

## **МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ СПБ ГБПОУ «МРЦПК «ТЭИМ» ВО ВРЕМЯ ЛЕТНИХ КАНИКУЛ**

Летние каникулы отличаются большим количеством свободного времени. Лето – время для поездок к родственникам в иную местность, отдыха в оздоровительном лагере или санатории, путешествий с семьёй или друзьями.

Но, как следствие, именно во время летних каникул значительно увеличивается количество несчастных случаев и различных заболеваний у детей.

### **Основные правила безопасного поведения на летних каникулах:**

1. Необходимо соблюдать правила дорожного движения, быть осторожным, внимательным на улице, при пересечении автомобильной или железной дороги.

2. Соблюдать основные правила техники безопасности при прогулках в лесу и пребывании на водоёмах, а именно:

запрещается разжигать костры на территории населённых пунктов и лесных массивов;

купаться можно только в специально отведённых для этого местах и в тёплое время.

не употреблять в пищу незнакомы грибы и ягоды.

3. Необходимо заботиться о своём здоровье, соблюдать временные рамки при загаре, купании.

4. Находясь на улице в жаркую погоду желательно надеть головной убор во избежание солнечного удара. При повышенном температурном режиме стараться находиться в помещении или в тени, чтобы не получить тепловой удар.

5. Быть осторожным при контакте с электрическими приборами, соблюдать технику безопасности при включении и выключении телевизора, электрического утюга, чайника и т.д.

6. Соблюдать технику безопасности при пользовании газовыми приборами.

7. Соблюдать временной режим при просмотре телевизора и работе на компьютере.

8. Быть осторожным в обращении с домашними животными.

9. Запрещается находиться на улице без сопровождения взрослых после 23.00 часов.

10. Необходимо придерживаться правил здорового образа жизни.

### **Находясь вне дома следуйте несложным рекомендациям:**

1. Планируйте наиболее безопасный маршрут до места назначения и не отклоняйтесь от него. Выбирайте хорошо освещённые улицы и избегайте

прохождения мимо пустынных участков земли, аллей и строительных площадок. Даже более длинный путь предпочтительней, если он безопасный.

2. Не щеголяйте дорогими украшениями или одеждой, сотовыми телефонами, крепче держите свою сумку или рюкзак.

3. Идите навстречу движению транспорта, если нет пешеходного тротуара, так вы сможете видеть приближающиеся машины.

4. Если вы подозреваете, что кто-то преследует вас, перейдите улицу и направьтесь в ближайший хорошо освещённый район. Быстро дойдите или добегите до какого-нибудь людного места и вызывайте полицию. Если вы напуганы, кричите о помощи.

5. Никогда не путешествуйте на попутных автомобилях, отходите подальше от остановившегося около вас транспорта.

6. Всегда сообщайте родителям о том, с кем и куда Вы пошли, а также о времени своего возвращения. Если задерживаетесь, то позвоните и предупредите родителей.

7. Не соглашайтесь ни на какие предложения незнакомых людей вне зависимости от их пола и возраста.

8. Никогда не хвастайтесь достатком в семье.

9. Не приглашайте домой незнакомых ребят, если дома нет никого из взрослых.

10. Не находитесь на улице в тёмное время суток.

### **Правила безопасности при нахождении на объектах железнодорожного транспорта**

Помните, что запрещается:

1. Пролезать под железнодорожными вагонами и локомотивами.

2. Перелезать через автосцепные устройства между вагонами.

3. Бежать по пассажирской платформе рядом с прибывающим или отправляющимся поездом.

4. Осуществлять посадку и (или) высадку во время движения.

5. Цепляться за проходящий железнодорожный транспорт, ездить на подножках, крышах или тормозных площадках вагонов.

### **Правила безопасного поведения на дороге**

1. Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам.

2. При движении в тёмное время суток пешеходам необходимо иметь при себе предметы со световозвращающими элементами.

3. Пешеходы должны пересекать проезжую часть только по пешеходным переходам, в том числе по подземным и надземным.

4. В местах, где движение регулируется, пешеходы должны руководствоваться сигналами регулировщика или пешеходного светофора.

