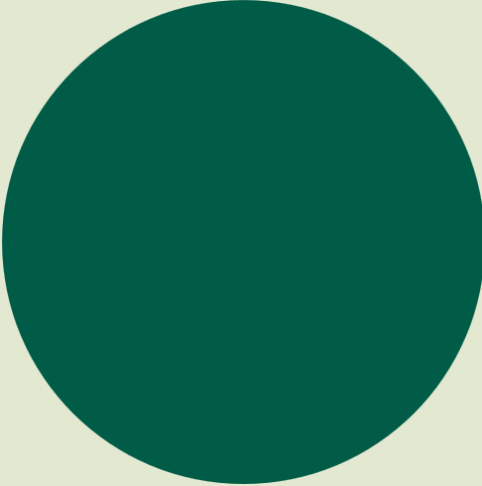




На воде и в лесу: правила безопасности для 2 класса

Учим отдыхать безопасно у воды и в лесу.



Почему в природе нужны особые правила

Вода и лес кажутся знакомыми, но там легко попасть в неприятность. Мокрый камень, глубокая яма, жаркое солнце или незаметная тропа требуют внимательности и спокойных решений рядом со взрослыми, а не геройства наобум, как в кино, только без титров и спецэффектов!



Какие места у воды считаются опасными



Крутые берега

С крутых берегов легко поскользнуться и упасть в воду. Подходить к самому краю опасно даже тогда, когда вода выглядит спокойной и тихой.



Скользкие камни

Мокрые камни и мокрые доски очень коварны: нога может внезапно уехать, как на льду. Поэтому бегать по ним и прыгать нельзя.



Глубина и ямы

Незнакомое дно может скрывать ямы, коряги и резкий обрыв глубины. Снаружи место кажется обычным, а внутри таит риск для ребёнка.



Течение и волны

Быстрое течение и сильные волны легко уносят далеко от берега. Даже хороший пловец устаёт, если вода тянет в сторону или толкает назад.



Игры без взрослых

Нырание, толчки и купание без разрешения взрослых особенно опасны. Когда рядом нет помощи, маленькая шалость у воды может быстро превратиться в большую беду.

Безопасный отдых у воды



Рядом взрослые

Безопаснее всего отдыхать у воды там, где рядом находятся взрослые. Они быстрее заметят опасность, подскажут, где можно стоять, и помогут не делать лишних шагов.



Средства помощи

Если рядом есть спасательный круг, жилет и аптечка, отдых становится спокойнее. Эти вещи нужны не для игры, а чтобы быстро помочь в трудный момент.



Пологий берег

Хорошее место для купания — с пологим берегом и спокойным входом в воду. Там ребёнку легче зайти и выйти, не поскользнувшись у кромки.



