**Консультация для родителей**

**«Безопасность детей: как предупредить риски, а не устранять последствия»**

Уважаемые мамы и папы!

Статистика показывает: более 70 % несчастных случаев с дошкольниками происходит не на улице, а там, где взрослые чувствуют себя «в безопасности» — дома, во дворе, в машине. Наша задача — увидеть потенциальную опасность раньше, чем её «заметит» ребёнок. Ниже — систематизированные рекомендации, которые помогут свести риски к минимуму.

1. Дом — территория без сюрпризов

• Мебель и техника

– Закрепите шкафы и телевизоры от опрокидывания.

– Используйте фиксаторы на выдвижных ящиках.

• Окна и балконы

– Сетку «анти-кошку» ребёнок легко прорвёт: нужны блокираторы открытия или «гребёнка».

– Не ставьте мебель ближе 50 см к подоконнику.

• Электричество

– Заглушки в розетках, провода вне зоны доступа.

– Утюг, фен, зарядки — выключаем из сети сразу после использования.

• Вода и бытовая химия

– Ванну — только под присмотром; уровень воды — не выше 10 см.

– Чистящие средства храните выше линии глаз взрослого или в шкафу с защёлкой.

• Игрушки

– Проверяйте крепление батареек, отсутствие мелких съёмных деталей (до 3 лет — предметы < 3,5 см опасны для дыхательных путей).

Мини-чек-лист. Пройдитесь по квартире и ответьте «да/нет»:

□ Установлены блокираторы на окнах.

□ Все медикаменты и химия спрятаны на недосягаемой высоте.

□ В прихожей есть огнетушитель и аптечка.

□ Номера 101, 112, 103 наклеены на холодильник.

2. Прогулка и улица

• Переход дороги

– До 7 лет ребёнок не способен объективно оценить скорость машины. Переходим дорогу, крепко держась за руку, объясняем правило «стоп – смотри – слушай – иди».

– Светоотражатели на одежде обязательны круглый год.

• Детская площадка

– Осмотрите горку: нет ли трещин, мокрой поверхности, ржавых болтов.

– Напоминайте правило «один – один»: не съезжать сразу за предыдущим ребёнком.

• Животные

– Учим говорить громко и спокойно: «Нельзя!»; не убегать.

– Никогда не кормить чужих собак/уток без взрослых.

3. Транспорт

• Легковой автомобиль

– До 12 лет — только в сертифицированном автокресле, пристёгнутом штатным ремнём.

– Игрушки в салоне — мягкие: при резком торможении твёрдая машинка «летит» со скоростью автомобиля.

• Велосипед, самокат, ролики

– Шлем + налокотники + наколенники.

– Кататься только на площадках вдали от проезжей части.

4. Природа, дача, водоёмы

• Открытая вода

– Правило вытянутой руки: дошкольник всегда в радиусе касания взрослого.

– Надувные средства — помощники, но НЕ защита: не заменяют бдительность.

• Насекомые и растения

– Осматривайте кожу на клещей после прогулки в зелёной зоне.

– Покажите ребёнку «опасные» растения: борщевик, белена, волчье лыко, мухомор. Игра «можно – нельзя» хорошо запоминается.

• Костёр, мангал

– Территорию на 2 метра вокруг огня объявляем «красной зоной»: заходить можно только со взрослым.

5. Пожарная безопасность

• Спички и зажигалки — вне поля зрения. Объясняем с 3-х лет, что «огонь — это не игрушка».

• Смоделируйте дома «тренировку эвакуации»: куда бежать, что кричать («Пожар!»), какую дверь или окно открыть.

• Датчик дыма — недорогой и высокоэффективный способ раннего оповещения.

6. «Чужие взрослые» и психологическая безопасность

• Правило «5 дюймов» (или «личный круг»): при неприятном приближении можно громко кричать «Не трогайте меня!» — это не непослушание, а защита.

• Кодовые слова семьи. Договоритесь: если за ребёнком пришёл «дядя», он должен назвать пароль («Снеговик»).

• Учите говорить «нет» даже знакомым, если просьба вызывает дискомфорт: «Нет, мне это не нравится, я скажу маме».

7. Цифровая среда (актуально уже с 4-5 лет)

• Время перед экраном — не более 30 минут за раз.

• Родительский контроль: бесплатные приложения позволяют блокировать нежелательный контент.

• Объясняем правило «не рассказывай о себе»: имя, адрес, фото — только с разрешения взрослых.

8. Экстренные ситуации и первая помощь

• С 3-4 лет ребёнок должен знать:

– своё имя и фамилию;

– имя родителей;

– адрес;

– номер «112».

• Аптечка дома и в машине: бинты, антисептик, пластырь, стерильные салфетки, парацетамол/ибупрофен в детской дозировке, антигистамин в каплях.

• Пройдите базовый курс первой помощи (онлайн-урок или очный тренинг): умение остановить кровотечение или выполнить СЛР — ценно для всей семьи.

9. «Золотое правило 3 минут»

Каждые 3 минуты задавайте себе вопрос: где мой ребёнок, что он делает, безопасно ли это? Простое упражнение снижает вероятность несчастного случая почти на 50 %.

10. Учимся через игру

• Игра-квест «Найди опасность»: вместе ищете в комнате предметы/ситуации, которые надо исправить.

• «Светофор»: ребёнок называет зелёный/жёлтый/красный цвет в ответ на ситуации, которые вы озвучиваете («Переходить дорогу по зебре — зелёный», «Играть спичками — красный»).

• «Спасатель» на прогулке: поручите малышу «охранять» младшую игрушку — пусть применяет правила безопасности к «подопечному».

Подводим итоги

1. Самая надёжная защита — не запреты, а привычка думать о последствиях. Разговаривайте, объясняйте, показывайте.

2. Модель поведения «делаю сам и комментирую вслух» (например, застёгиваю ремень и говорю: «Я берегу своё тело») работает лучше, чем тысяча слов «надо».

3. Создайте «культуру безопасности» дома: обсуждайте новости, хвалите ребёнка за осторожность, фиксируйте достижения («Сегодня ты сам напомнил про шлем — молодец!»).

Помните: внимательность, открытый диалог и личный пример родителей — три кита, на которых держится безопасность детей. Пусть они растут здоровыми и уверенными, а неприятности обходят вашу семью стороной!