

# КАРТКА ДНЯ

на 16 вересня

за тематичним тижнем «Правила поведінки на випадок надзвичайних ситуацій природного характеру»

Тема дня «Сильний вітер, буря, ураган – небезпечні для життя»

№	Рекомендований зміст освітньої діяльності	Примітка
1	Рекомендуємо розпочати день з комплексу вправ ранкової гімнастики «Кулька» з інструктором фізкультури Семенюк О.М.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=miwYnAlOf6c">https://www.youtube.com/watch?v=miwYnAlOf6c</a> <a href="https://dnz37.edu.vn.ua/3_Sered_group.html">https://dnz37.edu.vn.ua/3_Sered_group.html</a>
2	Дітям було б цікаво разом з Вами, батьки, переглянути пізнавальне відео «Чому дме вітер?»	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=aBEZ1h1kDeg">https://www.youtube.com/watch?v=aBEZ1h1kDeg</a>
3	О 10.30 можна долучитись з дітьми в онлайн – режимі на платформі Google Meet до заняття «Вітер, буря ураган». Проводити буде керівник гуртка Кушнір О.В.	<a href="https://meet.google.com/oqk-bkxc-ajr">https://meet.google.com/oqk-bkxc-ajr</a>
4	Після користування комп'ютером або гаджетом радимо провести з дітьми гімнастику для очей	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=YJOj0X_vjA">https://www.youtube.com/watch?v=YJOj0X_vjA</a>
5	Впродовж дня пропонуємо разом з дітьми пограти у дидактичну гру «Явища природи. Впізнай по звуку»	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=dywBgjg4J6I">https://www.youtube.com/watch?v=dywBgjg4J6I</a>
6	Запрошуємо до вивчення віршика «Потяг вітерець»	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=93ZDvKwX-yE">https://www.youtube.com/watch?v=93ZDvKwX-yE</a>
7	Рекомендуємо у вільний час, прогулятись до осіннього лісу та помилуватися красою природи	
8	Після прогулянки дітям було б корисно разом з Вами, батьки, пограти у гру – релаксацію «У лісі»	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=VTEFjcQvCoQ">https://www.youtube.com/watch?v=VTEFjcQvCoQ</a>
9	Пропонуємо Вам, батьки, актуальну інформацію у Viber-чаті за темою «Безпечна природа»	Додаток 1
10	У вечірні години пропонуємо послухати казку «Про що співає вітер?»	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=IFl1mlJ364Q">https://www.youtube.com/watch?v=IFl1mlJ364Q</a>

## Безпечна природа

Для міської дитини виїзд у ліс — і свято, і дивовижна невідомість. Але такий похід приховує у собі не тільки низку цікавих відкриттів, але і безліч несподіваних небезпек. І неважливо, що йдете ви в ліс, де не були помічені хижі тварини і змії. Неприємні несподіванки можуть підстерігати малюка навіть у лісопарку.

Наприклад:

### Гілки

Вибравшись із приміщення на простір, малюк біжить уперед, не розбираючи дороги, і може наткнутися на гілки, що стирчать на всі боки. Якщо ви тільки раз попередите його про це — обов'язково забуде і, в наступному разі, подряпається, а про гірше і говорити не хочеться. Тому постійно нагадуйте йому про цю неприємність.

Візьміть із собою до лісу вологі серветки, вату і перекис водню, щоб можна було продезинфікувати садна і порізи, якщо їх не вдалося уникнути.

### Ями

Самі по собі безпечні, але якщо бігти, не дивлячись під ноги, можна впасти та боляче забитися. Попередьте дитину, що бігати в лісі не можна. Краще пробігтися на відкритій галявин (не забувайте про це зайвий раз нагадувати).

