

Какие существуют риски
в естественной среде?

У природы есть красота — и свои
правила безопасности.

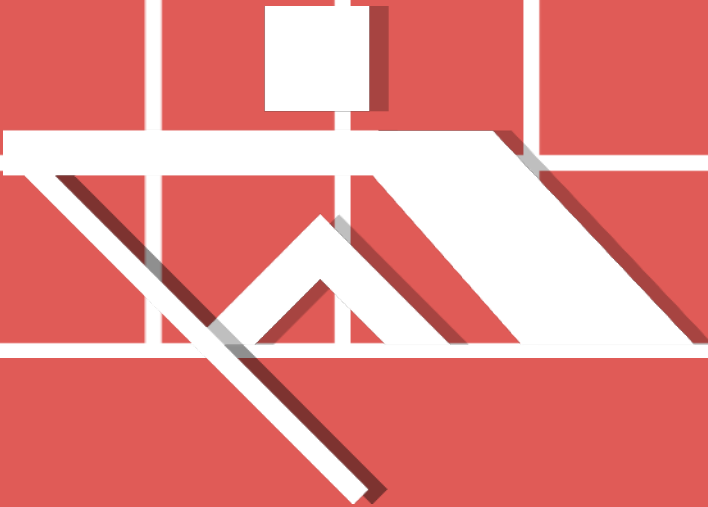


Природа рядом: где бывает осторожность

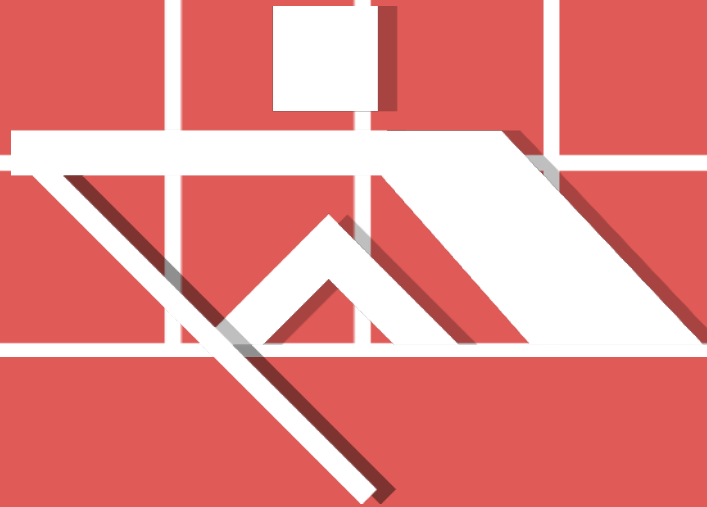
Лес, луг, река и горы кажутся дружелюбными, но там не всегда есть помощь под рукой. Поэтому важно знать, откуда берутся опасности и как вести себя спокойно и разумно.



Опасная погода



Сильный дождь, гроза и ветер мешают идти, делают тропинки скользкими и могут ломать ветки. В такую погоду особенно важно быть внимательным и не прятаться под одиноким деревом.



Туман закрывает дорогу, будто кто-то набросил серое одеяло на весь лес. Из-за плохой видимости легко свернуть не туда, а значит, нужно идти медленно и рядом со взрослым.

Жара и мороз тоже опасны, хотя выглядят по-разному. В жару человек быстро устает, а на холоде тело теряет тепло, особенно если одежда мокрая или дует сильный ветер.

Дикие животные и осторожное поведение

- Обычно звери сами не хотят встречаться с человеком и стараются уйти. Но испуганное, раненное или защищающее детёнышей животное может повести себя резко и неожиданно.
- Поэтому нельзя подкрадываться, кричать или делать резкие движения. Если рядом лиса, кабан, змея или чужая собака, лучше остановиться, отойти спокойно и позвать взрослого.



Насекомые, которые могут укусить



Комары

Комары кусают быстро и часто мешают отдыхать на природе. После укуса может появиться зуд, поэтому лучше не чесать кожу и защищаться подходящей одеждой.



Клещи

Клещи любят траву, кусты и тёплые места. После прогулки важно осмотреть одежду и тело, потому что такой маленький «путешественник» легко остаётся незамеченным.



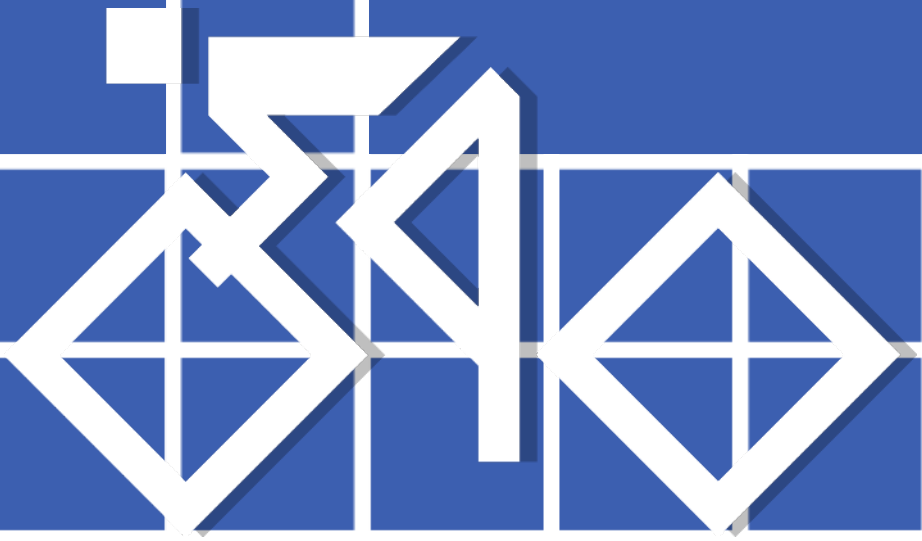
Осы и пчёлы

Осы и пчёлы могут ужалить, если их потревожить. Особенно важно не махать руками и не пытаться ловить их: спокойствие помогает избежать боли и отёка.



Проверка после прогулки

После возвращения домой нужно внимательно осмотреть себя и одежду. Так можно вовремя заметить укус или клеща и сразу попросить помощи у взрослого.



Сначала — не трогать, потом
— не пробовать

Красивое не всегда безопасно

Яркое растение может выглядеть привлекательно, но при касании вызвать ожог или раздражение кожи. Особенно осторожно нужно быть с высокими стеблями и соком на руках.

Незнакомые ягоды и сок растений

Нельзя есть незнакомые ягоды и листья, даже если они кажутся вкусными. После прикосновения к растению лучше не трогать лицо и обязательно вымыть руки.



Как вода становится опасной

У берега

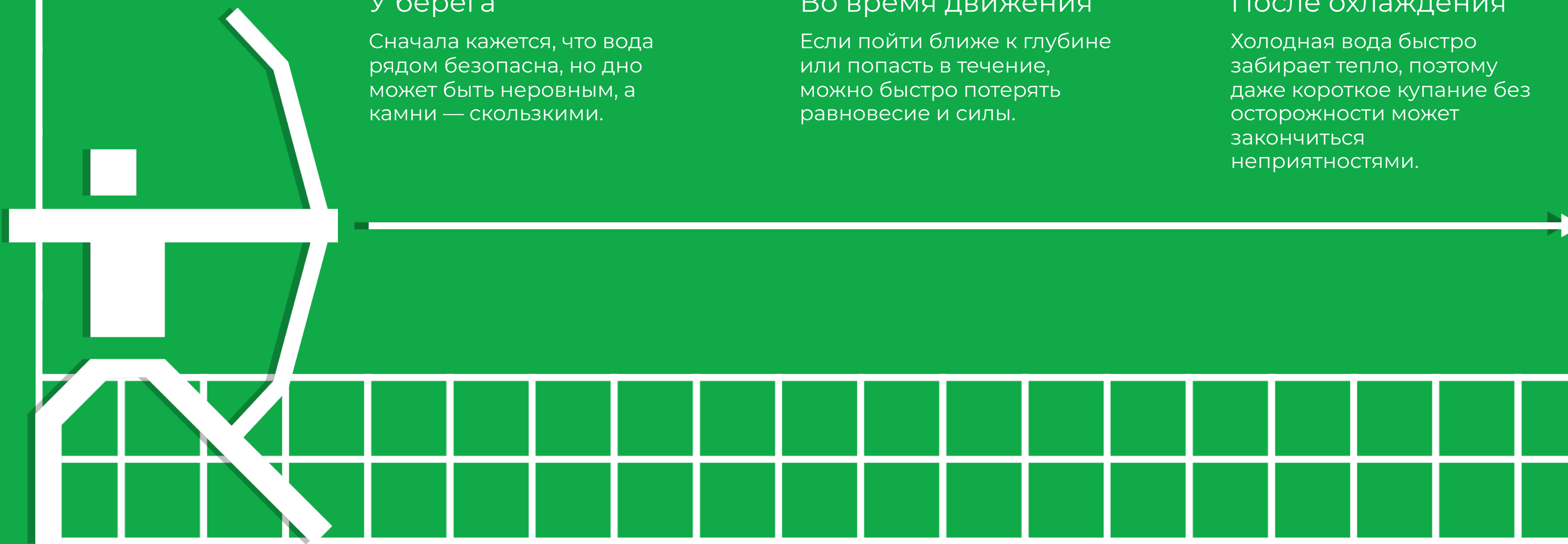
Сначала кажется, что вода рядом безопасна, но дно может быть неровным, а камни — скользкими.

Во время движения

Если пойти ближе к глубине или попасть в течение, можно быстро потерять равновесие и силы.

После охлаждения

Холодная вода быстро забирает тепло, поэтому даже короткое купание без осторожности может закончиться неприятностями.

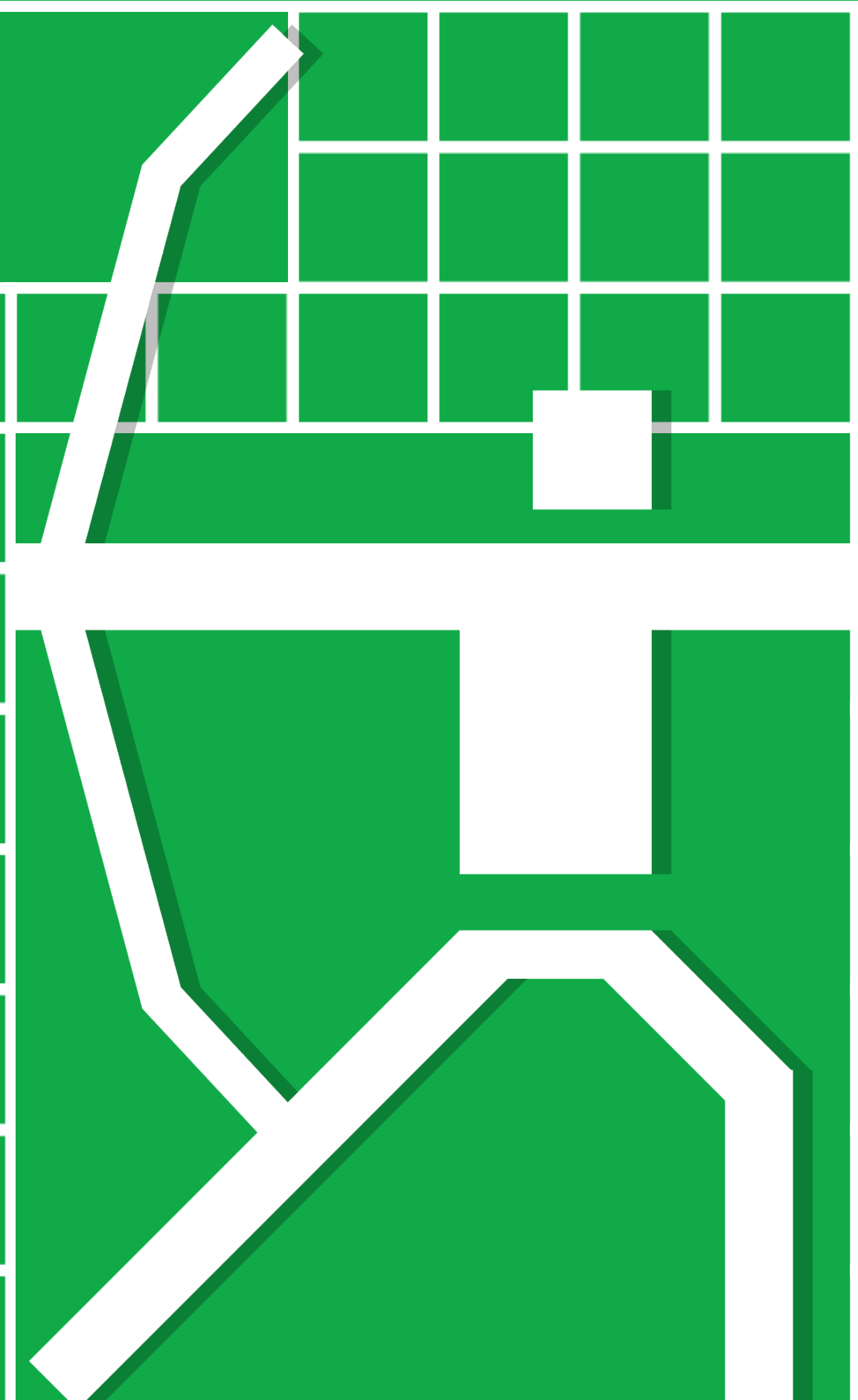


Горы, склоны и овраги

На склонах легко поскользнуться, особенно если земля влажная после дождя. Камни, глина и мокрая трава делают шаги неустойчивыми, как будто тропинка решила пошутить.

Крутые обрывы, ямы и овраги не всегда заметны издалека. Поэтому здесь нельзя бегать, толкаться или играть в догонялки, даже если очень хочется.

Лучше идти спокойно, смотреть под ноги и держаться подальше от края. Тогда прогулка останется приятной, а ноги — целыми и довольными.



Лес может запутать



Одинаковые деревья

В лесу много похожих деревьев, и без заметных ориентиров легко пойти не в ту сторону. Поэтому важно запоминать путь и идти внимательно.



