МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

для образовательных организаций по информированию родителей

о рисках, связанных с детской смертностью

**Введение**

 В период летнего отдыха у детей и подростков значительно увеличивается объем свободного времени. При нахождении детей и подростков без присмотра взрослых резко возрастают риски несчастных случаев, приводящих к травмам, увечьям, и даже детской смертности от внешних причин.

 В целях профилактики несчастных случаев и детской смертности от внешних причин в образовательных организациях необходимо проводить информирование родителей о рисках, связанных с детской смертностью, их причинах, типах и способах предупреждения.

 Методические рекомендации рассматривают различные аспекты проведения комплекса мероприятий для образовательных организаций по информированию родителей о рисках, связанных с детской смертностью и могут быть использованы для организации работы с родителями и детьми.

 Настоящие рекомендации разработаны государственным бюджетным научным учреждением «Федеральный центр защиты прав и интересов детей», на основе материалов, представленных Министерством здравоохранения Российской Федерации.

 **1. Наиболее распространенные несчастные случаи, приводящие к увечьям и смерти детей, их причины**

 Медицинские эксперты Всемирной организации здравоохранения пришли к выводу – в настоящее время в большинстве цивилизованных стран дети чаще погибают в результате несчастных случаев, чем от всех болезней вместе взятых.

 Задача родителей сделать все возможное, чтобы максимально обезопасить своего ребенка от несчастного случая.

 Наиболее распространенные несчастные случаи, приводящие к увечьям и смерти детей:

 ─ ожоги;

 ─ падения с высоты;

 ─ утопления;

 ─ отравления;

 ─ поражения электрическим током;

 ─ дорожно-транспортные происшествия, включая происшествия с участием мотоциклистов, велосипедистов, а так же роллинг (катание на роликах).

 На основании статистических данных, полученных из баз данных Всемирной

организации здравоохранения, можно утверждать, что причинами несчастных

случаев в детском возрасте чаще всего является:

 ─ отсутствие должного надзора за детьми всех возрастных групп;

 ─ неосторожное, неправильное поведение ребенка в быту, на улице, во время игр, занятий спортом.

 Возникновению несчастных случаев способствуют и психологические особенности детей: любознательность, большая подвижность, эмоциональность, недостаток жизненного опыта, а отсюда отсутствие чувства опасности.

 Причины несчастных случаев с детьми имеют возрастную специфику:

 ─ В возрасте до 4 лет дети чаще подвергаются несчастным случаям, самостоятельно познавая окружающий мир.

 ─ В возрасте от 5 до 10 лет несчастные случаи наступают вследствие шалости, неосторожного поведения ребенка.

 ─ В возрасте от 10 до 14 лет и старше – вследствие борьбы за лидерство. Так, у детей 10–12 лет появляются новые интересы, они становятся более активными, самостоятельными, в играх стараются проявить изобретательность, стремятся утвердиться в среде сверстников.

 ─ Бурная энергия и активность – факторы, способствующие возникновению несчастных случаев у школьников 10–13 лет. Подросток, сознавая свою «нескладность», старается ее скрыть напускной грубостью, бравадой. Начавшаяся интенсивная деятельность желез внутренней секреции сказывается на состоянии нервной системы подростков. Неуравновешенность, вспыльчивость, повышенная возбудимость с недостаточной выдержкой делают их шумными, импульсивными.

 **2. Обучение детей основам профилактики несчастных случаев**

 С учетом указанных причин работа родителей по предупреждению несчастных случаев должна вестись в следующих направлениях:

 ─ создание безопасной среды пребывания ребенка, обеспечение надзора,

 ─ систематическое обучение детей основам профилактики несчастных случаев.

