

Консультация

для родителей

“Летний отдых детей”





Лето

Здравствуй, лето!
Здравствуй,
Лето долгожданное!
Солнце, речка и песок,
Тень березки, ручеек,
Комаринный звон и писк,
Иволги негромкий свист,

Трепет крыльев стрекозы,
И атласный шелк травы,
Колокольчиков букет,
Соловья ночной сонет,

Земляника и малина,
Подберезовик у пня,
Голубая паутинка
На заре в начале дня,

Жар полуденного солнца,
Запах сена и травы,
И колодезной воды
Выпитый стакан до донца,

Тихий шорох от дождя,
Радуга-дуга над полем,
Каравеллы-облака
На небесном синем море!

С. Артамонова



Росинка дрожала
На тонком листке.
Речонка дышала,
Шурша в тростнике.
В росинку гляжу я
И вижу, что в ней
Играет, ликую,
Так много огней.
Их еле заметишь,
Так малы они.
Но где же ты встретишь
Такие огни?

К. Бальмонт





НАБЛЮДЕНИЯ

Долг каждого родителя – вызвать желание у ребёнка присматриваться к окружающему, замечать те изменения, которые происходят в природе летом. У каждого летнего месяца свои характерные особенности, и родителям следует хорошо знать последовательность наступления тех или иных явлений, чтобы организовать интересные наблюдения с детьми.

ИЮНЬ

Июнь – первый месяц лета. Основным признаком наступления лета считается зацветание на лугу красного клевера, венгерской сирени, рассеивание плодов вяза, появление пуха у тополей.

