

## ЕСЛИ РЕБЕНОК ЗАБЛУДИЛСЯ В ЛЕСУ?



Каждый год с наступлением весны и до середины осени нас тянет в лес на пикники, в походы за грибами. Каждый год случается так, что дети теряются в лесу во время похода, прогулки, пикника или похода за грибами. К сожалению, без навыков выживания дети умирают, как правило, от переохлаждения, даже если погода ночью в лесу значительно выше нуля. Гипотермия является одной из наиболее распространенных причин гибели маленького ребёнка в лесу, дети гибнут от голода или тонут в близлежащих водоёмах. **Но можно избежать такого исхода, научив своих детей простым навыкам выживания, даже если они заблудились в лесу.**

- 1) Научите любимое чадо правильно действовать в трудной ситуации. Сначала психологический настрой. Главное – чтобы, оставшись один, ребенок не растерялся и не поддавался панике. Как доходчиво объяснить это малышу и при этом не напугать его?
- 2) Посмотрите с ребенком фильмы о приключениях. Или почитайте сказки. Выберите произведения, где происходят события, из которых надо найти выход, проявив смекалку.
- 3) Поделитесь впечатлениями. Обсудите, как действовали главные герои, попав в сложные ситуации.
- 4) Акцентируйте внимание на том, что герой не сидел, сложа руки, не плакал, а пытался найти выход из трудного положения. Объясните ребенку, что он тоже должен в затруднительной ситуации не растеряться и правильно себя вести.
- 5) Для того чтобы ребёнок лучше усвоил ваши уроки, организуйте совместный поход в лес. Можно всё устроить в виде игры «Если я потерялся». Так вы наглядно покажете ребенку, как нужно вести себя в экстремальной ситуации.

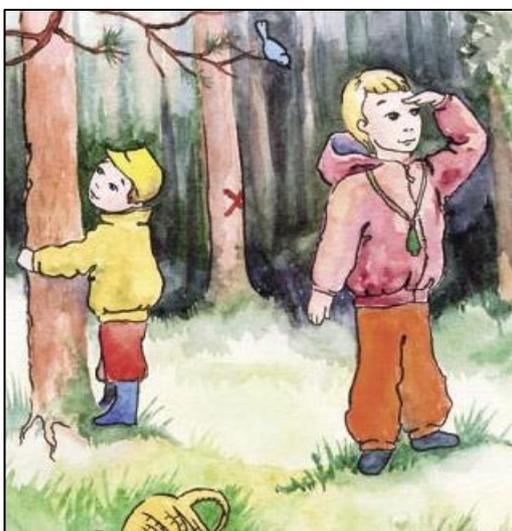
## ПРАВИЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Первое что Вы должны запомнить: **одевайте ребёнка в яркие вещи**, это поможет вам не потерять его из виду, так как в таком случае его будет легко заметить. Не используйте одежду зеленых или темных цветов в летнее время года, бежевых или коричневых – осенью и весной, белых или серых – зимой. Пришейте светоотражатели на рукава одежды и на брюки – это увеличивает шансы быть замеченным в темноте.

Поговорите с ребенком и убедите его, что он не должен отходить далеко от взрослых. Старайтесь удержать его возле себя в первую очередь – но иногда это невозможно, потому что дети очень легко отвлекаются.

## ПРАВИЛА ДЛЯ ДЕТЕЙ

Следующие правила относятся к должному поведению детей в лесу. Расскажите и объясните их необходимость:



### 1. Остановись в одном месте или районе.

Это САМОЕ важное правило из всех. Важно, чтобы ребенок оставался на одном месте. Если он будет бежать или идти без цели, то может уйти слишком далеко. Люди, которые ищут ребёнка в лесу, двигаются очень медленно, ища следы и подсказки. Также во время движения можно упасть и причинить вред здоровью, последствия могут быть трагическими.

### 2. Обними дерево, как только ты понял, что потерялся.

Один из самых больших страхов человека любого возраста - это одиночество. Деревья тоже живые и, хотя они не могут двигаться или говорить, как люди, они могут успокоить и создать чувство защищенности. Так ребёнок сэкономит энергию, преодолеет страх. Пусть дерево станет ребенку другом, пока взрослые ищут его. С деревом можно говорить, возле дерева можно сидеть, и на него можно облокотиться.

**3. Будьте вместе, не расходитесь** - если ребенок потерялся с другом или домашним животным. Суть этого правила в том, чтобы сохранить тепло: необходимо прижиматься к собаке или другу. Постоянно разговаривать с ними, это поможет сохранить ясность ума и не поддаться панике.

### 4. Найди уютное для ожидания, нескрытое место.

Уютные места ожидания означают, что это теплое место, защищённое от ветра и дождя, а не место, где вас никто не увидит. Найдите в лесу пушистую елку, под ветками которой есть немного свободного места. Расскажите, что ель может защитить от ветра или дождя, что здесь можно посидеть, однако земля под елью должна быть сухой. Пусть ребёнок построит себе укрытие под елкой.

**5.** Потом задайте вопрос: «Смогут ли я тебя увидеть, если ты будешь спать внутри своего укрытия?». Нет. Значит, рядом с укрытием **надо оставить специальные знаки.** Можно начертить палкой вокруг своего укрытия круг, который будет символизировать ров, или построить «забор», это также привлечет внимание людей из поисковых групп. Можно развесить на дереве все, что удастся найти в лесу, – например, обрывки бумаги, пакеты, куски мха повесить на ветви березы.

