



Дружные ребята

**МДОУ
«Детский сад № 190»**

Тема номера: «Зима. Безопасность».

Январь, 2021 год

Зима. Если закрыть глаза и представить зиму, то каждый человек представит это время года по-разному: кто-то поёжится и укутается в плед, кто-то улыбнется, вспомнив веселые зимние забавы, кто-то мысленно восхитится красотой зимней природы, кто-то почувствует запах мандаринов и хвои.

Как будут представлять зиму наши дети? А может мы, взрослые, можем на это повлиять? Задача этого номера газеты поспособствовать формированию позитивного отношения к холодному времени года, познакомить с зимними забавами, и способами сделать эти забавы безопасными.

Новый год и Рождество, день Защитника Отечества, Масленица и другие праздники. Когда семья собирается вместе, формируются семейные традиции, которые в будущем ребенок пронесет через всю жизнь и передаст в свою семью. Совместные поездки в гости к старшим родственникам, радость от встречи, взаимные подарки и сюрпризы.

Для обучения детей безопасному поведению в быту не нужны специально организованные беседы. Ребенок, наряжая ёлочку вместе с папой и мамой, обогащается знаниями. Безопасное использование электрической гирлянды – расскажет папа, а мама обратит внимание на хрупкость ёлочных игрушек и опасность осколков, если беда все-таки случилась. При покупке подарков к празднику ребенок узнаёт основы экономики, правила поведения в торговом центре, транспорте.

Походы всей семьей на каток, ледяную горку. Прогулки в парке на лыжах, да и просто по городу, приносят ребенку незабываемые эмоции. И опять **знания** - это и поведение на горке и лыжне; и меры предосторожности на льду; знания о переохлаждении, умению группироваться при падении и многое, многое другое. И все эти знания ребенок получает в непринужденной форме и с примерами от самых близких и авторитетных людей – от любимых родителей.

Рубрика: Учимся вместе

Дети теряются. Это самая страшная ситуация для родителей. Да, мы точно знаем, что с нами этого не произойдет, но, к сожалению, в условиях большого города или леса это вполне реальная угроза. Но она не так страшна, если и вы, и ребёнок точно знаете, что в этом случае делать.

Что нужно сделать нам – родителям.

Первое и самое главное: ребенок с трех лет должен знать свое имя, фамилию, адрес и телефон мамы.

Время от времени играйте с ребенком: «Ой, что же это за мальчик, такой хороший, как его зовут? А где ты живешь?». Попросите поиграть в такую игру своих друзей. А бабушка, оставшись с ребенком, «вдруг» забудет телефон и попросит продиктовать его. Детям очень нравятся подобные игры.

Если ребенок еще сильно мал, напишите его имя и свой телефон на брелоке, браслете или просто на листке бумаги. Прикрепите к одежде малыша или уберите в карман.

Дети постарше должны знать ещё один номер — это 112.

Второе, но не менее важное: проговаривайте или проигрывайте алгоритмы поведения ребенка в различных ситуациях.

Обсудите с ребёнком, что он будет делать, если потеряется на улице, если потеряется в торговом центре, в лесу и так далее.

В любой из этих ситуаций есть общие правила, но есть и отличия, которые относятся именно к этой ситуации. Ребенок должен знать:

Общие правила:

- Оставаться на месте, а не ходить и не искать родителей. В любой ситуации, поняв, что он потерялся (в магазине, библиотеке, на улице), ребенок должен сначала остановиться, потом оглядеться по сторонам – вдруг мама рядом, а потом громко её позвать. Некоторые дети стесняются кричать в общественном месте, потому что сначала мы их учим не шуметь, а потом ждём, что они позовут – это же совсем другое дело! Объясните ему, что это тот самый случай, когда можно и нужно. Порепетируйте в лесу или в безлюдном месте, покричите вместе.

- Второе правило – знать, к кому можно обращаться за помощью, если ты потерялся. Таких людей не очень много. Обращаться можно: к работнику этого места, человеку в форменной одежде – продавцу в магазине, охраннику, продавцу ближайшего ларька (магазина, аптеки), если это произошло на улице; к ближайшему полицейскому; к ближайшему человеку с ребенком, желательно женщине.

