

Государственное бюджетное учреждение здравоохранения
"Волгоградский областной центр медицинской профилактики", Волгоград

Информационный материал
по теме: **"Безопасность летом и зимой"**

Для бесед с родителями (законными представителями) детей
дошкольного возраста (3-6 лет)

Волгоград, 2017

Содержание:

1. Введение.
2. Безопасность детей на прогулках от четырех до шести лет.
3. Основы безопасности дошкольника летом.
4. Безопасность дошкольника зимой.
5. Заключение.
6. Список использованной литературы.

Введение

Отправляясь с ребенком на улицу в парк или к воде, нам хочется думать только о хорошем. И это правильно, нужно всегда настраиваться на позитив. Но, надеясь на лучшее, необходимо все-таки позаботиться о безопасности ребенка.

В период дошкольного детства происходит интенсивное освоение мира ребенком. Идет процесс познания ценностей и смыслов жизни, а также формирования основ безопасного поведения. И мы, взрослые, должны научить своего малыша вести себя в окружающем мире правильно и безопасно для собственной жизни.

Давайте рассмотрим **основные понятия безопасности**, которые должен усвоить ребенок дошкольного возраста:

- дошкольник должен осознать саму суть понятий: "опасно" и "безопасно" – уяснить, что есть опасные люди, предметы, явления природы. Уяснить суть здоровья и повреждения организма. Знать общую информацию о себе (фамилию, адрес, телефон и т.д.);
- ребенок дошкольного возраста должен знать основные правила безопасности при нахождении на улице – о том, что нельзя поднимать с земли шприцы, острые предметы, например осколки стекла, разговаривать и идти куда-то с незнакомцами, подходить к большим собакам, залазить высоко на заборы и деревья и т.д.;
- малыш должен усвоить основные опасности, которые его могут подстергать и правила поведения в этих ситуациях. На улице это опасности природного характера, (землетрясения, удары молний, ураганы и т.д.) – особенный акцент надо сделать на явлениях присущих данной местности;
- ребенок должен знать базовые правила дорожного движения и основные знаки ПДД, например, "подземный переход", "наземный переход", "пешеходная дорожка" и т.д.;
- дошкольник должен понимать правила поведения в основных ситуациях: "на солнце", "на воде", "на льду" и т.д.;
- он должен знать общие правила здорового питания и закаливания организма. Понимать, что ему полезно, а что нет;
- малыш должен иметь общее представление об охране окружающей среды и о том, как лучше сберечь природу.

Безопасность детей на прогулках

Значимость прогулок на свежем воздухе для здоровья детей любого возраста неоспорима. Известный советский педиатр Г.Н.Сперанский говорил: "Проведенный без свежего воздуха ребенком день – потерянный для здоровья день".

Будьте недалеко от детей и организовывайте их безопасный досуг на прогулке, пресекайте попытки играть в слишком опасные игры. Не рекомендуется пускать маленьких дошкольников в активные игры более взрослых ребят, те ненароком могут нанести малышам травму. Также всегда ограждайте детей от потенциальных рисков, не позволяйте им лазить на высокие деревья и заборы, подходить к собакам или неадекватным взрослым, выбегать на дорогу, где ездят машины.

При этом всегда надо учитывать юный возраст дошкольников, не стоит им доверять еще слишком опасные для них предметы, например, ракетки для бадминтона, играть у них вряд ли получится, а ударить друг друга они могут. Оптимальные игры для старших дошкольников – это разного рода "догонялки", всевозможные игры с мячом (футбол, "выбивной", бросание мяча по целям), эстафеты, прятки, прыжки через резинку и тому подобное.

Площадки, где гуляют дети, должны соответствовать современным требованиям безопасности. Углы должны быть скруглены, не должно быть острых и сильно выступающих частей, а также мест, где ребенок может легко упасть с большой высоты. Учитывайте, что далеко не все объекты на площадке могут быть по возрасту вашему ребенку, некоторые из них, например, спиральная труба-лестница, предназначены для детей старше пяти лет. Особое внимание уделяйте качелям и каруселям, чтобы их движущиеся части не травмировали малыша. Также помните, что старые площадки еще советских времен могут содержать множество факторов опасных для малышей, например, корабль с острым травмоопасным носом. Еще с особой осторожностью относитесь к старым качелям, которые могут элементарно оборваться.

При активных играх на асфальте или поездках на велосипеде или роликах, или коньках, желательно, защитить голову локти и колени ребенка. Для роликов еще надо использовать защиту для ладоней, это позволит избежать множества травм. Запомните, что детям до пяти лет включительно нельзя кататься на скейте, у них еще недостаточно развита координация, с шести лет можно приступать к занятиям, но под строгим контролем взрослых и с максимальной защитой тела.

Основы безопасности дошкольника летом

Летом очень высока солнечная активность, поэтому под прямыми солнечными лучами надо находиться непродолжительное время,

желательно утром (до 10-11 ч.) или под вечер (после 17 ч.). Ребенок обязательно должен гулять в головном уборе (панама, кепка, косынка из хлопчатобумажной ткани). В противном случае, можно получить ожоги, солнечный или тепловой удар. Используйте кремы для защиты от солнца. Помните, что организм ребенка требует большого количества жидкости, а особенно жарким летом. Как можно чаще на улице давайте ребенку пить простую воду. Избегайте употребления сладкой газировки, она вызывает еще большую жажду.

Одежда на ребенке должна быть свободная и максимально натуральная, чтобы тело дышало. Оптимальным местом для прогулок летом можно считать затененную детскую площадку.

Купаться в водоемах дети должны только под присмотром взрослых и в специально отведенных для этого местах с проверенным дном, ограничителями в виде буйков, спасателем и медсестрой. Если обеспечение этих условий невозможно, то всегда выбирайте хотя бы неглубокие места с проверенным ровным дном и слабым течением.

При походах в лес объясняйте детям опасность употребления в пищу различных незнакомых ягод и растений, так как некоторые из них могут вызвать острые отравления. Собирать грибы дети должны с взрослыми. Это своеобразный урок знакомства с окружающим миром.

Повторите с детьми правила поведения на дороге. Переходить дорогу необходимо только в установленных местах, если есть светофор, то только на зеленый свет для пешеходов. При движении по наземному переходу надо вначале посмотреть налево, чтобы убедиться в отсутствии автомобилей, затем на середине дороги – посмотреть направо. Нельзя играть вблизи от проезжей части и внезапно выбегать на неё.

Обучите детей правилам поведения с незнакомыми людьми. Не разрешайте детям разговаривать с ними, брать подарки и куда-то идти. Не оставляйте детей под присмотром незнакомой "доброй тети", это увеличивает риск их похищения. Вообще, старайтесь не оставлять детей одних, тем более в незнакомых местах на отдыхе.

Правила пожарной безопасности особенно важны для детей в летний период. Не разрешайте играть с огнем, разводить костры без взрослых. Объясните опасность поджога тополиного пуха и сухой травы, расскажите, что они могут быстро распространять огонь, тем более в жаркий сухой день. Не менее важно рассказать ребятам про опасность обрыва электрических проводов, которые часто встречаются во время летних бурь. Расскажите, что во избежание поражения электрическим током, такие провода не только нельзя трогать руками, но и даже приближаться к ним, особенно если вокруг мокро. О случаях обрыва проводов надо немедленно сообщать взрослым и вызывать соответствующую ремонтную службу.

Следите за режимом дня детей: не допускайте ночных прогулок, нерегулярного питания, переохлаждения в воде и большого употребления

сладостей и мороженого. Летний период – это время укрепить и оздоровить детский организм, а не разладить режим дня и питания.

Безопасность дошкольника зимой

Зимние прогулки всегда приносят огромную радость дошкольникам. Многие дети с осени начинают с нетерпением ждать снега, чтобы покататься на санках, скатиться с горки на ледянке, покидаться снежками и построить снежные башни и лабиринты.

Но зимнее время омрачает радость детей и родителей очень распространенными травмами. Обезопасить себя от неприятных последствий зимних прогулок помогут простые, и, казалось бы, само собой разумеющиеся правила.

Время прогулок в холодное время должно быть меньше, чем в теплое. Собираясь на прогулку, заботливых родителей всегда мучает вопрос: как одеть ребенка, чтоб он и не замерз, и не перегрелся? Надо помнить главное: ребенка не надо кутать! Перегрев не лучше, чем охлаждение. Найдите золотую середину! Кроме того, одежда не должна сковывать движения, она должна быть удобной, легкой и теплой одновременно. Зимняя обувь, как и любая другая, должна быть удобной. Даже теплым, но все равно собирающим снег, ботинкам лучше предпочесть сапожки, в которые можно заправить штаны, изолировав ноги от попадания снега. Проследите, чтобы подошвы были рельефными – ребенок меньше будет скользить по снегу и льду. Чтобы застраховаться от потери варежек или перчаток, пришейте к ним резинку. При первых признаках переохлаждения надо вернуться домой и быстро переодеться. Время прогулок в холодное время должно быть меньше, чем в теплое.

Для тех, у кого есть возможность выезжать в область – катание на лыжах – наименее безопасный вид зимних прогулок. Однако, обратите внимание, может быть горка, на которой Вы собираетесь кататься, слишком крутая, ухабистая или леденистая? Постарайтесь исключить все возможные опасные ситуации. Разумеется, кататься следует в парковой зоне, либо за городом, либо в том районе города, где движение автотранспорта отсутствует.

В отличие от лыж, занятие коньками сопряжено все же с определенным риском. Необходимо иметь в виду следующее:

- катайтесь на коньках на специально оборудованных катках, опасно кататься на открытых водоемах;
- не ходите на каток в те дни, когда на нем катаются много людей. Риск получить серьезную травму в этом случае крайне велик;
- падения исключить невозможно, поэтому постарайтесь, чтобы ребенок был одет в плотную одежду; сейчас для начинающих конькобежцев есть средства индивидуальной защиты – наколенники, средства защиты ручек;

- не отходите от малыша ни на шаг, чтобы в случае необходимости поддержать его и избежать падений.

Для прогулки на санках ребенка надо одеть потеплее. Прежде чем ребенок сядет на санки, проверьте, нет ли в них неисправностей. Кататься на санках с горки нежелательно, лучше на ледянках. Объясните ребенку заранее, что на горке надо соблюдать дисциплину и последовательность.

Вам необходимо самим убедиться в безопасности горки, поэтому перед катанием внимательно изучите местность. Спуск не должен выходить на проезжую часть, а малышом лучше катать с маленьких пологих снежных горок, причём в немногочисленных местах и при отсутствии деревьев, заборов и других препятствий.

Нельзя разрешать ребенку кататься на санках, лежа на животе, он может повредить зубы или голову. Кататься на санках стоя нельзя! Опасно привязывать санки друг к другу.

Перевозить ребёнка через дорогу можно только в санках, которые толкаются перед собой. Если у них имеется только веревка-буксир, то ребенка необходимо вынуть. Следует учесть, что по малоснежной дороге с проплешинами асфальта санки едут медленно, поэтому будьте особенно бдительными.

Не разрешайте детям играть у дороги в любое время года. Учите детей, что нельзя выбегать на проезжую часть. Нежелательно валяться и играть в сугробах, которые находятся, например, под окнами домов или около подъезда. И, конечно, не позволяйте прыгать в сугроб с высоты. Неизвестно, что таит в нем пушистый снежок: под свежеснег может быть все что угодно: разбитые бутылки, камень, либо проволока, может там оказаться и мусор, который кто-то не донес до мусорки – да все что угодно!

Объясните детям, что нельзя брать в рот снег, ледяные корочки, сосульки: в них много невидимой для глаз грязи и микробов, которые могут вызвать болезнь.

При игре в снежки расскажите ребенку, что кидаться в лицо нельзя, и вообще кидать нужно не с силой! И не позволяйте детям строить глубокие снежные туннели, которые могут обвалиться!

Малыш должен знать:

- надевать рукавички, шапку, застегивать все пуговицы нужно еще до выхода на улицу. Поскольку холодный воздух может проникнуть под одежду;

- периодически заходить в дом, чтобы согреться и снять влажную одежду;

- нельзя оставаться на улице, когда метель или очень сильный мороз и ветер;

- нельзя грызть сосульки и есть снег. Поскольку снег очень грязный, в нем могут быть токсичные вещества. Да и можно запросто простудиться;

- нельзя прикладывать язычок к металлу;
- нужно ходить посередине тротуара, подальше от крыш домов. Ведь с крыши дома может упасть большая глыба снега вместе с сосульками;
- когда на тротуаре сплошной лед, ходить нужно маленькими шагами, наступая при этом на всю подошву (походкой «пингвина»);
- нельзя стоя кататься на санках, а на лыжах и коньках кататься нужно только в специально отведенных местах;
- если на горке много детей, нельзя толкаться и драться. А если горка расположена рядом с дорогой, или рядом много деревьев или забор, то для игры лучше подыскать другое место;
- снежки лепить небольшие, кидать их не очень сильно, а кидать в лицо вообще запрещено.

Вот основные правила безопасного поведения в зимнее время года, которые следует помнить взрослым и учить детей соблюдать их.

Заключение

Важно не только оберегать ребенка от опасности в любое время года, но и готовить его к встрече с возможными трудностями, формировать представление о наиболее опасных ситуациях, о необходимости соблюдения мер предосторожности, прививать ему навыки безопасного поведения на улице.

Всегда четко разъясняйте детям основы правил безопасности. Но всегда учитывайте их возраст. Если вы скажете трехлетке "не наступай на люк, можешь провалиться", то в лучшем случае он вас НЕ поймет, а в худшем опустит отрицательную частицу "НЕ" и именно наступит на канализационный люк. А вы не знали, что дети игнорируют отрицательные частицы? В общем, учтите, что для каждого возраста и уровня восприятия должны быть свои методы обучения безопасному поведению.

Уважаемые родители!

Помните о том, что формирование сознательного поведения – процесс длительный. Это сегодня ребенок всюду ходит за ручку с мамой, гуляет во дворе под присмотром взрослых, а завтра он станет самостоятельным. Многое зависит от вас. Вы для ребенка – пример для подражания!

Использованные интернет-источники:

1. <http://bezopasnost-detej.ru/bezopasnost-doshkolnikov/62-bezopasnost-detej-doshkolnogo-vozrasta>.
2. <http://bezopasnost-detej.ru/bezopasnost-doshkolnikov/133-bezopasnost-detej-na-progulke>.
3. <http://bezopasnost-detej.ru/bezopasnost-shkolnikov/110-pravila-povedeniya-na-kanikulakh-v-letnij-period>.
4. <http://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2016/02/11/bezopasnost-detey-v-zimniy-period>.
5. <http://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2015/02/11/statya-sovety-roditelyam-pravila-bezopasnosti-dlya>.