

Правила безпеки життєдіяльності у весняно-літній період

Загальні правила безпеки життєдіяльності

Гуляти й гратися можна в місцях, які призначені для цього.

Небезпечними для ігор можуть бути сходи, підвали, горища, будівельні майданчики, ліфти.

Під час ігор у небезпечних місцях можна одержати травми й каліцтва різного ступеня тяжкості.

Під час ігор не варто демонструвати свою хоробрість одноліткам, стрибаючи з великої висоти, пірнаючи з крутих схилів на велику глибину, здираючись якнайвище на дерева.

Не можна брати до рук незнайомі предмети, кидати їх у вогонь, гратися ними. Найкраще повідомити про місце їхнього знаходження дорослим.

Під час відпочинку на узбережжі слід обов'язково дотримуватися правил поведінки на воді й поблизу неї.

Одяг та взуття для відпочинку слід вибирати згідно із сезоном.

Після контакту зі свійськими тваринами слід добре вмити руки з милом.

Правильно і безпечно знешкодити вибухонебезпечні предмети здатні лише досвідчені фахівці. Ні в якому разі не намагайтеся робити це самі, адже це може призвести до трагічних наслідків.

Завдяки тому, що світить сонечко і суха трава, листя та сухостої здатні дуже легко спалахнути через необачність та недбалість людей. Хочемо нагадати вам, що маленька іскра здатна швидко вирости у неконтрольовану стихію вогню. Така пожежа може знищити доволі великі площі, перекинутись на будівлі, загрожувати здоров'ю та життю людей. Будьте обачними: не грайтеся з вогнем, не розпалюйте вогнища.

Інша небезпека може спіткати Вас під час сильних поривів вітру. Тому хочемо нагадати, що під час сильного вітру, буревію не варто виходити на вулицю. Безпечніше буде у власному помешканні, але необхідно щільно закрити вікна в квартирі. Якщо сталося так, що негода застала Вас на вулиці, пам'ятайте, що небезпечно ховатися під деревами, особливо старими, не ходити під електропроводами, триматися подалі від старих будівель, адже вітер може зірвати частину покрівлі та травмувати перехожих поряд людей.

Причиною пожежі може стати неправильне користування електроприладами: електро-чайниками, електрокип'ятильниками, прасками, телевізорами, комп'ютерами, холодильниками.

Якщо засидівся перед телевізором чи комп'ютером, пам'ятай, що шкодиш не лише своїм очам, але й наражаєш себе на небезпеку через можливість виникнення пожежі. При перегріванні електроприлади можуть самозагорятися. Обов'язково давай перепочивати і своїм очам, і техніці.

Не забувайте перевіряти, чи вимкнули Ви воду та світло.

Коли Ви знаходитесь самі удома пам'ятайте, що розваги мають бути безпечними. Не грайтеся сірниками, дуже небезпечно запалювати їх в приміщеннях, на балконах чи горищах. Ви можете тільки уявити, яке лихо може статися через це.

В разі, якщо виникла пожежа чи інша небезпечна ситуація не панікуйте, відразу зателефонуйте до **Служби порятунку за номером «101»**.

Перебуваючи на вулиці й ставши учасником дорожньо-транспортного руху, слід чітко виконувати правила дорожнього руху:

1. Рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку.
2. За межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїжджої частини, йти назустріч руху транспортних засобів.
3. Переходити проїжджу частину тільки по пішохідних переходах, зокрема, підземних і наземних, а у разі їх відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч.
4. У місцях із регульованими рухами, слід керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора.
5. Виходити на проїжджу частину із-за транспортних засобів, упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби.
6. Чекати на транспортний засіб тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожнього руху.

7. Учні, користуючись транспортним засобом, повинні сидіти або стояти тільки в призначених для цього місцях, тримаючись за поручні або інші пристосування.
8. У разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного або синього кольору, чи спеціальним звуковим сигналом, треба утриматися від переходу проїжджої частини або негайно залишити її.
9. Категорично заборонено вибігати на проїжджу частину, влаштовувати на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом або встановленими місцями.
10. По проїжджій дорозі на велосипеді рухатися можна тільки дітям, які досягли 16-ти років; мопеди й велосипеди мають бути обладнанні звуковим сигналом та світлоповертачами: попереду – білого кольору, по боках – оранжевого, позаду – червоного; на голові у водія має бути захисний шолом; слід чітко дотримуватися правил дорожнього руху.
11. Водіям велосипедів заборонено: керувати транспортом із несправним гальмом і звуковим сигналом, у темну пору доби; рухатися по автомагістралях, коли поряд є велосипедна доріжка; рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках; їздити не тримаючись за кермо та знімати ноги з педалей; перевозити пасажирів; буксирувати інші транспортні засоби.
12. Заборонено виїжджати на проїжджу частину на інших засобах для катання (скейтборд, самокат, ролики тощо), обирати місце для катання слід на дитячих майданчиках.
13. Учні повинні виконувати зазначені правила, а також інші Правила дорожнього руху України, із якими вони ознайомилися на уроках основ здоров'я, виховних годинах.
14. Дітям заборонено перебувати поблизу залізничних колій без супроводу дорослих.

