

# Безопасное лето

Консультация для родителей

Летом дети все больше времени проводят на улице, на даче с родителями, выезжают на отдых в лес и на водоемы, что способствует нарастанию двигательной активности и увеличению физических возможностей ребенка, которые, сочетаясь с повышенной любознательностью и стремлением к самостоятельности, нередко приводят к возникновению опасных ситуаций.

Предупреждение детского травматизма – одна из самых актуальных проблем нашего времени. За жизнь и здоровье детей отвечают взрослые, и в первую очередь именно родители должны создать безопасные условия жизнедеятельности детей в летний период, сформировать у них навыки

безопасного поведения и умения предвидеть последствия опасных ситуаций.

Главное, что должны помнить родители – ни при каких обстоятельствах не оставлять ребенка без присмотра. Защитить себя и своих детей от многих проблем, с которыми может столкнуться семья, можно при условии постоянной заботы о безопасности.

Многие меры по обеспечению безопасности детей могут показаться элементарными, однако с ребенком дошкольного возраста необходимо разбирать и обсуждать на первый взгляд кажущиеся очень простыми правила поведения.

Дети, которые начинают познавать окружающий мир, имеют небольшое представление о природных явлениях. Дошкольный возраст – это возраст «почемучек». Именно в этом возрасте у детей очень часто возникают вопросы «почему» и «зачем»? Многие родители почему-то уверены, что прогулка – это время их законного отдыха от ребенка, а обязанности сводятся лишь к присмотру за его безопасностью. Конечно, детям необходимо время для самостоятельного познания мира для игр с другими детьми. Но ведь часто бывает так, что дети явно скучают или наоборот не в состоянии занять себя игрой, а родители не всегда знают, как организовать отдых ребёнка с пользой для его развития, учитывая возрастные особенности и потребности данного возраста.

Необходимо выделить некоторые правила поведения, которые дети должны выполнять неукоснительно, так как от этого зависят их здоровье и безопасность.

## Безопасность поведения на воде

Главное условие безопасности – купаться в сопровождении кого-то из взрослых. Необходимо объяснить ребенку, почему не следует купаться в незнакомом месте, особенно там, где нет других отдыхающих. Дно водоема может таить немало опасностей: затопленная коряга, острые осколки, холодные ключи и глубокие ямы.

Прежде, чем заходить в воду, нужно понаблюдать, как она выглядит. Если цвет и запах воды не такие, как обычно, лучше воздержаться от купания.

## Безопасное поведение в лесу

Прогулка в лес – это очень хороший отдых, который укрепляет здоровье, знакомит ребенка с родной природой. Но есть некоторые правила, с которыми взрослые должны обязательно ознакомить ребенка, так как лес может таить в себе опасность. Расскажите ребенку о ядовитых грибах и растениях, которые растут в лесу, на полях и лугах. Объясните, что надо быть осторожными и отучиться от вредной привычки пробовать на вкус все подряд (ягоды, травинки). Для закрепления знаний полезно использовать настольные игры-классификации, соответствующий наглядный материал, а в летний сезон во время прогулки в лес показать ядовитые растения и грибы. Необходимо развивать у детей потребность в общении с родителями, умение побороть застенчивость во время обращения ко взрослым при появлении симптомов отравления.

Напоминайте ребенку, что ему ни в коем случае нельзя ходить по лесу одному, нужно держаться всегда рядом с родителями. Но что делать, если он чем-то увлекся и не заметил, как заблудился? Объясните ребенку, что не нужно поддаваться панике и бежать, куда глаза глядят. Как только потерял родителей, следует кричать громче, чтобы можно было найти друг друга по голосу, и оставаться на месте. Малыш должен твердо знать, что его обязательно будут искать.

## **Опасная высота**

Следует помнить, что именно на взрослых природой возложена миссия защиты своего ребенка. Нужно прививать детям навыки поведения в ситуациях, чреватых получением травм. Особую опасность представляют открытые окна и балконы. Малыши не должны оставаться одни в комнате с открытым окном, балконом, выходить без взрослого на балкон, играть там в подвижные игры, прыгать. Есть определенная категория детей, которые боятся высоты, но есть дети, у которых инстинкт самосохранения как бы притуплен, и они способны на некоторые необдуманные поступки. Для ребенка постарше должно быть абсолютным законом, что, выглядывая в окно или с балкона, нельзя подставлять под ноги стул или иное приспособление. Очень важно, чтобы ребенок осознавал возможные последствия своего поведения, и в этом ему можете помочь вы, родители.

## **Открытые окна**

Несмотря на то, что тема безопасности окон не раз поднималась в прессе, на телевидении, на интернет- площадках и в разговорах, многие родители считают, что с их ребенком такого просто не может случиться. Твердая уверенность, что для защиты ребенка достаточно строгого запрета, принесла немало горя. Однако именно запреты продолжают быть одним из самых распространенных способов «защиты» малыша. А между тем, в городские больницы каждое лето доставляются десятки детей, упавших из окна, чей возраст варьируется от полутора до десяти лет. То есть, большая часть пострадавших детей понимает опасность, которая им грозит, но все равно нарушает родительские запреты. Поскольку на сознательность ребенка рассчитывать не стоит, родителям необходимо предпринять дополнительные шаги для детской безопасности.

