

КАКИЕ ОПАСНОСТИ МОГУТ ПОДСТЕРЕГАТЬ ОСЕНЬЮ?

Осенью на улицах становится больше машин, людей и, увы, опасностей, которые подстерегают наших детей. Но предупреждён – значит вооружён, поэтому давайте вспомним основные правила, чтобы не попасть в непредвиденную ситуацию. Обо всём этом мы сейчас и поговорим.

Перед началом учебного года необходимо вспомнить самим и повторить с детьми правила дорожного движения и безопасного поведения на дороге.

1. Ещё раз повторите с ребёнком правила безопасного перехода проезжей части дороги. Расскажите ему, что необходимо переходить дорогу только по пешеходному переходу и на зелёный сигнал пешеходного светофора, убедившись в безопасности.
2. Если пешеходный переход не регулируется светофором, то здесь нужно быть особенно внимательным. Напомните ребёнку, что он сначала должен пропустить все транспортные средства. Акцентируйте внимание на то, что за крупными автомобилями и автобусами могут быть не видны другие машины или мотоциклы. Только убедившись в том, что переход свободен и безопасен, можно идти по «зебре». Используйте правило: **Стой** – **Смотри** – **Слушай** – **Думай** – **Иди**.
3. Научите ребёнка понимать знаки регулировщика. Движение пешеходов разрешено со стороны левого и правого боков, если у регулировщика руки вытянуты в стороны или опущены; а также разрешено переходить дорогу за спиной регулировщика, когда его правая рука вытянута вперёд.
4. В непогоду по мокрому асфальту идти труднее – можно поскользнуться, упасть, получить травму. Всё это надо учитывать при переходе дороги. Главное – не спешить!
5. В темноте в непогоду нелегко и водителям – свет автомобильных фар отражается в лужах, на мокром асфальте и дезориентирует шофёра. Поэтому очень важно, чтобы родители помнили о световозвращающих элементах. Прикрепите их на одежду, головной убор, портфель, ранец, сумку вашего ребёнка и водитель увидит его. Если ничего подобного нет, то пусть ребёнок использует фонарик, освещая себе дорогу.

Что же, правила движения вы повторили, и, конечно, применяете их в жизни. Это замечательно. До школы и из школы ребёнок добрался без проблем. Но квест «Победи опасность» продолжается. Итак, ребёнок вернулся домой. Конечно же, поел. И... Да, полез в интернет. Разумеется, в поисках докладов, рефератов и прочей полезной информации к урокам. Нет, конечно же, не поболтать в мессенджерах или соцсетях. Конечно, нет. Только учёба! Всё это, разумеется,

ирония, но вот родителям важно помочь своему ребёнку и научить его проводить время в сети безопасно как через домашний компьютер, так и в телефоне. Мы предлагаем несколько советов по тому, как обезопасить ребёнка:

1. Настроить родительский контроль (ограничить экранное время, установить фильтры на поисковую выдачу и контент, получать отчёты об активности).
2. Включить службы геолокации (поможет в случае необходимости узнать, где находится ребёнок или в случае кражи телефона, удастся его скорее найти).
3. Помочь ребёнку установить пароль (предотвращение взлома личных страниц и утечки данных).
4. Рассказать о правилах поведения в интернете и сетевом этикете (в том числе рассказать про кибербуллинг и мошенничество).
5. Если же дети проводят в сети больше времени, чем обговорено, то есть смысл задуматься о том, нет ли у ребёнка интернет-зависимости.

С сетевыми опасностями разобрались. И наш ребёнок отправился погулять с друзьями на свежий воздух. Что может быть лучше активных игр на свежем воздухе! Но мы же помним себя в детстве? То-то и оно. Хоть купальный сезон и закончился, вода так и манит к себе. Хочется покормить уточек, понаблюдать за рыбками, а в период заморозков проверить замёрзла ли вода. Во всём этом таится опасность, ведь увлечшись, ребёнок может провалиться под воду, а это, в свою очередь, может привести к травмам, переохлаждению, простуде и другим последствиям.

Поэтому не оставляйте детей без присмотра во время прогулок у водоёмов, а подросткам напомните правила безопасности и самое главное, расскажите о последствиях, которые могут произойти из-за их невнимательности или бравяды.

Помимо водоёмов, опасность представляют опавшие листья. Да-да, те самые, симпатичные листики, с которыми у каждой девочки по осени миллионы фотографий. Так вот, эти листочки отлично горят. А если сухие – так вообще в момент могут перерасти в сильный пожар. Тогда без экстренных служб будет не обойтись. Поэтому, во избежание несчастных случаев, проверьте, знает ли ребёнок телефоны пожарной службы, а заодно полиции, скорой помощи и, если у вас газовое снабжение, службы газа. И, конечно, не забыл ли он, чей телефон 112.

Опасности могут подстерегать детей как на улице, так и дома. Воспитывайте у ребёнка дисциплину и учите жить в безопасности. Лучше, разумеется, личным примером. Но и родительский ненавязчивый контроль ещё никто не отменял. Ведь дети не могут в полной мере нести ответственность за свои поступки и взрослым важно рассказать, объяснить, научить своего ребёнка безопасному поведению дома.

- Не оставляйте маленьких детей без присмотра дома, а подросткам расскажите, как себя вести, чтобы не было плачевных последствий.

- Ставьте предметы домашнего обихода так, чтобы детям было либо удобно и безопасно добраться до них самостоятельно, либо они не могли использовать их совсем, чтобы избежать травм.
- Закрывайте доступные розетки специальными приспособлениями.
- Все предметы, потенциально несущие угрозу здоровью и жизни ребёнка (утюг, медикаменты, колющие и режущие предметы, бытовая химия и прочее) должны храниться в недоступном для детей месте.
- Дома на видном месте всегда должны быть номера телефонов экстренных служб, чтобы в случае необходимости ребёнок мог позвонить и позвать на помощь. Важно научить детей, что именно надо говорить, когда звонишь в экстренную службу (своё имя, что случилось, где случилось, кому требуется помощь).

А закончить этот материал хотелось бы некоторыми рекомендациями о том, как избежать осенних ОРВИ. В эту «унылую пору» «очей очарование» хотелось бы лицезреть на прогулке, а не из окна квартиры, и тем более, не из больничной палаты. Поэтому рекомендуем вам более тщательно следить за режимом дня ребёнка (да и своим, кстати, тоже) и рационом, чтобы поддерживать иммунитет и настроение, которое сейчас похоже на сентябрьскую погоду. Итак:

- Делайте влажную уборку и проветривайте квартиру.
- Вводите в рацион продукты, содержащие витамин С.
- Спите по 8–10 часов в сутки, в зависимости от возраста.
- Тщательно мойте руки с мылом.
- Тщательно мойте овощи и фрукты.
- Ежедневно гуляйте на свежем воздухе и делайте физические упражнения.

Соблюдая эти несложные правила безопасности, мы сохраняем жизнь и здоровье наших детей, приучаем их к самостоятельности и формируем привычки безопасного поведения. А заодно и формируем гармонично развитого человека.

Источник: журнал [Семья и школа](#)