### Неїстівні гриби і ягоди

Усе, що може знайти дитина в лісі, — неїстівне. Навіть якщо це звичайна суніця. Перш ніж малюк покладе її до рота — дорослому необхідно підтвердити походження цієї ягоди, та і обполоснути її водою не буде зайвим. Майте на увазі, що суніцею діти можуть називати будь-які ягоди, зокрема вовчі. Тому не варто їм вірити на слово. Чесно попередьте малюка, що в лісі зустрічається багато отруйних рослин, ягід і грибів, і тому, якими б красивими не були мухомор і обсипаний фіолетовими ягодами купц, рвати і куштувати що-небудь суворо забороняється.

Пам'ятайте і про власну безпеку та приклад, який ви подаєте дітям: якщо сумніваєтеся в якомусь грибі або ягоді — сміливо викидайте їх із кошика. І не слід скликати «раду досвідчених грибників» і лизати гриб на зрізі. Геніальною є банальна істина: здоров'я дорожче.



## Комарі



Для захисту малюка від комарів можна використовувати тільки дитячі репеленти, відповідні до його віку. Порівняно з репелентами для дорослих вони менш токсичні. Як правило, антикомарині засоби продаються і для дітей. Ці препарати потрібно використовувати дуже обережно! Не намащуйте дитину антикомариним засобом «просто так», якщо в парку, де ви гуляєте, в'ється тільки один настирливий комар. Крем від комарів, що використовується з причини «щоб мама була спокійною», завдасть більше шкоди, ніж пара укусів. Що не кажи, він залишається хімією, яку чудово всмоктує шкіра.

Спрей, креми, лосьйони потрібно наносити тонким шаром, не втираючи в шкіру. А ще існують серветки, просочені антикомариною речовиною. Звісно ж, вона не повинна потрапити на ранки, подряпини і на слизові (в першу чергу, до рота). Обличчя і кисті рук дитини краще залишати необробленим. Бігаючи, малюки потіють, і репелент, стікаючи разом із потом, може потрапити в очі або до рота, а з пальців, які облизали, швидко опиниться в животі. І взагалі, по можливості краще максимально обробити дитячий одяг (головний убір, майку, шорти), а не шкіру. Не жалійте одяг — відіпреться. Пожалійте шкіру — всмокчеться!

Будь-який засіб захисту наносить не більше ніж двічі-тричі на день, а після повернення з прогулянки потрібно обов'язково змити антикомариний засіб зі шкіри дитини теплою водою з милом. Якщо ви бачите, що комарі все одно в'ються навколо дитини — не використовуйте крем щопівгодини. Будь-який крем розрахований не менше ніж на дві години. Якщо він не діє — можливо, ви придбали підробку. Або комарів привертає якийсь запах — ваш особистий парфум, дезодорант. Або вони в'ються навколо вас, але не сідають, таке теж буває.

**Увага — підробки! Засоби від комарів — товари, що найчастіше підроблюються. Купуйте їх тільки в магазинах або аптеках.**

*Як захистити малюка від комарів підлеглими засобами*

1. Змішайте порошок ваніліну із соняшниковою олією або дитячим кремом. Цю суміш нанесіть на одяг або на шкіру дитини. Також можна нанести на одяг декілька крапель гвоздичного або евкаліптового масла.

2. Змішайте 50 мл олії, 30 крапель масла чайного дерева і 5 крапель гвоздичного масла. Перелийте одержану суміш у пляшку темного скла і сильно струсіть. Цей натуральний репелент можна наносити і на дуже чутливу шкіру.

**Обережно з маслами! Будь-які ефірні масла потрібно обов'язково розводити кремом або олією. Інакше ризикуєте отримати сонячний опік у змащеному місці.**

## Кліщі

Останнім часом нечувано теплі зими створюють сприятливі умови для розмноження кліщів, тому необхідно максимально забезпечити малюка від зустрічі саме з цим представником природи.

