



***Лето, лето...***

\* **Правила безопасности  
жизнедеятельности во  
время каникул.**



# \* Правила поведения во время летних каникул.

- \* • Соблюдай правила дорожного движения.
- \* • Соблюдай правила пожарной безопасности и обращения с электроприборами.
- \* • Соблюдай правила личной безопасности на улице.
- \* • Соблюдай правила безопасного поведения на воде летом.
- \* • Соблюдай правила поведения, когда ты один дома.
- \* • Не играй с острыми, колющими, режущими, легковоспламеняющимися, взрывоопасными предметами.



- \*01 - пожарная охрана и спасатели
- \* 02-полиция
- \*03-скорая помощь
- \* 04- газовая аварийная служба



- \* Дорогой друг!
- \* Чтобы не попасть в неприятности, не испортить себе долгожданные каникулы, пожалуйста, внимательно прочитай памятку и постарайся соблюдать правила, которые в ней содержатся.



\* Соблюдай правила дорожного движения. - когда переходишь дорогу, смотри сначала налево, потом направо; - дорогу переходи в том месте, где указана пешеходная дорожка или установлен светофор; - дорогу переходи на зеленый цвет; - не переходи дорогу перед близко идущим транспортом; - не играй на обочине и проезжей части; - не выезжай на проезжую часть на велосипеде. Соблюдай правила пожарной безопасности и обращения с электроприборами. - никогда не играй со спичками; - не зажигай самостоятельно газ, плиту, печь, не разжигай костры; - не оставляй без присмотра утюг, другие электроприборы. Пользуйся ими только под присмотром взрослых. Соблюдай правила поведения в общественных местах. - на улице громко не разговаривай, не кричи, не смейся; - будь вежлив с окружающими людьми; - соблюдай чистоту в общественных местах.



\* Соблюдай правила поведения, когда ты один дома. - не открывай дверь незнакомым людям; - не оставляй ключ от квартиры в «надежном месте»; - не вешай ключ на шнурке себе на шею; - сообщи родителям, если ты потерял ключ.

Соблюдай правила личной безопасности на улице. - если на улице кто-то идет и бежит за тобой, а до дома далеко, беги в ближайшее людное место: к магазину, автобусной остановке; - если незнакомые взрослые пытаются увести тебя силой, сопротивляйся, кричи, зови на помощь: «помогите, меня уводит незнакомый человек»; - не соглашайся ни на какие предложения незнакомых взрослых; - никуда не ходи с незнакомыми и не садись с ними в машину; - никогда не хвастайся тем, что у твоих родителей много денег; - не приглашай домой незнакомых ребят; - не играй на улице с наступлением темноты.

\* **О мерах предосторожности на воде:**

\* Чтобы избежать несчастного случая, надо знать и соблюдать предосторожности на воде.

- Не употреблять спиртные напитки во время купания и не жевать жвачку во время нахождения в воде.

- Для купания лучше выбирать места, где чистая вода, ровное песчаное дно, небольшая глубина, нет сильного течения и водоворотов, нет проезжающего по воде моторного транспорта.

- Начинать купаться следует при температуре воздуха + 20-25\*, воды + 17-19\*С. Входить в воду надо осторожно, на неглубоком месте остановиться и окунуться с головой.

- В воде можно находиться 10-15 минут. Ни в коем случае не доводить себя до озноба, это вредно для здоровья. От переохлаждения в воде появляются опасные для жизни судороги, сводит руки и ноги. В таком случае нужно плыть на спине. Если растеряться и перестать плыть, то можно утонуть. Часто вода попадает в дыхательное горло и мешает дышать. Чтобы избавиться от нее, нужно немедленно остановиться, поднять голову как можно выше над водой и сильно откашляться.

- Плавая при волнении поверхности воды, нужно внимательно следить за тем, чтобы вдох происходил в промежутках между волнами. Плавая против волн, следует спокойно подниматься на крутую волну и скатываться с нее. Не заходить в воду при сильных волнах. Попав в сильное течение, не надо плыть против него, иначе можно легко выбиться из сил. Лучше плыть по течению, постепенно приближаясь к берегу.

- Не ходить к водоему одному. Сидя на берегу закрывать голову от перегрева и солнечных ударов.

- Никогда не следует подплывать к водоворотам - это самая большая опасность на воде. Она затягивает купающегося на большую глубину и с такой силой, что даже опытный пловец не всегда в состоянии выплыть. Попав в водоворот, наберите воздуха в легкие, как можно больше, погрузитесь в воду и сделайте сильный рывок в сторону по течению, всплывайте на поверхность. Запутавшись в водорослях, не делайте резких движений и рывков, иначе петли растений еще туже затянутся. Лучше лечь на спину и постараться мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыли. Если и это не поможет, то нужно, подтянув ноги, осторожно освободиться от растений руками.

- Опасно подплывать к идущим пароходам, катерам, вблизи которых возникают различные водовороты, волны и течения.

- Еще более опасно нырять в местах неизвестной глубины, так как можно удариться головой о песок, глину, сломать себе шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть. Не менее опасно прыгать головой в воду с плотов, пристани и других плавучих сооружений. Под водой могут быть сваи, рельсы, камни и осколки стекла. Нырять можно лишь там, где имеется для этого достаточная глубина, прозрачная вода, ровное дно.

- Важным условием безопасности является соблюдение правил при катании на лодке. Нельзя выходить на озеро, реку на неисправной и полностью не оборудованной лодке, садиться на ее борта, пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки на другую, вставать во время движения. Если не умеете плавать, необходимо иметь спасательные средства. Не находиться на крутых берегах с сыпучим песком, чтобы не быть засыпанным.

-Необходимо помнить, что соблюдение мер предосторожности - главное условие безопасности на воде.

\*Желаю вам  
приятного и  
безопасного летнего  
отдыха!!!



- \* Простые рекомендации родителям
- \* Каникулы - самое свободное, но опасное время для детей, так как они чаще всего длительно остаются без надзора родителей. Поэтому нужно усмотреть некоторые меры предосторожности во избежание неприятностей в отношении детей: Для предотвращения какой - либо ни было опасности, ребенок, столкнувшись с сомнительной ситуацией, должен позвонить по телефону родителям, которые всегда должны быть доступны, на связи. Ребенок школьного возраста, собираясь выйти из дома, должен спросить разрешения у родителей. Родители должны быть в доверительных отношениях с ребенком — подростком, чтобы понимать его. Желательно, чтобы ребенок доверял родителям свои проблемы, зная, что от него не отмахнутся, не проигнорируют. Отец или мать должны всегда знать, хотя бы в общих чертах, где находится их подрастающее дитя в данный момент. Нужно помнить, что ребенок копирует своих родителей, которые должны влиять своим примером.