**Рекомендации для родителей «10 правил для родителей, которые идут с ребенком в лес».**

**Подготовила: Мягкоступова А.В.**

Телефон, вода, шоколадка и свисток - что еще спасет жизнь ребенка в лесу

Начинается сезон грибов, прогулок на свежем воздухе - и именно в такой сезон в лесу чаще всего теряются дети. О том, чему учить ребенка, чтобы он не потерялся в лесу, и что нужно знать самим, отправляясь в лес.

Если спросить человека, какая самая большая опасность в лесу, он, скорее всего, назовет диких животных. На самом деле, когда вы заходите в лес, животные прилагают максимум усилий, чтобы с вами не встретиться.

Гораздо опаснее для человека в лесу обезвоживание и переохлаждение. У детей есть еще третий, не менее опасный враг, о котором мы уже говорили - вода.

И если об опасности озер и рек большинство взрослых все-таки знает, то о переохлаждении и обезвоживании мало кто задумывается, а зря - ведь у ребенка обезвоживание из-за невысокой массы тела наступает довольно быстро.

Другая проблема - переохлаждение. Если температура ночью падает ниже десяти градусов, то риск для ребенка в майке и шортах становится весьма серьезным. Поэтому в лес, во-первых, важно правильно собраться, а во-вторых, надо знать, что делать, если потерялся.

Поэтому мы рекомендуем взрослым внимательно прочитать эти правила и рассказать детям о том, что им необходимо знать, чтобы чувствовать себя в лесу в безопасности.

Что должен знать взрослый, собираясь с ребенком в лес

1. Не отпускайте ребенка в лес одного. Никогда.

2. Если в семье есть взрослые, увлекающиеся туризмом или спортивным ориентированием, научите ребенка пользоваться компасом. Это можно превратить в увлекательную игру-соревнование. И, в отличие от знания, что «мох растет на северной стороне дерева» (далеко не всегда, это то, что действительно может спасти ему жизнь.

3. Трижды подумайте, прежде чем отправлять маленького ребенка в лес с пожилым человеком, особенно если у взрослого есть серьезные хронические заболевания, которые могут давать острые состояния. Если с пожилым взрослым что-то случится, четырехлетний ребенок не сможет ему помочь и не сумеет самостоятельно выбраться из леса. В любом случае, если кто-то из пожилых взрослых собирается идти в лес (с ребенком или один, вы обязательно должны знать, куда именно они направляются и когда планируют вернуться).

4. Не думайте, что если в прошлом году лес был «хорошим» — сухим, проходимым, понятным — то и в этом году он остался таким же. Ураганы, короед, заболачивание могут быстро превратить знакомый и дружелюбный лес в непроходимую и опасную чащу. Важно помнить также, что заблудиться можно прямо рядом с домом — для этого совершенно не обязательно уходить за много километров. Более того, большинство заблудившихся, как правило, теряются недалеко от точки входа в лес.

5. Если идете в лес даже «на полчасика», всегда берите с собой необходимые вам лекарства (те, которые принимаете регулярно).

6. Одевайтесь сами и одевайте ребенка правильно: в яркую непромокаемую одежду с учетом того, что в лесу значительно холоднее и мокрее. Обязательно надевайте непромокаемую обувь — резиновые сапоги или специальные походные ботинки.

7. Взрослый должен взять с собой в лес фонарик, спички, заряженный мобильный телефон, мусорный пакет, дополнительное тепло, если что, свисток, шоколад и какую-нибудь еду (шоколад предпочтителен, так как является источником энергии), питьевую воду, влажные салфетки и.

8. У ребенка в его рюкзачке обязательно должны быть: полностью заряженный телефон, вода, шоколадка и свисток. Если все эти вещи взяты с собой, но лежат в сумке у взрослого, никакого смысла для ребенка в этом нет.

9. Если ребенок (или взрослый) потерялся в лесу, не звоните ему каждые пять минут с вопросами «Где ты?» и «Ну как?».

10. Заранее озаботьтесь тем, чтобы телефон ребенка «рассказывал» вам, где он находится. У всех операторов большой тройки есть платная недорогая услуга, которая позволяет вам определить, где находится абонент. Эту услугу можно подключить и к самым простым кнопочным телефонам.

Чему нужно научить ребенка, собираясь с ним в лес

1. Если ты заблудился, остановись и дальше не иди. Если совсем рядом есть полянка, можно выйти на нее. Постарайся найти рядом сухое место, возвышенность - это и будет твой «штаб», пока тебя ищут.

2. Позвони родителям, объясни, что потерялся, если нет приема, звони в 112.

Поговорите с ребенком о том, как разговаривать с оператором 112. Чтобы у оператора не возникло ощущения, что ребенок звонит из озорства, необходимо представиться, а если оператор повесит трубку, перезвонить еще и еще раз, пока не поверят. Объясните, что, если он заблудился, после этих звонков следует беречь заряд телефона — не играть, не слушать музыку, не фотографировать.

По номеру 112 можно звонить даже тогда, когда нет сети.

3. Объясните ему, что, если он заблудился, залезать на дерево бесполезно - это повышает риск травмы и не дает никакой ценной информации, так как на самую верхушку самого высокого дерева, откуда может быть действительно что-то видно, он все равно не залезет.

4. Объясните, что звук в лесу распределяется в соответствии с массой факторов, в зависимости от типа леса, почвы, количества деревьев, их типа, наличия или отсутствия дождя и ветра, времени суток, времени года и так далее, и иногда его источник находится совсем не там, где кажется. Поэтому «ходить на звук» в лесу опасно, особенно в темное время суток, и, даже если ребенок слышит шум дороги, поезда или сирену, правило для него остается неизменным: оставаться на месте.

В любой ситуации действует правило: если потерялся ребенок, он стоит на месте, а взрослые ходят и его ищут.

5. Заблудившись в лесу, надо постараться не спать: спящий ребенок не слышит, как его зовут, и рискует переохладиться. Поэтому, если наступает ночь, надо прыгать, танцевать, повторять стихи, петь песни и делать что угодно, чтобы продержаться без сна. Если совсем засыпаешь, обозначь свое присутствие чем-то ярким на ветке над собой — платком, пакетом, хотя бы бумажной салфеткой.

6. Возможно, ваш ребенок уже научен тому, что надо обращаться за помощью к полиции, тем, кто работает в том месте, где он потерялся, и к людям с детьми. Но в лесу работает другое правило: обращайся за помощью к любому встречному. Примечание для взрослых: встречные, как в лесу, так и в городе, далеко не всегда адекватны.

7. Отвечай шумом на шум! Если кто-то рядом с тобой шуршит в кустах, постучи палкой по дереву, покричи, покажи, что ты здесь есть.

8. Если потерялся, растяни на подольше шоколадку и воду, но ни в коем случае не ешь грибы и ягоды и не пей воду из водоемов.

9. Категорически запрещено подходить без взрослых к воде.

10. Если тебя зовут, даже чужими голосами — отзывайся! Это значит, что уже приехали люди тебя искать и очень хотят поскорее найти.