«Зимние травмы»

*Меры предосторожности*

В гололёд надо быть осторожным, избегать скользких мест. Предпочтение необходимо отдавать обуви с ребристой подошвой. Если у Вашего ребёнка на сапогах или ботинках подошва гладкая, обратитесь в обувную мастерскую и попросите приспособить обувь к зимнему времени. Особенно важно, чтобы обувь была удобной, не натирала.

*Помощь при травмах*

Главное, о чём следует помнить, - нельзя заниматься самолечением и оттягивать визит к врачу до последнего.

*Растяжение связок* – резкая боль при движении, припухлость, кровоподтёки.

Наложить повязку (эластичный бинт), обеспечив неподвижность сустава, и обратиться к врачу. Для уменьшения отёка можно наложить на больное место смоченную в холодной воде ткань или пузырь со льдом (но не более чем на 1-2 часа). Можно принять обезболивающее.

*Вывих* – сильная боль, отёк, неподвижность, изменение формы сустава.

Не старайтесь самостоятельно вправить вывихи, это может привести к болевому шоку у пострадавшего и дополнительным повреждениям. Нужно обеспечить неподвижность и покой повреждённого сустава: руку подвесить на бинте, шарфе, ремне, на ногу наложить шину (например, плоские доски) или прибинтовать её к другой ноге.

При вывихе бедра – положить пострадавшего на здоровый бок, не давая двигаться. Для уменьшения боли – приложить к повреждённому месту пузырь со льдом или холодной водой, дать обезболивающее.

В случае крайней необходимости, когда нет возможности вызвать врача, - больного нужно транспортировать в больницу самостоятельно, соблюдая особую осторожность.

*Перелом* – сильная, резкая боль, усиливающаяся при движении конечностью, чувствительность даже к очень слабому прикосновению. Отёчность и опухание с изменением цвета кожи, изменением формы места перелома.

Обеспечить полный покой повреждённой кости, наложить шину из подручных средств или прибинтовать повреждённые конечности друг к другу или к телу. Дать пострадавшему таблетку анальгина, приложить на место травмы что-нибудь холодное. При кровотечении наложить на рану стерильную повязку. Вызвать "скорую", если это возможно – перевезти пострадавшего на попутной машине в ближайшее медицинское учреждение, соблюдая особую осторожность.

*Ушибы головы* – частичная или полная потеря сознания, тошнота и рвота, замедление пульса, изменение давления.

Уложить пострадавшего на спину, повернув голову набок, положить на неё холод. Вызвать "скорую помощь" и не давать пострадавшему двигаться до её приезда.



«Правила безопасности в быту»

Родители должны учить детей быть осторожными, осмотрительными, подавлять в себе стремление неразумно рисковать в опасных для жизни ситуациях:

- Опасно играть на крышах гаражей, сараев. Можно не заметить край и упасть, сломать руки, ноги, долго лежать в больнице.

- Опасно лазить по деревьям.

- Нельзя наступать на крышку люков, колодцев, подходить близко к открытому люку и заглядывать в него, т.к. колодец глубокий и иногда наполнен водой.

- Очень опасно играть на подоконнике, высовываться в открытое окно дома или в транспорте и т.д.

Воспитывайте самостоятельность у старших детей, готовя их к школе, уча их обслуживать себя, учите соблюдать правила безопасности. Показывайте ребенку как, в какой последовательности, какими приемами следует выполнить то или иное дело, предупреждайте заранее о грозящих им бедах:

- Приучайте правильно пользоваться вилкой, не бойтесь давать детям нож (не слишком острый, с тупым концом).

Навык этот легко формируется в детстве и легко закрепляется на всю жизнь.

- Неприлично говорить с полным ртом, это также и опасно – можно подавиться.

- Пользуясь иголкой, нельзя вдевать длинную нитку, хранить иголки нужно только в специально отведенном месте. Не брать иголки в рот.



«Правила пожарной безопасности»

Дети с самого раннего возраста должны знать об опасностях, связанных с возникновением пожара.

Родители же должны научить их оберегать себя от этой опасности.

Детям в детском саду читают художественные произведения, в которых рассказывается о пожаре : С.Я.Маршак «Кошкин дом» (младшая группа); «Пожар» (средняя группа); А.Толстой «Пожарные собаки» (старшая группа); С.М.Маршак «Рассказ о неизвестном герое» (подготовительная группа).

Читая эти произведения, воспитатели обращают внимание детей не только на подвиги пожарных и людей, спасающих других от пожара, но и о том, от чего может возникнуть пожар, и как при этом надо себя вести.

Дети младшего и среднего возраста должны твердо усвоить правила:

- нельзя брать спички и играть с ними;

- нельзя без взрослых зажигать газ;

- в отсутствие взрослых нельзя включать электроприборы.

Родителям детей подготовительной к школе группы нужно в течение года постоянно подготавливать ребенка к новым будущим обязанностям: отпирать и запирать дверь, переходить улицу, подогревать обед, пользоваться электроприборами и т.д.

Показывайте ребенку как, в какой последовательности, какими приемами следует выполнять то или другое дело. Расскажите от чего может возникнуть пожар и как при этом себя вести:

в случае возникновения пожара следует немедленно позвать старших;

если дома есть телефон, то при опасности пожара следует позвонить по телефону 101.

