**БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ ЛЕТОМ**

**Безопасность детей летом. Правила поведения**

Летний период несет в себе не только радость каникул, возможность загорать и купаться, но и высокие риски для детей. Связанно это с множеством факторов. Летом дети едут отдыхать в детские лагеря, в деревню к бабушкам, ходят купаться на речку и играть в лесу, всё это в комплексе с высокой активностью солнца, насекомыми и быстропортящейся пищей несет различные угрозы.

Обеспечить безопасность детей летом в первую очередь задача родителей. Даже если вы летом отправляете куда-то ребенка, то обеспечьте его средствами защиты, обговорите с ним технику безопасности, позаботьтесь о регулярной связи и проконсультируйте тех, кто будет присматривать за вашим чадом о нюансах его поведения и особенностях организма.

**Безопасность детей в летний период. Солнечная активность**

В солнечный день всегда надевайте ребенку головной убор. Когда на небе облака, берите головной убор с собой. Ориентировочно с 10:00 до 16:00 самая большая активность солнца, поэтому в это время старайтесь, чтобы ребенок не находился долго под воздействием его прямых лучей. Время нахождения под солнцем строго индивидуально для каждого ребенка, оно во многом зависит от возраста, здоровья и строения кожи. Обсудите этот вопрос со своим лечащим врачом. Но в любом случае, как и взрослый, ребенок должен постепенно привыкать к солнцу, и каждый день надо увеличивать время его нахождения по ним. Это позволит избежать солнечных ожогов.

Солнцезащитные средства наносите минут за 15-20 до выхода на улицу и после купания. Применяйте защиту уровня SPF-20 или SPF-30, при этом старайтесь использовать максимально безопасные средства, разрешенные для применения детям. Дошкольникам лучше наносить защитный крем или молочко, они более жирные, чем другие средства. А спреи, гели и муссы могут сушить кожный покров. И не забывайте, что нанесения крема не отменяет нормы нахождения под прямыми лучами, лучше избегать периода с 10:00 до 16:00 часов. В зависимости от региона и времени года он может быть подкорректирован с 11:00 до 17:00 часов.

Носите с собой много воды и давайте ребенку много пить. Избегайте сладкой воды, она вызывает еще большую жажду. Следите за ребенком, чтобы он не перегревался и не обгорел, при первых признаках покраснения коду уведите в тень. Старайтесь больше гулять в тенистых местах, используйте свободную хлопчатобумажную одежду. Всегда держите в аптечке средство от ожогов. Если вы защищаете глаза ребенку солнцезащитными очками, то применяйте качественные модели со стеклом, дешевые подделки из пластика могут нанести большой вред.

**Детская безопасность летом. Опасные насекомые**

От укусов клещей поможет защититься головной убор, всегда надевайте его ребенку, когда идете в лес или парк. Также при высокой опасности укуса клеща, желательно, надевать одежду, закрывающую ноги и руки. Применяйте специальные средства по отпугиванию насекомых, но старайтесь избегать нанесения на ребенка ядовитых спреев, лучше носите с собой салфетки репелленты, которые будут отпугивать насекомых.

Избегайте контакта с осами, пчелами, шмелями и шершнями их укусы болезненны и могут вызвать аллергическую реакцию и даже нанести ребенку психологическую травму. Держите в аптечке средство для лечения укусов насекомых.

**Детская безопасность в летний период. Осторожность на воде**

Не игнорируйте правила поведения на воде и не разрешайте делать это детям. Не купайтесь с ними в местах, где это запрещено. Не заплывайте за буйки, не прыгайте в воду со скал или в местах с неизвестным дном. Старайтесь держать ребенка в поле своего зрения, когда он находится в воде. Для детей, которые плохо плавают, применяйте специальные средства безопасности, надувные нарукавники или жилеты. Строго контролируйте нахождения ребенка в воде, чтобы избежать переохлаждения. После купания в соленой воде необходимо помыться пресной.

Если достаточно взрослые школьники сами идут купаться, то старайтесь чтобы они ходили в безопасные места, где есть пост спасателя и медсестра. Обучите детей не только плаванию, но и правилам поведения в критических ситуациях, объясните опасность водоворотов, судорог, больших волн, сильных течений и т.д. Научите азам техники спасения утопающих, если вы не можете сделать это сами, то сходите к инструктору по плаванию.

**Безопасность детей в летний период. Избегаем пищевых отравлений**

Приучите ребенка мыть руки перед каждым приемом пищи или хотя бы тщательно вытирать их влажными салфетками. Не употребляйте на жаре скоропортящиеся продукты, особенно мясо, которое может превратиться в яд уже после 20 минут нахождения на солнце.