### **6. Не лежи на голой земле.**

А теперь пусть внутри своего укрытия ребенок посидит в течение хотя бы 10 минут. Холодно? Объясните, что находится в непосредственном контакте с землей в течение длительного времени опасно. Холодная земля может отнять драгоценное тепло. Постройте настил, используя имеющиеся материалы, такие как кора, мох, листья и т. д. Эта подстилка должна быть толщиной с матрас на каком вы спите дома! После того, как постройка матраса завершена, соберите столько же того же самого материала или больше, и используйте его для одеяла. Единственное исключение из этого правила - лежать на холодной земле в течение очень короткого периода времени можно только для привлечения внимания, например, с воздуха.

### **7. Не ешь ничего, в чем ты не уверен.**

Нельзя есть любые ягоды, грибы или что-то еще, если вы на 100% не уверены, что они съедобны. Быть голодным не так уж плохо по сравнению с чувством отравления. Для этого, гуляя по лесу с ребёнком, смотрите на ягоды, грибы, растения, рассказывайте, находите отличия между съедобными и несъедобными ягодами, грибами.

### **8. Никогда не подходи и не гладь диких животных.**

Это тяжело дается детям, так как большинство малышей обожают животных и с радостью поискали бы какую-то маленькую пушистую зверушку в лесу. Дети должны знать, что нужно держаться на расстоянии от лесных зверей, чтобы не получить травму. Дикая звери могут поцарапать и укусить ребенка, заразив его бешенством или другой опасной инфекцией. Также при виде детёныша какого-либо лесного зверя нельзя к нему подходить, так как поблизости обязательно ходит его мама.

### **9. Встреча с дикими животными.**

Дикие животные предпочитают избегать встреч с человеком: инстинкт самосохранения предостерегает их от этого. Но если встреча всё-таки произошла, не стоит пугаться и паниковать! Даже хищники нападают на человека, только если ранены и не могут найти другую добычу или защищают детенышей. Поэтому нельзя двигаться и нападать самим: дайте возможность животному спокойно уйти. А при его агрессивном поведении использовать как защиту палку и шум — кричите громче, стучите палкой по дереву. Помните, что к животному нельзя поворачиваться спиной и убегать, это будет расцениваться как сигнал к нападению. В крайнем случае, нужно медленно отступать, не сводя с него глаз. Если это волк или дикий кабан, можно влезть на дерево или (если вы на берегу, что не лучший вариант) зайти в воду. Ещё один обитатель наших лесов - это гадюка, которую можно встретить чаще чем, например, лося или кабана. Если вы встретили гадюку, не трогайте её, если так случилось, что вы всё-таки наступили на змею, быстро отпрыгните в сторону. Пусть она спокойно ползет дальше.

## **10. Постарайся подать знак, где ты находишься.**

Кричите или свистите, если есть такая возможность. Свист громче, чем голос ребёнка, и требует меньше энергии, чтобы подать знак, где он. В лесу совместно с ребёнком попробуйте. Отойдите на небольшое расстояние друг от друга и покричите «ау», а затем подуйте в свисток. Пусть ребенок сам сделает выводы, что лучше слышно. И свистеть легче, чем криком напрягать голосовые связки. Поэтому у ребёнка при походе в лес всегда должен быть свисток. Свисток – своеобразная психологическая поддержка для ребенка. Если он боится темноты, свисток «отпугнет» мнимых чудовищ, «живущих во тьме».

## **11. В ночное время.**

Если ребёнок услышит шум в ночное время, пусть кричит в ответ на него или свистит. Если это животное оно убежит, чтобы защитить себя. Если это поисковик, то есть шанс, что малыш будет найден. Страх темноты, львов, тигров и медведей становятся причиной начала паники детей, поэтому никогда не пугайте их животными, которые живут в лесу. Им нужна уверенность, что они должны оставаться на месте и быть в безопасности.

## **12. Сделай себя больше.**

Вся проблема в том, что с вертолета людей трудно заметить, когда они стоят или когда они находятся в группе деревьев, или носят темную и серую одежду. Необходимо найди себе место на небольшой полянке, если это возможно, лечь, когда вертолет летит над нами, это сделает потерявшегося более заметным. Можно также выложить крест или SOS из сломанных веток, камней или ещё из чего-либо, разложить на земле яркие вещи. Если вертолёт нас не заметил сразу, встать, земля может быть очень холодной.

## **13. Родители, не сердитесь на меня.**

Естественная реакция у детей, испытывающих чувство страха, – спрятаться. Ребенок может сидеть в тиши леса часами, слышать, как его зовут по имени, но не отзываться. Это типичная реакция, ребенок не хочет показываться, поскольку считает себя причиной большого переполоха, боится наказания.

Бывали случаи, когда дети избегали поисковиков, потому что им было стыдно, что они заблудились, и часто они боялись наказания. Объясните ребёнку: «Любой человек может заблудиться, взрослый или ребенок. И что бы ни случилось, я буду искать тебя». Если они будут уверены, что вы любите их, они будут менее испуганны, менее склонны к панике и будут стараться быть найденными. Если взрослый набредает на избушку, то он обязательно туда пойдет. Дети же будут вести себя по-другому - вспоминая сказки про бабу Ягу, они побоятся туда зайти. Также дети боятся незнакомых людей. Слыша их крики или видя их, некоторые дети пытаются спрятаться или убежать. Но бездумно идти «на голоса», тоже нельзя. Можно неожиданно выйти к компании подвыпивших людей, чьи действия в отношении ребёнка могут быть, мягко говоря, некорректны

**Родители, пожалуйста, отработайте эти правила вместе с детьми. Возможно, этим вы спасёте ему жизнь в будущем!**