

Напитки летом!

Морковный сок способствует нормализации обмена веществ, улучшая процессы кроветворения и транспорта кислорода, стимулирует физическое и умственное развитие.

Свекольный сок - нормализует нервно-мышечное возбуждение при стрессах, расширяет кровеносные сосуды.

Томатный сок - нормализует работу желудка и кишечника, улучшает деятельность сердца, содержит много витамина С.

Банановый сок - много витамина С.

Яблочный сок - укрепляет сердечно-сосудистую систему, нормализует обмен веществ, улучшает кроветворение.

Виноградный сок - обладает тонизирующим, бактерицидным, мочегонным, слабительным действием, способствует снижению артериального давления.



Подготовили воспитатели:

Рогова Е.В., Ковалева Л.Ф.

Детский сад № 307

« Колокольчик » группа № 2

2011 год.



Консультация для родителей
на летний оздоровительный период

СОЛНЕЧНЫЙ УДАР

1. Причины детского дорожно-транспортного травматизма.

- Неумение наблюдать.
- Невнимательность.
- Недостаточный надзор взрослых за поведение детей.

2. Рекомендации по обучению детей ПДД.

• При выходе из дома.

Если у подъезда дома возможно движение, сразу обратите внимание ребёнка, нет ли приближающего транспорта. Если у подъезда стоят транспортные средства или растут деревья, приостановите своё движение и оглянитесь – нет ли опасности.

• При движении по тротуару.

1. Придерживайтесь правой стороны.
2. Взрослый должен находиться со стороны проезжей части.
3. Если тротуар находится рядом с дорогой, крепко держите ребёнка за руку.
4. Приучите ребёнка, идя по тротуару, внимательно наблюдать за выездом машин со двора.
5. Разъясните детям, что бросать стекло, камни на дорогу нельзя. Это может привести к неприятностям.
6. Не приучайте детей выходить на проезжую часть, коляски и санки возите только по тротуару.



СОБЛЮДАЯ МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ КУПАНИИ И НАХОЖДЕНИИ НА ВОДЕ, МЫ СОХРАНИМ ЧЕЛОВЕЧЕСКУЮ ЖИЗНЬ, КОТОРАЯ БЕСЦЕННА! СОБЛЮДАЙТЕ ОСТОРОЖНОСТЬ, ВОДА ШАЛОСТЕЙ НЕ ПРОЩАЕТ!

При купании с детьми вы должны соблюдать следующие правила:

- Купаться только в отведенных для этого местах;
- Не заплывать за знаки ограждения мест купания вместе с детьми;
- Не допускать нарушения мер безопасности на воде;
- Не плавать на надувных камерах, досках, матрацах;
- С;°Не купаться в воде, температура которой ниже + 18
- Купаться только в присутствии взрослых.



БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ!