

## *Советы родителям по охране жизни и здоровья детей.*

Посмотрите внимательно на свою квартиру, двор, в котором играют дети, с точки зрения безопасности для их здоровья.

Укрепите качели, отремонтируйте другие игры, установленные во дворе. Вместе с другими жильцами определите площадки для игр детей, удалённые от движения транспорта, не разрешайте детям разжигать во дворах костры, стрелять из ракетниц и т. п. Объясните им, что это может привести к травме.

Не разрешайте детям играть с бродячими животными, объясните, что это может привести к серьёзному заболеванию.

Научите ребёнка, как вести себя с посторонними людьми. Запретите ему брать от них лакомства и угощения, заходить в чужие квартиры, подвалы и т. п.

Разъясните ребёнку, что не будет ничего страшного, если он под угрозой отдаст курточку или другие вещи. Дети часто боятся, что их за это будут ругать дома.

Ребёнок должен быть искренним с вами, относиться к вам с доверием, и вы будете знать обо всём, что с ним происходит.

Памятка для родителей по обучению детей правилам дорожного движения.

Не спешите, переходите дорогу размеренным шагом.

Выходя на проезжую часть дороги, прекратите разговаривать – ребёнок должен привыкнуть, что при переходе дороги нужно сосредоточиться.

Не переходите дорогу на красный или жёлтый сигнал светофора.

Переходите дорогу только в местах, обозначенных дорожным знаком «Пешеходный переход».

Из автобуса, троллейбуса, трамвая, такси выходите первыми. В противном случае ребёнок может упасть или побежать на проезжую часть дороги.

Привлекайте ребёнка к участию в ваших наблюдениях за обстановкой на дороге: показывайте ему те машины, которые готовятся поворачивать, едут с большой скоростью и т. д.

Не выходите с ребёнком из-за машины, кустов, не осмотрев предварительно дороги, - это типичная ошибка, и нельзя допускать, чтобы дети её повторяли.

Не разрешайте детям играть вблизи дорог и на проезжей части улицы.

## **Опросник для родителей по ОБЖ**

Всегда ли вы сами соблюдаете правила дорожного движения?

Если нет, то задумывались ли Вы о возможных последствиях и как Вы относитесь к фактам несчастных случаев?

Когда переходите улицу с ребёнком, обращаете ли Вы его внимание на сигналы светофора, показываете ли ему разлинованную часть дороги (зебру)?

Рассказываете ли своему ребёнку о проезжей части дороги и о транспорте?

Анализировали Вы когда-нибудь, где гуляет и играет Ваш ребёнок и всегда ли он под бдительным присмотром?

Показываете ли Вы ребёнку книги с ПДД с картинками дорожных знаков, читаете ли стихи по этой теме?

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

Убедительно просим заострить на этих вопросах своё внимание, и Вы убедитесь, что именно эти простые, но очень важные пункты помощи могут сохранить вашему ребёнку жизнь.

## **Памятка для родителей**

### **по обучению детей правилам дорожного движения.**

Не спешите, переходите дорогу размеренным шагом.

Выходя на проезжую часть дороги, прекратите разговаривать – ребёнок должен привыкнуть, что при переходе дороги нужно сосредоточиться.

Не переходите дорогу на красный или жёлтый сигнал светофора.

Переходите дорогу только в местах, обозначенных дорожным знаком «Пешеходный переход».

Из автобуса, троллейбуса, трамвая, такси выходите первым. В противном случае, ребёнок может упасть или побежать на проезжую часть дороги.

Привлекайте ребёнка к участию в ваших наблюдениях за обстановкой на дороге: показываете ему те машины, которые готовятся поворачивать, едут с большой скоростью и т. д.

Не выходите с ребёнком из-за машины, кустов, не осмотрев предварительно дороги, - это типичная ошибка, и нельзя допускать, чтобы дети её повторяли.

Не разрешайте детям играть вблизи дорог и на проезжей части улицы.

## Анкета для родителей по ОБЖ.

Знаете ли вы, как обезопасить свою жизнь и здоровье?

