

**Муниципальное бюджетное учреждение
«Управление гражданской защиты»
городского округа город Уфа Республики Башкортостан**



МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ «Школа безопасного детства»

для педагогов и родителей



г. Уфа

Оглавление

Актуальность, цель и задачи методических рекомендаций	3-4
Работа родителей по предупреждению несчастных случаев.....	5
Основные условия проведения успешной профилактической работы с детьми	6
Безопасное детство. Зима	8
Катание на необорудованных горках	8
Гололёд	9
Обморожение	9
Сход снега	9
Катание на тюбингах	10
Безопасное детство. Весна	11
Безнадзорные животные	11
Тонкий (последний) лед	12
Половодье	13
Переохлаждение	13
Безопасное детство. Лето	14
Купание в необорудованных местах	14
Купание в оборудованных местах	15
Клещи	15
Природные пожары	16
Прогулки в лесу	16
Открытые окна	16
Безопасное детство. Осень	17
Дорога в школу	17
Тонкий (первый) лед	17
Переохлаждение	18
Безопасное детство. 24/7	19
Пожар	19
Дорожный травматизм	20
Утечка газа	20
Незнакомцы	21
Буллинг	22
Подозрительный предмет	24



Разработчики методических рекомендаций:

Данные методические рекомендации разработаны Муниципальным бюджетным учреждением «Управление гражданской защиты» городского округа город Уфа Республики Башкортостан¹ для педагогов и родителей и направлены на снижение несчастных случаев с детьми от внешних факторов. В их основе анализ наиболее частых причин происшествий с детьми в зависимости от сезона.

Актуальность

В целях профилактики несчастных случаев от внешних причин в образовательных организациях необходимо проводить информирование родителей о рисках, связанных с детской смертностью, их причинах, типах и способах предупреждения.

В методических рекомендациях рассматриваются различные аспекты организации и проведения комплекса мероприятий для образовательных организаций по информированию родителей о рисках, связанных с детской смертностью, они могут быть использованы для организации работы с родителями и детьми и подготовки родителей к прививанию детям культуры безопасного поведения.

Задача родителей – сделать все возможное, чтобы максимально обезопасить своего ребенка от несчастного случая.

На основании статистических данных можно утверждать, что причинами несчастных случаев в детском возрасте чаще всего является:

- отсутствие должного надзора за детьми всех возрастных групп;
- неосторожное, неправильное поведение ребенка в быту, на улице, во время игр, занятий спортом.

Возникновению несчастных случаев способствуют и психологические особенности детей: любознательность, гиперактивность, эмоциональность, недостаток жизненного опыта, а отсюда отсутствие чувства опасности.

Причины несчастных случаев с детьми имеют возрастную специфику:

- В возрасте до 4 лет дети чаще подвергаются несчастным случаям, самостоятельно познавая окружающий мир.

- В возрасте от 5 до 10 лет несчастные случаи происходят вследствие шалости, неосторожного поведения ребенка.

- В возрасте от 10 до 14 лет и старше – вследствие борьбы за лидерство. Так, у детей 10–12 лет появляются новые интересы, они становятся более активными, самостоятельными, в играх стараются проявить изобретательность, стремятся утвердиться в среде сверстников.

Бурная энергия и активность – факторы, способствующие возникновению несчастных случаев у школьников 10–13 лет.

Цель:

- формирование у детей культуры безопасного поведения, основных представлений, знаний, умений и навыков об основах безопасности жизнедеятельности
- формирование у взрослых осознанного отношения к безопасности детей.

Задачи:

- минимизация детского травматизма от внешних факторов
- ознакомление родителей и педагогов с основными причинами травматизма детей и рекомендациями, как этого можно избежать.

В данных методических рекомендациях рассматриваются:

1. Опасные внешние факторы для детей зимой
2. Опасные внешние факторы для детей весной
3. Опасные внешние факторы для детей летом
4. Опасные внешние факторы для детей осенью
5. Опасные внешние факторы, которые несут потенциальную угрозу детям ежедневно.



- это нужно помнить!



- это важно знать!



- это нужно рассказать!



- постоянно напоминай

Рекомендуем педагогам внедрить на уроках «Пятиминутку безопасности» и напоминать учащимся об основных опасностях, характерных для определенного периода.

Задача родителей по предупреждению несчастных случаев с детьми:

- создание безопасной среды пребывания ребенка, обеспечение надзора
- систематическое обучение детей основам профилактики несчастных случаев.

Создание безопасной среды пребывания ребенка предполагает:

- организацию досуга ребенка, включение его в интересные и полезные развивающие занятия;
- ограничение опасных условий, обеспечение недоступности для ребенка опасных средств и веществ;
- запрет на пребывание ребенка в местах, связанных с рисками для жизни и здоровья без присмотра взрослых (стройках, запретных и промышленных зонах, местах интенсивного движения транспорта, открытых водоемах);
- обеспечение постоянного надзора за времяпровождением и занятиями ребенка (обеспечение организованного отдыха или присмотра со стороны самих родителей, родственников, регулярный контакт с ребенком в течение дня с использованием электронных средств связи).



