Памятка для родителей «Безопасное лето».

Уважаемые родители, понятно, что ежедневные хлопоты отвлекают вас, но не забывайте, что вашим детям нужна помощь и внимание, особенно в летний период, когда у детей много свободного времени и мало контроля со стороны взрослых.

В нашей памятке:

Безопасность на дороге.
Безопасность при отдыхе на природе.
Безопасность на улице и дома, когда ребёнок один.
Правила поведения при пожаре.
Основные правила поведения на воде.
Правила безопасного поведения на железнодорожных путях и в железнодорожном транспорте.
Безделье создаёт условия для поиска занятий, которые могут быть опасными.
Отдых в летнем детском оздоровительном лагере.

Во- первых: ежедневно напоминайте своему ребёнку **о правилах дорожного движения.** Используйте для этого соответствующие ситуации на улице во дворе, по дороге в детский сад, в школу и др. Находясь с ребёнком на улице полезно объяснять ему все, что происходит на дороге с транспортом, пешеходами. Например, почему в данный момент нельзя перейти проезжую часть, какие на этот случай существуют правила для пешеходов и автомобилей, укажите на нарушителей, отметив, что они нарушают правила, рискуя попасть под движущиеся транспортные средства. Помните, что ваш ребёнок должен усвоить:

1. ходить по улице следует спокойным шагом, придерживаясь правой стороны тротуара;
2. переходить дорогу можно только по пешеходному тротуару на зеленый сигнал светофора, убедившись, что все автомобили остановились;
3. проезжая часть предназначена только для транспортных средств;
4. движение транспорта на дороге регулируется сигналами светофора;
5. в общественном транспорте не высовываться из окон, не выставлять руки и какие-либо предметы.

Во – вторых: **при выезде на природу** имейте в виду, что

1. при проведении купания детей во время походов, прогулок и экскурсий в летнее время выбирается тихое, неглубокое место с пологим и чистым от коряг, водорослей и ила дном;
2. детей к водоемам без присмотра со стороны взрослых допускать нельзя;
3. за купающимся ребёнком должно вестись непрерывное наблюдение;
4. во время купания запретить спрыгивание детей в воду и ныряние с перил ограждения или с берега;
5. решительно пресекать шалости детей на воде.

В- третьих: постоянно напоминайте вашему ребёнку о правилах

безопасности на улице и дома:

Ежедневно повторяйте ребёнку:

- Не уходи далеко от своего дома, двора.
- Не бери ничего у незнакомых людей на улице. Сразу отходи в сторону.
- Не гуляй до темноты.
- Обходи компании незнакомых подростков.
- Избегай безлюдных мест, оврагов, пустырей, заброшенных домов, сараев, чердаков, подвалов.
- Не входи с незнакомым человеком в подъезд, лифт. Здесь стоит отметить, что иногда преступления совершаются знакомыми людьми (например, какой-нибудь сосед, добрый, улыбчивый и тихий дядя Ваня на деле может оказаться маньяком).
- Не открывай дверь людям, которых не знаешь.
- Не садись в чужую машину.
- На все предложения незнакомых отвечай: "Нет!" и немедленно уходи от них туда, где есть люди.
- Не стесняйся звать людей на помощь на улице, в транспорте, в подъезде.
- В минуту опасности, когда тебя пытаются схватить, применяют силу, кричи, вырывайся, убегай.

Уважаемые родители, помните и о правилах безопасности вашего ребёнка дома:

- не оставляйте без присмотра включенные электроприборы;
- не оставляйте ребёнка одного в квартире;
- заблокируйте доступ к розеткам;
- избегайте контакта ребёнка с газовой плитой и спичками.

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

<u>Купаясь и катаясь на лодках и маломерных судах, необходимо строго выполнять нижеследующие правила поведения на воде:</u>

Купаться можно в разрешённых местах, в купальнях или на оборудованных пляжах.

Для купания выбирайте песчаный берег, тихие неглубокие места с чистым дном.