Чистая и безопасная среда способствует сохранению физического и психического здоровья человека, поэтому мы должны знать о подстерегающих нас опасностях. Проверьте себя, отметив один из ответов на каждый из предложенных вопросов, а затем подсчитайте количество набранных очков.

1. Где в доме установить детектор дыма?

А) На каждом этаже

Б) На кухне

В) Под лестницей

2. Как долго следует проветривать комнату после того, как вы постелили новый ковёр?

А) Несколько дней

Б) Несколько часов

В) Одну ночь

Какая вода опаснее для здоровья?

А) мутная вода из-под крана

Б) Поступающая по свинцовым трубам

В) С добавками фтора

4. Каков риск заболевания астмой у ребёнка, у которого один или оба родителя курят?

А) Никакого

Б) Риск большой, но не такой, чтобы стоило беспокоиться

В) Риск удваивается

5. Кто наименее вероятный разносчик микробов в доме?

А) Мыши

- Б) Тараканы
  - В) Муравьи
6. Что делать если вас застигла гроза?
- А) Спрятаться в машине
  - Б) Встать под высоким деревом
  - В) Распластаться на земле
7. Что уменьшит загрязнения окружающей среды вашей машины?
- А) Регулярное техобслуживание
  - Б) Работа двигателя вхолостую, пока машина стоит в пробке (чтобы избежать выключения и включения зажигания)
  - В) Установка шин радиального типа
8. Какое из этих распространённых растений ядовитое?
- А) Амариллис
  - Б) Фиалка африканская
  - В) Фигус каучуконосный
9. Что обеспечивает наилучшую защиту при автомобильной аварии?
- А) Ремни безопасности
  - Б) Надувная подушка
  - В) Ремни безопасности и надувная подушка одинаково эффективны
10. Каково должно быть оптимальное расстояние от экрана при работе с компьютером?
- А) 15-36 см
  - Б) 36-61 см
  - В) 61-76 см

Подсчёт баллов

1 (А), 2 (А), 3 (Б), 4 (В), 5 (В), 6 (А), 7 (Б), 8 (А), 9 (А), 10 (Б). За каждый из перечисленных здесь ответов вы заработали одно очко. Теперь сложите их и посмотрите, что получится.

8-10. Вы достаточно хорошо осведомлены об опасностях современной жизни и, по-видимому, бережно относитесь к окружающей среде и собственному здоровью.

7 и меньше. Ваших знаний о себе и окружающем вас мире явно недостаточно. Пополнив свои знания необходимыми сведениями, вы могли бы сделать свою жизнь более здоровой и безопасной.

# ПРАВИЛА НА ВСЮ ЖИЗНЬ!

## **Дома:**

Каждая вещь в доме должна иметь своё место.

Перед тем, как принять ванну, проверь, не слишком ли горячая вода.

Не оставляй включённой незажжённую газовую плиту.

Даже если опаздываешь, не суетись.

Не бегай по мокрому полу.

Когда нарезаешь хлеб или овощи, не держи пальцы близко к лезвию ножа.

Не суй пальцы в мясорубку.

Старайся не раздражаться по пустякам.

## **На улице:**

Не играй на проезжей части улицы.

Не перебегай дорогу перед движущимся транспортом.

Переходи улицу только в установленном месте и только на зелёный свет.

Изучай правила дорожного движения.

По шоссе надо идти навстречу движущемуся транспорту (левая сторона).

## **В транспорте:**

Крепко держись за поручни.

Не высовывай руки и голову из окна.

Позаботься об удобствах других.

Не выходи в вагон и не выходи из него, когда двери уже закрываются.

## **На воде:**

Не ныряй вниз головой в незнакомом месте.

Не заплывай за оград. буйки.

Не плавай на надувных матрасах далеко от берега.

Не купайся при высоких волнах.

Не ходи по тонкому льду.

Не купайтесь в грозу, и не плавай в реке с быстрым течением.

Памятка для родителей детей старшего дошкольного возраста.

Ничто не убеждает лучше примера. (Французская пословица).