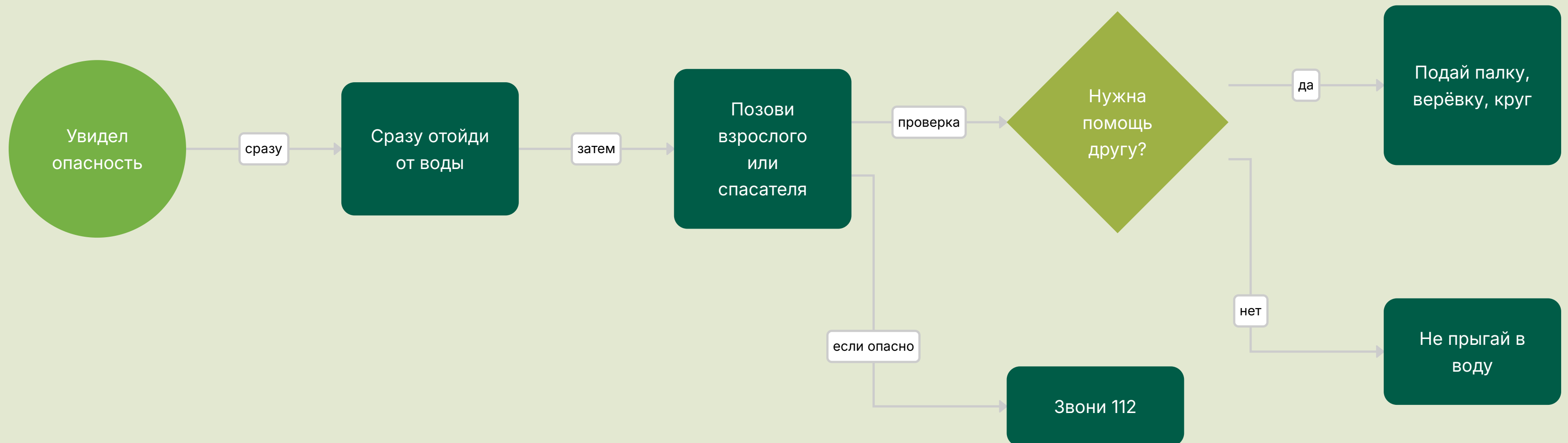
Знак купания

Там, где установлен знак купания и разрешён отдых, безопаснее соблюдать правила и слушать взрослых. Такие места специально выбирают и проверяют, чтобы дети не рисковали зря.



Что делать, если у воды стало опасно

Пошаговый порядок действий для ребёнка в опасной ситуации у воды.



Правила купания для младших школьников

1 Только с разрешения

Купаться можно только тогда, когда взрослые разрешили и видят ребёнка рядом. Самостоятельное купание кажется смелым, но на деле оно очень рискованно.

2 Без шалостей в воде

Толкаться, хватать друг друга и нырять в незнакомом месте нельзя. В воде даже короткая игра может закончиться испугом, если потерять равновесие.

3 Нужен перерыв после еды

После плотного обеда перед купанием нужен отдых. Организму тяжело сразу работать и двигаться активно, поэтому лучше спокойно подождать, чем спешить.

4 Холодная вода утомляет

В холодной воде тело быстро мёрзнет, даже если сначала кажется бодрым. Усталость приходит незаметно, поэтому важно выходить вовремя и не геройствовать.

Река, озеро и море: чем они отличаются по опасности



Река и течение

На реке главное опасение — течение. Оно может незаметно унести в сторону, поэтому даже у берега нужно смотреть внимательно и не заходить далеко.



Море и волны

У моря мешают волны и резкие перепады глубины. Вода может резко толкнуть, а затем стать глубже, чем было мгновение назад.



Озеро и глубина

В озере опасны ямы, водоросли и внезапная глубина. Внешне поверхность спокойная, но под водой можно неожиданно уйти глубже, чем кажется.



Холодная вода бывает летом

Даже летом вода не всегда тёплая. Холод быстро забирает силы, поэтому нельзя доверять только красивой и спокойной поверхности.

Что взять с собой в лес

● Закрытая одежда

Для лесной прогулки нужна закрытая одежда, чтобы меньше царапаться о ветки и траву. Головной убор тоже полезен: он защищает и от солнца, и от назойливых насекомых.