Не купайтесь в запрещённых и необорудованных для купания местах (у плотин, на водосбросе, в карьерах, котлованах, бассейнах для промышленных нужд).

<u>Помните, что при купании категорически запрещается:</u>

Заплывать далеко от берега, выплывать за пределы ограждения мест купания.

Подплывать близко к проходящим судам, катерам, весельным лодкам, гидроциклам, баржам.

Взбираться на технические предупредительные знаки, буи, бакены и др.

Прыгать в воду с лодок, катеров, парусников и других плавательных средств.

Купаться у причалов, набережных, мостов.

Купаться в вечернее время после захода солнца.

Прыгать в воду в незнакомых местах.

Купаться у крутых, обрывистых берегов.

Помните, что после еды разрешается купаться не раньше чем через полтора - два часа.

Во время купания не делайте лишних движений, не держите свои мышцы в постоянном напряжении, не гонитесь за скоростью продвижения в воде, не нарушайте ритма дыхания, не переутомляйте себя, не принимайте участия в больших заплывах без разрешения врача и необходимых тренировок.

Попав на быстрое течение, не плывите против течения, проплывайте на груди или на боку, горизонтально на немного повышенной скорости. Остерегайтесь водоворотов, никогда не подплывайте к ним близко.

Попав в водоворот, не теряйтесь, наберите побольше воздуха в лёгкие, погрузитесь в воду и сделайте смелый рывок в сторону по течению.

Помните, что причиной гибели пловца часто бывает сковывающая его движения судорога. <u>Причины этому следующие:</u>

Переохлаждение в воде.

Переутомление мышц, вызванное длительной работой их без расслабления и беспрерывным плаванием одним стилем.

Купание незакалённого в воде с низкой температурой.

Предрасположенность пловца к судорогам.

Во всех случаях пловцу рекомендуется переменить стиль плавания и по возможности выйти из воды.

В экстремальной ситуации зови на помощь взрослых или звони с мобильного телефона по номеру **«112».**

<u>Правила оказание помощи утопающему:</u>

-Подплывать к утопающему только сзади

-Захватывать за волосы или за ворот одежды

-Транспортировать на спине, придерживая его за голову

Если человек пробыл под водой более 5-10 минут, вряд ли его удастся вернуть к жизни. Хотя в каждом конкретном случае исход зависит от времени года, температуры и состава воды, особенностей организма, а главное – от вида утопления и верно выбранной тактики оказания помощи.

На успех можно надеяться только при правильном оказании помощи, учитывая тип утопления.

<u>Экстренная помощь при истинном утоплении:</u>

- Повернуть на живот, чтобы голова оказалась ниже уровня таза (перекинуть через бедро)
- Очистить полость рта
- Резко надавить на корень языка (для провоцирования рвотного рефлекса и стимуляции дыхания) Наличие или отсутствие рвотного рефлекса – важнейший тест для выбора дальнейшей тактики.

Что делать, если сохранён рвотный рефлекс?

Если после надавливания на корень языка, ты услышал характерное «Э» и вслед за этим последовали рвотные движения, то перед тобой живой человек с сохранённым рвотным рефлексом.

- В этом случае продолжать удалять воду из лёгких и желудка (в течение 10-15 минут периодически и с силой надавливать на корень языка, пока изо рта и верхних дыхательных путей не перестанет выделяться вода). Для лучшего отхождения воды – хлопать ладонями по спине, сжимать с боков грудную клетку во время выдоха.
- Только после удаления воды уложить на живот и вызвать спасательную службу.
- До прибытия врачей ни на секунду не оставлять без внимания: в любой момент может внезапно остановиться сердце.

Оказание помощи после оживления

Если у пострадавшего появилось сердцебиение и к нему вернулось сознание – не впадай в эйфорию, которая так быстро охватывает окружающих.

Сделан лишь первый шаг к спасению жизни.

Над спасённым ещё несколько дней будет висеть угроза смерти от перечисленных выше осложнений.

Для их предупреждения нужно вновь повернуть спасённого на живот и постараться более тщательно удалить воду.

