

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение

«Детский сад № 212»

( МБДОУ «Детский сад №212»)

Памятка для родителей старшей группы

«Игры без травм»

Выполнила:

Сажина В.И.

Барнаул 2025

Охрана здоровья детей — важнейшая задача педагогических коллективов дошкольных учреждений, общественности, родителей. В связи с этим остро встает вопрос о профилактике детского травматизма.

В настоящее время во всех странах мира отмечается рост детского травматизма, особенно высок этот показатель в больших городах. 87-90 % всех несчастных случаев составляет бытовой (нетранспортный) травматизм.

По тяжести и неблагоприятным последствиям среди бытовых травм на первом месте стоят случаи падения детей с высоты, что влечет за собой черепно-мозговые повреждения и переломы костей опорно-двигательного аппарата.

Сохранить здоровье детей, уберечь их от травм и инвалидности является долгом взрослых. Дети должны расти здоровыми, и в этом им надо разумно помогать: прививать навыки безопасного поведения, формировать представления о наиболее частых и опасных ситуациях, чреватых получением травм.

Невозможно водить ребенка все время за руку. Необходимо своевременно доходчиво объяснить ему, где, когда и как он может попасть в опасную ситуацию. В первичной профилактике детского травматизма большая роль отводится родителям. Некоторые мамы и папы психологически исключают себя и своего ребенка из возможной трагедии. Они считают, что это может случиться с кем угодно, только не с их дочкой или сыном. Некоторые родители видят в травме непредвиденное несчастье. Может быть, жестоко говорить, что такая позиция удобна для взрослых, ибо снимает с них ответственность, но это так.

Сухие цифры статистики свидетельствуют о том, что очень часто встречаются травмы при падении на ровном (термин медиков). Ребенок зацепился за что-то ногой, надели новые ботинки на скользкой подошве и т. д. Обыденность ситуаций притупляет бдительность родителей, и невнимательность детей часто приводит к печальным результатам.

Лето - пора велосипедов, качелей, подвижных игр. Падение с велосипеда - 33 процента всех случаев падения с высоты. Причины разные: не работает тормоз, спускает шина, дети ездят стоя на ногах, не держась за руль, отвлекаются во время езды на чей-то зов или на пробегающую собаку и т. д.

Покупая велосипед, надо обязательно проверить, все ли в нем исправно, и рассказать ребенку о правилах езды на улице.

Падение с качелей - 25 процентов всех травм такого типа. Иногда ребенок качается до тех пор, пока у него не закружится голова, а у малышей так устают руки, что разжимаются сами. Некоторые дети катаются стоя, прыгивают «на ходу». Вот почему около качающихся на качелях детей обязательно должны быть взрослые.

Летом дети любят разжигать костры на даче, у реки (даже когда бывают с родителями). Большая беда может произойти, если разложить костер около автомобиля - ведь там возможны остатки бензина.

Дети бросают в огонь лампочки, кусочки шифера, баллончики из-под аэрозольных смесей - все это не только горит, но и взрывается.

Иногда виновниками травм бывают сами родители. Неисправные домашние электроприборы, розетки, не выключенные утюги, щипцы для завивки волос - все это может стать причиной страданий детей. Не следует забывать и о ребячьей любознательности - сколько желающих сунуть шпильку или гвоздь в розетку, чтобы узнать: «А что там внутри?»

Очень часто травма — результат ушиба. На ребенка может упасть картина, если, она плохо закреплена, цветочный горшок, неудачно поставленный на полке, вешалка, если дети во время игры прячутся там, где висят вещи. Серьезное ранение можно получить при ушибе качелями.

Еще один источник травм - ранение во время работы молотком, ножницами. Дети любят мастерить, но у них не хватает умения, движения их размашисты. Они могут нанести травму не только себе, но и рядом сидящему товарищу. Безусловно, всего не предусмотреть, но многие опасные ситуации можно предотвратить. Для этого нужно хорошо знать психофизиологические особенности своего ребенка, являющиеся предпосылкой его поведения дома, на улице, в детском саду.

Чтобы учить детей быть осторожными и осмотрительными родители должны рассматривать с детьми типичные ситуации, желательно иллюстрируя их фактами из жизни самих ребят или знакомых им, сверстников. Такие примеры очень убедительны, они помогают лучше разобраться в ситуации и представить последствия неправильного поведения.

Используя метод наглядного обучения, можно создать у детей понятие о травматизме, научить их подавлять в себе стремление неразумно рисковать в опасной для жизни ситуации. Важно, чтобы дети усвоили наиболее типичные опасные ситуации, запомнили их и использовали эти знания в своей жизни.

