**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №35»**

Ставропольский край, Шпаковский район, г. Михайловск, ул. Ленина, 206.

Тел/факс 8(86553) 5-57-02, эл. почта – [svetlanagudim19754@mail.ru](mailto:svetlanagudim19754@mail.ru),

официальный сайт <https://ds35.stv.prosadiki.ru/>

ОКПО 43369282 ОГРН 1202600001670 ИНН/КПП 2623030977/262301001

***Памятки для***

***родителей***

**«Важные правила в летний**

**период»**

**Подготовил:**

воспитатель

высшей кв. категории

Гудкова Ю.Е.

МБДОУ «Детский сад №35»

**Дата:** 21.06.2023г.

**Памятка для родителей «Важные правила в летний период»**

1. Лето – благоприятная пора для отдыха, закаливания и оздоровления детей, поэтому используйте этот период с максимальной пользой.
2. В летний период важно не забывать о соблюдении режима дня ребенка.
3. Несмотря на увеличение времени пребывания детей на улице, не рекомендуется лишать ребенка дневного сна.
4. Необходимо следить за рационом питания ребенка, а также свежестью продуктов, т.к. в летний период многие из них быстро портятся.
5. В рацион питания ребенка летом следует включать больше свежих фруктов, овощей, ягод. При этом важно помнить о том, что употребление немытых продуктов питания строго запрещается.
6. Для повышения аппетита и утоления жажды за 15 минут до приема пищи давайте ребенку четверть стакана воды.
7. Отправляясь на длительную прогулку или в поход с ребенком, не забывайте брать с собой воду. Употребление воды из случайных источников строго запрещено.
8. Отправляясь на прогулку, а также в детский сад, во избежание солнечного удара не забывайте надеть ребенку головной убор.
9. Во избежание теплового удара следует одевать ребенка в соответствии с температурой воздуха.
10. При длительном пребывании с ребенком на отрытой площадке при солнечной погоде наблюдайте за его состоянием.
11. Перед прогулками, в частности в лес, напоминайте ребенку об основных правилах поведения: «Переходить дорогу, держа взрослого за руку», «Не уходить далеко, быть в поле зрения взрослого», «Не рвать и не есть ягоды, грибы, растения» и т. д.
12. После прогулки обязательно следите за тем, чтобы ребенок вымыл руки. Соблюдение элементарных гигиенических правил убережет его от заболеваний желудочно-кишечного тракта.
13. Возвращаясь с прогулки, особенно после посещения леса, осматривайте ребенка на предмет укусов насекомых, в частности клещей.
14. В случае обнаружения клеща на теле ребенка немедленно обратитесь к врачу.
15. С целью удовлетворения потребностей ребенка в движении и познании окружающего мира заранее продумывайте его деятельность в течение дня.
16. Кроме активных видов деятельности, в режиме дня ребенка должно быть выделено время для наблюдений, экспериментирования, продуктивной деятельности (например, рисование на свежем воздухе) и т. д.

**Памятка для родителей «Организация досуга детей летом»**

1. В летний период важно серьезно подойти к вопросу планирования досуга ребенка.
2. Следует обсудить вместе с ребенком, чем он будет заниматься. Постараться свести  минимуму его время пребывания перед телевизором или компьютером, увеличить количество и продолжительность прогулок.
3. Необходимо заранее подобрать картотеку подвижных, дидактичесих игр, которые можно будет предложить ребенку во время прогулки.
4. При планировании досуга в летний период важно учитывать склонность ребенка к активным видам отдыха.
5. Прогулки, игры и спортивные занятия на свежем воздухе – лучший отдых для детей дошкольного возраста.
6. Режим дня ребенка в летний период по возможности должен оставаться без изменений, в противном случае ему сложно будет адаптироваться к режиму детского сада осенью.
7. Важными в этот период являются вопросы обеспечения безопасности жизни и здоровья ребенка, т.к. летом значительно увеличивается риск детского травматизма.
8. С ребенком следует проводить беседы о правилах поведения на улице, игровой или спортивной площадках, в лемму, на водоеме, в общественном транспорте и т.д., напомнить об угрозе, которую представляют собой бездомные животные, ядовитые ягоды и грибы.
9. Во избежание травм перед выходом на прогулку необходимо проверять исправность спортивного снаряжения (велосипеда, роликовых коньков, самоката, бадминтона и др.).
10. В летний период необходимо организовывать не только прогулки, походы, купания в водоемах, но и познавательные экскурсии, т.к. ребенок одинаково нуждается в удовлетворении потребности в движении и познания окружающего его мира.
11. Важно помнить о необходимости организации совместной деятельности взрослых и ребенка, что позволит сделать общение эмоциональным, улучшить детско-родительские отношения.

**Памятка для родителей «Правила поведения на воде»**

1. Вода имеет большое значение в создании и поддержании жизни на Земле, является важнейшим веществом для всех живых существ на нашей планете. Вода – добрый друг и помощник человека, но на воде нужно быть осторожным, соблюдать определенные правила поведения.
2. Для купания с детьми следует выбирать безопасные или специально оборудованные места: где чистая вода, ровное песчаное или гравийное дно (без коряг, острых камней, стекла, водорослей, ила), небольшая глубина (до 2 м); нет сильного течения (до 0,5 м/с).
3. Купание детей должно проходить под контролем взрослых.
4. Во избежание несчастных случаев необходимо объяснить детям, что нельзя хватать, толкать друг друга в воде, нырять в незнакомых местах. Навстречу друг другу; топить друг друга; устраивать опасные игры на воде, особенно связанные с захватами; плавать на надувных матрасах и игрушках; заплывать за буйки.
5. Не следует использовать для плавания доски, автомобильные камеры.
6. Не следует играть с мячом и в другие спортивные игры в местах, не предназначенных для этих целей.
7. Нельзя прыгать в воду с лодок, катеров, причалов, а также сооружений, непредназначенных для этих целей.
8. Не следует стоять на обрывистом берегу или краю причала.
9. Нельзя бросать в воду стекло, банки и другие предметы, опасные для купающихся.
10. Не следует купаться ночью.
11. Прежде чем начать купание следует проконсультироваться с врачом.
12. Начинать купаться рекомендуется в солнечную безветренную погоду при температуре воды 17-19 °С, воздуха 20-25 °С.
13. Не следует купаться сразу после приема пищи, а также входить в воду разгоряченным.
14. Перед заплывом необходимо предварительно обтереть тело водой.
15. Входить в воду нужно осторожно, медленно, особенно если это первое купание в сезоне.
16. Не следует купаться долго, чтобы не переохладиться, а также часто выходить из воды и стоять мокрым на ветру.
17. Нельзя купаться при большой волне.
18. При грозе необходимо немедленно выйти из воды, потому что она притягивает электрический разряд.
19. И взрослым и детям необходимо знать правила оказания первой помощи пострадавшему на воде, но бросаться в воду не следует, если нет уверенности в собственных силах.
20. О несчастных случаях на водоеме нужно немедленно сообщить на ближайшую спасательную станцию, вызвать скорую медицинскую помощь.
21. Оказывая помощь тонущему, нужно действовать обдуманно, соблюдать личную осторожность, использовать спасательные средства.
22. Категорически нельзя звать на помощь, если в данный момент ничего не угрожает. Подобные шутки недопустимы!