|  |
| --- |
| **Правила Дорожного Движения РФ****СОВЕТ МИНИСТРОВ - ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИПОСТАНОВЛЕНИЕот 28.02.2006 № 109О ПРАВИЛАХ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ****22.9. Перевозка детей допускается при условии обеспечения их безопасности с учетом особенностей конструкции транспортного средства.****Перевозка детей до 12-летнего возраста в транспортных средствах, оборудованных ремнями безопасности, должна осуществляться с использованием специальных детских удерживающих устройств, соответствующих весу и росту ребенка, или иных средств, позволяющих пристегнуть ребенка с помощью ремней безопасности, предусмотренных конструкцией транспортного средства, а на переднем сиденье легкового автомобиля - только с использованием специальных детских удерживающих устройств.****Запрещается перевозить детей до 12-летнего возраста на заднем сиденье мотоцикла.****(п. 22.9 введен Постановлением Правительства РФ от 14.12.2005 N 767)**  |

|  |
| --- |
|  |

**« В летний период»**

**Лето не только время путешествий, но и наиболее благоприятная пора для отдыха, закаливания и оздоровления детей. Поэтому очень важно, чтобы родители с наибольшей пользой распорядились этим драгоценным временем. Вместе с тем возникает немало вопросов, как это лучше сделать. И здесь, как нам кажется, в известной мере вам могут пригодиться наши советы.**

***О путешествиях с детьми***

*Ехать или не ехать с ребёнком на юг?* - вопрос встаёт перед родителями довольно часто.

Что можно посоветовать по этому поводу? Если вы живёте в средней полосе и если речь идёт о грудном ребёнке, то вряд ли стоит отправляться с ним в продолжительную поездку. Поэтому самое лучшее – вывезти его на дачу. Точно так же нужно поступить и в тех случаях, если вашей дочери или сыну не исполнилось ещё трёх лет. Чем меньше ребёнок, тем тяжелее он приспосабливается к изменениям обстановки и климата. В этих благодатных местах в первые дни малыши становятся капризными, у них пропадает аппетит, появляются нарушения пищеварения и сна. Приспособление к новым климатическим условиям у детей первых трёх лет жизни продолжается иногда неделю, а то и две. Едва ребёнок успеет привыкнуть к новому климату, как надо собираться в обратный путь. Такой отдых для ребёнка чреват развитием различных заболеваний. В результате все затраты, заботы и хлопоты могут пойти впустую.

***Солнце хорошо, но в меру***

Летом дети максимальное время должны проводить на воздухе. Это касается и самых маленьких – грудных детей. Однако если более старшим дошкольникам разрешается понемногу загорать, то малышам прямые солнечные лучи могут причинить вред. Самая большая опасность – перегрев организма, солнечные ожоги, солнечный удар, поскольку маленький ребёнок обладает менее совершенной терморегуляцией и кожа его очень нежна.

До трёх лет световоздушные ванны можно проводить под навесом или в тени деревьев. При этом нужно соблюдать принцип постепенного обнажения тела ребёнка. Сначала от одежды освобождаются руки и ноги, а затем остальные части тела. Уже с 1,5 летнего возраста световоздушные ванны ребёнок может принимать в одних трусиках. Продолжительность первой такой ванны – 5 минут, затем время постепенно  увеличивается до 30-40 минут. Световоздушные ванны особенно рекомендованы детям с ослабленным организмом. Лучшее время проведения – с 9 до 12 часов, на юге – с 8 до 10 часов. Каждую световоздушную ванну лучше всего заканчивать водной процедурой.

Дети дошкольного возраста после недельного курса световоздушных ванн могут начать принимать солнечные ванны. Загорать ребёнок может лёжа, а ещё лучше во время игр и движении.

Солнечные ванны в сочетании со световоздушными ваннами, а также водными процедурами оказывают прекрасное укрепляющее действие. Дети становятся устойчивее к гриппоподобным заболеваниям, нежели те ребята, которые мало загорали.

***Осторожно: тепловой и солнечный удар!***

Специалисты не делают больших различий между этими состояниями. И это понятно. В основе как теплового, так и солнечного удара лежит перегревание организма. Причиной теплового удара является затруднение теплоотдачи с поверхности тела. Часто это связано с длительным пребыванием в жаркой, влажной атмосфере. При солнечном ударе возникает нарушение кровообращения в головном мозге.  Обычно это бывает, когда ребёнок ходит на солнце с непокрытой головой.

Чем меньше возраст ребёнка, тем он чувствительнее к действию жары и солнечных лучей. Поэтому перегрев организма у маленького ребёнка иногда может уже случиться  во время приёма световоздушных ванн.

