

Летние каникулы – прекрасная пора, когда детям хочется проводить как можно больше времени на природе. Однако, если не соблюдать правила поведения, поездка в лес или на озеро может закончиться печально. Необходимо соблюдать базовые правила безопасности в летний период, при соблюдении которых каникулы пройдут благополучно.

Общие правила

Базовые правила безопасности для детей:

1. Необходимо научить ребёнка переходить дорогу только на зелёный сигнал светофора.
2. Важно научить детей правилам пожарной безопасности.
3. Нужно, чтобы ребёнок знал: у незнакомых людей нельзя брать еду и подарки, нельзя в одиночку заходить с ними в лифт, садиться к ним в машину, соглашаться идти куда-нибудь вместе с ними.
4. При катании на велосипеде и роликовых коньках на ребёнке должен быть надет шлем, наколенники, налокотники.
5. Нельзя, чтобы ребёнок в одиночку ходил в опасные места: на чердаки, подвалы, стройки, заброшенные здания, пустыри и т. д.
6. Детей нужно одевать согласно с температурой: в жаркую погоду выберите одежду из лёгкой ткани.
7. Ребёнок должен знать свой домашний адрес и номер телефона как минимум одного из родителей.

Правила поведения на воде

Базовые правила безопасности на воде летом для детей:

1. Ребёнок должен купаться только под присмотром взрослых. Оставлять детей одних на водоёме категорически запрещено.
2. Плавать можно только недалеко от берега и в специально оборудованных местах, не заплывая за буйки.
3. В воду нужно входить быстро и не стоять без движения. Если ребёнок почувствовал озноб, он должен выйти из воды и сообщить об этом взрослым.
4. Нельзя купаться сразу после физической нагрузки или приема пищи.
5. Запрещается нырять в неизвестных водоёмах, в холодной или грязной воде.
6. В солнечную погоду нужно плавать в резиновой шапочке или другом головном уборе.
7. Не надо дразнить других детей, хватать их за ноги, притворяться тонущим, подавать ложные сигналы о помощи.
8. Не рекомендуется плавать на надувных матрасах, досках, резиновых шинах и других предметах.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



Купайся только
под присмотром взрослых.



В солнечную погоду
всегда надевай головной убор.



Не купайся и не ныряй
в незнакомых местах.



Не заплывай далеко
от берега на надувном матрасе.



Не затевай опасные игры в воде.



Не катайся на лодке без взрослых.



Если не умеешь плавать, пользуйся
нарукавниками или надувным кругом.



Не подавай сигналы ложной тревоги.



Прежде чем отправиться на природу с детьми, следует подготовиться: рассказать близким, куда вы идёте, взять с собой аптечку, спички, нож и часы. На случай непредвиденной задержки нужно взять с собой запас воды и еды.

Необходимо соблюдать базовые правила поведения: убирать за собой мусор, не разжигать костёр рядом с деревьями, перед уходом тушить кострище.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ЛЕСУ



Не разжигай костёр в лесу !

С огнём развлекаться довольно опасно – закончиться может забава ужасно. В лесу очень сухо бывает порой, костёр обернётся серьёзной бедой! Представьте, что пламя легко разгорится, начнёт полыхать, разбегаться искриться – его потушить невозможно тогда... Пожары лесные – большая беда!



Не оставляй мусор в лесу !

Вы в поход пришли, ребята... Отдохнуть, конечно, надо: поиграть и порезвиться, и наесться, и напиться... Но вокруг остались банки, целлофан, железки, склянки... Оставлять их здесь нельзя! Не поленимся, друзья: мусор тут, в лесу, чужой, заберём его с собой!



Не бейте стекло в лесу !

Нельзя стекло в лесу кидать, нельзя бутылки разбивать; осколки острые опасны – о них порежешься ужасно! А если вдруг на них свалиться – в больнице можно очутиться! И обитателям лесным стеклышки тоже не нужны...



Не разоряйте муравейники !

Муравьи – лесные санитары; так прозвали люди их недаром! Чтобы лес красивый был и здоров, без личинок вредящих и жуков, муравьи на страже день и ночь: гонят разных короедов прочь! Только ты им, друг мой, не мешай! Муравейники не разоряй! Эти санитары так нужны для лесов твоей родной страны!



Не шумите в лесу !

У леса музыка своя... Её послушайте друзья! Вот птички трели раздались, вот белка скачет вверх и вниз, а вот кузнечик затрещал, по ветке дятел застучал... Как много звуков тут и там! В лесу не нужен шум и гам; нельзя шуметь, галдеть, кричать и громко музыку включать!



Не рвите редкие цветы !

Есть цветочки редкие, белые и нежные; вам кивнут приветливо ландыши, подснежники... Только рвать не надо их – с ними лес добрый, светлей. Ведь теперь цветов таких очень мало на земле...

Экологические знаки по охране природы

Не разжигайте
костры



Не разрушайте
муравейники



Не причиняйте
вред деревьям



Не ловите
бабочек



Не рвите
цветы



Не разрушайте
гнезда



Находясь на природе, дети должны следовать нескольким простым правилам:

1. Постоянно находиться в зоне видимости взрослых.
2. Не собирать и не пробовать неизвестные растения и грибы.
3. Не трогать насекомых и диких зверей (даже маленьких детенышей). Они могут укусить или передать инфекцию.
4. Не подходить близко к водоемам, не заходить в воду без согласия взрослых.
5. При любой опасности сразу звать на помощь взрослых.

Если ребенок потерялся в лесу

Правила поведения:

- Осмотреться вокруг. Если видно лесную дорогу, лучше выйти на нее.
- Стоять на месте, кричать «ау», чтобы привлечь внимание взрослых.
- Прислушиваться к любым звукам. Идти на голоса людей, гудки машин.
- Если в лесу есть ручей, нужно идти вдоль него. Ручей приведет к реке и, скорее всего, к людям.

- Оставлять знаки, чтобы не ходить кругами: отламывать ветки деревьев, делать зарубки.
- Не есть незнакомые грибы и ягоды, не пить из незнакомого ручья.
- При наступлении темноты подготовиться к ночлегу: постелить на землю листву и накрыться листьями.
- Не паниковать и постоянно подавать любые возможные сигналы.

Насекомые

Защитить ребенка от кровососущих насекомых помогут специальные средства. Желательно выбирать детские репелленты на растительной основе. Срок их действия составляет 2–3 часа, поэтому при долгой прогулке наносить их нужно периодически.

Важно следить, чтобы репеллент не попадал в глаза, рот и дыхательные пути ребенка, а по возвращении домой нужно вымыть обработанные участки с мылом.

Если ребенка укусило кровососущее насекомое, на место укуса нужно нанести антигистаминную мазь, крепкий раствор пищевой соды либо просто приложить смоченную в воде салфетку.

Если укусила оса или пчела, нужно проверить, осталось ли в ранке жало, и при его наличии извлечь его с помощью пинцета. Если у ребенка есть аллергия на укусы насекомых, нужно дать ему антигистаминный препарат.

Важно обезопасить ребенка от укусов клещей. Перед походом в лес нужно надеть на малыша максимально закрытую одежду. Ноги нужно защитить высокими носками или колготками, в колготки заправить майку.

Обувь должна быть полностью закрытой, на голову нужно надеть шапку, панаму или платок. В верхнюю одежду должны быть вшиты резинки. Идеально, если одежда белого цвета: на ней будет легче всего заметить клещей. На одежду нужно периодически наносить репелленты.

Если, несмотря на предосторожности, на ребенке обнаружили клеща, нужно сразу обратиться в больницу или травмпункт.

Если нет возможности это сделать, можно попытаться удалить паразита с кожи самостоятельно:

1. Обработать место укуса антисептиком;
2. Подцепить клеща пинцетом как можно ближе к коже;
3. Достать насекомое выкручивающими движениями против часовой стрелки;
4. Поместить клеща в стеклянную емкость;
5. Повторно обработать кожу антисептиком.
6. Извлеченного клеща нужно отнести в лабораторию для анализа.



- На светлой одежде легче обнаружить клеща
- Надевайте шляпу и одежду с длинным рукавом
- Заправляйте штаны в носки или в высокую обувь
- Проверяйте каждые 15 мин. одежду и кожу
- Особое внимание к зонам шеи, подмышек, паха и ушей
- Изучите любимые места обитания клещей
- Используйте специальные репелленты против клещей
- Наносите препарат повторно по истечении времени
- Дождь, ветер, пот сокращают время действия репеллента

Солнце

Отправляясь на пляж или на природу в жаркую погоду, родители должны уделить внимание одежде ребенка и защитным средствам.

Одежда должна быть сделана из легкой ткани и покрывать все участки тела. Защитить шею ребенка от попадания ультрафиолетовых лучей поможет косынка или парео. Чтобы предотвратить солнечный удар, обязательно нужно надеть на голову малыша панаму.

Чтобы выбрать солнцезащитное средство для ребенка, нужно понимать, что кремы выпускают с различным уровнем защиты SF: от 3 до 60.

Чем выше этот фактор, тем выше концентрация химических веществ в его составе и тем выше вероятность возникновения аллергических реакций у ребенка. Поэтому оптимальным вариантом считаются кремы с SF от 15 до 35.

Наносить солнцезащитный крем следует каждый час, а также каждый раз после купания. С 10.00 до 15.00 лучше вовсе не загорать, а побыть в тени.

Если после пребывания на солнце у ребенка болит голова, наблюдается покраснение лица, сонливость, раздражительность, тошнота или рвота, это означает, что он получил солнечный удар. Нужно вызвать врача, а перед этим отвести ребенка в тень, напоить холодной водой, приложить ко лбу холодный компресс.

Отравления

Отравления у детей проявляются в виде общего недомогания, тошноты и рвоты, болями в животе, отказом от еды, иногда повышением температуры. При отравлении ядовитыми растениями или грибами также наблюдается головокружение, повышение слюноотделения, заторможенность речи, галлюцинации, судороги.

При обнаружении симптомов отравления нужно отвести ребенка к врачу. В домашних условиях можно сделать промывание желудка: дать малышу выпить 1–2 литра теплой воды и вызвать рвоту, засунув пальцы в рот и нажав на корень языка.

Затем ему нужно дать обезболивающие препараты, средства от рвоты и диареи. При этом самостоятельно проводить промывание желудка можно только детям от 5 лет: детям младше это можно делать только с помощью медицинского зонда.

Чтобы избежать отравлений при отдыхе на природе, нужно научить ребенка распознавать ядовитые растения и грибы, а также следить, чтобы после прогулки он обязательно мыл руки.

Травмы

Правила первой помощи в зависимости от типа травмы:

- При ожогах – промыть обожженную поверхность кожи водой, наложить стерильную повязку. Обратиться к врачу.
- При ушибах – приложить холодный компресс, обездвижить травмированную конечность, наложить тугую повязку. При необходимости обратиться к врачу.
- При вывихе или переломе – обездвижить травмированную часть тела, при наличии кровотечения наложить жгут, приложить холодный компресс. Вызвать скорую помощь.
- При ранах – промыть рану водой с мылом, обработать края 3-процентным спиртовым раствором йода, наложить стерильную повязку. При необходимости обратиться к врачу.
- При занозах – обработать кожу 3-процентным спиртовым раствором йода, извлечь занозу при наличии ее наружной части на поверхности. При наличии глубокой занозы нужно обратиться к врачу.