 Создание безопасной среды пребывания ребенка предполагает:

 1) организацию досуга ребенка, включение его в интересные и полезные развивающие занятия;

 2) ограничение опасных условий, обеспечение недоступности для ребенка опасных средств и веществ;

 3) запрет на пребывание ребенка в местах, связанных с рисками для жизни и здоровья без присмотра взрослых (стройках, запретных и промышленных зонах, местах интенсивного движения транспорта, открытых водоемах и т.п.);

 4) обеспечение постоянного надзора за времяпровождением и занятиями ребенка (обеспечение организованного отдыха или присмотра со стороны самих родителей, родственников и т.п., регулярный контакт с ребенком в течение дня с использованием электронных средств связи).

 Систематическое обучение детей основам профилактики несчастных случаев включает:

 1) информирование ребенка о видах и причинах несчастных случаев, рисках,

влекущих за собой травматизм, увечья и смерть, а так же об условиях и способах избегания несчастных случаев;

 2) регулярное инструктирование ребенка о правилах и мерах безопасного поведения в быту, на улицах, дороге, транспорте, на игровых и спортивных площадках и т.п.;

 3) обучение ребенка (особенно подростка) противостоянию подстрекательству к опасному поведению со стороны ровесников или старших товарищей, формирование ответственности за здоровье и жизнь окружающих людей, особенно младших товарищей, которые могут стать жертвой нелепых и опасных рекомендаций подростков, подстрекающих к опасным играм и занятиям;

 4) обучение ребенка элементарным мерам первой помощи, и, прежде всего, обеспечение возможности обратиться за помощью к взрослым.

 Основные условия успешной профилактической работы с детьми:

 1. Чтобы избежать несчастных случаев, родители, прежде всего, должны изменить свое собственное отношение к рискам. Несчастные случаи должны перестать считаться роковым злом, которое почти невозможно предупредить. Только при таком условии можно выработать у ребенка навыки осмотрительного поведения.

 2. Родители сами должны показывать пример безопасного и ответственного поведения.

 3. Важно не развить у ребенка чувства робости и страха, а, наоборот, внушить ему, что опасности можно избежать, если вести себя правильно!

 4. Никакой реальной пользы не будет от бесконечных напоминаний «будь осторожен», «делай аккуратно». Необходимо конкретно объяснять, что именно следует делать и что делать нельзя. Следует научить его последовательно выполнять ряд действий, объясняя, почему необходимо делать именно так. Действие, которое взрослыми совершается автоматически, ребенку надо объяснить детально.

 5. Основное внимание взрослых в профилактике обычно бывает направлено на предупреждение дорожно-транспортного травматизма и предупреждение несчастных случаев при выполнении хозяйственных работ. Родителям важно понимать, что несчастные случаи чаще всего происходят во время игр и развлечений, именно им уделять повышенное внимание при инструктировании

ребенка.

 6. Очень важно приучать детей к самообслуживанию, к участию в домашнем труде. Ребята, помогающие родителям, как правило, более аккуратны и внимательны и менее подвержены действию опасных факторов. Приучая ребенка к работе по дому, следует подробно разъяснить ему, почему необходимо выполнять те или иные правила при пользовании ножом, иголкой, электроприборами, механизированными инструментами.

 7. Иногда бывает полезно рассказать школьнику о несчастных случаях, происшедших с другими детьми. Чтобы этот рассказ запомнился ребенку и принес реальную пользу воспитанию навыков правильного поведения, необходимо предоставить ему возможность самому разобраться в причинах несчастья. Ребенок должен понять, как можно было бы в данной ситуации избежать опасности. Именно такой подход убедит его в том, что опасность всегда можно предотвратить.

 8. Родители не должны равнодушно проходить мимо небезопасных шалостей детей, их долг предотвратить беду, даже если она угрожает чужому ребенку. Если родители совместно с детьми становятся свидетелями опасного и рискового поведения других людей, это должно стать поводом для серьезного обсуждения.

 **3. Рекомендации по предупреждению несчастных случаев**

Для предупреждения несчастных случаев необходимо помнить о причинах, приводящих к ним, а также действиях, обеспечивающих их предупреждение, предотвращение.

