

Консультация для родителей «На пляж с ребёнком»

Подготовили воспитатели:
Загурская Е. В.
Владимова А.С.

Лето – это то время, которое нужно использовать для оздоровления и закаливания ребенка. Воздушные и солнечные ванны, принятые в меру, благоприятны для детского организма. Купание в морской или речной воде снимает эмоциональное напряжение детей, дают им положительные эмоции. А простые игры на пляже помогут весело и с пользой провести время!

Игры на пляже:

«В поисках сокровищ».

Развивает мелкую моторику, усидчивость. Для поисков сокровищ понадобятся монетки, мелкие украшения, камушки, кроме того, маленькие совочки и небольшое сито для песка. Нужно спрятать «сокровища» под тонким слоем песка и предложить



детям их найти. Чтобы обнаружить все мелкие предметы, необходимо, используя совки, просеивать песок через сито.

Игра «Веселый сапер». Развивает внимание, мелкую моторику детских пальчиков, осторожность. Нужно закопать свою руку в песок, растопырив пальцы, а малыш должен очень аккуратно, не задев ни один палец, откопать ее. Если Вы чувствуете прикосновение крохи к руке, сразу делаете взрыв мины, резко поднимая потревоженный палец. Это вызывает особое веселье у ребенка! Предлагаете повторить попытку, а затем меняетесь ролями и откапываете ручку малыша.

Игра «Веселый бассейн» отлично подойдет для небольшой компании малышей. В этой игре необходимо рядом с водой сделать небольшой канал (бассейн), по которому вода из реки, моря или озера будет наполнять этот канал. Соревноваться можно каждый раз по новым правилам: у кого бассейн больше, глубже, надежнее. Хорошего вам отдыха!

Собираясь на пляж, объясните малышу правила безопасности.

Ни в коем случае НЕЛЬЗЯ:

1. Заходить в воду без присмотра взрослых.
2. Шалить в воде.
3. Устраивать в воде игры, связанные с захватами, шуточным утоплением.
4. Брать еду у незнакомцев без Вашего разрешения, так как неизвестно, какого она происхождения и сколько времени провела под пляжным солнцем.
5. Забывать надевать головной убор.

НЕОБХОДИМО: всегда находиться рядом с родителями, чтобы не потеряться в толпе, которая обычно бывает на пляже.

