

# *Літо*



# Заняття літом

Читання



Малювання



Плавання



Похід



# Безпека влітку. Правила

## Один вдома

Отже, ти залишився один удома. Батьки та інші дорослі члени сім'ї на роботі, у гостях чи де-небудь. У тебе з'явилася можливість чимось зайнятися на час відсутності батьків зануритися в улюблену справу, запросити до себе друзів, подивитися телевизор чи погратися в комп'ютерні ігри.

Юний друже, запам'ятай деякі наші поради щодо поведінки, коли ти сам удома. Не залишай без догляду увімкненні, а ще краще зовсім не вмикай без потреби електроприлади, у роботі яких ти не розумієшся! Безпечне поводження з електроприладами може призвести до таких нещасних випадків, як пожежа.

Якщо ви з друзями вирішили пограти у тебе вдома, пам'ятай про правила безпечного поводження:

- з вогнем – ні в якому разі не грайся зі сірниками, запальничками та не вклучай газові прилади! Це не інструмент для дитячих іграшок! Навіть від іскринки може спалахнути велика пожежа!
- з гострими предметами – різноманітні кухонні прилади, ножиці та інші подібні речі не призначені для гри! Ти можеш когось серйозно поранити чи поранитися сам!
- ні в якому разі не експериментуйте з всілякими хімічними речовинами, які дорослі використовують у господарських цілях, оскільки багато з господарських речовин надто небезпечні для здоров'я. Потрапивши на тіло, вони можуть викликати опіки, а також пошкодити меблі тощо.

Якщо ти сам і у двері квартири подзвонили, пам'ятай, ти залишився за старшого у квартирі і відповідаєш як за свою безпеку, так і за збереження речей родини!

Перевір, чи замкнені двері на замок.

Ніколи не відкривай двері, не довідавшись, хто знаходиться за ними. Тобі бажано не розмовляти з незнайомцем через двері, але якщо цього не вдалося уникнути, то спочатку спитай: «Хто там?», зазирнувши у вічко, і ні в якому разі не відчиняй двері, якщо там людина, яка тобі не знайома! На допитливі запитання незнайомців про тебе, твоїх батьків, місце їх роботи, коли повертаються з роботи і таке інше – не відповідай. Але якщо тебе попросять передати якусь інформацію для дорослих, запам'ятай її і перекажи батькам



## Правила поведінки на воді



Найбільш чудовий відпочинок у літку - відпочинок на воді.

Окрім того вода – це чудодійний засіб оздоровлення організму. Плавання зміцнює організм, розвиває силу, спритність, витривалість. Людина, яка вміє плавати, відчуває себе у воді спокійно і впевнено. Але, на жаль, для деякого відпочинку біля води закінчується трагедією. Так, серед основних причин загибелі дітей на воді є невміння плавати та купання без нагляду дорослих. Для того, щоб відпочинок на воді приніс тільки задоволення необхідно дотримуватись певних правил.

Купатися можна тільки у спеціально відведених та обладнаних для цього місцях.

Безпечніше відпочивати на воді у світлу частину доби.

Купатися краще в спокійну безвітряну погоду при температурі води - не нижче +20С, повітря - не нижче +24С.

Після прийняття їжі купатися можна не раніше, ніж через 1,5-2 години.

У воду заходити слід повільно: постій і почекай, дозволяючи тілу пристосуватися до температури води. Перед зануренням у воду необхідно змочити обличчя і плечі. Це особливо важливо для тих, хто купається вперше в сезоні, а також для тих, хто особливо чутливо сприймає холод.

У воду слід входити неспішно, обережно пробуваючи дно ногою. Якщо не вмієш плавати, не заходь у воду глибше пояса, щоб не оступитися і не потрапити на глибоке місце, в яму, чи не опинитися на сильній течії.

У воді варто бути не більше 15 хвилин. Перебуваючи у воді, не стій на одному місці, активно рухайся, плавай. Не купайся аж доти, поки тобі не стане холодно, бо при переохолодженні у воді наступає різке скорочення м'язів, що несе за собою зупинку дихання. При перших ознаках переохолодження негайно виходь з води, переодягнися у сухий одяг, зроби декілька фізичних вправ, простих рухів, присідань або побігай.



# Безпека влітку. Правила

Не залишайте дітей без нагляду! Дбайте про безпеку своїх дітей, дотримуючись правил безпечної поведінки в побуті. Виховуйте у дітей навички культури безпечної поведінки, демонструючи на власному прикладі обережність у поводженні з вогнем, газом, водою, побутовою хімією, ліками. Виділіть декілька хвилин на відверту розмову з дітьми. Пам'ятайте, ці хвилини вимірюватимуться ціною життя. А щоб неждана мить не стала початком великої біди - потрібно давати дітям чіткі знання і вміння, як діяти в тій чи іншій ситуації. Пам'ятайте, що життя наших дітей залежить тільки від нас самих!

Загальновідомо, що ліс - найцінніший дар природи, життєво необхідний усьому живому на Землі: лісові масиви образно звать зеленими легенями планети. І наше завдання - зберегти й примножити це багатство для нинішнього та прийдешніх поколінь.

З настанням тепла та спекотних літніх днів в районі існує загроза виникнення пожеж у лісних масивах. З метою недопущення їх виникнення, керівництво Дрогобицької райдержадміністрації звертається до жителів і гостей району. Пам'ятайте, що розкладати вогнища й застосовувати відкритий вогонь у лісі забороняється. За сухої погоди достатньо найменшої іскри, щоб спалахнуло велике полум'я, особливо у хвойному лісі. Забороняється розпалювати багаття на торфовищах, поблизу копиць сіна, скірт соломи. Пожежну небезпеку становлять і старі пні та сушняк.

Якщо вогнище вкрай необхідне, його можна розкладати на вологій галявині, подалі від насаджень (25 м - до листяних порід, 50 м - до хвойних), на піщаному або кам'янистому ґрунті. Доцільно оточити його камінням, очистити від верхнього шару ґрунту. Після закінчення горіння вогнище слід залити водою й засипати піском.

Слід дуже уважно наглядати за дітьми, адже, користуючись "свободою", вони можуть підпалити чагарник чи сушняк. Дитячі пустощі з вогнем - дуже небезпечні!

Якщо в лісі виникла пожежа, слід сповістити про неї – охорону лісового господарства та пожежно-рятувальний підрозділ МНС (безкоштовний номер з будь-якого телефону "101").