5. Выйдя на проезжую часть, пешеходы не должны задерживаться или останавливаться. Пешеходы, не успевшие закончить переход, должны остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений или островке безопасности. Продолжать переход, можно лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учётом сигнала светофора (регулирующего).

6. На нерегулируемых пешеходных переходах пешеходы могут выходить на проезжую часть после того, как оценят расстояние до приближающихся транспортных средств, их скорость и убедятся, что переход будет для них безопасен.

7. Переходя дорогу перед началом движения сначала посмотри налево, а потом направо.

### **Правила безопасности на воде**

1. Не жевать что-либо во время нахождения в воде.

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

3. Оптимальная для купания температура воздуха  $+25^{\circ}\text{C}$ , воды  $+23^{\circ}\text{C}$  и выше.

4. Входить в воду надо осторожно, на неглубоком месте остановиться и окунуться с головой.

5. Оптимальное время нахождения в воде 10-15 минут. Ни в коем случае не доводите себя до озноба. 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.

6. 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 неё. Не заходите в воду при сильном волнении водной поверхности. Попад в сильное течение, не надо плыть против него, иначе можно легко выбиться из сил. Лучше плыть по течению, постепенно приближаясь к берегу.

7. Не ходите к водоёму одному. Сидя на берегу закрывайте голову от перегрева и солнечных ударов.

8. Никогда не подплывайте к водоворотам – это одна их самых больших опасностей на воде. Водоворот быстро затягивает купальщика на большую глубину и с такой силой, что даже опытный пловец не всегда в состоянии выплыть. Попад в водоворот, наберите побольше воздуха в лёгкие, погрузитесь в воду и сделайте сильный рывок в сторону по течению, всплывайте на поверхность.

9. Запутавшись в водорослях, не делайте резких движений и рывков, иначе петли растений ещё 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.

10. 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.

### **Правила безопасности при посещении леса**

1. Не ходить в лес одному.

2. Уметь пользоваться компасом, избегать похода в лес в дождливую или пасмурную погоду.

3. Надевать резиновую обувь, брюки или спортивные штаны, заправив их в сапоги, от укусов змей и насекомых.

4. Надевать головной убор, закрывать тело от попадания клещей.

5. Пробираться через кусты и заросли осторожно, плавно раздвигая ветки и плавно опуская их.

6. Не курить и не разжигать костры в лесу во избежание пожара. Не мусорить, поскольку пустые бутылки и осколки могут привести к возникновению пожара.

7. При лесном пожаре надо опасаться высокой температуры, задымлённости, падения подгоревших деревьев и провалов в прогоревшем грунте.

### **Правила безопасности при обращении с животными**

1. Не надо считать любое помахивание хвостом проявлением дружелюбия. Иногда это может говорить о совершенно недружелюбном настрое.

2. Не стоит пристально смотреть в глаза животному, особенно собаке и улыбаться. Для собаки это значит, что вы ведёте себя агрессивно, пытаетесь показать, что вы сильнее.

3. Нельзя показывать животному свой страх и волнение. Животное может почувствовать это и повести себя агрессивно.

4. Нельзя убегать от животных хищных пород, а также от быков и кабанов. Животное может расценить это, как признание вами себя жертвой.

5. Не кормите чужих собак и не трогайте собаку во время еды или сна.

6. Избегайте приближаться к большим собакам. Некоторые из них обучены бросаться на людей, приближающихся на определённое расстояние.

7. Не делайте резких движений при общении с хозяином собаки. Она может подумать, что вы ему угрожаете.

8. Не трогайте щенков, если рядом их мать и не отбирайте у них еду или игрушки.

9. Если в узком месте (например, в подъезде) собака идёт вам навстречу на поводке, лучше остановиться и пропустить её хозяина.

10. Не прикасайтесь к чужим или диким животным. Животные могут распространять такие болезни, как бешенство, лишай, чума, тиф и др.

### **Правила безопасности при обращении с электроприборами**

1. Выключая электроприбор, не вытаскивайте вилку из розетки за шнур.

2. Не касайтесь мокрыми руками электроприборов, которые находятся под напряжением.

3. Не пользуйтесь неисправными электроприборами, выключателями и розетками.

4. Не оставляй электроприборы включёнными без присмотра.