 **3.1 Ожоги**

 Ожоги могут быть вызваны соприкосновением с горячими поверхностями, горючими веществами, при нахождении вблизи открытого огня, а так же наступить в результате длительного пребывания на солнце (эти ожоги могут сопровождаться солнечным или тепловым ударом).

 Для предупреждения ожогов:

 ─ ограничьте доступ детей к открытому огню, явлениям и веществам, которые могут вызвать ожоги.

 ─ запретите детям разводить костры и находиться вблизи открытого огня без присмотра взрослых.

 Для профилактики солнечных ожогов и ударов необходимо:

 ─ защищать в солнечную жаркую погоду голову светлым (светлое лучше отражает солнечный свет), легким, легко проветриваемым головным убором желательно из натурального хлопка, льна;

 ─ защищать глаза темными очками, причем очки должны быть с фильтрами, полностью блокирующими солнечные лучи диапазона А, В;

 ─ избегать пребывания на открытых пространствах, где прямые солнечные лучи. Солнце самое активное и опасное в период: с 12 до 16 часов.

 ─ нанести на кожу ребенка солнцезащитный крем (не менее 25-30 единиц) за 20-30 минут до выхода на улицу необходимо;

 ─ находиться на солнце (если ребенок загорает в первый раз) можно не более 5-6 минут и 8-10 минут после образования загара;

 ─ принимать солнечные ванны не чаще 2-3 раз в день с перерывами, во время которых ребенок должен быть в тени;

 ─ избегать воздействия прямых лучей солнца на непокрытое тело, а особенно голову. С этой целью необходимо прикрываться зонтом, чередовать купание и отдых, не засыпать на солнце, не совершать продолжительных экскурсий в жару, больше пить;

 ─ не находиться долгое время на солнце (даже если под зонтом). Продолжительность солнечных ванн вначале не должна быть дольше 15-20 минут, впоследствии можно постепенно увеличить время, но не дольше двух часов с обязательными перерывами нахождения в тени и прохладе;

 ─ загорать лучше не лежа, а в движении, принимать солнечные ванны в утренние часы и вечерние;

 ─ приучать ребенка поддерживать в организме водный баланс: находясь на отдыхе, на море пить не меньше 2-3-х воды литров в день;

 ─ протирать время от времени лицо мокрым, прохладным платком, чаще умываться и принимать прохладный душ.

 ─ научить ребенка при ощущении недомогания сразу же обращаться за помощью.

 **3.2. Падения с высоты**

 Падения с высоты чаще всего связаны с пребыванием детей без присмотра в опасных местах на высоте, с опасными играми на крышах, чердаках, сараях, деревьях и с нарушением правил поведения на аттракционах и качелях.

 Для предупреждения падения с высоты необходимы:

 ─ запретить детям играть в опасных местах;

 ─ не оставляйть детей без присмотра на высоте;

 ─ объяснить подробно правила пользования аттракционами и качелями: необходимость соблюдения всех правил безопасности (не вставать во время движения аттракциона или во время раскачивания, не раскачиваться на большую высоту и т.п.) и использования всех страховочных приспособлений;

 ─ обеспечьте безопасность при открытых окнах и балконах: обеспечьте присмотр и объясните ребенку, что москитные сетки не защищают от падений!

 **3.3 Отравления**

 Отравления чаще всего наступают в результате вдыхания или соприкосновения ребенка с ядовитым веществом, употребления внутрь медикаментов, а так же при употреблении в пищу ядовитых грибов, ягод или ядовитых растений.

 Для предупреждения отравления необходимо:

 ─ хранить ядовитые вещества и медикаменты в недоступном для детей месте, в специально маркированной посуде;

 ─ давать ребенку лекарственные препараты только по назначению врача и ни в коем случае не давать ему лекарства, предназначенные для взрослых или детей другого возраста;

 ─ не употреблять в пищу незнакомые грибы и ягоды. объясните ребенку, что пробовать незнакомые грибы, ягоды и другие растения опасно для жизни.