Обращаться за помощью тоже наука. Даже нам - взрослым сложно попросить о помощи незнакомого человека. Научите своего малыша таким фразам: «Я потерялся, позвоните, пожалуйста, моей маме! Я знаю ее номер!». И важно, что бы ребенок, не забыл про правило номер один – оставайся на месте. «Я вас не знаю, я с вами не пойду! Позвоните моей маме, пожалуйста!». Очень важно научить ребёнка тому, что если он обратился к чужому взрослому, он всё равно должен оставаться на месте, что бы тот взрослый ни предлагал. Совершенно не обязательно, что человек, к которому ребёнок обратился за помощью, предложит ему пойти куда-то из каких-то преступных соображений – вполне может быть, что он искренне готов бегать с вашим ребёнком по торговому центру и искать вас. Однако ваш ребёнок на любые предложения должен отвечать: «Нет, я буду стоять здесь и ждать маму». Если он до вас дозвонился, он должен уметь описать место, где он находится, — название магазина, остановка, памятник, что есть рядом, и оставаться на этом месте, что бы ему ни предлагали.

Для похода в лес ребенок должен быть подготовлен еще серьезнее. Малыши до трех лет в лесу находятся только за руку с родителем. Ребенок чуть старше должен быть правильно собран. Одевайте ребенка только в яркую одежду. Это же касается и взрослых: если вы идёте гулять, собирать грибы, кататься на велосипеде и так далее, пожалуйста, не надевайте бесцветную одежду или камуфляж! Это сильно усложняет поиск в лесу, особенно лежащего человека. С собой, у ребенка в рюкзаке, должна быть бутылочка с водой и небольшой перекус, также громкий и звонкий свисток. (Этот пункт ему наверняка особенно понравится.) Объясните ребенку, что свисток нужен на случай, если он потеряется. Свист разносится намного дальше, чем человеческий крик. Если долго кричать, то голос сядет, и когда ребёнок услышит, что его зовут, он не сможет отозваться, а свисток всегда будет звучать громко и слышно. Если у него уже есть свой мобильный телефон, это почти гарантия того, что вы с ним быстро найдёте друг друга, однако предупредите его, что если вдруг он потеряется, это вовсе не значит, что надо садиться и играть в телефоне: телефон – шанс на то, что его быстро найдут, поэтому заряд надо беречь. Телефоны, с которыми идут в лес, должны быть полностью заряжены, нелишней будет запасная заряженная батарея и провод от неё.

И снова вспоминаем алгоритм действий. Объясните ребёнку, что первое его действие в лесу, если он потерялся, то же, что и в городе: оставаться на том месте, где он понял, что потерялся. Следующий шаг – кричать или свистеть в свисток (если нет свистка, можно стучать палкой по дереву) и прислушиваться, не отзываются ли.

И ещё правило – в лесу (особенно зимой) нельзя спать. Объясните, что как только вы поймёте, что он потерялся, то вы, ваши друзья, близкие, соседи и куча незнакомых людей начнут его искать и звать, и ему надо будет прислушиваться, чтобы отозваться, когда он услышит, как его зовут. Поэтому, если его застала ночь в лесу, надо выбрать сухое место и там петь, рассказывать стихи, прогуливаться вокруг, считая шаги, - что угодно, но только не спать.

И ещё кое-что очень важное: объясните ему, что потеряться может любой человек, в том числе и взрослый, и если это случится, никто потом ругать его не будет: дети, которых ищут в лесу, иногда не отзываются на крик, потому что боятся наказания. И объясните, что в лесу правило «обращаться к человеку в форме, работнику или женщине с ребёнком» не действует – в лесу тебе поможет любой встреченный взрослый – а возможно, он именно тебя и ищет.

