

Правила поведения во время летних каникул

- Соблюдай правила ПДД.
- Соблюдай правила пожарной безопасности и обращения с электроприборами.
- Соблюдай правила поведения в общественных местах.
- Соблюдай правила личной безопасности на улице.
- Соблюдай правила поведения, когда ты один дома.
- Не употребляй лекарственные препараты без назначения врача, наркотики, спиртные напитки, не кури и не нюхай токсические вещества.
- Во время игр соблюдать правила игры, быть вежливым.
- Не разговаривать с посторонними (незнакомыми) людьми. Не реагировать на знаки внимания и приказы незнакомца. Никуда не ходить с посторонними.
- Не играть в тёмных местах, на свалках, стройплощадках, пустырях и в заброшенных зданиях, рядом с железной дорогой и автомагистралью.
- Всегда сообщать родителям, куда идёшь гулять.
- Без сопровождения взрослых и разрешения родителей не ходить к водоемам (рекам, озерам, водохранилищам) и в лес, не уезжать в другой населенный пункт.
- Одеваться в соответствии с погодой.
- Не дразнить и не гладить беспризорных собак и других животных.
- Находясь дома, быть внимательным при обращении с острыми, режущими, колющими предметами и электронагревательными приборами; не играть со спичками, зажигалками и т.п.
- Находясь на улице, надеть головной убор во избежание солнечного удара. При повышенном температурном режиме стараться находиться в помещении или в тени, чтобы не получить тепловой удар.
- При использовании скутеров, велосипедов соблюдай правила дорожного движения.

Соблюдай правила безопасности поведения на дорогах и на улице

- Переходите улицу только в специально отведенных местах: по пешеходному переходу или на зеленый сигнал светофора;
- Если нет оборудованного пешеходного перехода дорогу следует переходить под прямым углом предварительно убедившись в отсутствии транспорта с левой и правой стороны.
- Если нет пешеходного тротуара, идите по обочине дороги навстречу движению транспорта, так вы сможете видеть приближающиеся машины;
- Кататься на велосипеде можно только во дворах и парках. В ПДД четко сказано, что управление велосипедом на проезжей части разрешается с 14 лет.
- Находясь на ж/д путях и при переходе через железнодорожные пути, будьте особо внимательны, осмотритесь, не идут ли поезда по соседним путям.
- Играть на проезжей части строго запрещено
- При движении вдоль проезжей дороги в вечернее время и при плохой видимости необходимо сделать себя заметным. Носите светлую одежду оборудованную светоотражателями, либо включите фонарик, телефон.



МАУ г. Нижневартовска
«СШОР «Самотлор»
Телефон – 8 (3466)41-49-49
Адрес сайта – СШОР-САМОТЛОР.РФ

Информация для несовершеннолетних

Личная безопасность в летний период

2022

Соблюдай правила личной безопасности на улице

- Планируйте безопасный маршрут до места назначения и используйте его.
- Выбирайте хорошо освещенные улицы и избегайте прохождения мимо пустынных участков земли, аллей и строительных площадок. Идите длинным путем, если он безопасный;
- Не щеголяйте дорогими украшениями или одеждой, сотовыми телефонами, крепче держите сумки;
- не забывайте сообщать родителям с кем и куда вы пошли, когда вернетесь, если задерживаетесь, то позвоните и предупредите.
- Если на улице кто-то подозрительный идет и бежит за тобой, а до дома далеко, беги в ближайшее людное место: к магазину, автобусной остановке.
- Если незнакомые взрослые пытаются увести тебя силой, сопротивляйся, кричи, зови на помощь: "Помогите! Меня уводит незнакомый человек!"
- Не соглашайся ни на какие предложения незнакомых взрослых.
- Никуда не ходи с незнакомыми взрослыми и не садись с ними в машину.
- Никогда не хвастайся тем, что у тебя есть дома.
 - Не приглашай домой незнакомых ребят, если дома нет никого из взрослых.
- Не играй на улице с наступлением темноты.

Соблюдай правила поведения, когда ты один дома

- Не пользуйся электроприборами, не играй с острыми, колющими и режущими, легковоспламеняющимися и взрывоопасными предметами, огнестрельным и холодным оружием, боеприпасами.
- Не употребляй лекарственные препараты без назначения врача.
- Открывать дверь можно только хорошо знакомому человеку.
- Не оставляй ключ от квартиры в "надежном месте".

- Не вешай ключ на шнурке себе на шею.
- Если ты потерял ключ - немедленно сообщи об этом родителям.
- Будь осторожным при контакте с электрическими приборами, соблюдать технику безопасности при включении и выключении телевизора, электрического утюга, чайника и т. д. Выключая электроприбор, не вытаскивай вилку из розетки за шнур.
- Не касайся мокрыми руками электроприборов, которые находятся под напряжением.
- Не пользуйся неисправными электроприборами, розетками.
- Не играй спичками и зажигалками: игры с огнем могут привести к пожару.
- Не оставляй включенными без присмотра электроприборы и газовые плиты: это тоже может вызвать пожар.
- Уходя на прогулку проверьте закрыты ли вода, газ, свет.

Соблюдай правила поведения на водоёмах

- Не ходи к водоему один, без взрослых.
- Никогда не купайся в незнакомом месте.
- Купаться можно только в отведённых специально для этого местах.
- Начинать купаться следует при температуре воздуха + 20-25*, воды + 17- 19*С.
Входить в воду надо осторожно, давая организму привыкнуть на неглубоком месте остановиться и окунуться с головой. В воде можно находиться 10-15 минут. Ни в коем случае не доводить себя до озноба. От переохлаждения в воде появляются опасные для жизни судороги, сводит руки и ноги. В таком случае нужно плыть на спине.
- Не заходи в воду при сильных волнах.
- Попав в сильное течение, не надо плыть против него, иначе можно легко выбиться из сил. Лучше плыть по течению, постепенно приближаясь к берегу.
- Никогда не следует подплывать к водоворотам - это самая большая опасность на воде. Попав в водоворот, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и сделайте сильный рывок в сторону по течению, всплывайте на поверхность.

- Опасно подплывать к идущим парходам, катерам, вблизи которых возникают различные водовороты, волны и течения.
- Не ныряй в воду с плотов, пристани и других плавучих сооружений, особенно в местах неизвестной глубины, так как можно удариться головой о песок, глину, сломать себе шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.
- При катании на лодке, не садись на ее борта, пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки на другую, вставать во время движения.
- Если не умеете плавать, необходимо иметь спасательные средства.
- Во время игр в воде будь осторожен и внимателен.
- Не зови без надобности на помощь криками Тону!"

При посещении леса необходимо соблюдать следующие правила

- Не ходи в лес один, а тем более в дождливую или пасмурную погоду;
- Надевать резиновую обувь, брюки или спортивные штаны, заправив их в сапоги, от укусов змей и насекомых;
- Надевать головной убор, закрывать шею и руки, от попадания клещей;
- Пробираться через кусты и заросли осторожно, плавно раздвигая ветки и плавно опуская их;
- Не разжигай костры, во избежание пожара, и не мусори.
- Помни, что лесные пожары являются чрезвычайно опасными.