## **Безопасность при общении с животными**

Детям нужно прививать не только любовь к животным, но и уважение к их способу жизни. Необходимо объяснить детям, что можно делать и чего нельзя допускать при контактах с животными. Например, можно кормить бездомных собак и кошек, но нельзя их трогать и брать на руки. Нельзя подходить к незнакомым собакам, беспокоить их во время сна, еды, ухода за щенками, отбирать то, во что играют собаки. Напоминайте детям, что и от кошек, и от собак передаются людям болезни – лишай, чесотка, бешенство. После того, как погладил животное, обязательно нужно вымыть руки с мылом.

Если укусила собака или кошка, сразу же нужно сказать об этом родителям, чтобы они немедленно отвели к врачу.

Также, детям необходимо дать знания о насекомых и напоминать о том, что даже полезные насекомые (пчелы, муравьи) могут причинить вред.

## **Перегрев (тепловой удар, солнечный удар, солнечные ожоги)**

Еще одна и, пожалуй, главная опасность лета кроется в его главных плюсах: тепле и обилии солнца. В результате, именно летом часто случаются тепловые и солнечные удары, а также, солнечные ожоги. Тепловой удар - самый, пожалуй, коварный. В отличие от, солнечного, он может случиться и в пасмурную, но жаркую погоду. Симптомы могут варьироваться от сильной головной боли и тошноты до слабости и сонливости, очень часто его принимают за начало какого-либо простудного заболевания или отравления.

Чтобы предотвратить тепловой удар, прежде всего старайтесь в жаркую погоду избегать душных и жарких помещений, общественного транспорта. Самое жаркое время дня лучше провести дома, а гулять утром и вечером. Одевайте ребенка в легкую, светлую хлопчатобумажную одежду. Давайте как можно больше жидкости, отдавайте предпочтение жидкой пище. Всегда держите наготове бутылку с водой.

При малейших признаках недомогания (слабость, холодный пот, головная боль, тошнота, бледность или наоборот – красное лицо, жалобы на духоту) - вызывайте как можно скорее скорую помощь. Но нужно полагать, что карета скорой прибудет в среднем не ранее, через 10, а то и через 30 минут. За это время пострадавший может почувствовать ухудшение или даже впасть в обморочное состояние. Важно начать оказывать первую помощь при солнечном или тепловом ударе еще до приезда врачей.

### **Порядок действий должен быть следующим:**

- Пострадавшего переносят из зоны повышенной температуры в прохладное место: хорошо проветриваемое помещение или открытый участок с большой теневой зоной;
- Его освобождают от стягивающей одежды и ее частей: расстегивают воротник или все пуговицы, ослабляют ремень, снимают обувь;
- Обеспечивают приток свежего воздуха, обмахивая пострадавшего при помощи подручных средств.
- Потерпевшему предлагают выпить большое количество прохладной воды (именно воды!). Ее также можно использовать для того, чтобы сбрызнуть его части тела;
- Если есть возможность, то лучше отвести больного в прохладный душ или накрыть его мокрой простыней;
- Холодные компрессы укладывают в следующие зоны: лоб, локтевые и коленные сгибы, подмышки, область сердца.

Солнечный удар случается реже, только в яркую солнечную погоду. Но последствия его опаснее. Если тепловой удар является просто последствием перегрева, то солнечный удар — это нарушение работы центральной нервной системы из-за перегрева головы. Симптомы его более четкие и понятные, чем у теплового: общая слабость, головная боль, повышенная температура, тошнота, учащенный пульс, в отдельных случаях носовое кровотечение и обмороки.

Предотвратить солнечный удар достаточно просто. Избегайте прогулок в самое жаркое и солнечное время суток (**с 11 до 16 часов**). Следите, чтобы в жаркую солнечную погоду ребенок всегда находился на улице только в головном уборе. Одевайте ребенка строго по погоде, избегайте синтетических тканей. Позаботьтесь, чтобы ребенок получал достаточно несладкого питья.

Если ребенок все-таки получил солнечный удар, меры первой помощи в этом случае должны быть такие же, как и при тепловом.

### **Солнечные ожоги**

Детская кожа сильнее, чем кожа взрослого, подвержена воздействию солнечных лучей. Поэтому ребенок сильнее подвержен солнечным ожогам.

Чтобы предотвратить солнечный ожог, прежде всего нужно постараться не подвергать кожу ребенка прямому воздействию солнечных лучей в самое жаркое время дня. Выходя на улицу, одевайте ребенка по погоде. На пляже обязательно пользуйтесь солнцезащитным средством с SPF не менее 20 единиц (для светлокотных детей и детей с чувствительной кожей - не менее 30 единиц). Обновляйте крем каждые 2-3 часа, пока у ребенка не появится собственный ровный загар. Старайтесь следить, чтобы ребенок после купания вытирался сразу, не бегал с мокрой кожей.

### **Пожарная безопасность**

Пожар может возникнуть в любом месте и в любое время, поэтому к нему надо быть подготовленным. Главное, что нужно запомнить - спички и зажигалки служат для хозяйственных дел, но никак не для игры. Даже маленькая искра может привести к большой беде в любом месте, даже на улице. Закрепляйте с детьми правила пожарной безопасности!

### **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.

Для снижения количества несчастных случаев в жизни каждого человека надо ещё в дошкольном возрасте уделять особое внимание навыкам безопасности.