;
- * пластырь;
- * бинт;
- * средства от аллергии (если нужно);
- * средство от укусов насекомых;
- * лекарства, которые принимает ребенок (по назначению врача).

4. Зарядите гаджеты. Убедитесь, что у вас и у ребенка (если есть телефон) заряжены батареи. **Сохраните номера экстренных служб:**
102- единый номер экстренных служб;
103- скорая помощь

Правила безопасности на улице

Держите детей в поле зрения. На массовых мероприятиях, в парках и людных местах не отпускайте детей далеко от себя.

Обсудите ориентиры. Покажите ребенку заметные объекты (памятники, вывески, здания), которые помогут ему сориентироваться, если он потеряется.

Научите правилам поведения. Объясните, что нельзя:

- уходить с незнакомыми людьми;
- подходить к бродячим животным;
- играть рядом с проезжей частью или водоемами без присмотра взрослых.

Используйте светоотражатели. Если планируете гулять в сумерках, прикрепите на одежду ребенка светоотражающие элементы.

Безопасность на природе. Если вы собираетесь на пикник или в поход:

Соблюдайте правила пожарной безопасности:

- не разводите костры в неположенных местах;
- следите за огнем;
- полностью потушите костер перед уходом.

Защищайтесь от клещей:

- одевайте одежду с длинными рукавами и штанами;
- используйте репелленты;
- регулярно осматривайте себя и детей.

Будьте осторожны с растениями. Объясните ребенку, что нельзя трогать и тем более пробовать незнакомые ягоды, грибы и цветы.

Активный отдых. Катание на велосипедах, самокатах, роликах.

Используйте защиту. Наколенники, налокотники и шлем снизят риск травм.

Выбирайте безопасные места. Катайтесь в парках, на специальных площадках или велодорожках, вдали от машин.

Напоминайте о правилах. Учите ребенка тормозить, объезжать препятствия и смотреть по сторонам.

Цифровой досуг

Даже дома важно контролировать время, проведенное за экранами:



Ограничьте время. Установите разумные лимиты на игры и соцсети.

Проверяйте контент. Убедитесь, что ребенок смотрит и играет в то, что соответствует его возрасту.

Предложите альтернативу. Запланируйте настольные игры, чтение, творчество или мини- квесты дома.

Желаем найти тот самый «золотой баланс» в семье, где технологии помогают развитию ребенка, а не крадут его детство. Пусть совместные просмотры добрых фильмов или игры в приставку станут еще одной приятной семейной традицией.

**Лето прекрасно,
если оно безопасно**