### Який він?

Ця комаха розміром близько 2 мм схожа на павука. Розгляньте її фотографію в енциклопедії та запам'ятайте Колір — від темно-жовтого до коричневого, майже чор ного. Лісовий кліщ не може пересуватися на великі відстані, він ледачий і зловний. Сидячи на гілочці, він вичікує, коли потенційна жертва опиниться поблизу — не відстані витягнутої лапки. Як тільки це відбувається, він вчіплюється в шкіру або одяг і, переміщаючись по тілу, обирає собі місце. Найчастіше — ніжні ділянки шкіри: пахові складки, шию, за вухами, у дітей — потилицю.

### Чим небезпечні кліщі?

Сам укус не такий страшний. Він може викликати почервоніння, свербіння, невеликий набряк у ділянці ранки. Значно небезпечнішими є інфекції, що потрапляють у кров людини при укусі кліща з його слиною, а також після його розчавлювання. Це, в першу чергу, — кліщовий енцефаліт. Він викликається вірусами, що вражають центральну нервову систему. Перші симптоми після укусу з'являються за два тижні. Захворювання розвивається гостро, протягом декількох днів. Загрожує ускладненнями у вигляді паралічів. На жаль, у цього захворювання висока смертність.

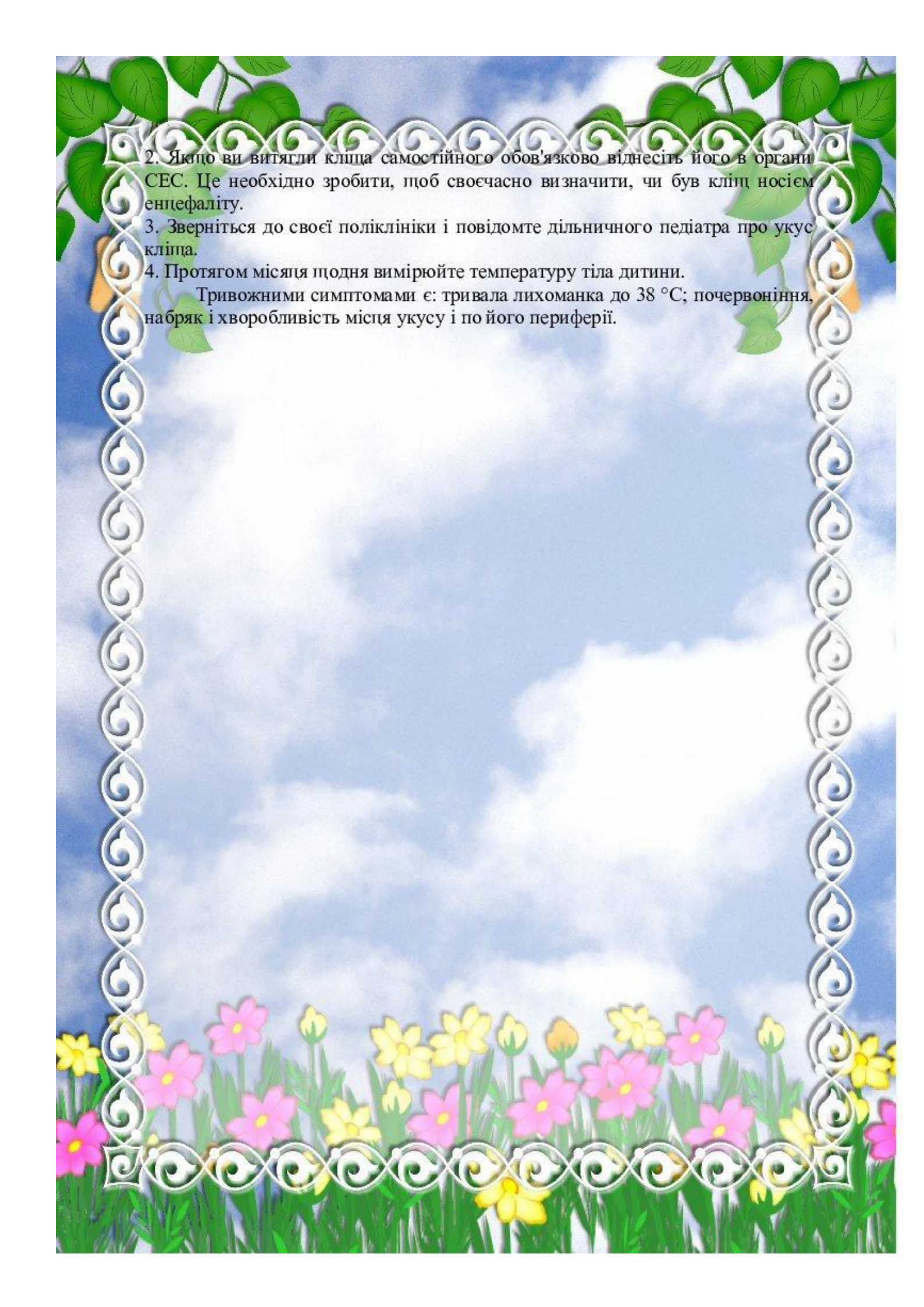
Збираючись до лісу, намастіть дитину кремом від комарів, надіньте на неї нежаркий, але закритий одяг (футболки і шорти не підійдуть), взуйте кросівки замість босоніжок і обов'язково надягніть головний убір. Дівчаткам волосся краще зібрати в хвостик або кіску і заховати під одяг. Поясніть малюкові, що підступні кліщі живуть на гілках дерев і чагарників, тому, якщо він трясиме або рватиме ці гілки, кліщі опиняться на ньому самому. З цієї самої причини слід уникати заростей високої трави.