Формирование у детей наблюдательности, внимания, умения быть предусмотрительными поможет предотвратить многие неприятности

## Игры без травм

Дети обожают играть на улице, а особенно на детских площадках. Эти веселые развлечения полезны для развития координации, но не так уж безобидны. Игры на горках, «рукоходах» и качелях эксперты недавно внесли в [список](#) самых опасных летних развлечений. Дети часто падают с них и ломают руки и ноги. Однако травм можно избежать, если соблюдать простые [правила](#) безопасности.

## Подбирайте подходящую одежду

Нередко причиной травм становится неправильно подобранная одежда. Шнурки, подвески, шарфы и сумочки создают угрозу удушья. Открытая обувь (шлепанцы, босоножки) тоже опасна, как и одежда, которая не соответствует сезону (из-за нее ребенок может перегреться или замерзнуть). Перед выходом на улицу летом обязательно используйте [солнцезащитный крем](#), чтобы ребенок не получил солнечный ожог.

## Тщательно проверяйте конструкции

Со временем конструкции на игровых площадках изнашиваются и ломаются. Так что родителям важно регулярно проверять их исправность. Осматривайте покрытие: на нем не должно быть повреждений и неровностей, при падении на которые ребенок может пострадать. Любые острые углы или торчащие металлические детали опасны для здоровья.

*Убедитесь, что все возвышенности огорожены, а между качелями и горками достаточно свободного места, чтобы дети не натыкались друг на друга.*

Не забывайте о возрастных ограничениях

Правильно оценивайте способности своих детей и не позволяйте им играть на элементах, которые не соответствуют их физической подготовке. Если вам кажется, что ребенку еще рановато самому играть, например, на «рукоходе», помогите ему забраться на него или предложите другое развлечение.

Соблюдайте технику безопасности

Дети должны понимать, что скатываться с горок нужно только ногами вперед, а на качелях качаться только сидя. Напоминайте им держаться за перекладины, когда они карабкаются по рукоходу или взбираются по лестнице на горку, и запретите залезать на ограждения. Объясните ребенку, что ему не следует останавливаться рядом с горками и качелями, когда на них играют и качаются другие дети.

Избегайте буйных игр

Дети обожают гоняться друг за другом на детских площадках, но такие буйные игры тоже могут стать причиной травм. Ради безопасности установите ограничения и объясните детям, что им следует соблюдать осторожность, когда они бегают и прыгают.

Научите ребенка правильно падать

Из-за неудачного [приземления](#) ребенок рискует получить сотрясение или перелом. Во время падения нужно сгибать ноги и руки, поворачивать голову в сторону и стараться приземляться на ягодицы.

*Лучше не вытягивать руки вперед или хотя бы опираться на предплечья — так снижается нагрузка на запястья. При приземлении нужно постараться перекатиться, так как при резкой остановке вероятность получить травму выше.*

Не оставляйте детей без присмотра

Об этом правиле безопасности родителям нужно помнить всегда. Качаться на качелях и скатываться с горок детям разрешается только в присутствии родителей, поэтому они не должны убегать от вас и забираться на опасные конструкции без вашей помощи.

Следуйте этим простым правилам, чтобы дети могли веселиться на площадке и оставались в безопасности.

### **Играйте с детьми аккуратно**

Иногда сами родители являются причиной детского травматизма. Бывает так, что забавная и веселая игра родителя с ребенком заканчивается травмой и проблемами. Родители, играя с детьми и дурачась, не хотят навредить, но иногда это случается!

В ортопедической практике довольно часто явление, когда родитель «вытаскивает» ребенку ногу или плечо из сустава. Если у ребенка диспластичность соединительной ткани и очень пластичные суставы, то обычная веселая игра с высокой долей вероятности может привести к травме. Если вы такого ребенка дергаете за руку, весело поднимаете за ногу, кружите за руки вокруг себя или тащите с кровати, это легко может привести к микросмещениям в суставах

в голеностопе, коленях, тазобедренном суставе.

И это будет болеть. Запомните: ни в коем случае не дергайте ребенка за руки или ноги, даже во время игры. Это может привести к проблемам и болям на много лет вперед.

[osanka-rebenka.ru](#) › [blog/tpost/pm9ilzxde1-kak-...infourok.ru](#) › [konsultaciya-dlya-roditeley-detstvo-...chips-journal.ru](#) › [reviews/bezopasnost-na-detskoj-...](#)