Систематическое обучение детей основам профилактики несчастных случаев включает:

- информирование ребенка о видах и причинах несчастных случаев, рисках, влекущих за собой травматизм, увечья и смерть, а также об условиях и способах избегания несчастных случаев;
- регулярное инструктирование ребенка о правилах и мерах безопасного поведения в быту, на улицах, дороге, транспорте, на игровых и спортивных площадках;

- обучение ребенка (особенно подростка) противостоянию подстрекательству к опасному поведению со стороны ровесников или старших товарищей;
- формирование ответственности за здоровье и жизнь окружающих людей, особенно младших товарищей, которые могут стать жертвой нелепых и опасных рекомендаций подростков, подстрекающих к опасным играм и занятиям;
- обучение ребенка элементарным мерам первой помощи и прежде всего обеспечение возможности обратиться за помощью к взрослым.



Основные условия проведения успешной профилактической работы с детьми

Чтобы избежать несчастных случаев, родителям прежде всего следует изменить свое собственное отношение к рискам. Несчастные случаи должны перестать считаться роковым злом, которое почти невозможно предупредить.

Только при таком условии можно выработать у ребенка навыки осмотрительного поведения.



Родители сами должны показывать пример безопасного и ответственного поведения.

Важно не развить у ребенка чувства робости и страха, а, наоборот, внушить ему, что опасности можно избежать, если вести себя правильно и уметь просчитывать возможные риски!

Никакой реальной пользы не будет от бесконечных напоминаний «будь осторожен», «делай аккуратно». Необходимо конкретно объяснять, что именно следует делать и что делать нельзя. Следует научить ребенка последовательно выполнять ряд действий, объясняя, почему необходимо делать именно так. Действие, которое взрослыми совершается автоматически, ребенку необходимо объяснить детально.

Основное внимание взрослых в профилактике обычно бывает направлено на предупреждение дорожно-транспортного травматизма и предупреждение несчастных случаев при выполнении хозяйственных работ. Родителям важно понимать, что несчастные случаи чаще всего происходят во время игр и развлечений. Следует именно им уделять повышенное внимание при инструктировании ребенка.

Очень важно приучать детей к самообслуживанию, к участию в домашнем труде. Ребята, помогающие родителям, как правило, более аккуратны, внимательны и менее подвержены действию опасных факторов. Приучая ребенка к работе по дому, следует подробно разъяснить ему, почему необходимо выполнять те или иные правила при пользовании ножом, иголкой, электроприборами, механизированными инструментами.



Иногда бывает полезно рассказать ребенку о несчастных случаях, которые произошли с другими детьми. Чтобы этот рассказ ему запомнился и принес реальную пользу воспитанию навыков правильного поведения, необходимо предоставить возможность самому разобраться в причинах несчастия.

Ребенок должен понять, как можно было бы в данной ситуации избежать опасности. Именно такой подход убедит его в том, что опасность всегда можно предотвратить.

Родители не должны равнодушно проходить мимо небезопасных шалостей детей, их долг предотвратить беду, даже если она угрожает чужому ребенку. Если родители совместно с детьми становятся свидетелями опасного поведения других людей, это должно стать поводом для серьезного обсуждения.



Для предупреждения несчастных случаев необходимо помнить о причинах, приводящих к ним, а также действиях, которые помогут их предотвратить.

i При разработке рекомендаций учитывался методический опыт образовательных учреждений и использовалась информация из открытых источников. При подготовке раздела «Буллинг» использовались «Методические рекомендации по профилактике, выявлению и коррекции буллинга в детских коллективах» Уполномоченного по правам ребенка в Республике Башкортостан и «Руководство для родителей про буллинг. Что делать, если ваш ребенок вовлечен?» под редакцией академика РАО А.А. Реана.

Безопасное детство. Зима

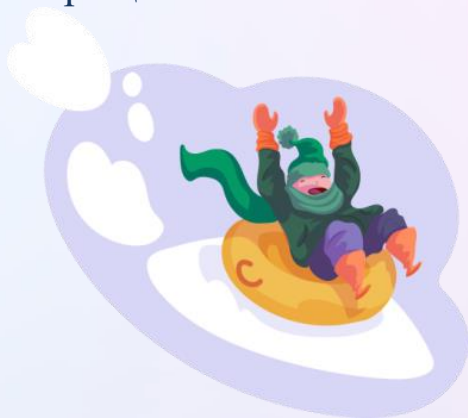
Зимой детям несут потенциальную угрозу следующие факторы:



- катание на необорудованных горках;
- нарушение правил поведения на оборудованных горках;
- обморожение;
- сход снега;
- гололед;
- катание на тубингах.

Катание на необорудованных горках

Постоянно напоминайте детям, что нельзя кататься со склонов, выходящих на проезжую часть, замерзший водоем, если горка заканчивается препятствием или на пути имеет преграды, ямы, бугры. Особенно опасны те горки, где установлены таблички «Катание запрещено!».