Повернувшись додому, не забудьте оглянути тіло і одяг дитини, розчесати їй волосся.

### Що ж робити, якщо кліщ усе-таки вп'явся в тіло?

1. Не поспішайте діставати його самостійно — видалити кліща можна в будь-якому травмпункті! Якщо в тілі залишиться голова кліща, то можливе нагноєння і зараження крові. Краще, якщо кліща витягне професіонал. Узагалі, звернення до лікаря — найкращий варіант у такій ситуації, оскільки дитині може знадобитися теплення.





2. Якщо ви витягли кліща самостійного обов'язково віднесіть його в органи СЕС. Це необхідно зробити, щоб своєчасно визначити, чи був кліщ носієм енцефаліту.

3. Зверніться до своєї поліклініки і повідомте дільничного педіатра про укусу кліща.

4. Протягом місяця щодня вимірюйте температуру тіла дитини.

Тривожними симптомами є: тривала лихоманка до 38 °С; почервоніння, набряк і хворобливість місця укусу і по його периферії.

## Змії

Як же вберегти малюка від укусу змії?

*По-перше*, спробуйте пояснити дитині, що не можна на природі чіпати будь-що без дозволу батьків.

*По-друге*, не гуляйте з дитиною босоніж по траві в невідомій місцевості.

*По-третє*, завжди тримайте малюка в полі зору. Не дозволяйте йому залишатися наодинці.

**Якщо ж дитину вкусила змія, то в жодному випадку не намагайтеся висмоктати отруту самотійно!!! Через мікротріщини в роті отрута потрапить до вашого організму. Найкраще, що тільки можна зробити, — це негайно доправити дитину до лікарні.**

Також спробуйте запам'ятати, який вигляд мала змія! Докладний опис допоможе лікарям зорієнтуватися з протиотрутою, адже, як відомо, від кожної отрути — своя протиотрута.



### **Крилаті вампіри**

Якщо вкусила оса або бджола: потрібно видалити жало, бажано пінцетом, протерти місце укусу спиртом і прикласти до нього лід або серветку, змочену розчином питної соди або холодною водою (компрес змінюйте в міру його нагрівання). Якщо малюк алергік, то дайте йому антигістамінні препарати, а місце укусу змастіть гелем «Феністіл». Якщо ж стан дитини викликає у вас побоювання (виражений набряк або дуже сильне почервоніння), негайно звертайтеся по медичну допомогу. Відмінний засіб — прикласти лист петрушки, вона знімає місцевий набряк.