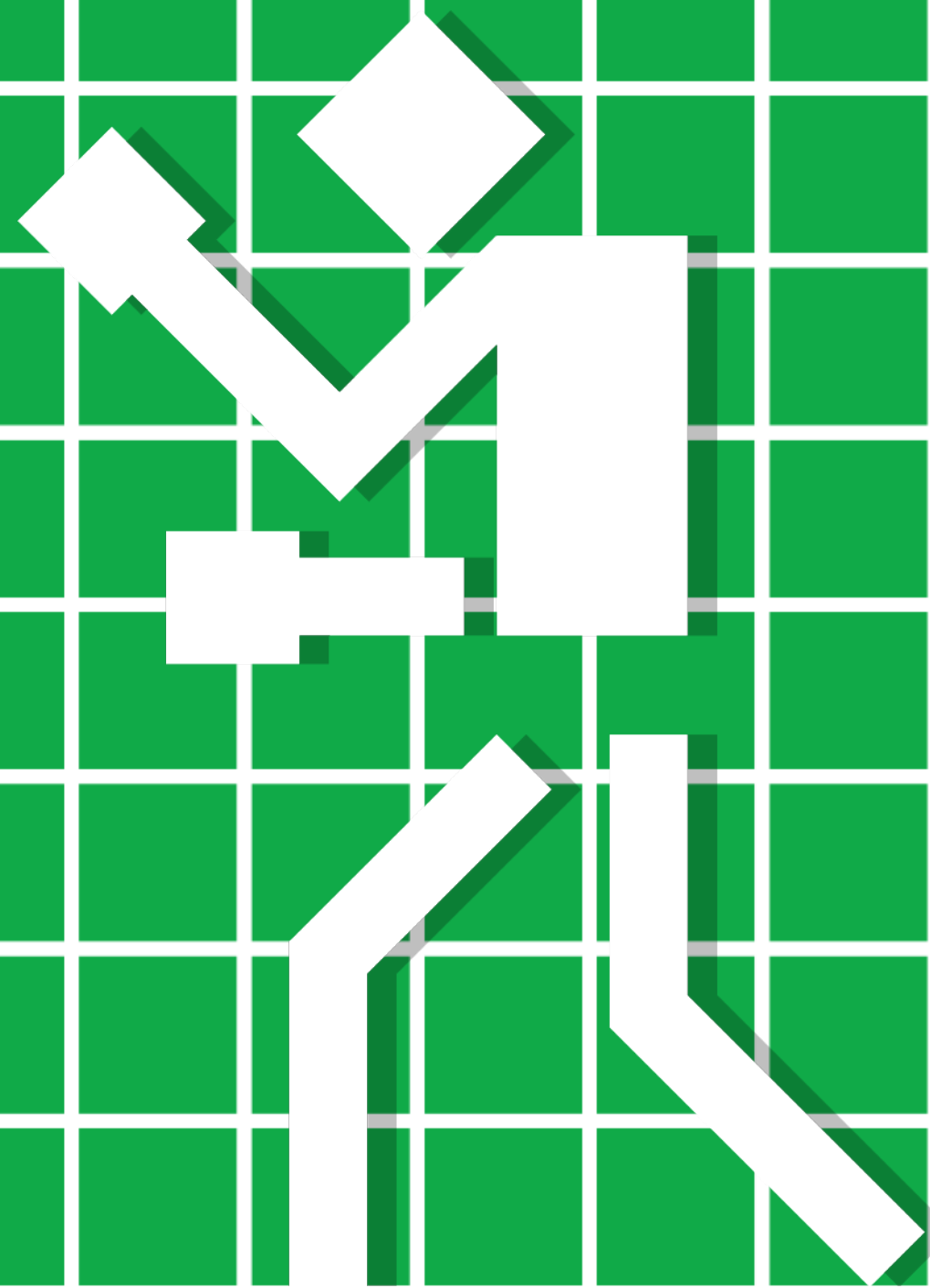
Ориентиры вокруг

Дорога, ручей, поляна или большой пень помогают не потеряться. Если всё кажется одинаковым, лучше остановиться и дождаться взрослого.



Вместе безопаснее

Группа и взрослый рядом помогают не заблудиться. Когда все держатся вместе, в лесу гораздо меньше поводов для тревоги и лишних приключений.



Огонь в природе

- Костёр кажется полезным и даже уютным, но рядом с сухой травой и ветром он становится опасным. Маленькая искра может быстро перейти на листья, хвою и ветки.
- После отдыха огонь нужно потушить полностью, а угли проверить ещё раз. Если что-то тлеет, пожар может начаться снова, даже когда кажется, что всё уже спокойно.



Особенно опасно, когда одежда намокла и поднимается ветер: переохлаждение может начаться очень быстро, даже во время короткой прогулки.

25 раз
быстрее теряет тепло
мокрое тело, чем сухое.