Обязательно в игровой форме повторяйте с ребенком ситуации, когда он потерялся в том или ином месте, чтобы убедиться, что он помнит алгоритм действий. Это можно делать на куклах, на игрушках, можно повторять прямо на улице: «А если мы сейчас случайно разойдёмся в парке в разные стороны, что ты будешь делать?», «Что ты будешь делать, если не водишь меня в магазине?». Пусть он устроит экзамен другому ребёнку, бабушке, дедушке. И помните, что он забывает правила и алгоритмы, поэтому их надо снова и снова освежать в памяти.

Рубрика: Литературная страничка

Потерялся в магазине
Заглядевшись на витрины
Никуда не уходи,
Лучше маму подожди!

Если мамы долго нет,
Для тебя тогда совет -
К продавщице подойди,
Или женщине с ребёнком
О беде своей скажи.

Нужно им себя назвать
Имя мамочки сказать
Помнишь мамин телефон?
Пригодиться точно он.



Олеся Емельянова
Что делать, если заблудился в лесу

Очень неприятный случай –
Заплутать в лесу дремучем.
Паника здесь ни к чему,
Начинай кричать «Ау!»

Если же вокруг все тихо,
То уж точно дело лихо.
Тут и пригодится он –
Твой мобильный телефон.
Позвони знакомым людям,
Группа поиска прибудет,
Цепью через лес пройдет,
Заплутавшего найдет.

Олеся Емельянова
Помни мамин телефон

Помни мамин телефон,
Пригодиться может он.
Если ты один остался,
Заблудился, потерялся,
Подойди к прохожей даме,
Пусть твоей позвонит маме.



Алёна Раннева
Непослушная мама

Потерялась в парке мама,
Ну, не мама, горе прямо!
Только рядышком была
И куда-то вдруг ушла.
Где теперь она гуляет?
В тире, может быть, стреляет
Или села на качели?
Где же мама, в самом деле?
Безобразие какое,
Нет мне с мамою покоя!
Отошёл минут на пять...
Где теперь её искать?!

Развлечения Без Опасности

Самое безопасное зимнее развлечение, на мой взгляд, это катание на лыжах по ровной поверхности. Хотя и при прогулке на лыжах есть возможность упасть, но получить значительные травмы очень сложно. Этого нельзя сказать о катании на горных лыжах, сноуборде, коньках и тюбинге.

Как правило, катание на горных лыжах и сноуборде осваивают при помощи инструктора и с использованием защитного инвентаря, да и коньки осваивают под наблюдением взрослых, а часто и опоры для катания. Инструктор научит правильно группироваться при падении, правильно двигаться и тормозить.



смертельные случаи.

А что же тюбинг? Тюбинг или по другому «ватрушка», «таблетка» одно из самых травмоопасных зимних развлечений. По статистике дети и взрослые получают при катании на тюбинге гораздо больше травм, чем при катании на сноуборде и горных лыжах вместе взятых. И это не только ушибы и переломы. Это травмы позвоночника, черепно-мозговые травмы, увечья и

смертельные случаи.

На первый взгляд тюбинг («ватрушка») вполне безопасен. Это круглые надувные санки, окрашенные в яркие цвета. Все мягкое, нет острых деталей, удобные ручки. Опасность кроется и в самом тюбинге («ватрушке»). У него небольшой вес, поэтому он легко переворачивается, к тому же слабо амортизирует при столкновении с препятствием. Кроме этого, человек, любой человек, а не только ребенок, не может управлять траекторией своего движения. Любая преграда на его пути может оказаться фатальной. И вот почему: в



отличие от санок, «таблетка» способна развивать большую скорость и даже закручиваться вокруг своей оси во время спуска, при этом она неуправляема. А ведь никто не одевает защиту при катании на тюбинге, зато многие скатываются с горок, посадив ребенка на колени, или связав несколько «ватрушек» вместе в «паравоз». Все эти действия увеличивают опасность в разы.

Давайте не надеяться на авось и уменьшим риски при катании на «ватрушке». Итак, советы ответственным родителям:

Горка для катания на тюбинге (ватрушке) должна быть достаточно пологой, не иметь ям, выбоин и других повреждений. Хорошо если спуск имеет форму желоба и заканчивается безопасным плоским местом для плавного торможения.