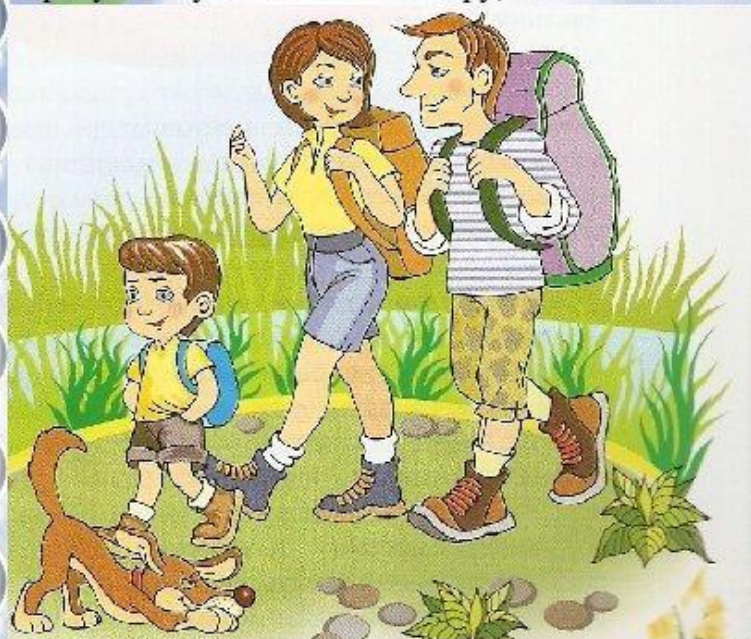
Укуси гедзів дуже болючі, викликають значний набряк і свербіння. Обробіть ранку мильною водою, прикладіть на 15 хвилин пасту з рівних частин питної соди і горілки. Дайте супрастин і знеболююче.

Дрібні мошки активні на сонці, вони живуть поблизу проточної води. Реагують на запах поту і люблять білий одяг. Кусаючи, мошка вприскує під шкіру отруйну слину, що має властивість заморожувати, і розріджувачі крові, щоб зручніше було «вампірити». Отрута викликає значний набряк (який може триматися тиждень), а за ним і свербіння. Утриматися від розчісування місця укусу практично неможливо — як дорослому, так і дитині. Укус протирають нашатирним спиртом і прикладають на місце укусу лід, який, з одного боку, охолоджує запалене місце, з другого — змушує тканини стискатися і викидати отруту назовні. Лід тоне, вода стікає, отрута благополучно змивається.

Бджоли, оси, джмелі, шершні та гедзі вприскують під час укусу отруту, яка може викликати алергічну реакцію — аж до анафілактичного шоку під час повторних укусів. Навіть якщо вам здається, що саме ваша дитина спокійно реагує на отрути комах, візьміть із собою на відпочинок одні з таких ліків: кларитин, зіртек, еріус. Цей застережний захід може врятувати життя вам і вашій дитині.

## Небезпека заблукати

Ну що тут можна сказати? У будь-якому випадку дитина повинна перебувати у полі вашого зору, адже діти навіть між трьох дубів цілком



можуть заблукати. Але якщо ви заблукали разом із дитиною в глухом лісі — не панікуйте. Намагайтеся вийти до дороги, лінії електропередач або до води (ріки, струмка) і по них дістатися до населеного пункту. Якщо це не вдалося — розміщуйтеся на стоянку, розпалюйте багаття, економно використовуйте їжу і воду та чекайте на порятунок.

Безрадісно, але готовим слід бути до всього, тому, збираючись у ліс навіть ненадовго, одягайтеся тепліше і прихопіть із собою ніж, сірники, запас води і яку-небудь провізію.

*Не варто боятися лісу й лякати ним дитину, але не можна забувати про небезпеки, які можуть чатувати на вас на такому відпочинку. Знаючи певні правила поведінки в лісі, всіх цих неприємностей цілком можна уникнути та отримати від прогулянки не проблеми, а таке рідкісне і корисне для міської людини задоволення.*