Правила поведінки біля водоймищ

1. Не загоряй надто довго — перегрієшся і отримаєш сонячний удар.
2. Не купайся і не пірнай у воду після тривалого перебування на сонці, тобі може стати погано. Купатися краще вранці або ввечері, коли тепло, але не можна перегрітися.
3. Ніколи не пірнай у незнайомих місцях! Тут може виявитися неглибоко, а інколи на дні лежать гнилі колоди, гостре каміння, об яке можна поранитися, та густі водорості, у яких легко заплутатися.
4. Не грай у тих місцях, звідки легко впасти у воду.
5. Не влаштовуй у воді ігор, пов'язаних із захватами.
6. Не вирушай у плавання на саморобних плотках.
7. Не ходи купатися на водоймища без супроводу дорослих.
8. Не запливай на глибоке на надувних матрацах та кругах.

Правила поведінки на воді

Найбільш приємний і корисний відпочинок — відпочинок на воді. Однак, перебуваючи на водних об'єктах, завжди треба пам'ятати про безпеку.

Першою умовою безпечного відпочинку на воді є вміння плавати. Навчитись плавати потрібно кожному. Людина, яка добре плаває, почуває себе на воді спокійно, упевнено, у випадку необхідності може надати допомогу товаришу, який потрапив в біду.

Навіть той, хто добре плаває, повинен постійно бути обережним, дисциплінованим і суворо дотримуватись правил поведінки на воді.

Знання та виконання правил поведінки на воді є запорукою безпеки життя, а також отримання задоволення від відпочинку. Необхідно звернути особливу увагу на пояснення юнацтву правил поведінки на воді.

Варто пам'ятати, що основними умовами безпеки є:

- правильний вибір та обладнання місць купання;
- навчання дорослих і дітей плаванню;
- суворе дотримання правил поведінки під час купання і катання на плавзасобах;
- постійний контроль за дітьми у воді з боку дорослих.

Загальні правила поведінки на воді:

1. Відпочинок на воді (купання, катання на човнах) повинен бути тільки у спеціально відведених місцевими органами виконавчої влади та обладнаних для цього місцях.
2. Безпечніше відпочивати на воді у світлу частину доби.
3. Купатися дозволяється в спокійну безвітряну погоду при швидкості вітру до 10 м/сек, температурі води — не нижче +18°C, повітря — не нижче +24°C.
4. Під час купання не робіть зайвих рухів, не тримайте свої м'язи у постійному напруженні, не порушуйте ритму дихання, не перевтомлюйте себе, не беріть участі у великих запливах без дозволу лікаря і необхідних тренувань.
5. Після прийняття їжі купатися можна не раніше, ніж через 1,5-2 години.
6. Заходити у воду необхідно повільно, дозволяючи тілу адаптуватися до зміни температури повітря та води.
7. У воді варто знаходитись не більше 15 хвилин.
8. Після купання не рекомендується приймати сонячні ванни, краще відпочити в тіні.
9. Не рекомендується купатися поодинці біля крутих, стрімчастих і зарослих густою рослинністю берегів.
10. Перед тим, як стрибати у воду, переконайтесь в безпеці дна і достатній глибині водоймища.
11. Пірнати можна лише там, де є для цього достатня глибина, прозора вода, рівне дно.
12. Кататися на човні (малому плавзасобі) дозволяється тільки після отримання дозволу та реєстрації у чергового по човновій станції.

Правилами поведінки на воді забороняється:

1. Купатися в місцях, які не визначені місцевими органами виконавчої влади та не обладнані для купання людей.
2. Залазити на попереджувальні знаки, буї, бакени.
3. Стрибати у воду з човнів, катерів, споруджень, не призначених для цього.
4. Пірнати з містків, дамб, причалів, дерев, високих берегів.
5. Використовувати для плавання такі небезпечні засоби, як дошки, колоди, камери від автомобільних шин, надувні матраци та інше знаряддя, не передбачене для плавання.
6. Плавати на плавзасобах біля пляжів та інших місць, які відведені для купання.
7. Купання дітей без супроводу дорослих.
8. Забруднювати воду і берег (кидати пляшки, банки, побутове сміття і т.д.), прати білизну і одяг у місцях, відведених для купання.
9. Підпливати близько до плавзасобів, які йдуть неподалік від місць купання.
10. Допускати у воді грубі ігри, які пов'язані з обмеженням руху рук і ніг.
11. Подавати помилкові сигнали небезпеки.
12. Заходити глибше, ніж до поясу, дітям, які не вміють плавати.

Щоб неждана мить не стала початком великої біди - потрібно давати дітям чіткі знання і вміння, як діяти в тій чи іншій ситуації.

Пам'ятайте, що життя наших дітей залежить тільки від нас самих!