1. Что такое гражданская оборона?



Гражданская оборона — это система мер, направленных на защиту населения в случае чрезвычайных ситуаций: пожаров, наводнений, землетрясений, утечек газа, военных действий и других угроз.
Она включает:
оповещение о ЧС;
эвакуацию;
оказание первой помощи;
использование средств индивидуальной защиты;
выполнение инструкций экстренных служб.

2. Почему важно обсуждать гражданскую оборону с детьми?

Обучение основам гражданской обороны с раннего возраста помогает детям:
не паниковать в опасных ситуациях;
быстро принимать правильные решения;
защищать себя и окружающих;
запоминать важные номера телефонов экстренных служб;
осваивать алгоритмы действий при ЧС .

3. Ключевые правила безопасности, которые должен знать ребёнок.



✓Экстренные номера:
101 — пожарная охрана;
102 — полиция;
103 — скорая помощь;
112 — единый номер службы спасения.

✓Правила эвакуации:
знать пути выхода из дома, детского сада, общественных мест;
не пользоваться лифтом при пожаре;
двигаться организованно, слушать взрослых;
брать с собой только самое необходимое (документы, воду, аптечку — если есть время) .

✓Первая помощь:
обработать небольшую рану;
наложить повязку;
вызвать помощь при травме или недомогании .



✓Опасные ситуации:
встреча с незнакомыми людьми;
обнаружение подозрительных предметов;
утечка газа;
пожар;
наводнение;
землетрясение .

✓Использование средств защиты:
ватно-марлевая повязка (защита от дыма);
противогаз (при химических авариях);
огнетушитель (базовое знакомство с принципом работы) .

4. Как родители могут подготовить ребёнка к ЧС?
а) Беседы в игровой форме:
используйте сказки, мультфильмы, комиксы на тему безопасности;
обсуждайте сюжеты, где герои попадают в опасные ситуации, анализируйте их действия;
придумывайте с ребёнком истории о «маленьких спасателях» .

б) Практические тренировки:

отрабатывайте маршруты эвакуации из дома, двора, ближайших общественных мест;
проводите «тренировочные сигналы» (например, «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!») — учите ребёнка замирать и слушать указания;
играйте в игры на знание номеров экстренных служб (например, бросайте мяч и называйте ситуации — ребёнок должен назвать номер телефона) .

в) Сюжетно-ролевые игры:



«Пожарные» — ребёнок примеряет роль спасателя, тушит «пожар», помогает «пострадавшим»;
«Скорая помощь» — отрабатываем вызов врача, оказание первой помощи кукле/игрушке;

«Эвакуация» — имитируем выход из здания при тревоге;
«Опасный незнакомец» — учим ребёнка говорить «нет» и звать на помощь.



г) Практические навыки:

научите делать ватно-марлевую повязку;
покажите, как правильно вызвать помощь по телефону (чётко назвать адрес, описать ситуацию);
объясните, как отключить газ/электричество в квартире .

д) Знакомство с окружением:
покажите ребёнку ближайшие укрытия, пожарные выходы, гидранты;
отметьте на карте района пункты сбора при ЧС;
обсудите безопасные места во дворе (например, вдали от деревьев и рекламных щитов при урагане) .

5. Психологическая подготовка

Важно научить ребёнка:
сохранять спокойствие в стрессовой ситуации;
слушать указания взрослых;
не паниковать и не прятаться;
просить помощи, если растерялся .

6. Примеры тематических занятий дома



Занятие «Пожар»:
Рассмотрите картинки с изображением пожара.
Обсудите причины пожаров (игнорирование правил обращения с огнём, неисправная электропроводка и т. д.).
Сыграйте в игру «Что делать при пожаре?» (ребёнок выбирает правильные действия из нескольких вариантов).
Потренируйтесь эвакуироваться из квартиры.
Занятие «Утечка газа»:
Расскажите о запахе газа, его опасности.
Отработайте алгоритм действий: выключить газ, открыть окна, покинуть помещение, позвонить 104.

Используйте игрушечный телефон для тренировки вызова аварийной службы.

7. Регулярность занятий

Не проводите «марафоны безопасности» — лучше заниматься регулярно по 5–10 минут:
обсуждайте одну ситуацию в неделю;
повторяйте пройденное каждые 2–3 недели;
включайте элементы безопасности в повседневные разговоры (например, при прогулке обсуждайте дорожные знаки и правила перехода улицы) .

8. Взаимодействие с детским садом



Узнайте, какие темы по гражданской обороне проходят в образовательном учреждении вашего ребёнка.
Согласовывайте действия с педагогами, уточняйте, какую дополнительную работу можно провести дома .

9. Итог

Гражданская оборона — это не только знания, но и навыки, которые могут спасти жизнь. Ваша задача как родителя — не пугать ребёнка, а дать ему уверенность в своих силах, научить принимать правильные решения в сложных ситуациях. Начните обучение уже сегодня — безопасность ваших детей в ваших руках!