Нарушение правил поведения на оборудованных горках

В официальном ледовом городке ребенок может получить травму, если он будет:

- бегать в ледяных лабиринтах или

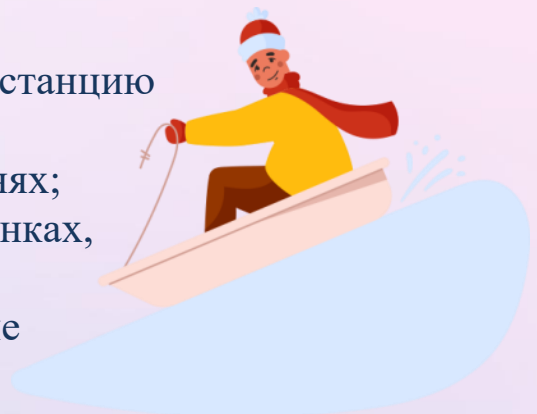
попытаются залезть на ледяную фигуру;

- толкаться на горках, не выдерживать дистанцию между скатывающимися;

- скатываться вниз стоя на ногах или коленях;

- кататься не на специальных санках-ледянках, а, например, на пакете;

- задерживаться внизу горки после скатывания или перебежать «дорогу» перед скатывающимися.





Гололед

Напоминайте детям, что когда на улице скользко, то нельзя слишком близко подходить к краю проезжей части – можно поскользнуться и упасть под колеса проезжающей машины. Нужно аккуратнее выходить из транспорта, магазинов и т. д., спускаться по лестницам – держась за перила, если они есть. На особенно скользких участках тротуаров и дорог следует идти на присогнутых ногах, не отрывая полностью стоп от земли, как будто идете на лыжах или коньках.



Обморожение

Обморожение ребенок может получить, если будет легко одет, вместо варежек наденет перчатки, будет ходить без головного убора и шарфа.



В морозную погоду нужно одевать ребенка по принципу многослойности. Если ребенок получил обморожение, ни в коем случае не пытайтесь растереть поврежденные участки или отогреть ребенка в



горячей ванной – избегайте резких перепадов температуры и вызовите врача.

Сход снега



Зимой, когда происходит потепление или выпадает много снега (иногда эти два фактора объединяются), увеличиваются риски схода снежных масс и наледи с крыш зданий. Нужно напоминать детям, чтобы они с осторожностью проходили мимо зданий, всегда



сначала смотрели вверх: есть ли на краю крыши снег или сосулька. Если да, то лучше изменить маршрут, если по-другому никак не пройти, то нужно проходить как можно дальше от здания.

Также нужно объяснять детям, что если какой-то участок перегорожен сигнальной лентой, то нельзя заходить внутрь – так службы обозначают опасное место: здесь либо может упасть снег или сосулька, либо специалисты сейчас будут чистить крышу.

Катание на тюбингах

Одна из наиболее частых причин травмирования не только детей, но и взрослых в зимний период – нарушение мер безопасности при катании на тюбинге («ватрушке»).



Что нужно помнить:

- кататься можно только на специальных тюбинговых трассах, где учтены все нюансы: некрутой снежный склон, отсутствие деревьев, столбов, камней, ям или бугров на «маршруте».

Трасса должна иметь возможность длительного торможения в конце спуска;

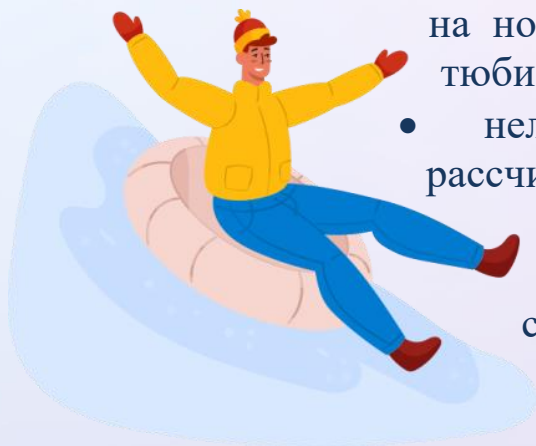
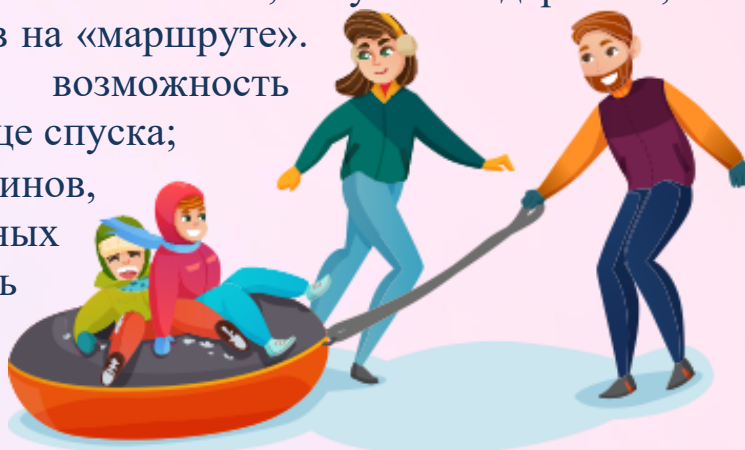
- нельзя спускаться с трамплинов, обледенелых или бесснежных участков склона и совершать спуск, предварительно разбежавшись;

- опасно кататься лежа, стоя

на ногах или коленях, а также пытаться покинуть тюбинг во время движения;

- нельзя перегружать «ватрушку»: если она рассчитана на одного человека, то и использоваться должна как одноместная;

- опасно привязывать надувные санки к снегоходу, автомобилю и другим транспортным средствам, а также сцеплять тюбинги между собой.