При лёгком солнечном или тепловом ударе симптомы в основном однотипны. Это – головокружение, слабость, головная боль. У малышей часто отмечается расстройство кишечника. В тяжёлых случаях могут появиться судороги, рвота, потеря сознания. Во всех таких ситуациях нужно срочно вызвать врача, а до его прихода перенести ребёнка в тень, смочит голову и грудь холодной водой, не переносицу положить холодный компресс, приподнять голову. Дайте ребёнку попить и успокойте его.

*Купание – прекрасное закаливающее средство*

Купаться в открытых водоёмах можно начиная с двух лет. Место для купания должно быть неглубоким, ровным, с медленным течением. Прежде чем дать ребёнку возможность самостоятельно войти в воду, необходимо убедиться в том, что в данном месте нет ям, глубокой тины, коряг, острых камней. В воде вместе с ребёнком обязательно должен находиться взрослый.

*При купании необходимо соблюдать правила:*

1. Не разрешается купаться натощак и раньше чем через 1-1,5 часа после еды
2. В воде дети должны находиться в движении
3. При появлении озноба немедленно выйти из воды
4. Нельзя разгорячённым окунаться в прохладную воду.

 **Детский травматизм.**

       В дошкольном и младшем школьном возрастах дети много времени проводят во дворе и на улице, появляется много источников новых травм: падения в ямы, люки, со строительных лесов, драки и особенно дорожно-транспортные травмы.

      По Международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем (МКБ-10), травмы относятся к XIX классу (по характеру и локализации травмы) и к XX классу (по условиям и обстоятельствам получения травм). Однако в практической работе врачей и в официальных статистических отчетах лечебно-профилактических учреждений травмы у детей классифицируются по виду повреждений на бытовые, уличные, транспортные, школьные, спортивные и прочие.

          К бытовым относятся травмы, полученные детьми в квартирах и других помещениях жилого дома (на лестнице, в ванной, в коридоре), во дворе, в саду, парке, на берегу водоема и т. д. Это наиболее часто встречающиеся травмы, на их долю приходится 39,3 % всех травм. Они же являются основной причиной гибели детей. Ведущими повреждениями при бытовых травмах являются ушибы, гематомы, ссадины — 31,9 %, раны — 20,7 %; переломы составляют 17,3 %, ожоги — 6,8 %. Большинство бытовых травм происходит в период с 15 до 21 часа (42,6 %), в весенние (33 %) и осенние (29,1 %) месяцы, в рабочие дни (от 16,7 % в понедельник до 13,9 % в четверг).

Основными факторами, определяющими бытовой травматизм, являются:

- отсутствие надзора за детьми в часы их досуга;

- недостаточная воспитательная работа среди детей;

- недостаток оборудованных мест для игр детей (площадок, парков, детских комнат и др.);

- технические погрешности в устройстве ограждений на высотах.

           К уличным травмам относятся повреждения, полученные при пешеходном движении (из-за гололеда, листопада, плохого освещения неблагоустроенных улиц) и при занятиях неорганизованным спортом на улице (футбол, лыжи, коньки, хоккей во дворах, на пустырях, на тротуарах; плавание в неконтролируемых водоемах). Они составляют 34,8 % всех травм. Структура повреждений по характеру и локализации почти такова же, как при бытовых травмах, но при уличных выше удельный вес переломов костей конечностей — 23,3 % и вывихов — 11,7 %. Сюда же относятся все случаи утоплений. В профилактике уличного травматизма ведущую роль играют организация детского досуга под наблюдением родителей и педагогов, воспитательная работа среди детей, приведение в должное техническое состояние домовладений и подсобных построек, уборка улиц, особенно в период гололеда и листопада.

         На транспортный травматизм у детей приходится всего 1,2 %, однако этот вид является наиболее тяжелым, так как повреждения черепа составляют при нем 15,4 %, переломы костей конечностей и позвоночника регистрируются у каждого пятого пострадавшего, множественные и сочетанные травмы отмечены у 10—15 % пострадавших. При этом погибают от полученных травм 30—35 % пострадавших. Наибольшее количество этих травм приходится на школьный возраст, особенно на 1—4-й классы. Больше всего таких травм происходит весной и осенью, в пятницу, в период от 16 до 20 часов.

       Основной причиной несчастных случаев является незнание и несоблюдение детьми правил дорожного движения, отсутствие внимания со стороны родителей, равнодушие или невмешательство взрослых — свидетелей недопустимого поведения детей на улице, плохо поставленная воспитательная работа. Непосредственными причинами травм служат переход улицы перед близко идущим транспортом — 34,3 %, переход дороги в неустановленном месте — 16,1 %, выход на проезжую часть из-за транспорта или других препятствий — 11,2 %, аварии — 17,8 %, нарушение правил дорожного движения пешеходами, велосипедистами и мотоциклистами — 6,4 % и т. д.

***БЕРЕГИТЕ  СВОИХ  ДЕТЕЙ!***