

## *Безопасность школьников в период летних каникул.*



Для многих из нас лето – это самое долгожданное и любимое время года.

У школьников начинается пора каникул, когда счастливая ребятня радуется, беззаботному времяпрепровождению, резвится на свежем воздухе, греется под теплыми солнечными лучами. Их отправляют в гости к дедушке и бабушке, посылают отдыхать в детский лагерь или санаторий, они ходят купаться на море и играть в лесу.

Лето – это не только пора каникул, но и опасный период, так как многие дети в это время предоставлены сами себе. Во время летних каникул дети проводят много времени без присмотра взрослых, и, понятно, что ни одно детство не проходит без царапин, ссадин и ушибов, ведь любопытные ребята стремятся изучить все новые и неизвестные для них места. Как следствие во время летних каникул значительно увеличивает количество несчастных случаев и различных заболеваний у детей. Обеспечить **безопасность детей летом** в первую очередь задача родителей. Поэтому очень важно объяснить и напомнить детям необходимые правила безопасности.

## Семь советов родителям школьников.



**Совет первый** - Заранее продумайте, как будут организованы каникулы? Если у вас есть возможность поехать с ребенком в дом отдыха или санаторий - это здорово! Помните, что продолжительность непрерывного занятия за компьютером для детей в возрасте с 7-12 лет составляет 20 минут, а старше - не более получаса .

**Совет второй** - Прогулки, игры и спортивные занятия на свежем воздухе - вот лучший отдых после школьных занятий. Пребывание на свежем воздухе как можно дальше от проезжих дорог, транспорта, промышленных предприятий.



**Совет третий** - Постарайтесь сделать все от вас зависящее, чтобы уберечь ребенка. Помните, что в каникулы увеличивается риск не только уличного, но и бытового травматизма. Поговорите с ребенком об этом.



**Совет четвертый** - Необходимо соблюдать режим дня, но возможны некоторые отклонения от режима. Чем младше по возрасту ребенок, тем больше времени требуется его мозгу и всему организму, чтобы полностью восстановить работоспособность.

**Совет пятый** - Чтобы каникулы стали временем восстановления и накопления сил вашего ребенка, необходимо, чтобы в его рационе было достаточно молочных и мясных продуктов, овощей, фруктов.

**Совет шестой** - Воспользуйтесь каникулами, чтобы проконсультироваться у педиатра, окулиста, стоматолога, ортопеда. Часто болеющему ребенку нелишне будет провести курс лечебных процедур; комплекс упражнений для коррекции осанки.

**Совет седьмой** - Каникулы - самое подходящее время для экскурсий, посещения музеев. Однако во всем нужна мера. Не забывайте, что посещение детских праздников и зрелищных мероприятий таит в себе и риск инфекционных заболеваний, особенно в период эпидемиологического неблагополучия.



## ***Правила безопасного поведения.***

### ***Правила безопасного поведения на воде.***

Обязательно научись плавать. Никогда без надобности не ходи к воде один. Никогда не купайся в незнакомом месте. Не ныряй, если не знаешь глубины и рельефа дна. Не заплывай за ограждения. Не подплывай близко к идущим по воде катерам, парходам. Во время игр в воде будь осторожен и внимателен. Не зови без надобности на помощь криками "Тону!". Не купайся до посинения" не допускай переохлаждения организма. Умей пользоваться простейшими спасательными средствами. Умей оказывать помощь терпящим бедствие на воде. Это основные правила. Запомни их и выполняй!

### ***Правила дорожного движения.***

1. Проходи по тротуару только с правой стороны. Если нет тротуара, иди по левому краю дороги, навстречу движению транспорта.
2. Дорогу переходи в том месте, где указана пешеходная дорожка или установлен светофор. Дорогу переходи на зелёный свет.
3. Когда переходишь дорогу, смотри сначала налево, потом направо.
4. Если нет светофора. Переходи дорогу на перекрёстке. Пересекать улицу надо прямо, а не наискось.
5. Не переходи дорогу перед близко идущим транспортом.
6. На проезжей части игры строго запрещены.
7. Не выезжай на проезжую часть на велосипеде, мопеде.

### ***Правила поведения в общественных местах.***

1. На улице громко разговаривать, кричать, смеяться неприлично.
2. Нельзя сорить на улице: грызть семечки, бросать бумажки, конфетные обёртки, отрывки от яблок.
3. Во время посещения кинотеатра не надо шуметь, бегать, затевать игры.
4. Во время просмотра кинофильма неприлично мешать зрителям, хлопать стульями, свистеть, топтать.
5. При входе в зал и при выходе не надо спешить, толкаться.
6. Будьте вежливы.

### *Правила личной безопасности на улице.*

1. Если на улице кто-то идёт и бежит за тобой, а до дома далеко, беги в ближайшее людное место: к магазину, автобусной остановке.
2. Если незнакомые взрослые пытаются увести тебя силой, сопротивляйся, кричи, зови на помощь: "Помогите, меня уводит незнакомый человек!"
3. Не соглашайся ни на какие предложения незнакомых взрослых.
4. Никуда не ходи с незнакомыми и не садись с ними в машину.
5. Никогда не хвастайся тем, что у твоих взрослых много денег.
6. Не приглашай домой незнакомых ребят.
7. Не играй с наступлением темноты.

### *Правила поведения в лесу.*

Перед выходом в лес предупредите родных, куда идете. С собой взять нож, компас, спички. Одевайтесь ярко - предпочтительнее рыжие, красные, желтые, белые куртки, хорошо наклеить светоотражающие полосы или рисунки. Старайтесь не уходить далеко от знакомого маршрута. Если потерялся ваш родственник, сразу же вызывайте спасателей. Нередко самостоятельные поиски приводят только к затаптыванию следов, по которым можно было отыскать человека. Нельзя забывать и о том, что поход в лес - это сильные физические нагрузки, которые непривычны для городских жителей. И, конечно, нужно иметь при себе хотя бы минимальный запас воды.

*Желаем Вам и  
Вашим детям замечательных каникул!!!*