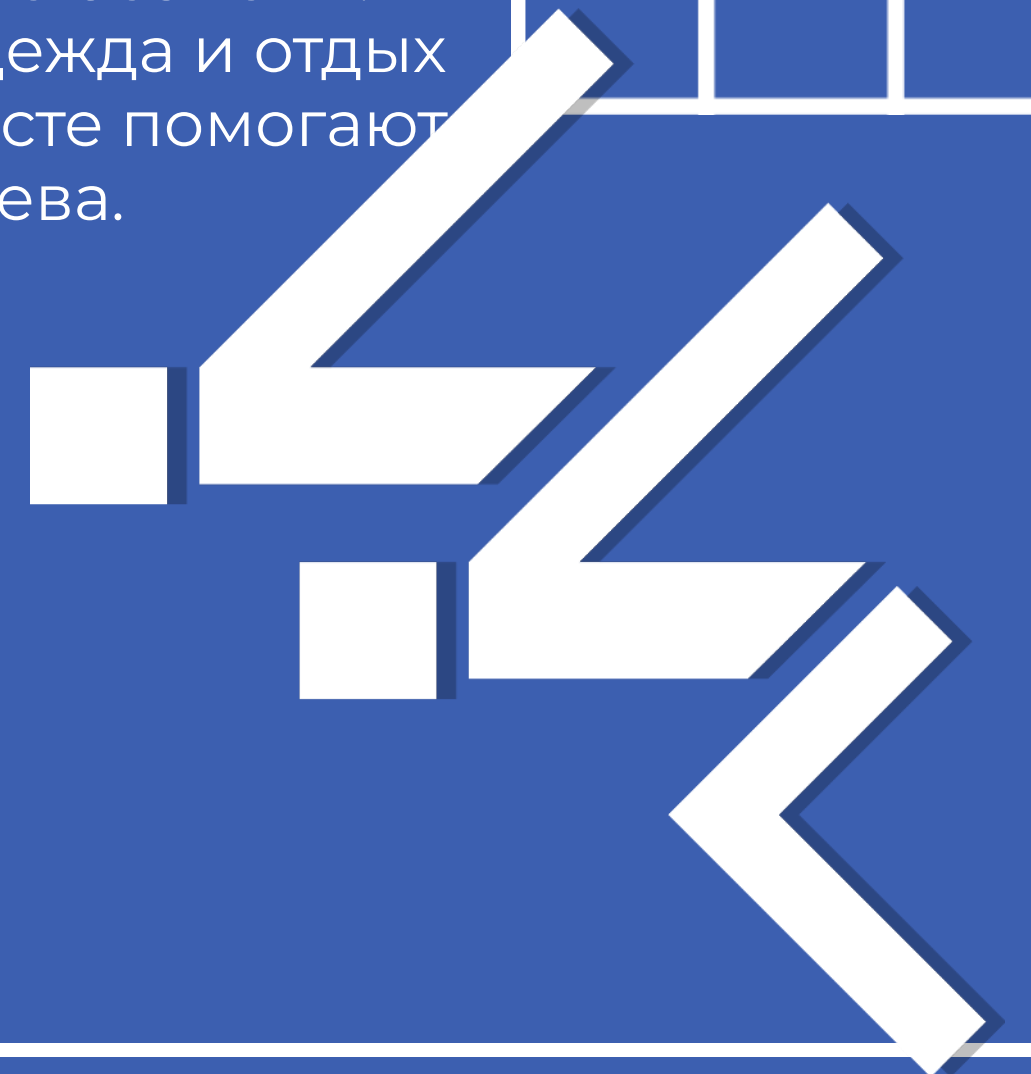
American Red Cross, материалы по первой помощи при переохлаждении

Жара и обезвоживание

В жару тело охлаждается через пот, поэтому вода уходит быстрее обычного. Если пить редко, появляется сухость во рту, вялость и труднее думать и играть.

Сильное солнце и духота особенно тяжело переносятся на открытом месте без тени. Шляпа, лёгкая одежда и отдых в прохладном месте помогают избежать перегрева.

Пить воду лучше небольшими глотками и не ждать сильной жажды. Если стало плохо, нужно сразу сообщить взрослому и прекратить активную игру.



Истории о грязной воде и незаметных микробах

Лужа после дождя

После дождя во дворе осталась большая лужа, и детям захотелось в ней побродить. Но в стоячей воде быстро собираются грязь и микробы. Если потом потрогать лицо или взять еду, можно легко заболеть.



Тихий ручей у мусора

У старого ручья лежали пакеты и банки, а вода казалась спокойной и прозрачной. На самом деле рядом с мусором вредных микробов больше. Играть в такой воде опасно, даже если она выглядит безобидной.