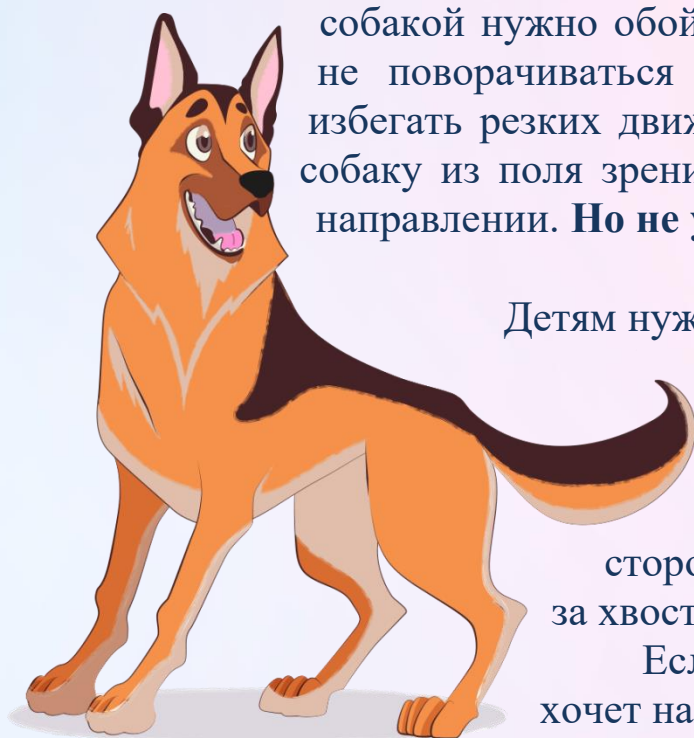


Безопасное детство. Весна

Безнадзорные животные



Безнадзорные животные представляют потенциальную опасность в любое время года, однако весной, в силу природных инстинктов, они становятся более агрессивными. В случае встречи с безнадзорной собакой нужно обойти ее стороной, но ни в коем случае не поворачиваться к животному спиной. Необходимо избегать резких движений, взмахов руками. Не выпуская собаку из поля зрения, следует боком уходить в нужном направлении. **Но не убежать!**



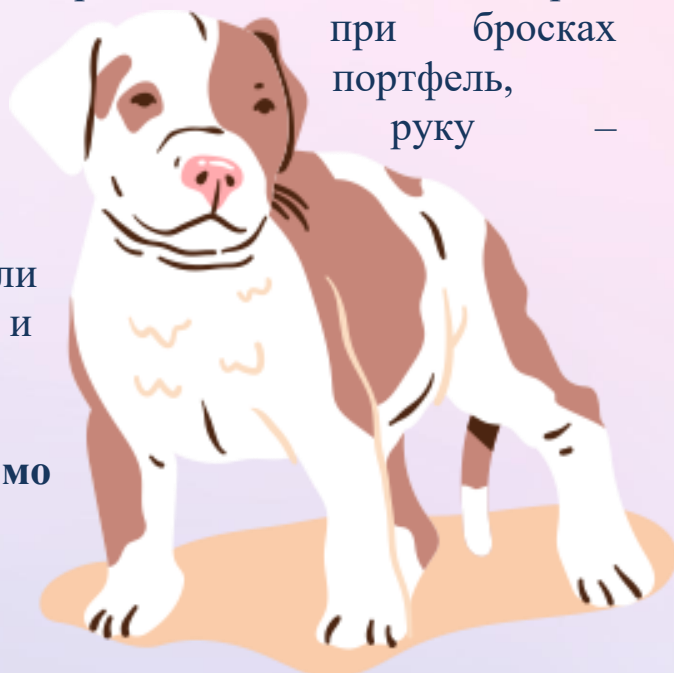
Детям нужно рассказать, что **нельзя**:

- подходить к собаке, которая ест, спит или агрессивно себя ведет;
- провоцировать животных – совершать резкие движения в их сторону, кидать в них предметы, дергать за хвост и другие части тела, отбирать еду.

Если собака агрессивно себя ведет и хочет напасть, нужно готовиться к защите.



Следует осмотреться, возможно, рядом есть палка, которой можно обороняться. Если ничего нет, собаки нужно выставлять вперед сумку со сменкой, в крайнем случае чтобы уберечь от укусов корпус.



При близком контакте сумкой или портфелем следует прикрывать шею и грудную клетку.