Старайтесь больше употреблять овощи, фрукты и ягоды. Мойте их тщательно, перед тем как употребить в пищу. Старайтесь не приобретать фрукты, которым еще по сезону не должны продаваться. Как правило, это продукты, выращенные с большим добавлением химических веществ, стимулирующих рост, они очень опасны для здоровья и могут вызвать сильное отравление. В аптечке всегда держите средства лечения отравлений

**Лето. Безопасность детей. Следите за своим ребенком**

Дети, гуляющие вдали от вас или самостоятельно, подвержены риску потеряться или быть украденными. Объясните технику безопасности, когда они одни – правила поведения с незнакомцами. Если вы находитесь в лесу не отпускайте детей далеко от себя, они могут заиграться и заблудиться. Находясь в толпе всегда держите чадо возле себя, не оставляйте маленьких детей под присмотром чужих людей, даже если это «милая тётя». Злоумышленники вполне могут использовать такой образ для похищения.

**Техника безопасности детей летом. Основные правила поведения**

Основные правила безопасности летом, которые должен усвоить ребенок:

· Всегда плавай в специально предназначенных для этого местах, на оборудованных и безопасных пляжах;

· Не заплывай за буйки, не подплывай близко к судам, чтобы тебя не засосало под работающий винт;

· Не плавай при больших волнах, сильном течении или водоворотах;

· Не ныряй в местах с неизвестным дном;

· Не играй на воде в опасные игры, не «топи» друзей и не ныряй глубоко;

· Матрасы и спасательные круги не предназначены для того, чтобы заплывать далеко, плавай на них недалеко от берега;

· Если светит солнце, то носи летом головной убор;

· Не находись долго на солнце, если ты чувствуешь. Что кожа начинает печь и краснеть, немедленно уйди в тень или оденься;

· Старайся не быть под прямым солнцем днем, а только утром и ближе к вечеру;

· Не бери с собой в жаркое место и не ешь продукты, которые быстро испортятся: мясо, колбаса, рыба, молочные продукты;

· Пей много воды летом, но старайся не пить сладкую воду, от неё еще больше хочется пить;

· Всегда ешь вымытые продукты и мой перед едой руки;

· Если рядом насекомые,то не делай резких движений. Если ты кушаешь, то будь осторожен, чтобы насекомое не попало в рот и не ужалило;

· Не подходи близко к собакам, особенно если у собаки щенки и собака кушает;

· Не общайся с незнакомцами (ни с мужчинами, ни с женщинами), ничего не бери у них и не веди к себе домой, не называй свой адрес, фамилию, телефон. Взрослый должен просить помощи у взрослого, и не должен обращаться к ребенку!

· Если тебя кто-то схватил и тащит, то зови на помощь и кричи, что это не твои родители, обращай на себя внимание прохожих. Если тебя преследуют, то иди в сторону родителей или просто людные места (нельзя забиваться в тупики или заходить в темные подъезды), проси помощи у полицейского (милиционера), охранника, продавца или просто взрослых людей.

**Правила безопасности в сети Интернет**

Компьютер и Интернет с каждым днем всё активнее входят в нашу жизнь. Дети сегодня являются одними из самых активных пользователей Сети. Кроме того, что Интернет – это полезный источник информации и общения, он (вместе с компьютером) одновременно является и источником угроз безопасности детей.

Советы родителям по теме «Ребёнок и Интернет»

До 3 лет - никаких экранов

До 6 лет - только развивающие компьютерные игры под контролем взрослых (10-15 минут) Как только ребенок знакомится с компьютерными играми, они занимают всё его внимание в ущерб другими видам деятельности.

До 9 лет - только контролируемый Интернет.

 Ребенок должен знать:

1. Любая информация, которую он оставляет в Интернете, остается там навечно.

2. Любая информация, которую он оставляет в Интернете, может попасть в публичный доступ.

 3. Ко всей информации, которая приходит к нему из Интернета, нужно относиться осторожно.

До 12 лет - никаких социальных сетей.

Использование Интернета только по определенным правилам с контролем родителями их выполнения или полный родительский контроль.

У ребенка не должно быть неограниченного доступа в Интернет, доступ в ночное время должен быть полностью перекрыт (телефон).

 После 12 лет - в зависимости от степени ответственности ребенка либо следует оставить родительский контроль, либо просто время от времени проверять историю посещения сайтов. Ребенок должен знать о правилах скачивания (вирусы), о плагиате, авторских правах, о том, что он может столкнуться с порнографией, сексуальными домогательствами.