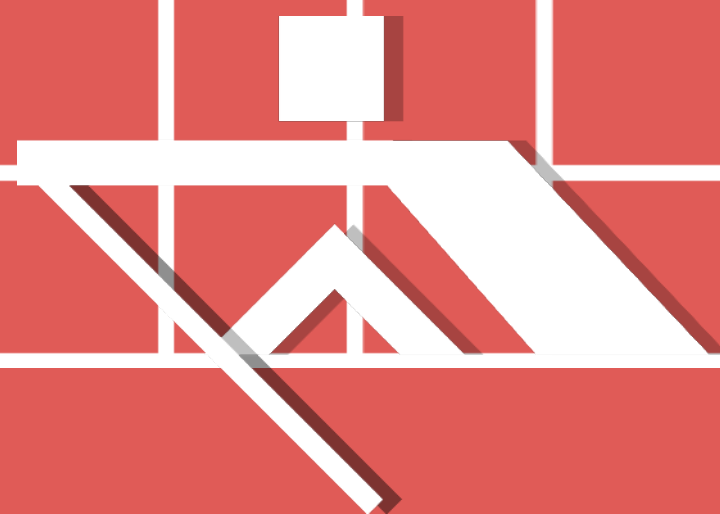


Пруд, который лучше не пробовать

У пруда на берегу стояли мальчик и девочка, но пить воду они не стали. В природных водоёмах могут жить мелкие вредные организмы, которых не видно глазами. Без разрешения взрослого такую воду трогать нельзя.



Шипы, стекло и другой мусор



Битое стекло на тропинке может порезать босую ногу или лапу животного. Даже маленький осколок становится опасным, если его не заметить вовремя.

Острые банки, проволока и сломанные палки тоже ранят легко. Они прячутся в траве и листьях, словно маленькие ловушки для невнимательных шагов.

Мусор вреден не только людям, но и зверям, и птицам. Животное может пораниться или запутаться в проволоке, если подойдёт слишком близко.

Поэтому на природе важно смотреть под ноги и не трогать неизвестные предметы. Лучше сразу сообщить взрослому, если рядом лежит опасный мусор.

Громкие звуки и резкие движения



Не пугать шумом
Крики и хлопки пугают животных, особенно если они кормятся или прячут детёнышей. Спокойный голос помогает не вызвать панику в лесу.

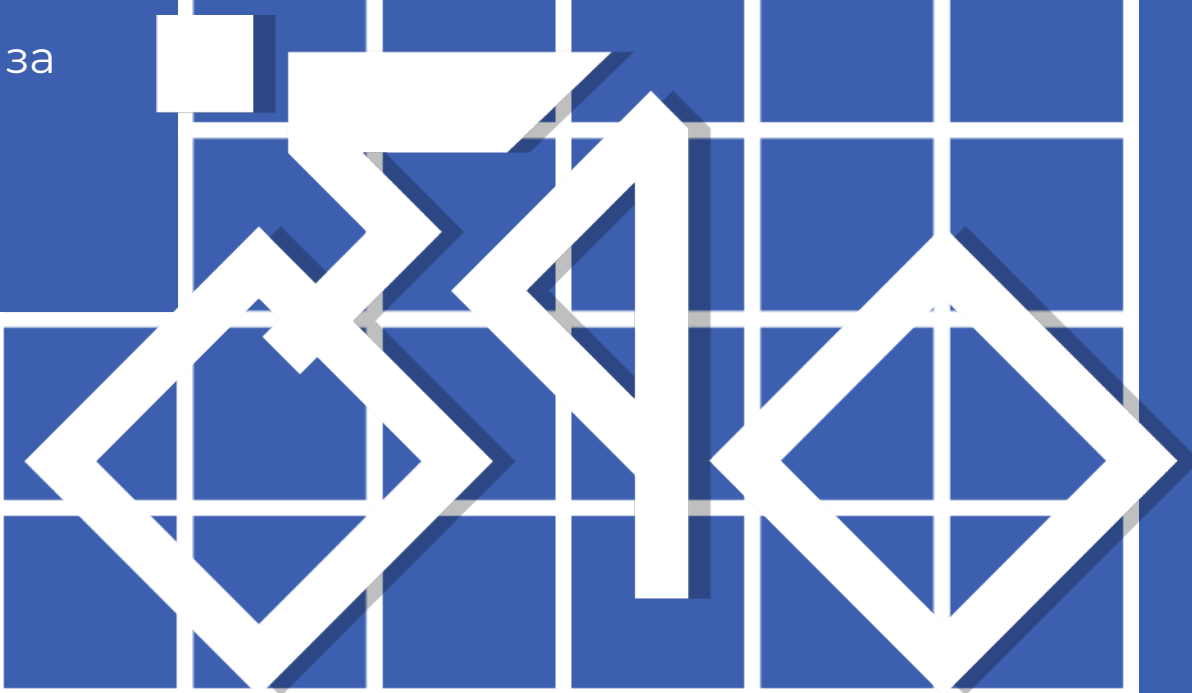


Двигаться плавно
Резкий взмах рукой или бег в сторону зверя может показаться угрозой. Лучше остановиться, не махать руками и медленно отойти назад.