И главное, все время необходимо громко звать на помощь.

Тонкий (последний) лед



Последний лед отличается от первого льда тем, что он более рыхлый, непрочный и разрушается под ногами без характерного треска.

Самое главное, что нужно донести до детей, что на лед вообще выходить не нужно, особенно бегать по нему, прыгать, проверять его прочность ударом ноги.

Иногда люди проваливаются под лед, когда пытаются спасти своего питомца, поэтому проинструктируйте детей, чтобы во время прогулки возле замерзшего водоема они не отпускали домашних животных с поводка.

Весной детей приманивают реки таким явлением, как ледоход. Объясните детям, что нельзя:

- подходить близко к реке в местах затора льда и стоять на обрывистом берегу, подвергнутому размыву и обвалу;

- выходить на лед и пытаться перейти или переправиться через водоемы, в том числе реки;

- играть на льдинах или непосредственно с ними: стоять, кататься или прыгать на них, а также пытаться отталкивать прибитые к берегу льдины.



Ребенок должен знать и то, как вести себя, если станет свидетелем несчастного случая на замерзшем водоеме.

Ему нужно сообщить о происшествии по номеру 112 и передать следующую информацию: название водоема, примерное место, где произошел инцидент, сколько человек нуждается в помощи – и ответить на наводящие вопросы диспетчера.



Научите ребенка и самоспасению из ледяной воды.

Если он провалился под лед, он должен широко раскинуть руки по кромкам льда (чтобы не погрузиться с головой) и передвинуться к тому краю полыньи, где течение не увлечет под лед. Ребенок сразу же должен звать на помощь и пытаться выбраться: опершись на лед



локтями, приведя тело в горизонтальное положение, постараться забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, затем поворотом корпуса вытащить вторую ногу. После этого нужно ползком продвигаться в ту сторону, откуда пришел, желательно по своим следам. Как только он достигнет берега, сразу должен обратиться за помощью к взрослым.

Половодье

Про поведение в период половодья (весеннего разлива рек) детям нужно знать два правила.

Первое правило – нельзя ходить по затопленным участкам дорог: под водой могут быть колодцы или глубокие ямы.

Второе правило – если резко приходит вода, на улице нужно подниматься на возвышенности, дома – на верхние этажи. И сразу же сообщить о ситуации родителям или по номеру 112.



Переохлаждение



Помимо обморожения, про которое речь шла выше, детям в межсезонье угрожает переохлаждение.

К переохлаждению может привести долгое нахождение на открытом воздухе, сильный ветер, промокшая одежда и обувь.

Объясните ребенку, что если он чувствует, что ему холодно, то он должен активнее двигаться. А если эта мера не помогла, то нужно идти домой. Поводом возвратиться домой является и промокшая одежда и обувь.



Безопасное детство. Лето



Купание в необорудованных местах

Самую большую угрозу детской безопасности летом несет купание вне официальных пляжей.

Необходимо донести до ребенка, что одному ему нельзя ходить купаться (только со взрослыми). И посещать он должен официальные пляжи. Для этого ему нужно знать, как отличить официальный пляж от «дикого».

На официальном пляже есть:

- пляжный инвентарь (лежаки, зонтики и т. д.);
- купальная зона огорожена специальными буйками, есть место для купания детей;
- спасатели.

На «диком» пляже ничего из вышеперечисленного нет.

Самые опасные участки водоемов:

- где установлены информационные аншлаги «Купание запрещено!»;
- места стоянки судов (в том числе возле причальных стенок, плавучих понтонов);
- места с крутыми, обрывистыми берегами и сильным течением;
- места с водной растительностью (водоросли, камыши, трава).



Золотые правила безопасности на воде для детей и взрослых:

1. Не баловаться в воде.
2. Не нырять в незнакомых местах.
3. Не заплывать на глубину.
4. Если устали или уносит течение – сразу нужно звать на помощь.
5. Если уносит течение, нужно не бороться с ним, а плыть по течению, приближаясь к берегу. Если устали, следует лечь на спину, сделать глубокий вдох, немного отдохнуть и после продолжить плыть к берегу.

Зачастую родители сами подают дурной пример детям и водят их купаться в необорудованные места. Ребенок запоминает «дикие» пляжи как безопасные и считает так: раз меня сюда приводил папа (мама, брат, сестра и т. д.), значит, здесь купаться можно, здесь я в безопасности.



Купание в оборудованных местах

На официальном пляже тоже нужно соблюдать правила поведения (вышеуказанные сюда также относятся), а ребенка – готовить к такому виду отдыха. У детей должен быть плавательный костюм, удерживающие на воде средства (надувные нарукавники, круг, жилет), головной убор.



Объясните детям, что нельзя заплывать за буйки и подавать ложные сигналы о помощи и что нужно слушаться спасателей, которые дежурят на пляже.

Клещи

Опасность быть укушенным клещом появляется весной и сохраняется до поздней осени. Сам по себе клещ безобиден, но, если он инфицирован, последствия для здоровья могут быть катастрофическими.



