Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение – детский сад № 151

**Как быть осторожным и избежать травм? (консультация для детей)**

Воспитатель:

Урмамбетова А.Т.

г. Екатеринбург

2025

**Как быть осторожным и избежать травм? (консультация для детей)**

Знаешь ли ты, что в нашем мире есть много вещей, которые кажутся интересными и красивыми, но могут быть опасными? Например, яркие лекарства, горячая вода или острые предметы. Но если мы будем внимательны и осторожны, то сможем избежать неприятностей и оставаться здоровыми! Вот несколько важных правил, которые помогут тебе и твоим друзьям быть безопасными.

**1. В доме — будь как котёнок: ловкий и внимательный!**

* **Не бегай по лестницам и стульям.** Это может привести к падению. Лучше медленно и осторожно ступай на каждую ступеньку.
* **Не трогай горячие предметы.** Горячая чашка с чаем, плита на кухне или даже грелка могут обжечь тебя. Если увидишь что-то горячее — сразу сообщи взрослому!
* **Лекарства и таблетки — не конфеты!** Они могут быть ядовитыми. Если захочешь попробовать их на вкус — не делай этого! Спроси у родителей или воспитателя, что это такое.
* **Осторожно с острым!** Бритвенные лезвия, ножи, иглы и гвозди могут ранить тебя. Если увидишь такие предметы — сразу уходи и вызови на помощь взрослого.
* **Не прыгай с высоты.** С кровати, дивана, балкона или стульев. Это может быть очень опасно — можно упасть и сломать руку или ногу.

**2. На улице — будь как лисёнок: осторожным и умным!**

* **Держись за руку взрослого.** На улице много машин, которые могут не заметить тебя. Всегда ходи рядом с мамой, папой или воспитателем.
* **Не играй возле воды.** Водоёмы (реки, пруды, озёра) могут быть очень глубокими и холодными. Если захочешь поплавать — сначала попроси разрешения у родителей и иди только с ними.
* **Берегись строек и открытых ям.** Там много опасных предметов — строительный мусор, острые кусочки металла. Если увидишь такую зону — обходи её стороной.
* **Не лезь на деревья и высокие заборы.** Это может привести к падению. Лучше играй на детских площадках, где всё безопасно.
* **Не ешь ягоды и грибы в лесу.** Многие из них ядовиты. Если захочешь попробовать что-то вкусное — сначала спроси у взрослого.

**3. На детской площадке — будь как пингвин: аккуратным и дружелюбным!**

* **Играй только там, где безопасно.** Убедись, что горка, карусель или лестница целые и не разрушены. Если что-то сломано — не подходи к этому.
* **Не беги в толпе.** Это может привести к столкновениям. Если видишь много детей — переходи на шаг или обходи их.
* **Не бросай предметы.** Камни, ветки, игрушки могут попасть в других детей и причинить боль.
* **После игр убери все игрушки.** Не оставляй велосипеды, самокаты или мячи на дороге — это может помешать другим детям или машинам.

**4. Как вести себя с дикими животными?**

* Дикие животные, такие как собаки-бродяги, кошки, ежи, пчёлы или даже лесные звери, могут быть опасны. Помни:
* Не приближайся к незнакомым животным. Даже если они кажутся безобидными.
* Не корми диких животных. Это может разозлить их или заставить подходить к людям.
* Не лезь в норки, гнёзда или логова. Животные защищают свои места.
* Беги, если животное наступает на хвост или рычит. Это признак агрессии. Уходи и зови взрослых.

**5. Что делать, если животное стало агрессивным?**

* Не беги и не кричи. Это может разозлить животное ещё больше.
* Не пытайся бить или бросать в него камни. Это может усилить агрессию.
* Замри и постарайся стать незаметным. Скройся за деревом, забором или зданием.
* Зови на помощь! Кричи: «Помогите!» и беги к взрослым.

**6. Тренируйся и развивайся!**

* **Бегай, прыгай, лазай.** Подвижные игры и спортивные упражнения улучшают ловкость и координацию движений. Чем лучше ты двигаешься, тем меньше шансов получить травму.
* **Играй в мяч, катаешься на велосипеде.** Но не забывай про защитные шлемы и коленки! Это поможет избежать синяков и ушибов.
* **Учись пользоваться предметами правильно.** Например, держи горячие чашки двумя руками, аккуратно открывай двери, чтобы не захлопнуть пальцы.

**Важные правила для детей:**

1. **Не пробуй на зуб!** Не ешь лекарства, таблетки, ягоды в лесу без разрешения взрослых.
2. **Не беги без причины.** Особенно там, где много машин, людей или сломанные предметы.
3. **Зови на помощь!**