

## **20 ноября – День ребенка. Детская безопасность и здоровое развитие: главные правила для родителей**

Всемирный день ребёнка — праздник, который Генеральная Ассамблея ООН в 1954 году рекомендовала ввести всем странам, начиная с 1956 года. Праздник направлен на улучшение благополучия детей, укрепление работы, проводимой ООН в интересах детей всего мира. Также, 20 ноября 1989 года была принята Конвенция о правах ребенка, которая обязывает все страны обеспечить детям благополучную жизнь.

Целью празднования Всемирного дня ребёнка является привлечение внимания широкой общественности, организаций и правительственных учреждений к вопросам, направленным на практическую реализацию мер по обеспечению благополучия детей по всему миру.

Отражением благополучия детей является их здоровье. Для поддержки здорового развития ребёнка нужно соблюдать совсем несложные правила, о которых все знают. Это правильное питание (по возможности забыть о фастфуде и сильногазированных сладких напитках); занятия физкультурой; равномерное распределение умственных и физических нагрузок; социально - бытовые навыки. Соблюдение правил личной гигиены является залогом сильного иммунитета и здоровья не только для взрослого, но и в первую очередь для ребенка.

Чтобы уберечь своего ребенка от беды, следует, прежде всего, научить его распознавать опасность. Чтобы завоевать детское внимание, преступники представляются людьми творческих, увлекательных профессий: режиссер, фокусник, спортсмен. Ребенка нужно научить следующим правилам безопасности при общении с посторонними:

- 1) всегда играй в компании друзей;
- 2) никогда не принимай подарки (сладости) от незнакомцев без разрешения родителей;
- 3) никогда не соглашайся куда-либо идти в сопровождении незнакомых людей, не садись в автомобиль с незнакомым человеком;
- 4) никогда не позволяй кому-то прикасаться к тебе. Сразу расскажи об этом родителям.

Помните, что от природы дети беспечны и доверчивы. Внимание у детей бывает рассеянным. Поэтому, чем чаще вы напоминаете ребёнку несложные правила поведения, тем больше вероятность, что он их запомнит, и будет применять. Вы должны регулярно их напоминать.

Необходимо учить детей не только соблюдать Правила движения, но и с самого раннего возраста учить их наблюдать и ориентироваться. Нужно учитывать, что основной способ формирования навыков поведения - наблюдение, подражание взрослым, прежде всего родителям:

1) находясь с ребёнком на проезжей части, не спешите, переходите дорогу размеренным шагом. Иначе вы научите спешить там, где надо наблюдать и соблюдать правила безопасности;

2) не посылайте ребенка переходить или перебегать дорогу впереди вас - этим вы обучаете его переходить через дорогу, не глядя по сторонам. Маленького ребенка надо крепко держать за руку, быть готовым удержать при попытке вырваться - это типичная причина несчастных случаев;

3) учите ребенка смотреть. У ребенка должен быть выработан твердый навык: прежде, чем сделать первый шаг с тротуара, он поворачивает голову и осматривает дорогу во всех направлениях. Это должно быть доведено до автоматизма;

4) учите ребенка замечать машину. Иногда ребенок не замечает машину или мотоцикл, находящиеся вдалеке. Научите его всматриваться вдалеку;

5) учите ребенка оценивать скорость и направление будущего движения машины. Научите ребенка определять, какая машина едет прямо, а какая готовится к повороту;

6) твердо усвойте сами и научите ребенка, что входить в любой вид транспорта и выходить из него можно только тогда, когда он стоит. Объясните ребенку, почему нельзя прыгать на ходу.

**Ребенка нужно также научить следующим правилам пожарной безопасности дома:**

- 1) не оставляйте без присмотра детей дошкольного и младшего школьного возраста, не позволяйте им пользоваться легковоспламеняющимися материалами;
- 2) Следите за газовыми и электрическими приборами;
- 3) Не играть с легко воспламеняющимися предметами и жидкостями (спички, зажигалки, аэрозоли и т.д.);
- 4) Не поворачивать вентили газовой плиты и колонки;
- 5) Не трогать режущие и колющие предметы (ножи, ножницы, иголки и т.д.).
- 6) В случае обнаружения пожара незамедлительно звоните 01.

Сохранение жизни и здоровья детей – главная обязанность взрослых!

Специалист-эксперт Паршина Е.М.