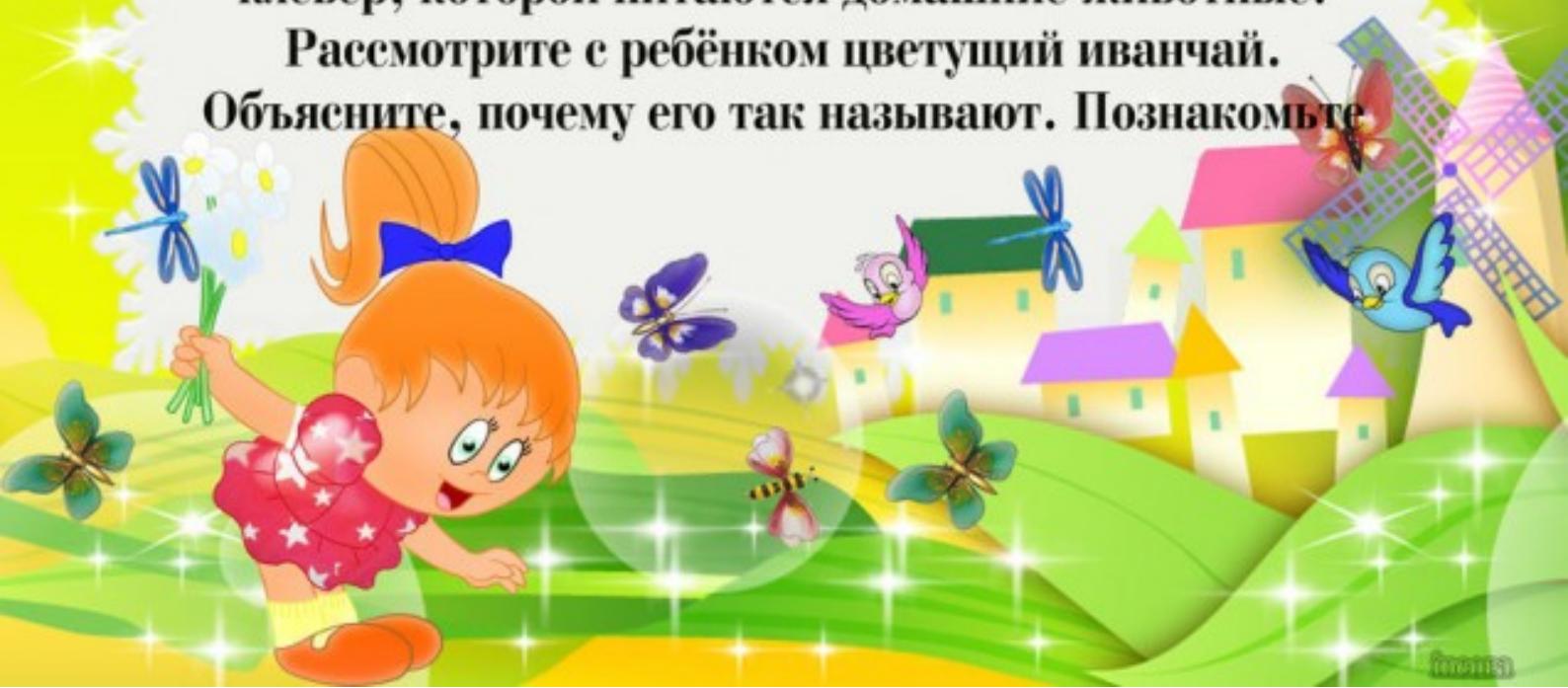


Нужно показать ребёнку обилие и разнообразие растительного мира, научить их бережному обращению с растениями. Поручите ребёнку приглядеться к одуванчику в разное время дня.

Наблюдайте, как над цветками красного клевера гудят шмели, собирая сладкий сок – нектар. Пусть ребёнок узнает, что ценная кормовая культура – клевер, которой питаются домашние животные.

Рассмотрите с ребёнком цветущий иванчай.

Объясните, почему его так называют. Познакомьте





детей с некоторыми лекарственными растениями.

Обязательно покажите ядовитые растения.

Расскажите детям о жизни животных, наблюдайте за насекомыми, птицами.

ИЮЛЬ

Июль – самый жаркий месяц, месяц дождей, гроз.

Полезно показать детям, как косят траву, сушат, убирают сено. Объясните значение этой работы для зимнего содержания домашних животных. Обратите внимание детей на цветение липы, объясните что липа – хороший медонос. Пусть ребёнок понаблюдает, как вокруг липы кружатся много пчёл. Покажите ребёнку, что в июле зацветают ромашки, колокольчики, пижма. Наблюдайте за созреванием различных ягод в саду и в лесу. Наблюдая за различными насекомыми, расскажите о пользе одних и вреде других насекомых.

АВГУСТ

Август – последний месяц лета, дарит нам богатый урожай. Последние дни уходящего лета радуют

своими цветами. Одна из примет августа – ярко-жёлтый подсолнечник и жёлтые шары рудбекии. Побывайте с детьми на поле, покажите, как убирают пшеницу или рожь. Наблюдайте за сбором овощей, фруктов.



ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ ЛЕТОМ



ТЕПЛОВОЙ И СОЛНЕЧНЫЙ УДАР

В жаркий брезентенный день в тени может случиться тепловой удар, а при воздействии солнечных лучей – солнечный удар. У ребенка нарушается нормальная терморегуляция, повышается температура тела. Внешние признаки удара – вялость, покраснение лица, обильный пот, головная боль, изменение координации движений. Пострадавшего следует немедленно поместить в прохладное место, в тень, снять лишнюю одежду, давать чаще пить – желательно, что-нибудь теплое, смочить голову и грудь прохладной водой, на лоб положить холодный компресс и чаще его менять.

ПОПАДАНИЕ В ОРГАНИЗМ ИНОРОДНОГО ТЕЛА

Инородное тело (песчинка, насекомое и др.), попавшее в глаз, вызывает слезотечение, жжение. Если можно заметить соринку, мошку в глазу, надо постараться удалить их кусочками марли, смоченной в 1-%-м растворе борной кислоты, или интенсивным промыванием водой из пипетки. При неудачных попытках ребенка необходимо отправить к специалисту, чтобы предупредить воспаление глаза. При попадании инородного тела в гортань, трахею или бронхи у ребенка возникает приступ удушья, судорожный кашель, синеют лицо и губы. Инородное тело, попавшее в нос, вызывает чихание и при активном высыпывании удаляется. Если инородное тело попадает в ухо (горошина, муха, муравей), ребенок жалуется на наличии в ухе чего-то постороннего. Можно попытаться удалить предмет, влив в ухо $\frac{1}{2}$ чайной ложки глицерина или 2 – 3 капли борного спирта, подогретого жидкого масла, после чего уложить ребенка на бок этим ухом вниз. Во всех случаях, если предпринятые меры не помогают, малыша надо обязательно направить к врачу.



ОСТОРОЖНО: ТЕПЛОВОЙ И СОЛНЕЧНЫЙ УДАР!

Специалисты не делают больших различий между этими состояниями.

И это понятно.

В основе как теплового, так и солнечного удара лежит перегревание организма.

Причиной теплового удара является затруднение теплоотдачи с поверхности тела.