По всей длине спуска и, особенно, по окончании горки не должно быть никаких препятствий в виде заборов, построек, деревьев и пр.

Спуск с горы не должен проходить вблизи рек, дорог и тротуаров.

Подъём на горку должен быть на значительном расстоянии от спуска.

Садиться на тюбинг «ватрушку» нужно, как на стул - откинуться назад и согнуть ноги в коленях. Если очень хочется прокатиться с ребенком вдвоем, то выбирайте для этого очень пологий склон без трамплинов.

Научите ребенка правильно действовать в случае падения и остановки по окончании спуска с горы. Ребенок должен незамедлительно покинуть спуск (отойти, откатится или отползти в сторону), что бы, следующий спускающийся его не ударил.

Никогда, ни при каких обстоятельствах не отпускайте детей кататься одних. Помните, что у детей притуплено чувство опасности, а так же в случае травмирования они не могут проанализировать серьезность полученной травмы.



Инструкция для детей

Правила безопасного поведения при катании со снежной (ледяной) горки.

1. Кататься с горки можно только с разрешения родителей.
2. Подниматься на снежную или ледяную горку следует только в месте подъема, запрещается подниматься на горку там, где навстречу скатываются другие или сбоку.
3. Соблюдайте очередность.
4. Нельзя съезжать, пока не отошёл в сторону предыдущий катающийся.
5. Не задерживайся внизу, когда съехал, а поскорее отползи или откатывайся в сторону.
6. Катайся только сидя, ногами вперед.
7. Не поднимайтесь на горку и не катайтесь с игрушками и с предметами в руках.
8. Если мимо горки идет прохожий, надо подождать, пока он пройдет, и только тогда совершать спуск.
9. Если уйти от столкновения нельзя, то надо постараться завалиться на бок на снег или откатиться в сторону от ледяной поверхности.
10. Не балуйтесь, не боритесь, не подставляйте ножку ни на горке, ни около горки.
11. Нельзя перебегать ледяную дорожку (скат с горки) и сбегать по нему.
12. В случае даже незначительных травм, сразу обратиться к взрослому.

Таблица подбора диаметра тубинга.

Рост: до 110 см



Рост: до 135 см



Рост: до 200 см



Рост: до 165 см



Школа безопасного падения – учимся вместе

Падение на спину

Начнем с самой опасной траектории.

- Наклони голову, прижав подбородок к груди. Необходимо, чтобы избежать удара затылком о землю.
- Рот должен быть закрыт, чтобы не прикусить язык.
- Спину выгни колесом, чтобы не упасть плашмя.
- Разведи руки в стороны максимально широко и отведи их немного назад. Ладони разверни вниз, а пальцы сведи вместе и выпрями. Именно руки должны в первую очередь коснуться земли и обеспечить амортизацию.
- Колени немного согни и разведи в стороны. Кажется неправдоподобным, но очень высок риск ударить себя ими в лицо при падении.
- Не садись при падении, чтобы не повредить копчик.

Падение вперед

- Береги локти и коленные чашечки.
- Выпрями ноги, чтобы не упасть на колени.
- Руки чуть согни и выставь вперед. Немного напряги руки и разведи пальцы в стороны.
- Руки должны принять первоначальный удар на себя. Помни, что падать на выпрямленные руки категорически запрещено.

Падение на бок

Несмотря на то что это самый безопасный способ упасть, есть риск приземлиться на локоть или выпрямленную руку. Удар грозит переломом.

- Выпрями руку и уведите ее вперед, повернув ладонью вниз. Старайся, чтобы касание с землей пришлось на всю длину руки.
- Согни ноги под прямым углом. Нужно постараться коснуться земли ногой одновременно с рукой.
- Береги голову, наклони ее к противоположному плечу и прижми подбородок к груди.

Тренировку можно проводить дома на мате или на улице на рыхлом снегу. В итоге ребенок должен уметь падать автоматически, как только почувствует, что теряет равновесие.

Веселые раскраски







Веселых зимних забав! Здоровья Вам и Вашим детям!!!