

ПРАВИЛА ОТДЫХА НА ПРИРОДЕ



Лес – зона повышенной опасности, в которой нужно быть предельно внимательным. Поэтому к отдыху с детьми в лесу необходимо тщательно подготовиться, даже если вы пользуетесь услугами специальных организаций, предоставляющих услуги по детскому отдыху и оздоровлению на территории России.

Делимся с вами секретами такой подготовки из статьи «Прекрасный и опасный лес», которую можно найти в летнем номере журнала «Семья и школа».

Расскажите ребенку, что его ждет в лесу

Если ваш ребенок только пошел в школу, его наверняка интересуют флора и фауна, которые он пытливно изучает на уроках окружающего мира. В этом случае прекрасным решением станет просмотр познавательных фильмов о природе. Покажите ему фото животных, которые обитают в лесу, и растений, которые там можно встретить. Расскажите о том, какие ягоды и грибы опасные, и предупредите, что в предстоящем походе не нужно самостоятельно их собирать и пробовать.

Отработайте план действий на экстренный случай

Скачайте в телефон сына или дочери памятку с планом действий на случай, если он отстанет от группы, и офлайн-карту местности, в которой планируется поход. Изучите план мероприятий, а также все места, где группа собирается останавливаться. Предупредите ребенка, что, если он потеряется, никто не будет его ругать. Часто дети боятся наказания родителей, а потому не откликаются на зов спасателей. Не пугайте, но объясните, что слушаться взрослых в походе очень важно. Если есть возможность, отправляйтесь вместе с ребенком, для вас это тоже будет прекрасным опытом.

Положите в рюкзак средства связи

Перед отправлением проверьте, полностью ли заряжен телефон ребенка. Нелишним будет положить в его рюкзак браслет или брелок с GPS-трекером. Такие вещи способны спасти жизнь и помочь быстро найти человека в лесной чаще. Простой свисток — тоже полезное, а главное — бюджетное средство связи. Несмотря на то что к походу в лес необходимо тщательно готовиться, организаторы проекта «Лес и дети» Анастасия Курдаева и Алексей Булгаков считают, что маленьких детей нужно знакомить с этой средой в свободном формате, давая им возможность самим решать, как проводить там время.

Зимой и летом — ярко одеты

Для походов в лес лучше выбрать теплую и яркую одежду, так как температура там гораздо ниже, чем за его пределами. Например, летней ночью температура может опуститься ниже 10 градусов, поэтому лишняя кофта обязательно пригодится. Очень важно подготовить непромокаемую обувь: это могут быть резиновые сапоги или специальные трекинговые ботинки. Кроссовки лучше не выбирать для такого отдыха. Броские цвета одежды в экстренных случаях повышают шанс быстро найти человека в лесу. Также к предметам гардероба можно прикрепить светоотражающие элементы.