



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ЛЕТОМ

Внимательно прочитай каждое

1

Правила нахождения в жару.

Избегай чрезмерного нахождения на солнце. Особенно избегайте нахождения на солнце с 11.00 до 15.00, когда солнце самое активное.



В жаркую погоду организм человека теряет много жидкости через кожу — так он охлаждается. Чтобы восполнить потерянную жидкость нужно пить много теплой воды. Чай, кофе, газировка и пакетированные соки в жаркую погоду лучше исключить из напитков, так как они вызывают сильную жажду.



Если дома жарко не открывай самостоятельно окна, не сиди на подоконнике, не включай электроприборы! Для тебя это может быть опасно! Попроси об этом маму или папу.



Чтобы защитить кожу от вредного воздействия солнца перед выходом на улицу/на пляж нужно наносить на кожу солнцезащитный крем.

2

Правила поведения на воде.

Выбирать места для купаний необходимо с учетом следующих моментов:

- наличие удобных и безопасных подходов к воде;
- вода в водоеме должна быть чистой и прозрачной;
- безопасный рельеф дна (отсутствие ям, коряг, зарослей водных растений, острых и крупных камней и пр.);
- граница зоны купания должна быть обозначена опознавательными знаками.
- на пляже должно быть предусмотрено помещение медицинского пункта и спасательной станции с наблюдательной вышкой.
- в зону купания не должны допускаться транспортные средства (лодки, катера, суда), за исключением средств спасательной службы.
- водоемы и их берега должны быть защищены от систематического и случайного загрязнения. Замусоренный и не исследованный участок водоема может быть опасным даже опытным пловцам.





ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ЛЕТОМ

Внимательно прочитай каждое

2

Правила поведения на воде



- в воду нужно входить осторожно, медленно;
- не отплывать далеко от берега, не заплывать за предупредительные знаки, за буйки и ограждения;
- продолжительность купания не должна превышать 15-20 минут. Длительное пребывание в воде может привести к сильному переохлаждению тела и опасным для жизни судорогам;
- не нырять в неизвестном месте: это может привести к травмам и другим нежелательным последствиям;
- не следует купаться в ночное время, так как видимость возможной опасности сводится к нулю;
- не плавать в одиночестве, особенно, если не уверены в своих силах;
- в нетрезвом виде купаться запрещено;
- не следует купаться раньше, чем через час - полтора после приема пищи.
- не подплывать к движущимся лодкам, судам, катерам, катамаранам;
- не прыгать в воду с лодок, катеров, причалов и др. сооружений, не приспособленных для этих целей;
- не плавать на сооружениях, не предназначенных для купания;
- при появлении усталости спокойно плывите к берегу;
- при появлении судорог, не теряйтесь, старайтесь удержаться на воде и зовите на помощь.
- для плавания используйте лишь круги и жилеты, предназначенные для применения в открытых водоёмах.
- не оставаться одному в воде.
- носить головной убор.

3



Правила поведения на улице

1. Если на улице незнакомец предлагает тебе посмотреть что-либо или помочь донести сумку, обещая угостить тебя конфетой или подарить подарок, ты должен ответить категорическим отказом.
2. Если видишь тормозящую машину, ты должен как можно дальше отойти от нее и ни в коем случае не садиться, даже если улица, разыскиваемая водителем машины, тебе по пути.
3. Не залезай во время игр в стоящие бесхозные машины, подвалы и другие подобные места.
4. Соблюдай чистоту на улицах и в общественных местах.
5. Если тебе показалось, что тебя кто-то преследует, то следует перейти на другую сторону дороги, зайти в магазин, на автобусную остановку, обратиться к любому взрослому человеку или привлечь внимание прохожих.
6. Бережно относись к общественному имуществу (зданиям, клумбам, дорожным знакам и т. д.), к зелёным насаждениям, не порть газоны и клумбы, стены домов и подъездов.





ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ЛЕТОМ

Внимательно прочитай каждое

4

Правила поведения на природе

1. Не ломай ветки на природе.



2. Не топчи муравейники, не тыкай в них палкой.



3. Не собирай ядовитые грибы.



поганка



ложные лисички



мухомор



желчный гриб



ложные опята



сатанинский гриб



червивый гриб

4. Не трогай птичьи гнезда.



5. Не забирай диких животных к себе домой.



5

Правила дорожного движения летом

1. Без взрослых нельзя выходить на дорогу, идешь со взрослым за руку, не сходишь с тротуара.
2. Ходить по улице следует спокойным шагом, придерживаясь правой стороны тротуара.
3. Переходить дорогу можно только по пешеходному переходу на зеленый сигнал светофора, убедившись, что все автомобили остановились.
4. Проезжая часть предназначена только для транспортных средств. Нельзя играть возле дороги.
5. Движение транспорта на дороге регулируется сигналами светофора и регулировщиком.
6. В общественном транспорте не высовываться из окон, не выставлять руки какие-либо предметы.