Часто это связано с длительным пребыванием в жаркой, влажной атмосфере.

При солнечном ударе возникает нарушение кровообращения в головном мозге.

Обычно это бывает, когда ребёнок ходит на солнце с непокрытой головой.

Чем меньше возраст ребёнка, тем он чувствительнее к действию жары и солнечных лучей.

Поэтому перегрев организма у маленького ребёнка иногда может уже случиться во время приёма световоздушных ванн.



Травмы

Не каждый родитель может сразу и точно определить, когда ребенок сломал кость и просто сильно ушибся. Переломы наиболее часто сопровождаются болью, потерей подвижности, а в месте перелома конечность может изменить форму и др.

Если ребенок сломал кость, незамедлительно окажите ему первую помощь: прежде всего, необходимо обездвижить поврежденную конечность и успокоить ребенка. Постарайтесь обратиться в медпункт как можно быстрее. В таких случаях недопустимо заниматься самолечением! То же самое нужно сделать при вывихе.

Ни одно детство не проходит без царапин, ссадин и ушибов, ведь любопытные малыши стремятся изучить все новые и неизвестные для них места.

Если ребенок порезался, в первую очередь необходимо промыть рану и постараться остановить кровотечение, обработайте зеленкой или другой специальной мазью, наложите стерильную повязку. При ушибах нужно приложить холод к синяку или шишке.



Отдых с ребенком:

Отправляясь в дорогу с ребенком, мы надеемся на то, что наш малыш за время отпуска укрепит свое здоровье, наберется сил, получит новые впечатления... Чтобы отпуск не пошел на смарку, стоит заблаговременно все предусмотреть!

Акклиматизация.

Всегда следует помнить о том, что глобальная и принципиальная смена места жительства (высота над уровнем моря, атмосферное давление, влажность и температура воздуха) часто приводят к возникновению так называемого **акклиматационного синдрома общего недомогания** и повышенной склонности к болезням в связи с адаптацией организма к новым условиям существования.

Акклиматизация и проблемы с ней связанные тем актуальнее, чем дальше от дома, чем младше ребенок, чем чаще он болеет и др.

Безопасность: в аэропорту или на вокзале.

Чтобы не потерять ребенка из виду в оживленном месте, оденьте на него одежду ярких цветов. Находясь в местах, где много людей, всегда договаривайтесь заранее, где вы встретитесь в том случае, если потеряетесь.

Свой собственный багаж.

Купите ребенку детский чемодан-тележку на колесиках или рюкзак, в который он сможет сложить свои игрушки, детские книжки или что-то из еды. Наличие собственного багажа, за который отвечаешь, учит ребенка ответственности.

Без горшка не обойтись.

Малыш до пяти лет не может и не должен пользоваться в дороге общественным туалетом. Это неудобно, негигиенично, да к тому же в нужный момент он может быть закрыт или занят. За несколько дней до отъезда подготовьте ребенка к тому, что в дороге нужно будет пользоваться горшком (если он уже отвык от него). Горшок должен иметь крышку.

полезные рекомендации

Укладываемся спать.

Малыш (равно как и его родители) легче перенесут дорогу, если большую часть времени будет спать. Поэтому, если это возможно, планируйте поездку в основном наочные часы. Время в пути пролетит незаметно, к тому же ночью не так жарко.

Чем занять ребенка в дороге.

Чтобы заинтересовать ребенка, приобретите перед дорогой новые занятные вещицы: миниатюрные книжки-картонки, небольшие мягкие игрушки, магнитики, маленькую рисовальную доску, разноцветные ручки и т.д. Главное, чтобы игрушки не были слишком мелкими, не рассыпались-разливались-развинчивались, помимо новых игрушек, необходимы 1-2, которые ребенок знает и к которым привык, ведь попадая в новые, незнакомые условия, он должен иметь рядом частичку привычной жизни.

Игрушки, которые нужно взять с собой.

Здесь, конечно, нужно учитывать интересы вашего малыша. Но есть «универсальные» игрушки, которые доставят радость любому маленькому курортнику. Это, в первую очередь, мячи. Лучше взять их парочку: небольшой резиновый и надувной. Вторую позицию по праву займут водоплавающие игрушки, возьмите 2-3, остальные можно купить на месте. Невероятно полезная вещь - надувной бассейн. Конечно, ничего не заменит радости морских купаний, но... Морская вода может быть прохладной, море может штормить.

Приятного отдыха!