- Быть готовым к повторной остановке сердца.
- Приложить ещё больше усилий к вызову спасательных служб.

(Медицинская помощь: вдыхание кислорода, выведение жидкости из организма, внутривенное введение ощелачивающих растворов.)

В случае выполнения всех требований Правил безопасности на водных объектах, вышеперечисленных мер оказания помощи не потребуется.

НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ – ГЛАВНАЯ ПРИЧИНА ГИБЕЛИ ЛЮДЕЙ НА ВОДЕ!!!

Инструкция по правилам безопасного поведения на железнодорожных путях и в железнодорожном транспорте

1. Безопасное поведение на железнодорожных путях, перронах и посадочных платформах.

1.1. При движении вдоль железнодорожного пути не подходить ближе 5м к крайним рельсам.

1.2. На электрифицированных участках не подниматься на опоры, не прикасаться к спускам, идущим от опоры к рельсу, и лежащим на земле электропроводам.

1.3. Переходить железнодорожные пути только в установленных местах, пользуясь пешеходными мостами, тоннелями, переходами, а там где их нет – по настилам и в местах, где установлены указатели «Переход через пути».

1.4. Перед переходом по пешеходному настилу необходимо убедиться в отсутствии движущегося поезда, локомотива или вагонов.

1.5. При приближении поезда, локомотива или вагонов остановиться и пропустить их, только убедившись, что на соседних путях отсутствует движущийся подвижной состав, можно продолжать переход.

1.6. При переходе через пути не подлезать под вагоны и не перелезать через автосцепки.

1.7. Подходя к железнодорожному переезду, внимательно следить за звуковой и световой сигнализацией, а также положением шлагбаума.

1.8. Пути переходят при открытом шлагбауме, а при его отсутствии – когда нет близко идущего подвижного состава.

1.9. При ожидании поезда запрещены на платформе какие-либо игры.

1.10. Не бегать на платформе радом с вагоном прибывающего (уходящего) поезда, не стоять ближе двух метров от края платформы во время прохождения поезда без остановки.

1.11. Подходить непосредственно к вагону после полной остановки поезда.

1.12. Посадку в вагон и выход из него производить только со стороны

перрона или посадочной платформы.
1.13.Быть внимательным, чтобы не оступиться и не попасть в зазор между посадочной площадкой вагона и платформой.

2. Безопасное поведение в железнодорожном транспорте.
2.1. На ходу поезда не открывать наружной двери тамбуров, не стоять на подножках и переходных площадках, а также не высовываться из окон вагонов.
2.2. При остановке поезда на перегоне не выходить из вагона.
2.3. Двери фиксировать в закрытом положении, во избежание получения травм при резких толчках на ходу поезда, от произвольного движения нефиксированных дверей.
2.4. В вагонах не курить, не применять открытый огонь и бытовые электроприборы, не перевозить в вагонах легковоспламеняющиеся и взрывчатые вещества.
2.5. Ознакомиться со схемой эвакуации пассажиров при аварийных ситуациях.

Помните! Ребенок берёт пример с вас – родителей! Пусть ваш пример учит дисциплинированному поведению ребёнка на улице и дома
Уважаемые родители! Помните, что ***безделье создаёт условия для поиска занятий, которые могут быть опасными.***
У ребёнка обязательно должны быть ежедневные поручения полезные для семьи и интересное занятие, которое способствует его развитию.
В летний период можно предложить ребёнку поездку в детский оздоровительный лагерь. Для этого просто нужно обратиться в районный центр «Семья».
Старайтесь сделать все возможное, чтобы оградить детей от несчастных случаев!

Посмотрите вместе с детьми информацию на сайтах
63.**mchs**.gov.ru вкладка «Сайт детской безопасности»
SmotriSamara.ru и другие

Использованы материалы с сайтов:
penza-gorod.ru
pamyatka…**bezopasnosti**…**v-letniy-period**
mskor8.ucoz.ru›load…**na_zheleznodorozhnykh_putjakh**…