Соблюдать расстояние

Чем дальше человек стоит от животного, тем спокойнее оно себя чувствует. Наблюдать за птицами и зверями лучше издалека, как за очень осторожными соседями.



Как заметить опасность заранее



Небо, ветер и звуки

Тёмные тучи, сильный ветер и запах дыма часто появляются перед опасной погодой или огнём. Если становится слишком шумно и тревожно, стоит насторожиться и позвать взрослого.

Поведение животных

Животные тоже подают сигналы. Они могут резко убегать, прятаться или вести себя необычно. Это значит, что рядом что-то не так, и лучше отойти подальше.

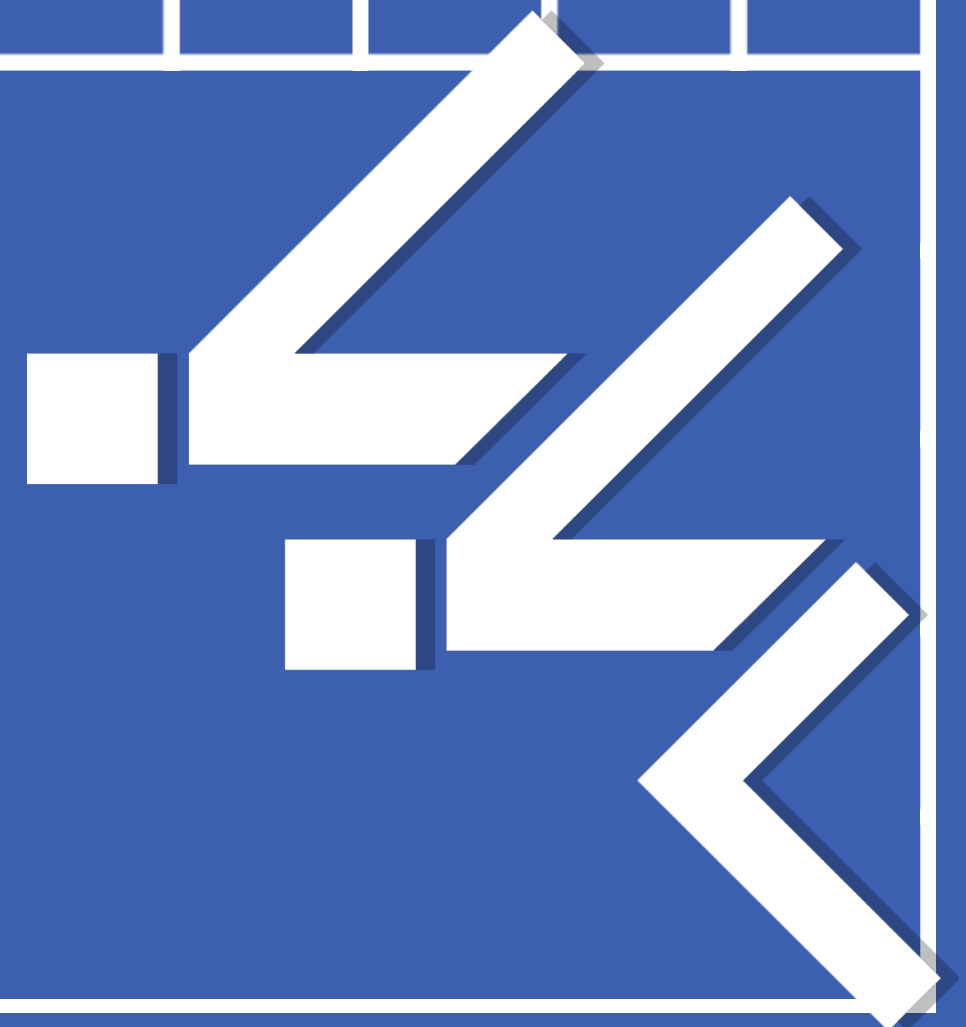
Безопасные привычки на прогулке

Перед прогулкой нужно надеть закрытую обувь и одежду по погоде. Так легче пройти по траве, не поцарапаться и не простудиться.

Лучше идти вместе со взрослым или с группой. Тогда проще не заблудиться, заметить опасное место и вовремя попросить помощи.

Нельзя пробовать незнакомые ягоды и трогать неизвестные растения. Даже красивый листочек иногда может обжечь кожу или вызвать отравление.

Полезно взять с собой воду и не отходить далеко от тропинки. Так прогулка остаётся приятной, а не превращается в поиски приключений.



Что делать, если возникла опасность



1. Остановиться

Сразу прекрати игру или движение и посмотри вокруг. Так легче понять, что именно стало опасным, и не попасть в беду ещё сильнее.