● Вода и свисток

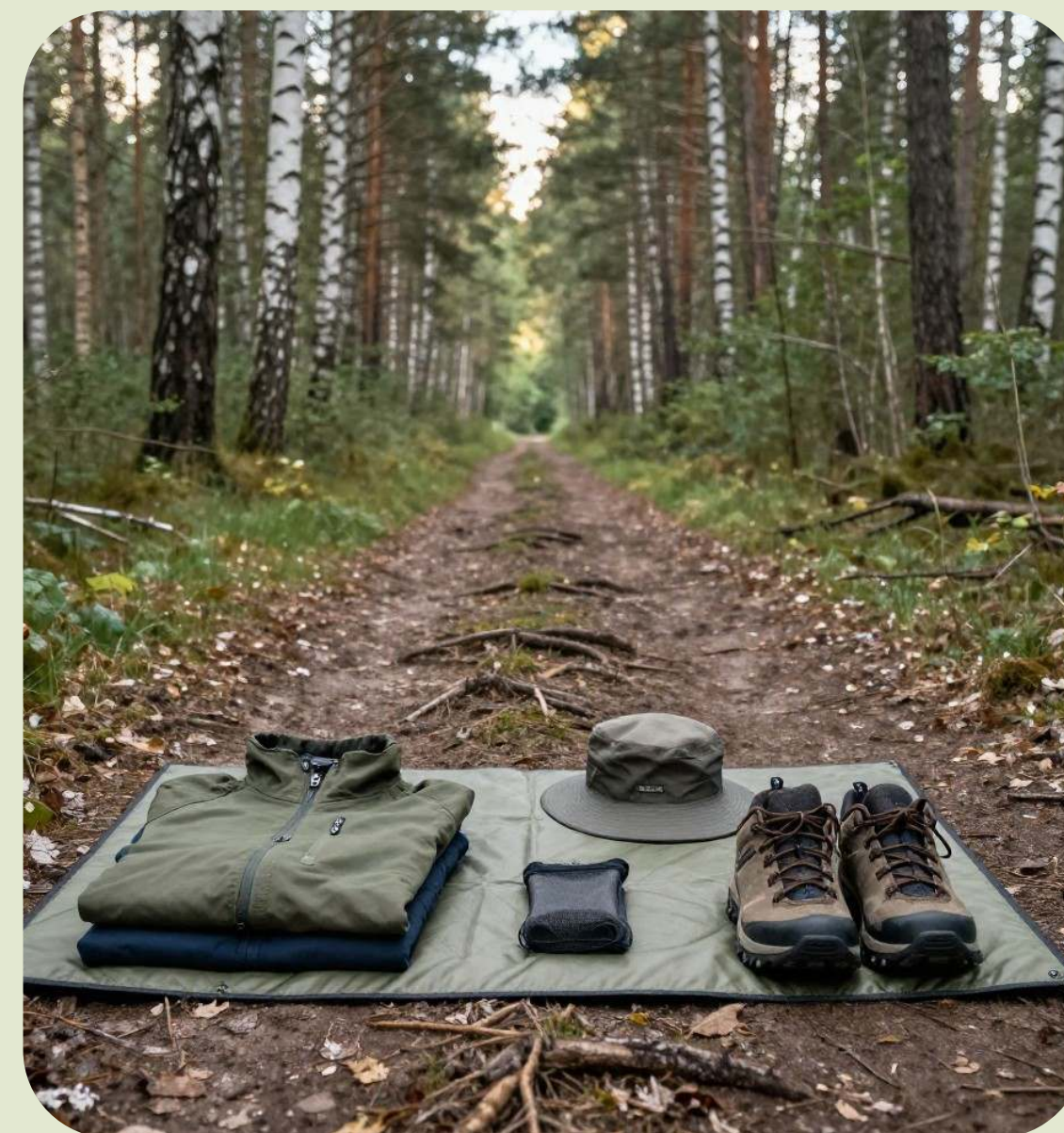
Бутылка воды нужна, чтобы не перегреться и не чувствовать сильную жажду. Свисток помогает подать сигнал, если ребёнок отстал или потерялся.

● Удобная обувь

Хорошая обувь помогает не скользить на корнях и мокрой земле. Если ноги защищены, идти по тропинке проще, а усталость приходит медленнее.

● Яркие вещи и телефон

Яркая куртка или жилет помогают быстро заметить ребёнка среди деревьев. У взрослого должен быть заряженный телефон, чтобы при необходимости сразу позвать помощь.



Как не потеряться в лесу



Идти вместе

Нельзя убегать вперёд или отставать от группы. Когда дети идут вместе, взрослым легче всех видеть и считать, а прогулка получается спокойной и безопасной.



Держаться тропы

Идти нужно по заметной тропинке и не сворачивать в густые заросли. Знакомая дорога помогает не запутаться и быстрее вернуться обратно.



Запоминать приметы

Полезно замечать необычные деревья, большие пни или поваленные стволы. Такие ориентиры помогают понять, где ты был, если путь кажется похожим на другие места.



Быть рядом со взрослым

В незнакомом лесу особенно важно держаться рядом со взрослым. Тогда ребёнок не потеряется, не устанет зря и не попадёт в опасное место.

Если ребёнок всё же заблудился

01

Остановиться и успокоиться

Сначала нужно остановиться и не паниковать. Спокойный ребёнок быстрее слышит взрослых, лучше думает и не делает лишних шагов в сторону.

02

Остаться на месте

Лучше не бегать по лесу, а ждать там, где потерялся. Если начать метаться, найти дорогу станет ещё труднее и страшнее.

03

Подавать сигнал

Нужно громко звать взрослых и, если есть свисток, подавать сигнал. Звук легче услышать среди деревьев, чем тихий голос, особенно на расстоянии.

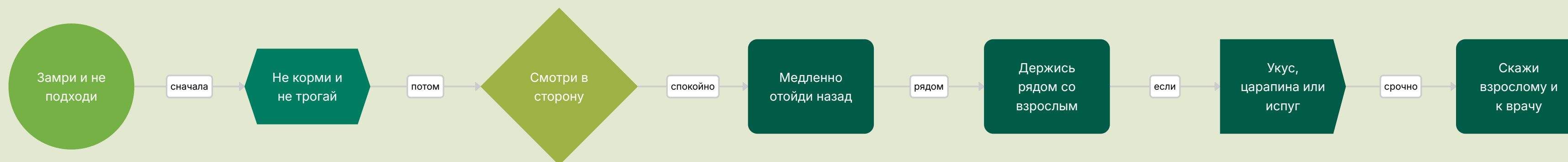
04

Не рисковать зря

Нельзя прятаться, пробовать неизвестные ягоды и грибы или идти куда попало. Если рядом есть безопасная тропинка, двигаться по ней можно только очень осторожно.

