**Обеспечение безопасности  
детей в период летнего отдыха.**

**Советы родителям:**

– заранее продумайте, как будут организованы каникулы;

– прогулки, игры и спортивные занятия на свежем воздухе – вот лучший отдых. Пребывание на свежем воздухе как можно дольше от проезжих дорог, транспорта, предприятий;

– постарайтесь сделать все от вас зависящее, чтобы уберечь ребенка  
от различных травм;

– необходимо соблюдать режим дня. Чем младше по возрасту ребенок, тем больше времени требуется его мозгу и всему организму, чтобы полностью восстановить работоспособность;

– чтобы каникулы стали временем восстановления и накопления сил вашего ребенка, необходимо, чтобы в его рационе было достаточно молочных  
и мясных продуктов, овощей, фруктов;

– воспользуйтесь каникулами, чтобы проконсультироваться у педиатра, окулиста, стоматолога, ортопеда. Часто болеющему ребенку нелишне будет провести курс лечебных процедур; комплекс упражнений для коррекции осанки;

– каникулы – самое подходящее время для экскурсий, совместного  
посещения музея, кинотеатра, бассейна и т.д.;

– формируйте у детей навыки обеспечения личной безопасности;

– проведите с детьми индивидуальные беседы, объяснив важные  
правила, соблюдение которых поможет сохранить жизнь и здоровье;

– решите проблему свободного времени детей;

– **помните!** Поздним вечером и ночью (с 23.00 до 6.00 часов в летний  
период) детям и подросткам законодательно запрещено появляться  
на улице без сопровождения взрослых;

– постоянно будьте в курсе, где и с кем ваш ребенок, контролируйте  
место пребывания детей;

– не разрешайте разговаривать с незнакомыми людьми. Объясните ребенку, что он имеет полное право сказать «нет» всегда и кому угодно,  
если этот «кто-то» пытается причинить ему вред;

– объясните детям, что ни при каких обстоятельствах нельзя садиться  
в машину с незнакомыми людьми;

– убедите ребенка, что вне зависимости от того, что произошло,  
вы должны знать о происшествии, ни в коем случае не сердитесь, всегда примите его сторону. Объясните, что некоторые факты никогда нельзя держать в тайне, даже если они обещали хранить их в секрете;

– плавание и игры на воде кроме удовольствия несут угрозу жизни  
и здоровью детей. Когда ребенок в воде, не спускайте с него глаз,  
не отвлекайтесь - подчас минута может обернуться трагедией;

– обязательно объясните детям, что они не должны купаться в одиночку, а также нырять в незнакомом месте;

– взрослый, который присматривает за купающимися детьми, должен сам уметь плавать, оказывать первую помощь, владеть приемами проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца;

– чтобы не стать жертвой или виновником дорожно-транспортного происшествия, обучите детей правилам дорожного движения, научите их быть предельно внимательными на дороге и в общественном транспорте;

– проявляйте осторожность и соблюдайте все требования безопасности, находясь с детьми на игровой или спортивной площадке, в походе;

– изучите с детьми правила езды на велосипедах;

– обратите внимание детей на наиболее распространенные случаи  
пожаров из-за неосторожного обращения с огнем: детская шалость с огнем; непотушенные угли, шлак, зола, костры; не затушенные окурки, спички; сжигание мусора на опушках леса; поджог травы, короткое замыкание, эксплуатация электротехнических устройств, бытовых приборов, печей.

**Очень важно для взрослых – самим правильно вести себя во всех ситуациях, демонстрируя детям безопасный образ жизни.  
Не забывайте, что пример взрослого для ребенка заразителен!**