Безопасное для детского мозга и нервной системы время нахождения рядом с экраном (особенно это касается игр) - не более полутора часов в сутки. Это не отдых, а нагрузка на организм. Если ребенок быстро устает, то время за компьютером нужно еще больше ограничить. Например, только для того, чтобы сделать уроки.

 Детей  в Интернете подстерегают разные  опасности:

• Мошенники (данные банковских карт)

• Вирусы (на сайтах с бесплатными играми и рефератами),

• Недетский контент (порнография (сайты с д/з и сочинениями), сцены насилия, под нормальными названиями могут скрываться негативные видеоролики) содержат миллионы страниц,

• Пропаганда наркотиков, экстремизма, суицида (сайты, где по шагам расписано, как совершить самоубийство или сделать взрывчатку).

Кроме того,  дети готовы активно общаться с незнакомцами как в интернете, так и за его пределами.

Родители - главные люди в жизни ребенка - должны этим всем пользоваться для защиты его прав и информационного пространства. Интернет позволяет детям обучаться, развиваться, учиться виртуальному общению, которое наряду с общением реальным стало неотъемлемой частью нашей жизни. Этим обосновывается создание «безопасного» детского интернета — зоны, схожей по своему назначению с детскими площадками в реальном мире.

 • Старайтесь держать компьютеры с подключением к Интернету в общих комнатах, в которых можно легко осуществлять визуальный контроль над тем, что делает ваш ребенок в Интернете. Не пускайте ребенка в Интернет ночью

 • Убедитесь в том, что ваш ребенок знает и выполняет правила поведения, если он только начинает пользоваться Интернетом.

• Создайте ребенку собственную учетную запись с ограниченными правами, чтобы он не мог заниматься чем-то посторонним без вашего ведома.

 • Используйте средства фильтрования нежелательного материала как дополнение к родительскому контролю.

• Настаивайте, чтобы дети никогда не соглашались на личные встречи с друзьями по Интернету без вашего присутствия.

• Объясните детям, почему никогда нельзя выдавать личную информацию, в том числе фамилию, имя, домашний адрес, номера телефонов, название школы, адрес электронной почты, фамилии друзей или родственников, свои имена в программах мгновенного обмена сообщениями, тем более на страницах публичного доступа в соцсетях.

• Требуйте от детей не загружать из Интернета программы без вашего разрешения.

• Приучите детей сообщать вам, если что-либо или кто-либо в Сети тревожит или угрожает им.

• Расскажите детям об ответственном, достойном поведении в Интернете.

 • Дайте детям возможность принимать участие в домашних семейных делах.

• Обеспечьте возможность посещать кружки, секции по интересам.

• Старайтесь поддерживать с ребенком доверительные отношения.

**Напоминание!!!**

Умение организовывать сегодня свое свободное время для подростка – его завтрашний характер, а значит, и судьба.

Непосредственные контакты современных детей и родителей сводятся к минимуму. Переориентация подростков в общении с родителей на сверстников объясняется не столько растущей привлекательностью дружеских групп, сколько отсутствием внимания и заботы к подросткам в родительском доме.

Мы, взрослые, отдаем нашим детям самое вкусное, одеваем в самое лучшее, защищаем от неприятностей. Но вот свое свободное время мы отдаем им неохотнее всего остального. (Дети редко общаются с родителями, хотя и хотели бы этого. Основные формы досугового общения – ужин, просмотр телевизора, хождение по магазинам и рынкам. Содержание общения – краткие неконкретные разговоры о настроении, оценках, школе, актуальных событиях.).

В заключение лектория ещё раз напоминаем:

1. Родителям ежедневно уделять внимание вопросам безопасности детей.

2. Проанализировать ситуацию в своей в квартире с точки зрения безопасности детей. Научить детей пользоваться предметами первой помощи: йод, бинт и т. д.

3. Провести с детьми экскурсию «безопасности» в микрорайоне дома и гимназии.

4. Обсудить с детьми памятки безопасного поведения.

Заключение: Помните: ваши дети хотя и подросли, немного повзрослели, но они еще так доверчивы и легко внушаемы. Поэтому их безопасность еще во многом должны обеспечивать мы с вами. Наше с вами поведение – это пример для наших детей. И пусть с вами и с вашими детьми не будет никаких неприятных происшествий. Учите детей чувствовать, понимать, предвидеть реальные опасности окружающей жизни. Это трудно. Детская психика устроена так, что ребенок не может, не умеет предвидеть возможность несчастья. Каждый день по многу раз обращайте его внимание на опасные ситуации. Не бойтесь выглядеть занудами: не тот случай! Не хочется думать о плохом… Мы надеемся, что ни с кем из детей наших родителей никогда не случиться ничего плохого. Но как много для этого надо работать!