Как вести себя при встрече с диким животным

Памятка для прогулок в лесу и у воды: сначала сохраняем спокойствие, потом увеличиваем дистанцию и зовём взрослого



Опасные растения и грибы



Красивое не значит безопасное

Яркие ягоды и нарядные грибы могут выглядеть очень заманчиво, но пробовать их нельзя. В природе лучше любоваться глазами и не трогать незнакомые растения без необходимости.



После касания — сразу чистые руки

Если растение всё же задела, руки нужно вымыть с мылом. Это помогает убрать сок, пыльцу и мелкие частицы, которые могут вызвать зуд, раздражение или неприятное жжение.



Осторожно с опасными растениями

Борщевик, жгучая крапива и колючие кусты могут обжечь кожу или поцарапать её. Если растение неизвестно, проходи мимо и не ломай ветки ради любопытства.



Если стало больно

При ожоге, сыпи, покраснении или боли нужно сразу сказать взрослому. Не терпи и не лечись сам: взрослый подскажет, как помочь и когда обратиться к врачу.

Мелкие опасности в лесу и у воды

1 Смотри под ноги

На тропинке могут лежать мокрые корни, стекло, мусор, ржавые банки и острые ветки. Один неловкий шаг — и прогулка превращается в очень грустное приключение.

2 Выбирай правильную обувь

Закрытая обувь и длинные штаны защищают ноги от царапин, клещей и сухих травинок. Так гулять удобнее, чем потом рассматривать ссадины и считать пластырь поштучно.

3 Не трогай муравейники

Муравейники лучше обходить стороной: муравьи защищают свой дом. Рядом с ними легко получить болезненные укусы, поэтому любопытство здесь лучше оставить на безопасном расстоянии.

4 Замечай опасности заранее

В лесу и у воды маленькая невнимательность быстро становится большой неприятностью. Если смотреть по сторонам и не спешить, можно избежать царапин, укусов и лишних слёз.