Как обезопасить ребенка от укуса клеща:

- на прогулку в лес надевайте плотно прилегающую однотонную светлую одежду, застегните ворот и манжеты на рукавах, брюки заправьте в носки или сапоги;
- голову повяжите платком, наденьте шапочку или капюшон;
- обработайте одежду специальными средствами химической защиты от клещей (репеллентами);
- каждые два часа проводите поверхностный осмотр одежды, головы и открытых участков тела, чтобы вовремя заметить и снять насекомое. Обязательно осмотрите ребенка по возвращении домой.

Если клещ все же укусил, для удаления насекомого и принятия дальнейших мер необходимо доставить ребенка в травмпункт.



Природные пожары

Весной и летом, чтобы уберечь наши леса от природных пожаров, вводится особый противопожарный режим. В это время нельзя разжигать костры, сжигать мусор, посещать леса и т. д. За нарушение правил предусмотрена административная и уголовная ответственность.

Поэтому детей нужно строго проинструктировать, что нельзя играть со спичками, разжигать костры, поджигать тополиный пух и др.

И обязательно нужно рассказать ребенку, что делать, если он заметил очаг природного пожара:

- сообщить о пожаре взрослым или позвонить по номеру 112;
- покинуть опасную зону.



Прогулка в лесу

Ребенок должен быть одет по погоде, в яркую одежду. У него должен быть свой рюкзачок с водой (обычной, не сладкой), перекусом, заряженным телефоном.

Перед тем как отправиться в поход или на прогулку в лес, обязательно объясните ему, как нужно себя вести:

- нельзя отставать от взрослых, убегать и прятаться;
- нужно всегда отвечать, когда тебя зовут;
- нельзя собирать ягоды, растения, грибы и есть их;
- если потерялся, следует оставаться на месте и звать на помощь.



Открытые окна

Каждый год в Уфе происходят несчастные случаи, когда дети погибают, упав из окна.

Что нужно знать, чтобы избежать трагедии:

- не приучайте ребенка играть на подоконнике. Для него это должно быть местом повышенной опасности, а не игровой площадкой;

- уберите от окон все предметы, по которым он может взобраться на подоконник;

- не оставляйте ребенка в комнате одного, если там открыто окно;

- установите оконные блокираторы, которые не позволят ребенку открыть окно. В крайнем случае можно закрывать окно и просто снимать ручку.



Безопасное детство. Осень



Дорога в школу

Каждый ребенок должен знать наиболее короткий и безопасный путь от дома до образовательного учреждения / кружка / секции. Если, следуя по нему, школьник будет пересекать проезжие части дорог, ездить на автобусе и т. д., то задача родителей – подробно объяснить правила поведения на дороге и в общественном транспорте. Еще лучше: перед началом учебного года пройти этот путь вместе с ребенком и напомнить, что нельзя переходить дорогу в неположенных



местах, на красный свет и не убедившись в полной остановке автомобильного потока. Также должно войти в привычку, чтобы школьник сообщал родителям, что он дошел / доехал до школы / дома / секции в целости и сохранности.

Тонкий (первый) лед

Самое главное, что нужно донести до детей, что на лед вообще выходить не нужно, особенно бегать по нему, прыгать, проверять его прочность ударом ноги. Особенно нужно остерегаться тех мест, где установлены предупреждающие аншлаги «Выход на лед запрещен!». Безопасной считается толщина коренного льда в 10 см.

Если ребенок все же вышел на лед и услышал под ногами потрескивание, ему нужно сразу же вернуться обратно. Для этого нужно лечь на лед и как можно быстрее отползти в сторону и назад. **Бежать нельзя!**





Если ребенок провалился под лед, он должен широко раскинуть руки по кромкам льда (чтобы не погрузиться с головой) и передвинуться к тому краю полыньи, где течение не увлечет под лед. Ребенок сразу же должен звать на помощь и пытаться выбраться:

опершись на лед локтями, приведя тело в горизонтальное положение, постараться забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, затем поворотом корпуса вытащить вторую ногу. После этого нужно ползком продвигаться в ту сторону, откуда пришел, желательно по своим следам. Как только он достигнет берега, сразу должен обратиться за помощью к взрослым.

Иногда люди проваливаются под лед, когда пытаются спасти своего питомца, поэтому проинструктируйте детей, чтобы во время прогулки возле замерзшего водоема они не отпускали домашних животных с поводка.

Ребенок должен знать и то, как вести себя, если станет свидетелем несчастного случая на замерзшем водоеме.

Ему нужно сообщить о происшествии по номеру 112 и передать следующую информацию: название водоема, примерное место, где произошел инцидент, сколько человек нуждается в помощи – и ответить на наводящие вопросы диспетчера.

Переохлаждение

В осенний период к переохлаждению может привести нежелание ребенка, привыкшего к летнему теплу, одеваться по погоде: гулять без шапки, в легкой куртке. Помимо этого, он может получить переохлаждение, если будет долго находиться на улице, если погода будет ветреной или у него промокнет одежда или обувь.