ДЕТИ ДОЛЖНЫ ПОНЯТЬ , ЧТО ПОЖАР – БОЛЬШАЯ БЕДА,

люди остаются без жилья и всего необходимого для жизни, пожар угрожает и самой жизни человека.



«Правила поведения на улице»

Товарищи родители! В настоящее время во всех странах мира отмечается рост детского травматизма, особенно высок этот показатель в больших городах.

Сохранить здоровье детей, уберечь их от травм и инвалидности является долгом взрослых.

Дети должны расти здоровыми и в этом им надо разумно помогать: прививать навыки безопасного поведения, давать представление о наиболее частых и опасных ситуациях, чреватых получением травм.

Родители должны уделять большое внимание соблюдению детьми правил поведения на улице.

Любое незначительное нарушение, допущенное взрослыми, является плохим примером для ребенка.

- Переходя улицу с ребенком , взрослые должны обязательно держать его за руку. В противном случае ребенок может испугаться приближающегося транспорта и внезапно побежать через дорогу, подвергая себя опасности.

- Надо объяснять детям, что нельзя выходить одним без взрослых на проезжую часть улицы, а переходя улицу с ребенком, учить его правильной реакции на сигналы светофора, идти спокойно, не торопясь.

- Детям уже с 3-х, 4-х лет нужно сказать, как называются ближайшие улицы, по которым они идут в детский сад, магазин, поликлинику; напомнить правила движения по тротуару и переходя через дорогу, указать наиболее опасные места, где следует быть особенно внимательными.

- Расскажите детям о труде шофера, милиционера – регулировщика, понаблюдайте с ними за работой светофора.

- Необходимо воспитывать у детей старшего возраста самостоятельность при передвижении по улице.

С этой целью можно предложить ребенку, например, такое игровое задание: ты меня сегодня поведешь в булочную и мы купим с тобой хлеб. Но прежде чем ты пойдешь, расскажи по какой стороне тротуара нужно идти, где будем переходить дорогу и т.д. Ребенок действует под контролем и в сопровождении взрослого.

**

*Рекомендации родителям*

**1. При движении по тротуару:**

* придерживайтесь правой стороны тротуара;
* не ведите ребенка по краю тротуара: взрослый должен находиться со стороны проезжей части;

**2. Готовясь перейти дорогу:**

* остановитесь или замедлите движение, осмотрите проезжую часть;
* привлеките ребенка к наблюдению за обстановкой на дороге;
* подчеркивайте свои движения: поворот головы для осмотра улицы, остановку для осмотра дороги, остановку для пропуска автомобилей;
* учите ребенка различать приближающиеся транспортные средства;
* не стойте с ребенком на краю тротуара, так как при проезде транспортное средство может зацепить, сбить, наехать задними колесами;
* неоднократно показывайте ребенку, как транспортное средство останавливается у перехода, как оно движется по инерции.

**3. При выходе из дома:**

* сразу обратите внимание ребенка на движение транспортных средств у подъезда и вместе посмотрите, не приближается ли к вам автомобиль, мотоцикл, мопед, велосипед;
* если у подъезда стоят транспортные средства или растут деревья, закрывающие обзор, приостановите свое движение и оглянитесь нет ли за препятствием опасности.

**4. При ожидании общественного транспорта:**

* стойте вместе с детьми только на посадочных площадках, а при их отсутствии на тротуаре или обочине.

**5. При переходе проезжей части:**

* переходите дорогу только по пешеходным переходам или на перекрестках по отмеченной линии «зебре», иначе ребенок привыкнет переходить где придется;
* не спешите и не бегите; переходите дорогу всегда размеренным шагом;



* не переходите дорогу наискосок; подчеркивайте, показывайте и рассказывайте ребенку каждый раз, что идете строго поперек улицы, что это делается для лучшего наблюдения за автотранспортными средствами;
* не торопитесь переходить дорогу, если на другой стороне вы увидели друзей, родственников, знакомых. Не спешите и не бегите к ним, внушите ребенку, что это опасно;
* не начинайте переходить улицу, по которой редко проезжает транспорт, не посмотрев вокруг;
* объясните ребенку, что автомобили могут неожиданно выехать из переулка, со двора дома;

**6. При посадке и высадке из общественного транспорта:**

* выходите впереди ребенка, так как малыш может упасть, а ребенок постарше может выбежать из-за стоящего транспорта на проезжую часть;
* подходите для посадки к двери транспортного средства только после полной остановки: ребенок, как и взрослый, может оступиться и попасть под колеса;
* не садитесь в общественный транспорт в последний момент при его отправлении; особую опасность представляет передняя дверь, так как можно попасть под колеса транспортного средства;
* научите ребенка быть внимательным в зоне остановки, особо опасном месте для него: стоящий автобус сокращает обзор дороги в этой зоне.

**7. При движении автомобиля:**

* приучайте детей сидеть в автомобиле только пристегнутыми ремнем безопасности в детском кресле;
* не разрешайте малолетнему ребенку во время движения стоять: при столкновении или внезапной остановке он может перелететь через спинку сиденья и удариться о переднее стекло;
* не разрешайте детям находиться в автомобиле без присмотра