Что лежит в летнем рюкзаке



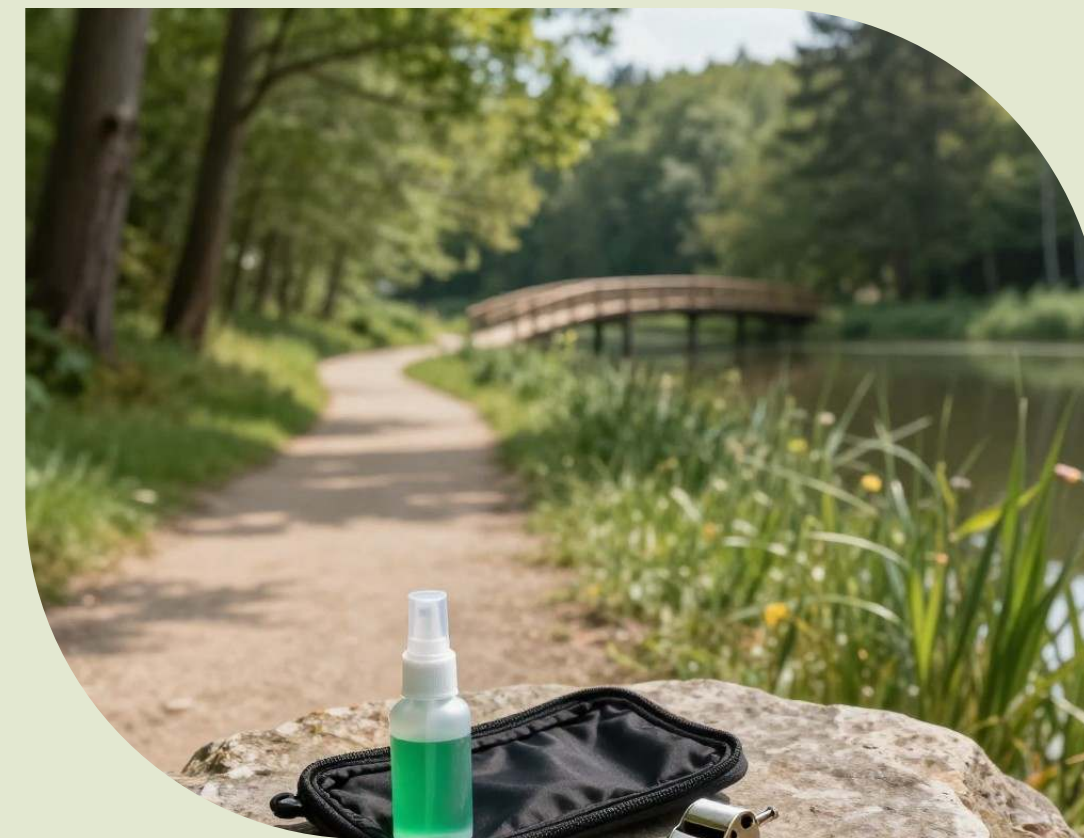
Вода и тень для отдыха

В один солнечный день Маша положила в рюкзак бутылку воды и головной убор. На прогулке они оказались самыми нужными вещами: в жару глоток воды и кепка сразу сделали поход приятнее и спокойнее.



Маленькая аптечка на всякий случай

У Пети в кармашке лежали пластырь и салфетки. Когда он задел ветку, помощь нашлась быстро, и царапина уже не казалась страшной. В рюкзаке полезно держать простые вещи, которые спасают от лишних слёз.



Когда рядом лес и вода

У Ани в рюкзаке были средство от насекомых, свисток и разрешение от взрослых. Рядом с тропинкой и берегом такой набор особенно помогает: он делает прогулку заметно спокойнее и для детей, и для взрослых.

Как не перегреться на солнце



Ищи тень

Если лицо покраснело, а играть уже не хочется, нужно уйти в тень. Короткий отдых помогает телу остыть и не превращать весёлую прогулку в жаркий марафон.



Пей воду

Сильная жажда — важный знак, что организму нужна вода. Пить лучше небольшими глотками и не ждать, пока станет совсем тяжело и лениво даже шагать.



Делай перерывы

Во время долгой игры полезно останавливаться, садиться и отдыхать. Перерыв помогает снять усталость, а ещё даёт ногам и голове немного передохнуть от солнца.



Замечай признаки

Слабость, головная боль и красное лицо говорят о перегреве. Если они появились, нужно сразу сказать взрослому, уйти с солнца и не спорить с жарой.

Кто помогает детям на природе



Родители и учителя

Именно взрослые решают, куда идёт группа, где она остановится и когда вернётся. Ребёнку важно заранее сказать, с кем он будет гулять и что брать с собой.



Лесные работники

В лесу помогают люди, которые знают тропинки, правила и опасные места. Если маршрут незнакомый, рядом с таким взрослым спокойнее и безопаснее идти всей группе.



Спасатели рядом

У воды особенно полезны спасатели: они следят за безопасностью и помогают, если кто-то поскользнулся, испугался или ушёл туда, куда не надо.