При первых симптомах переохлаждения (дрожь, бледность кожных покровов, холодные конечности и т. д.) необходимо либо начинать активно двигаться, либо идти домой (заходить в теплое помещение).



Безопасное детство. 24/7

Не все опасности, которым подвергаются дети, подразделяются на сезонные. Некоторые представляют угрозу постоянно. Здесь мы рассмотрим основные из них.



Пожар

Ежегодно в пожарах гибнут дети. Подчас трагедий можно было бы избежать, если бы они знали, как себя вести во время пожара.

Что же должен знать каждый ребенок?

При обнаружении признаков пожара нужно сообщить об этом взрослым, позвонить по телефону 01, 101 или 112 и назвать точный адрес.

Если ребенок один в помещении и с ним находятся младшие дети, ему следует вывести их из здания. **Во время пожара нельзя пользоваться лифтами**, спустаться вниз можно только по лестнице.



Уходя, нужно закрыть двери в помещение, в котором произошел пожар.

Если комнаты задымлены, необходимо передвигаться к выходу ползком, пригибаясь как можно ближе к полу.

Если огонь отрезал путь к выходу, нужно выйти на балкон, звать на помощь. Если нет балкона, уйти в комнату, где есть окна, плотно закрыть дверь, заткнуть щели и подавать сигналы у окна. Нельзя нараспашку

открывать окна – из-за притока воздуха огонь разгорится сильнее. В замкнутом помещении без окон следует кричать, стучать в стены, пол, по батареям. **При пожаре нельзя прятаться!**



В задымленном помещении нужно дышать через ткань, намоченную водой.

При загорании одежды нельзя бежать (горение будет еще сильнее). Необходимо снять быстро с себя одежду, бросить ее в безопасное место и потушить. Если одежду снять невозможно, то нужно лечь на пол и крутиться, чтобы сбить пламя.

В задымленном помещении необходимо реагировать на крики, не пугаться, дать себя обнаружить и спасти.



Дорожный травматизм



Не менее важно для ребенка и знание правил дорожного движения.

Объясните детям, что каждая дорога является опасной, и, даже выбегая из подъезда, можно попасть под колеса автомобиля. Передвигаться следует по тротуарам, в том числе это касается и катания на самокатах и велосипедах. Проезжие части нужно пересекать только в положенных местах, где есть пешеходные переходы, и только на зеленый сигнал светофора. Чтобы ребенок был замечен водителям и в темное время суток, у него на одежде или рюкзаке должны быть световозвращающие элементы.



При переходе через дорогу нужно:

- спешиться с велосипеда или самоката;
- ждать, пока остановятся все машины;
- внимательно смотреть по сторонам;
- не отвлекаться на телефон, не слушать в этот момент музыку;
- зимой не подходить близко к краю проезжей части – там бывает очень скользко.

Утечка газа

Каждый ребенок должен знать, как вести себя при утечке газа.

НЕОБХОДИМО:

- сообщить взрослым;
- если дома никого нет, старшеклассники могут перекрыть газ сами, в том числе закрыть общий вентиль. Дети помладше могут обратиться к соседям;
- позвонить в аварийную газовую службу по номеру 104, либо же сообщить об утечке на номер 112 из НЕЗАГАЗОВАННОГО помещения;
- открыть окна и двери для проветривания;
- эвакуироваться на улицу по лестничным маршам, предупредить соседей о происшествии.

При утечке газа НЕЛЬЗЯ:

- пользоваться электроприборами, включать и выключать свет;
- звонить по домашнему телефону;
- зажигать огонь, в частности искать место утечки при помощи спичек или зажигалки.





Незнакомцы

Еще одной опасностью, которой дети подвергаются постоянно, являются люди с плохими намерениями. Они могут быть дружелюбными, подталкивать ребенка на контакт, используя всевозможные уловки и хитрости, могут быть подозрительными, но во всех этих ситуациях дети должны знать, как себя вести.



Нельзя уходить с незнакомым или малознакомым человеком, вне зависимости от того, что он говорит. Он может подкупать («я тебе дам конфетку, если пойдешь со мной», «идем ко мне домой играть в видеоигры» и т. д.), просить о помощи («помоги найти моего щеночка, он убежал в те кусты»), пугать («твоя мама в больнице, она попросила меня отвести тебя к ней») и др. Родителям нужно разъяснить, что ни за что ребенок не должен уходить куда бы то ни было с незнакомцем и не должен стесняться звать на помощь окружающих, если тот не отстает и, более того, начинает предпринимать активные действия.



В случае преследования следует избегать безлюдных мест: гаражей, заброшенных зданий, стройплощадок, опасно забегать в подъезды домов, в лифты. Необходимо бежать и кричать, что вас преследуют (не стеснясь!), в сторону торговых центров, людных остановок общественного транспорта, магазинов, учебных заведений и т. д.

Важно, чтобы ребенок сумел обратить на себя внимание встречающихся на пути людей, которые в случае необходимости смогут дать отпор преследователю или вызвать полицию.