## **Уважаемые родители!**

### **В старшем дошкольном возрасте ребёнок должен усвоить:**

- кто является участником дорожного движения и его обязанности;
- основные термины и понятия правил (велосипед, дорога, дорожное движение, железнодорожный переезд, маршрутное транспортное средство, механическое транспортное средство, мопед, мотоцикл, перекрёсток, пешеходный переход, линия тротуаров, проезжая часть, разделительная полоса, регулировщик, транспортное средство, уступите дорогу);
- обязанности пешеходов;
- обязанности пассажиров;
- регулирование дорожного движения;
- сигналы светофоры и регулировщика;
- предупредительные сигналы;
- движение через железнодорожные пути;
- движение в жилых зонах;
- перевозка людей;
- особенности движения на велосипеде.

Рекомендации по привитию ребёнку устойчивых навыков безопасного поведения в любой дорожной ситуации:

- в дорожной обстановке обучайте ориентироваться и оценивать дорожную ситуацию;
- разъясняйте необходимость быть внимательным, осторожным и осмотрительным на дороге;
- воспитывайте у ребёнка потребность быть дисциплинированным, вырабатывайте у него положительные привычки в безопасном поведении на дороге;
- разъясняйте необходимость быть постоянно бдительными на дороге, но не запугивайте транспортной ситуацией;

-указывайте на ошибки пешеходов и водителей;

-разъясняйте, что такое дорожно-транспортное происшествие (ДТП) и их причины;

-закрепляйте знания безопасного поведения с помощью игр, диафильмов, читайте книги, стихи, загадки с использованием дорожно-транспортными ситуациями;

-используйте прогулки для объяснения закрепления правил, работы светофоров, показывайте дорожные знаки и дорожная разметка, а если регулировщик будит регулировать движение, то поясните его сигналы, чаще обращайтесь к ребёнку с вопросами по дорожной обстановке.

**П О М Н И Т Е !**

Ребёнок учится законам безопасного поведения на дороге у родителей и взрослых. Не жалеите времени на обучение детей поведению на дороге.

Берегите ребёнка!

## Уроки дорожной безопасности для родителей.

Для того чтобы воспитание детей было успешно, надо чтобы воспитывающие люди, не переставая, воспитывали себя.

Л.Н.Толстой.

Ребёнок на руках. Будьте осторожны – ребёнок на руках закрывает вам обзор дороги.

Ребёнок в саночках. Как известно санки легко опрокидываются. На проезжей части или рядом с ней этого нельзя допускать. Чаще смотрите за ребёнком. Держитесь середины тротуара, дальше от «сосулек».

Выход из автобуса, троллейбуса, трамвая. Первыми всегда выходят взрослые, принимая ребёнка, потому, что он легко может вырваться, пока вы заняты выходом, выбежать из-за автобуса на дорогу. Ребёнок, шагая по ступенькам, рассчитанным на взрослого, может упасть. Особая осторожность должна быть, когда выходите среди последних выходящих на остановке пассажиров. Так как водитель может не заметить стоящего на ступеньках ребёнка, которого вы, выйдя, приготовились взять, и, считая, что высадка окончена, закроет дверь и тронется, поэтому надо выходить не последним, взять ребёнка на руки или предупредить водителя перед выходом.

Проезд в автобусе, троллейбусе, трамвае. При движении надо занимать устойчивое к возможным толчкам положение, быть особенно осторожным возле кабины водителя, как и во время приготовления к выходу.

За руку с ребёнком. На дороге или рядом с ней не забывайте, что ребёнок может попытаться вырваться. И это типичная причина дорожных происшествий. Ребёнок чаще пытается вырваться, когда он увидел на другой стороне дороги кого-либо из родных, друзей и т.д. При переходе внезапно не останавливайтесь, не предупредив ребёнка.

Учите ребёнка наблюдать. Именно с 2 до 6 лет, пока ребёнок на улице рядом с вами, во время прогулок, по пути в детский сад и обратно лучше всего прививать ему те навыки, о которых речь шла выше! Используйте каждый случай пребывания рядом с ребёнком на дороге, чтобы по ходу дела учите его наблюдать, узнавать дорожные «ловушки». Пусть при переходе проезжей части он тоже наблюдает, а не просто доверяет вам. Иначе он привыкнет ходить, через проезжую часть, не глядя.

