**Рекомендации для родителей**

**«Здравствуй, лето!»**

Лето – долгожданное время года. Летом в полной мере мы пользуемся

солнцем, воздухом, водой. Хочется провести лето активно, весело и с

пользой для ребёнка.

Теплая летняя погода – отличный повод поиграть с ребёнком на свежем воздухе:

- покататься с ним на велосипедах, попрыгать на скакалке, поиграть с

мыльными пузырями, порисовать на асфальте цветными мелками.

-устроить с детьми игры-соревнования, которые доставят вашим детям

много радости и веселья.

- организовать походы с ребёнком в парк, лес, где можно устроить мини-пикник

Лето благоприятная пора для закаливания.

Закаливание укрепляет здоровье ребёнка, повышает устойчивость

организма к простудным заболеваниям.

- Делайте утром с ребенком зарядку. Эта полезная привычка формирует

такие качества ребёнка как: дисциплинированность, самостоятельность,

настойчивость;

- Разрешайте своему ребёнку побегать босиком по траве, теплому песку,

речной гальке. Босоного хождение обладает замечательным эффектом

закаливания.

Один из лучших способов закаливания летом – это купание в реке, озере,

море. Купание улучшает сон, аппетит. Собираясь на пляж, объясните

ребёнку правила безопасности, которые он обязательно должен соблюдать:

1. Не заходить в воду без присмотра взрослых;

2. Всегда находиться рядом с родителями, чтобы не потеряться в толпе,

которая находится на пляже;

3. Не снимать головной убор, чтобы не получить солнечный удар;

4. После купания нужно хорошенько вытереться полотенцем.

Расскажите своему ребёнку о жизни животных, наблюдайте за

насекомыми, птицами, за растительным миром, за летними природными

явлениями (радуга, дождь, дождевая туча, гроза). Соберите вместе с детьми

разные растения и цветы, засушите их и можно сделать гербарий, а можно

зимой делать красивейшую аппликацию. Возьмите с собой на прогулку

альбом с цветными карандашами и рисуйте цветы, и даже целые пейзажи.

Если у вас появилось больше свободного времени, посвятите его чтению с

ребёнком. Почитайте ему стихи и рассказы о лете:

Е.Трутнева «Лето», Я.Аким «Родник», В.Берестов «Веселое лето», Т.Бокова

«Лето», И.Суриков «На лугу», А.Дитрих «Почему цветы красивые и

душистые», К.Ушинский «Капустная белянка», Н.Сладков «Крапивница и

лимонница», Н.Романова «Где дом?», В.Песков «Лечебница под сосной»,

В.Хмельницкий «Кому охота», И.Соколов-Микитов «Берёза» и конечно не

забывайте про сказки, например сказка Х.К.Андерсон «Дюймовочка»,

В.Ливанов «Дед Мороз и лето».

**Рекомендации для родителей**

**«Летний отдых детей на природе»**

Лето – самое благоприятное время, когда необходимо использовать все имеющиеся возможности для оздоровления ребенка. Дети все больше времени проводят летом на улице, выезжают на отдых в лес и на водоемы. Летом дети должны быть на свежем воздухе как можно дольше. Прогулки, игры, физкультура – лучший отдых.

 Природа – самое удивительное из того, что нас окружает, в природе нас ждет немало интересных встреч, но при условии внимательного и осторожного обращения с ней.

 Природа дарит человеку незабываемые минуты духовного и физического отдыха и здоровья. Поэтому в процессе общения с ней дети осознают необходимость ее сохранения как среды жизни, источника здоровья. Они осваивают правила поведения в природе на отдыхе, собирая грибы, ягоды, лекарственные растения.

Природа оставляет большой след в душе ребенка, потому что она своей яркостью, многообразием, динамичностью воздействует на все его чувства. Этот удивительный мир: мир красок, превращений и неожиданностей. Ребенку интересно абсолютно все: ему хочется попробовать, потрогать, почувствовать, увидеть, услышать. Как различить опасное и безопасное, полезное и нужное, лечебное и простое? Естественная любознательность ребенка в познании окружающего мира может стать небезопасной для него, ребенок, не зная основ безопасного поведения, может навредить не только окружающей природе, но и самому себе (например, ради интереса взять в руки змею, попробовать незнакомые ягоды, кинуть горящую спичку в лесу).

Детям необходимо объяснить последствия такого небезопасного поведения.

Пребывание на воде представляет собой повышенную опасность, но не все имеют четкого представления о том, в чем она заключается. Обследование дна в местах ныряния в воду во избежание травмирующего столкновения с предметами и попадания воды в дыхательные органы в результате потери сознания или неверных действий при испуге; слежение за временем купания и температурой воды для исключения возможности переохлаждения – эти и другие меры безопасности часто игнорируются даже в местах купания детей.

Очень часто родители не уделяют достаточного внимания обучению детей ориентированию на местности и распознаванию ядовитых растений. Бузина, белена, вороний глаз, ландыш майский, дурман обыкновенный, желтый лютик, болотистый вех и другие растения могут стать причиной отравления и даже смерти. Некоторые семьи, не имея представления об опасных растениях своей местности, упускают тот факт, что в отпуске, проводимом в природных условиях, отличных от местных, дети могут встретиться с незнакомыми им, но не менее ядовитыми видами растений.

Пребывание на природе – это еще и контакты с животными и насекомыми. Познавая окружающий мир, ребенок может не только сорвать ядовитое растение, но и, вступив в контакт с дикими или домашними животными, причинить себе вред или ему. Укус змеи в лесу, жалящего насекомого в саду или собаки на улице может представлять угрозу здоровью и жизни. Поэтому одна из важных задач в работе по обеспечению безопасности жизнедеятельности в окружающей среде: дать детям элементарные навыки правильного поведения и общения с животными, растениями.

Правильное поведение в природе включает не только способность предупредить несчастный случай, но также умение и желание не навредить, а сохранить и защитить природу и ее обитателей.

 Воспитывая культуру безопасности, необходимо внушать детям, что человек и природа взаимосвязаны, поэтому, заботясь о природе, человек заботится о себе и своем будущем.

**Уважаемые родители!**

Мы надеемся, что данный материал поможет вам сформировать и закрепить у своих детей опыт безопасного поведения, который поможет им предвидеть опасности и по возможности избегать их.