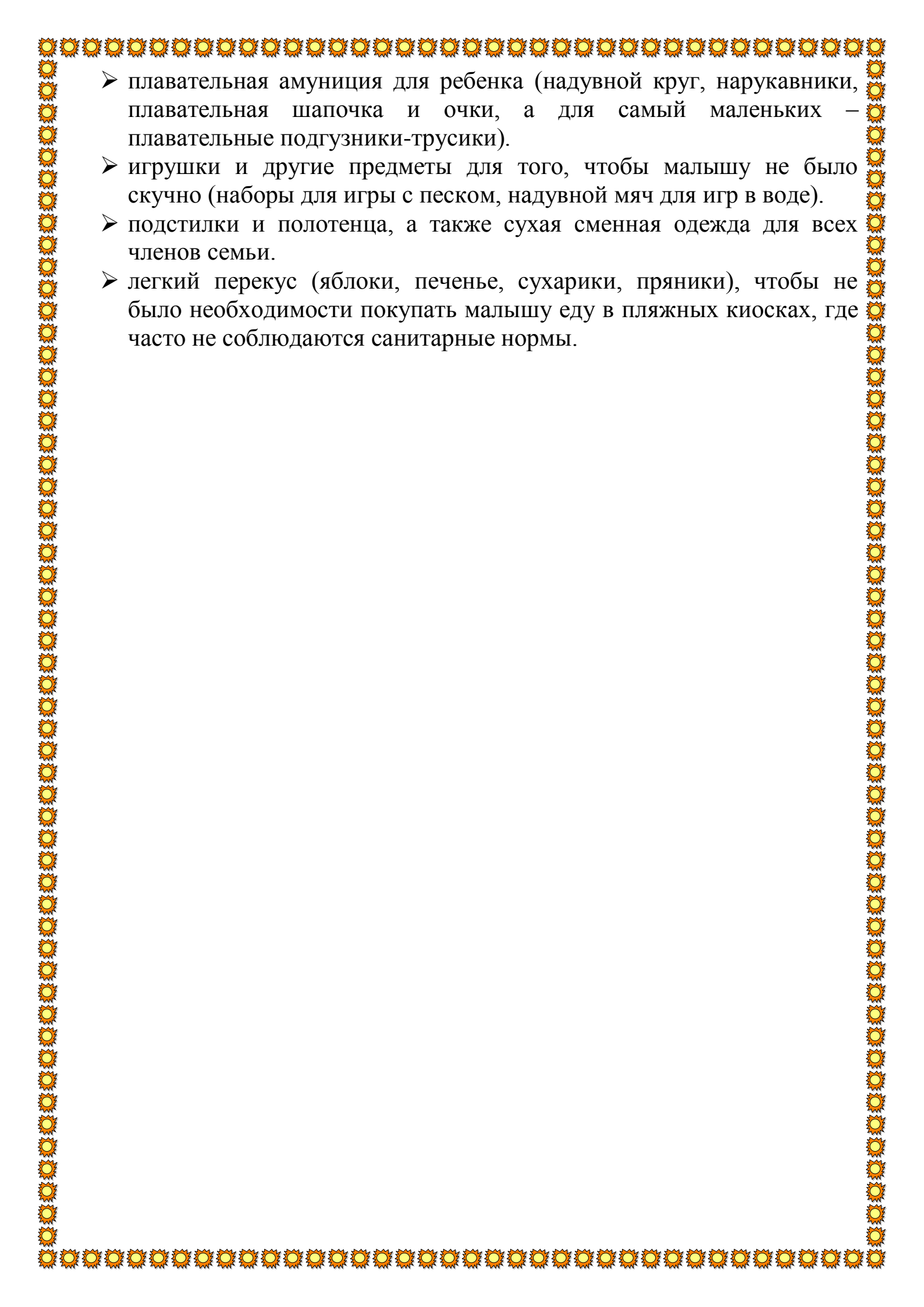
*Простые правила, которые нужно помнить и соблюдать
взрослым.*

- ❖ Не ходите с ребенком на пляж в период с 11 до 16 часов. Берегите ребенка от длительного пребывания на открытом солнце.
- ❖ Обязательно смазывайте тело ребенка солнцезащитным кремом.
- ❖ На пляже ребенок должен быть одет в светлую маечку из хлопка с длинными рукавами, а на голове - панамка.
- ❖ Помните, что на пляже с крупной галькой можно обгореть быстрее, чем на песчаном пляже, так как галька больше отражает солнце.
- ❖ Всегда имейте при себе средство от солнечных ожогов.

Что необходимо взять с собой, если Вы идете на пляж с ребенком?

Собираясь на пляж с ребенком, позаботьтесь о том, чтобы у Вас под рукой было все, что может понадобиться в непредвиденной ситуации:

- специальный детский крем для загара с наибольшим фактором защиты.
- для совсем маленького ребенка, возьмите с собой детский надувной бассейн. Лучше, если бассейн будет со специальным навесом, чтобы ребенок не перегрелся на солнце.
- несколько бутылок чистой питьевой воды для утоления жажды и мытья рук малыша, фруктов и овощей. Воду, предназначенную для питья, можно немного подкислить соком лимона – так она не только будет лучше утолять жажду, но и очистится от вредных микроорганизмов, которые не любят повышенную кислотность.
- крем или спрей от насекомых (комаров, клещей, слепней).

- 
- плавательная амуниция для ребенка (надувной круг, нарукавники, плавательная шапочка и очки, а для самых маленьких – плавательные подгузники-трусики).
 - игрушки и другие предметы для того, чтобы малышу не было скучно (наборы для игры с песком, надувной мяч для игр в воде).
 - подстилки и полотенца, а также сухая сменная одежда для всех членов семьи.
 - легкий перекус (яблоки, печенье, сухарики, пряники), чтобы не было необходимости покупать малышу еду в пляжных киосках, где часто не соблюдаются санитарные нормы.