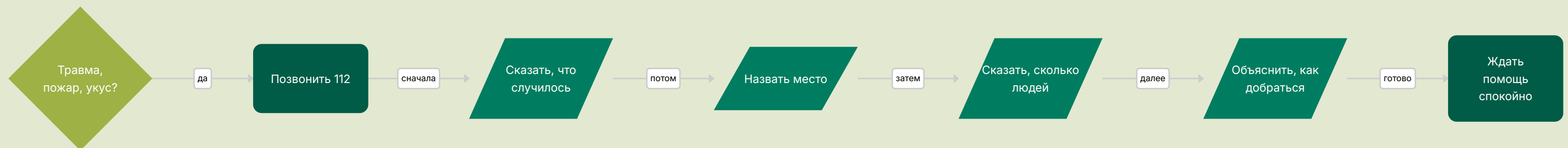


Без взрослого нельзя

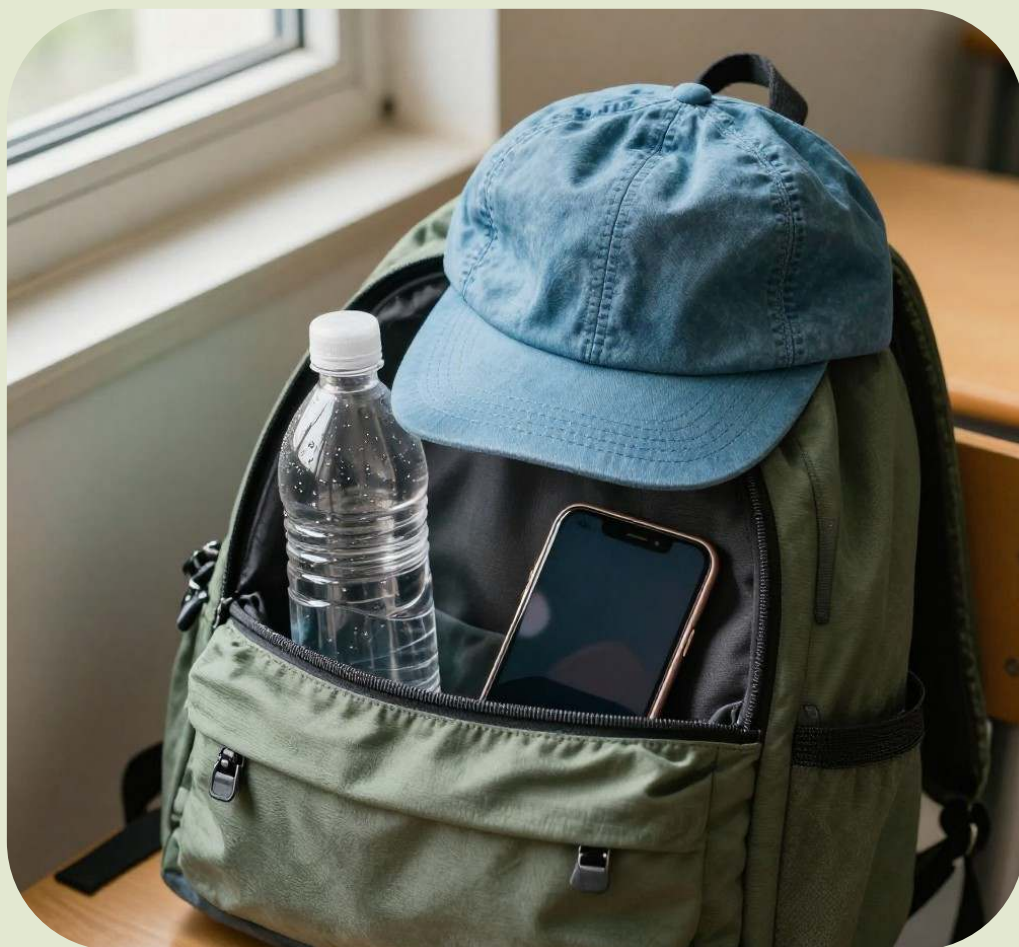
Если место кажется чужим или опасным, оставаться одному нельзя. Рядом со взрослым проще не потеряться, не испугаться и вовремя получить помощь, если что-то пошло не так.

Когда нужно звонить по номеру 112

Памятка: в опасной ситуации сначала оцениваем проблему, затем быстро и спокойно сообщаем, что случилось и где это произошло



Проверка перед выходом из класса



Рюкзак готов заранее

Перед выходом Дима ещё раз проверил свой рюкзак: вода на месте, телефон взрослого записан, а кепка лежит сверху. Теперь не придётся вспоминать всё на бегу и спрашивать, кто забыл самое важное.



Одежда и обувь по списку

У Лены были удобные кроссовки, закрытая одежда и лёгкая куртка. Учительница посмотрела на класс и улыбнулась: когда одежда подобрана правильно, дорога до леса или берега становится заметно спокойнее и веселее.



Место встречи и разрешение

Перед дверью ребята ещё раз повторили, где встречаются после прогулки и кто идёт с ними. У каждого было разрешение взрослых, поэтому вся группа вышла организованно, как маленький отряд очень серьёзных исследователей.

Главные правила безопасности, которые легко запомнить



У воды только со взрослыми

Нельзя заходить в воду без разрешения, нырять в незнакомом месте и устраивать опасные игры. Рядом со взрослым легче заметить беду и сразу остановиться.



В лесу не сходи с тропы

Не уходи один за ягодами, грибами или просто из любопытства. Тропа помогает не потеряться, а группа — не остаться одному среди деревьев и кустов.



Сразу зови помощь

Если страшно, непонятно или кто-то рядом пострадал, не молчи. Нужно сразу позвать взрослого, потому что помощь рядом — это не слабость, а очень умная привычка.



Отдых с умом — это лучший отдых

На воде и в лесу помогают простые вещи: внимание, взрослые рядом и спокойные решения. Если помнить правила, приключения будут радостными, а домой все вернется здоровыми и довольными.