Буллинг

Буллинг – это систематические и регулярные акты насилия, направленные против одного или нескольких людей. Буллинг может проявляться в виде оскорбления, унижения, нанесения телесного вреда и исходит со стороны основной части коллектива или отдельных его членов.

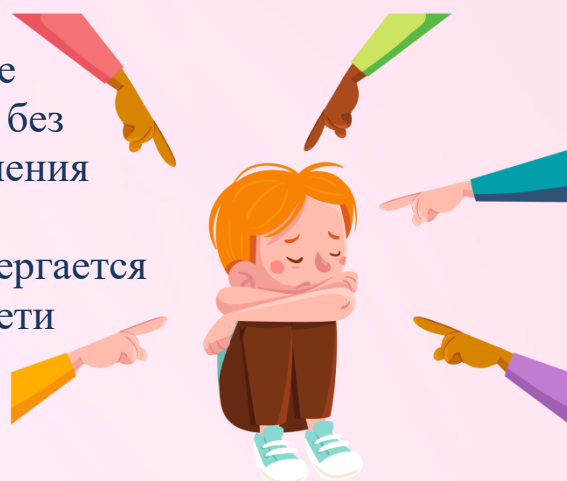
Согласно статистике, с буллингом сталкивается порядка **30 % школьников**. Очень часто трудно отличить буллинг от конфликта или единичной драки, поэтому и происходит подмена понятий: родители принимают каждый синяк или царапину за буллинг или, наоборот, даже самые явные признаки оставляют без внимания и оставляют для саморазрешения детские стычки.

Узнать о том, что ребенок подвергается травле, может быть непросто – иногда дети предпочитают замалчивать происходящее. **Но можно выделить следующие признаки:**

- ребенок часто пытается избежать посещения школы под любыми предлогами;
- начинает хуже учиться и теряет интерес даже к любимым предметам;
- изменяется поведение (замкнутость, необщительность, апатия, раздражительность, агрессивность);
- часто болеет, жалуется на боли в груди, животе, головную боль при отсутствии соответствующей симптоматики заболеваний, теряет аппетит, часты нарушения сна и ночные кошмары;
- вы замечаете ссадины или другие повреждения тела, происхождение которых ребенок не может объяснить;
- появляются запросы на дополнительные деньги.

Что делать родителям, если ребенок подвергается буллингу:

- окажите психологическую и эмоциональную поддержку ребенку, дайте понять ребенку, что вы на его стороне и приложите максимум усилий, чтобы урегулировать сложившуюся ситуацию с травлей;
- не поддавайтесь паническим и агрессивным настроениям, сохраняйте спокойствие;



- внимательно выслушайте ребенка, разберитесь в причине и последовательности событий, задавайте вопросы и попытайтесь узнать его мнение по поводу причины сложившейся ситуации. Поймите страх вашего ребенка перед издевательствами. Ни в коем случае не критикуйте и не обвиняйте ребенка в сложившейся ситуации. Важно донести до него мысль, что на месте жертвы может оказаться каждый;

- не пускайте все на самотек, не пытайтесь сделать события менее значимыми или использовать иронию, не предлагайте быстрые решения и никого не обвиняйте;

- если вы регулярно видите на теле ребенка следы побоев, отведите его в травмпункт и получите документ, подтверждающий, что его избили;

- уведомите о происходящем руководство школы, классного руководителя и школьного психолога. Если они не пытаются решить проблему, обратитесь в полицию;

- отведите ребенка к психологу.

Советы преподавателям:

- соберите детей вместе, расспросите их о причинах этого, **объясните, что травля недопустима**. Расскажите, что чувствуют дети, которые столкнулись с буллингом. Во время разговора не повышайте голос, никого не оскорбляйте. Имеет смысл также побеседовать с каждым из детей – активных участников травли – один на один;

- если травля продолжается, вызовите родителей в школу и проведите индивидуальные беседы. Постарайтесь побеседовать и с родителями жертв. Важно поднимать проблему травли на школьных собраниях;

- уведомите о происходящем школьного психолога. Полезно направить к нему жертв и обидчиков, чтобы он обсудил ситуацию с каждым из них;

- если Вы не классный руководитель группы, то свяжитесь с классным руководителем и при необходимости действуйте с ним совместно, особенно если он достаточно пассивно реагирует и вряд ли станет делать что-то самостоятельно;

- если ребенка начнут регулярно избивать, а агрессивность обидчиков возрастет, необходимо уведомить об этом руководство школы. **Главная задача взрослых в ситуации с буллингом – объяснить ребенку, что он не виноват, и помочь ему справиться с этой проблемой.**

Подозрительный предмет

Если ребенок обнаружил бесхозный пакет или сумку в школе, в подъезде или автобусе, он должен знать, как себя вести.



Три главных правила:

1. Ребенок не должен трогать, открывать, двигать предмет

2. Ему нужно сразу же сообщить о находке взрослому: в школе – педагогу или охраннику, на улице – человеку в форме или любому взрослому, в автобусе – водителю или кондуктору.

3. Ни в коем случае нельзя пользоваться мобильным телефоном вблизи подозрительного предмета.

