**Профилактика травматизма и несчастных случаев**

**у детей возрастной группы 5-9 лет.**

*Рекомендации родителям!!!*

      Психомоторное развитие детей в возрасте от 5 до 9 лет имеет свои особенности. Физическое развитие прогрессирует одновременно с растущим осознанием ребёнком возможностей своего тела. Юный интеллект развивается стремительно. Дети быстро овладевают языком и навыками коммуникации. Для них характерна возрастающая самостоятельность и независимость. Они меньше сосредоточены на себе и больше на других. У них завязываются дружеские отношения. В этом возрасте дети обретают более чёткое осознание того, что хорошо, и что – плохо, а также начинают понимать, какие последствия может иметь то или иное действие.

* Если Вы купили ребёнку велосипед, ролики или самокат, обязательно приобретите и средства индивидуальной защиты. Шлем является единственным эффективным таким средством от получения черепно-мозговой травмы. Не жалейте времени на инструктаж (разъяснения) по технике безопасности и осуществляйте контроль за её соблюдением.
* Одежда ребёнка во время катания должна быть яркой, обязательно со светоотражающими элементами.
* Велосипед должен быть исправным, оборудованным передним и задним источниками света. Перед выездом проверяйте надёжность закрепления фар, работу тормозов, переключателя передач и состояние колёс.
* При езде на велосипеде научите ребёнка вступать в зрительный контакт и подавать сигналы рукой как водителям, так и пешеходам, для того чтобы быть предсказуемым для остальных участников дорожного движения.
* Дети изучают окружающую среду и часто делают это бесконтрольно. Они не всегда осознают риск, связанный с их поведением, или не в состоянии быстро реагировать на возникший риск. У детей вызывают любопытство действия взрослых, и они пробуют подражать им. Игра со спичками или зажигалками — один из примеров типичной детской «игры», которая может оказаться смертельной.
* Самую большую категорию детей, пострадавших в результате дорожно-транспортных происшествий, составляют дети-пешеходы. Дети в возрасте 5-14 лет в наибольшей степени подвержены опасности получить травмы или погибнуть в качестве пешеходов. В числе усиливающих опасность факторов следует назвать относительно малые размеры тела детей и их относительно меньшую заметность на дороге. Кроме того, растущее присутствие детей на дорогах, которые зачастую используются ими для игры, не соответствует их способности оценивать силу встречного движения и принимать безопасные решения. Подростки подвергаются большей опасности, если они склонны к рискованному поведению на дороге и/или оказываются под влиянием сверстников
* Безопасная перевозка детей в автомобиле

    Дети-пассажиры автомобилей – это ещё одна группа участников дорожного-движения, страдающая от дорожно-транспортного травматизма.

* В автомобиле ребёнок может сидеть во взрослом кресле, только если его рост превышает 140 см, а вес не меньше 32 кг. Если малыш уже слишком большой для переносного детского кресла, но ещё не дорос до взрослого, нужно использовать бустер (автокресло без спинки).
* Детские автокресла для детей младше 2 лет следует устанавливать против движения машины. Перед тем как заводить авто, попробуйте «защипнуть» ремень, и, если складка образовалась — затяните его потуже. Само автокресло не должно сдвигаться больше чем на 2–3 см.
* Если же ребёнок пользуется взрослым сиденьем, он должен пристёгиваться штатными ремнями безопасности. Верхняя часть ремня должна проходить по груди и плечу ребёнка, а не пересекать его шею, а нижняя часть должна лежать на бёдрах, а не пересекать его живот.
* Держите горячую пищу, массивные предметы, всё, что может начать двигаться по салону при торможении, подальше от ребёнка.

Открытые источники воды.

     Открытая вода (даже в обычной бочке или ведре) на приусадебном участке должна отсутствовать или быть надёжно ограждена, потому что ребёнок может в неё упасть и захлебнуться. Открытые источники воды нуждаются в постоянном контролем взрослых.
Более половины родителей убеждены в том, что, если ребёнок обучался плаванию, он не нуждается в присмотре, когда находится у воды. На самом деле 47 % утонувших детей в возрасте от 10 до 17 лет обладали навыками плавания.
      Трагедии у воды, как правило, происходят беззвучно и в течение короткого времени (не более чем 1 минуты). Поэтому, наблюдая за ребёнком, не отвлекайтесь на чтение книг, разговоры по телефону и другие дела.

**Профилактика травматизма и несчастных случаев**

**у детей возрастной группы 10-14 лет.**

*Рекомендации родителям и детям!!!*

  Возросшая независимость, которой обладают подростки, вкупе с недостатком уверенности и склонностью попадать под влияние сверстников, могут приводить к принятию решений, которые подвергают детей младшего подросткового возраста более высокому риску травматизма. Более того, на многих детей этого возраста возлагается взрослая ответственность, при том, что в соответствии с уровнем своего психофизического развития они ещё не способны избегать риска или не подвергать риску других. Не оставляйте детей в «няньках» с младшими детьми!

    Необходимо обучение безопасности жизнедеятельности. Поскольку такие подростки характеризуются возрастающей независимостью и испытывают необходимость принимать ответственные решения, они должны иметь представление о потенциальных рисках и способах защитить себя и других от травм.

    Второй важный компонент профилактики травматизма применительно к этой возрастной группе – эти предоставление средств индивидуальной защиты, таких как шлемы и автомобильные удерживающие устройства, включая активное участие родителей в обучении тому, как следует использовать такие средства.

   Наконец, важно создание условий для того, чтобы такие дети могли безопасно играть, а также безопасно перемещаться между домом, школой и другими центрами активности в рамках своих населенных пунктов. Травмы у детей 10-14 лет:

* дорожно-транспортный травматизм;
* утопление;
* ожоги;
* падения;
* отравления.

**Профилактика травматизма и несчастных случаев**

**в возрастной группе 15-19 лет.**

*Рекомендации родителям и подросткам!!!*

     В 15-19 лет риски травматизма связаны с почти взрослым уровнем ответственности и способностью принимать самостоятельные решения. Как всегда, опасность, исходящая со стороны окружающей действительности, предопределяет риск травматизма, но в значительно большей степени рискованное поведение и потенциал травматизма предопределяются независимостью подростков этого возраста в сочетании с присущей им склонностью попадать под влияние сверстников.

   Поскольку такие подростки существенно чаще пользуются автодорогами, **дорожно-транспортный травматизм** становится самой распространенным из видов травматизма. Отмечается рост числа дорожно-транспортных происшествий с участием неопытных или молодых водителей.

**Утопление** – это еще один механизм травматизации, распространенный среди подростков в возрасте 15-19 лет. Возросшая независимость подростков, их склонность к рискованному поведению, в частности связанному с приемом алкоголя или иных веществ наркотического характера, и гораздо больший доступ к водоемам во время работы или игры.

**Ожоги, падения и отравление** также являются распространенными моделями травматизма в этом возрасте, причем отравление в старшем подростковом возрасте часто связано со злоупотреблением алкоголем или употреблением наркотиков. Будьте внимательны, умейте слушать детей и любите их. «Недолюбленные» дети, как правило, чаще попадают в беду!