Пример родителей. Одно неправильное действие родителей на глазах у ребёнка или вместе с ним может перечеркнуть сто словесных правильных указаний. Поэтому с ребёнком – никакой спешки на проезжей части, никакого бега через дорогу к автобусу, никаких разговоров о постороннем во время перехода. Никаких движений наискосок, в стороне от перехода на красный свет. Если вы конечно хотите, чтобы ваш ребёнок в будущем, когда он будет на улице один, был в безопасности.

Ваш ребёнок носит очки. На дороге очень важную роль играет так называемое «боковое зрение», потому что часто пешеход находится боком к приближающемуся транспорту. Так как «боковое зрение» ослаблено, не смотря на очки, надо с удвоенной тщательностью учить ребёнка наблюдать, узнавать типичные ситуации «закрытого обзора». Более тщательно ребёнка учить оценивать и скорость приближающегося транспорта.

### **Общие рекомендации.**

Выходить из дома следует заблаговременно так, чтобы оставался резерв времени. Ребёнок должен привыкнуть, ходить по дороге не спеша.

Увидев автобус на противоположной стороне улицы, не спешите, не бегите. Объясните ребёнку, что это опасно.

Выходя на проезжую часть улицы, прекратите посторонние разговоры с ребёнком. Он должен привыкнуть, что при переходе надо молчать и наблюдать.

Переходите улицу, строго перпендикулярно. Ребёнок должен осознать, что это делается для лучшего наблюдения за дорогой.

Переходите, только на зелёный сигнал светофора.

Переходите только по пешеходным переходам.

Выход из подъезда дома.

Если у подъезда дома возможно движение транспорта, сразу обратите внимание ребёнка и посмотрите вместе, нет ли его.

Если у подъезда стоит транспорт или растёт дерево, закрывающие обзор, приостановитесь и «выгляните», нет ли за препятствием скрытой опасности.

Движение по тротуару. Обращайте внимание ребёнка на появляющиеся вдали и проезжающие транспортные средства, особенно на те из них,

которые едут с большой скоростью. Научите ребёнка замечать транспорт издали, провожать его глазами и оценивать скорость.

Остановитесь у стоящего транспорта и обратите внимание ребёнка на то, как он закрывает обзор улицы. Можно подумать, что опасности нет, и выйти из-за транспорта, а в это время из-за него выйдет другой транспорт.

Такое наблюдение во время прогулок полезно проделать с различными предметами, закрывающими обзор улицы, - кустами, деревьями, заборами и т.д.

У детей в этом случае вырабатывается важнейший для безопасности на улице рефлекс предвидения скрытой опасности.

Переход через проезжую часть, где нет светофора

На перекрёстке научите детей замечать транспорт, готовящийся к повороту направо (прежде всего) и налево. Как правило, транспорт, поворачивающий направо, занимает крайнее положение и включает указатель правого поворота, а поворачивающий налево – крайнее левое положение и включает левый указатель поворота.

Наблюдая за проезжающим через переход крупным транспортом, обращайтесь внимание ребёнка на то, что пока он не отъехал далеко, он может скрывать другой, который едет навстречу. Поэтому лучше подождать, пока такой транспорт отъедет подальше.

Посадка в автобус, поездка и выход из него.

Подходите к двери только при полной, остановке автобуса.

Приучите ребёнка держаться за поручни.

К выходу подготовьтесь, заранее

Держите ребёнка за руку, или возьмете его на руки.

Выйдя из автобуса, на другую сторону улицы переходите только по пешеходному переходу.

Привитие навыка останавливаться для осмотра

Во время прогулок приучайте ребёнка останавливаться, приблизившись к проезжей части дороги. Остановка позволяет ему переключиться и оценить ситуацию. Это главное правило для пешехода.

Привитие навыка запоминать дорогу в детский сад.

Во время движения показывайте дорожные знаки, их название и назначение, пешеходные переходы, сигналы светофора, наличие магазинов, перекрёстков, аптек, остановок маршрутного транспорта, название улиц. Можно нарисовать маршрут движения в детский сад и на нём показать опасные участки. Затем можно пройти по этому маршруту несколько раз, указать опасные места как на схеме.