2. Отойти и позвать взрослого

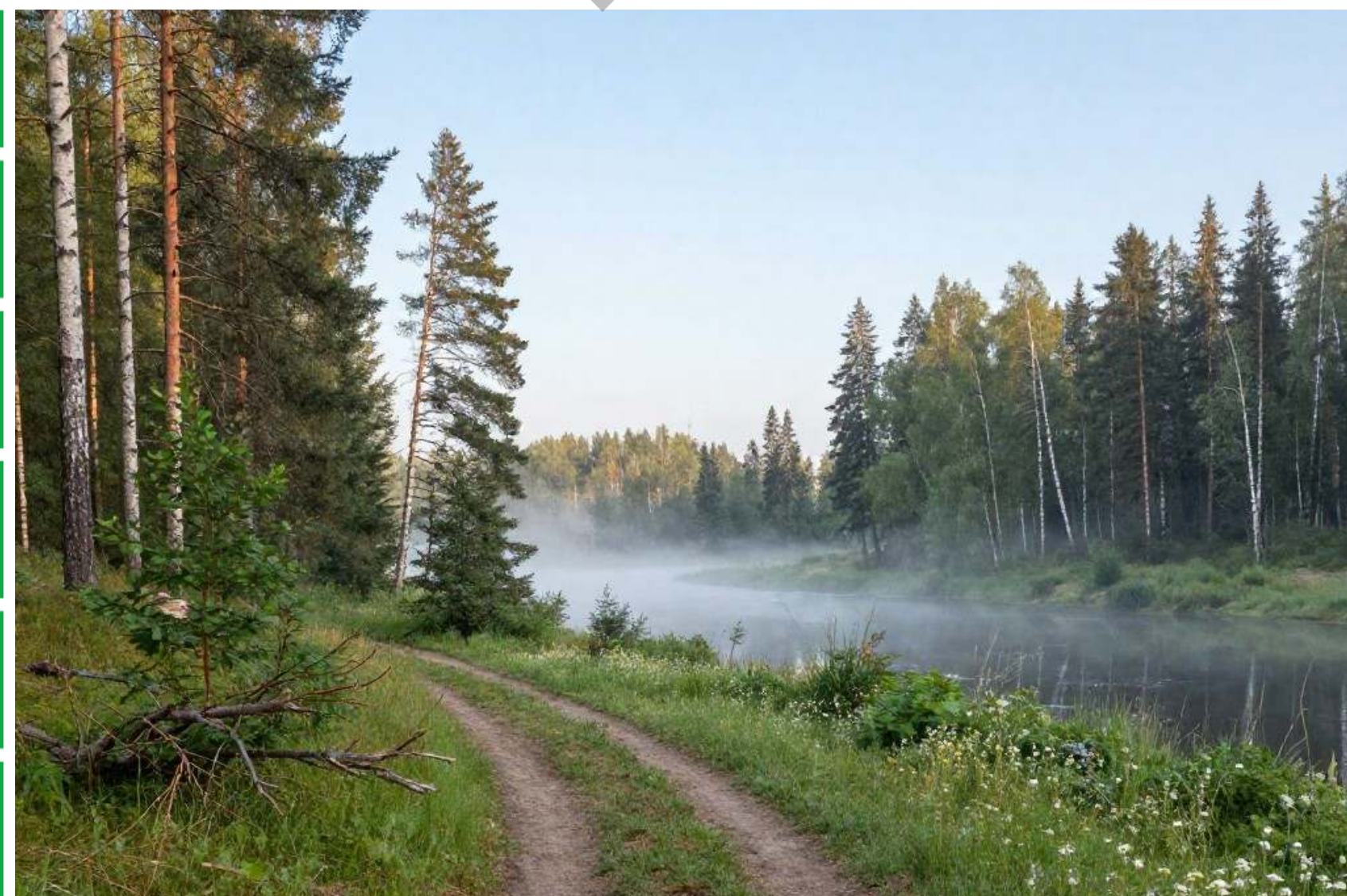
Если рядом вода, огонь, животное или острый предмет, нужно спокойно отойти подальше и сразу позвать взрослого. Без него лучше не решать проблему самому.

3. Дождаться помощи

Оставайся на безопасном месте и говори спокойно. Когда рядом взрослый, помощь приходит быстрее, а ошибок становится намного меньше.

Почему важно беречь природу

- Когда люди не ломают ветки, не пугают животных и не оставляют мусор, в лесу, на лугу и у воды становится безопаснее для всех. Чистая природа меньше прячет опасности.
- Аккуратное поведение помогает сохранить тропинки, берега и места, где живут птицы и звери. Это просто хороший обычай: беречь природу значит беречь и себя, и друзей вокруг.





Главная мысль о рисках в естественной среде

В природе есть свои опасности, но они не страшны тем, кто внимателен и знает простые правила. Осторожность делает прогулку спокойной, интересной и по-настоящему безопасной.