 **3.4 Поражение электрическим током**

 Поражение электрическим током чаще наступает при нахождении детей в запрещенных местах (стройках, промышленных зонах, заброшенных домах и т.п.). Для предупреждения поражения электрическим током необходимо:

 ─ запретить детям играть в опасных местах;

 ─ объяснить ребенку опасность прикосновения к электрическим проводам.

 **3.5 Утопления**

 Утопления происходят по причине купания в запрещенных местах, ныряния на глубину или неумения ребенка плавать.

 Для предупреждения утопления необходимо:

 ─ не оставлять ребенка без присмотра вблизи водоема;

 ─ разрешать купаться только в специально отведенных для этого местах;

 ─ если ребенок не умеет плавать, обеспечьте его защитными средствами;

 ─ напоминать ребенку правила поведения на воде перед каждым посещением водоема.

 **3.6 Роллинговый травматизм**

 Роллинговый травматизм наступает в результате падений при катании на роликовых коньках. Нередко приводит к тяжелейшим повреждениям опорнодвигательного аппарата и травмам головы, иногда несовместимым с жизнью.

 Для предупреждения роллингового травматизма необходимо:

 ─ выбирать правильно роликовые коньки: голенище должно надежно поддерживать голеностопный сустав;

 ─ научить ребенка стоять и перемещаться на роликах. Для этого можно подвести к перилам, поставить между двух стульев. проследите за правильной постановкой голеностопного сустава;

 ─ научите хотя бы одному способу торможения. Если не можете сами —пригласите опытного роллера;

 ─ обязательно приобрести наколенники, налокотники, напульсники и шлем.

 Это предупредит основные травмы. Требуйте их использования ребенком;

 ─ научить правильно падать: вперед на колени, а затем на руки;

 ─ запретить кататься вблизи проезжей части;

 ─ научить детей избегать высоких скоростей, следить за рельефом дороги, быть внимательным.

 **3.7 Дорожно-транспортный травматизм**

 Дорожно-транспортный травматизм происходит при несоблюдении правил дорожного движения с участием пешеходов, автомобилей, при езде на велосипеде и мотоцикле.

 Для предупреждения дорожно-транспортного травматизма необходимо:

 ─ соблюдать неукоснительно САМИМ, а также научить ребенка соблюдать правила дорожного движения;

 ─ научить ребенка правильно переходить проезжую часть (в установленных местах, на разрешенный сигнал светофора, убедившись в отсутствии транспортных средств). Самая опасная машина — стоящая: ребенок считает, что если опасности не видно, значит, ее нет. Но, выходя из-за такой машины на проезжую часть, 63 ребенка из 100 попавших в дорожное происшествие попадают под колеса другой машины;

 ─ использовать при перевозке ребенка в автомобиле специальное кресло и ремни безопасности;

 ─ научить ребенка безопасному поведению при езде на мотоцикле и велосипеде. Дети должны в обязательном порядке использовать защитные шлемы и другие приспособления.

 Серьезный риск представляет нарушение правил поведения на железной дороге.

 Для предупреждения дорожно-транспортного травматизма на железной дороге необходимо:

 ─ не оставлять детей без присмотра вблизи железнодорожных путей;

 ─ запрещать детям находиться на железнодорожных узлах, развязках и т.п., кататься на крышах, подножках, переходных площадках вагонов;

 ─ учить детей переходить железнодорожные пути только в специально отведенных местах;

 ─ соблюдать САМИМ и требовать от детей соблюдения правил проезда в железнодорожном транспорте: нахождения на платформах, посадки и высадки пассажиров из вагона, поведения в вагонах.

 Родители должны помнить, что соблюдение правил безопасности во всех

ситуациях – средство спасения жизни и здоровья ребенка!