

## **Методические рекомендации родителям (законным представителям) по вопросу «Безопасности детей в период летних каникул»**

Уважаемые родители!

Мы хотим предупредить несчастные случаи и повысить у родителей чувство ответственности за детей в период летних каникул, когда у детей появляется много свободного времени, они чаще находятся на улице и остаются дома без присмотра взрослых. По статистике в этот период учащаются случаи детского травматизма.

С началом летних каникул у ваших детей увеличивается количество свободного времени, которое они часто проводят без должного контроля со стороны взрослых, что может привести к угрозе жизни и здоровья детей, совершению правонарушений.

Чтобы дети хорошо отдохнули, поправили здоровье, не совершили противоправных действий, родителям (законным представителям) **рекомендуется:**

- провести с детьми индивидуальные беседы, объяснив важные правила, соблюдение которых поможет сохранить жизнь;
- решить проблему свободного времени ребенка. Помните, что в ночное время (с 23.00 до 06.00 часов в летнее время) детям до 16 лет законодательно запрещено появляться на улице без сопровождения взрослых;
- постоянно быть в курсе, где и с кем ваш ребенок, контролируйте место его пребывания;
- убедить детей, что вне зависимости от того, что произошло, вы должны знать о происшествии. Объяснить детям, что некоторые факты никогда нельзя скрывать, даже если они обещали хранить их в секрете;
- объяснить, что нужно купаться только в отведенных для купания местах;
- изучить с детьми правила дорожного движения, езды на велосипедах, скутерах, мопедах, мотоциклах. Не забывать, что детям, не достигшим 14 лет, запрещено управлять велосипедом на автомагистралях и приравненных к ним дорогам, а детям, не достигшим 16 лет, скутером (мопедом);
- обратить внимание на возможные случаи возникновения пожаров из-за неосторожного обращения с огнем: детская шалость; непотушенные костры; не затушенные окурки, поджог травы;
- регулярно напоминать детям о правилах поведения. Сохранение жизни и здоровья детей - главная обязанность взрослых.

Сделайте все, чтобы каникулы Ваших детей прошли благополучно, отдых не был омрачен!

### **ПОМНИТЕ!**

Ответственность за жизнь и безопасность детей во время летних каникул несут родители и законные представители.

Во избежание несчастных случаев мы должны принять все необходимые усилия, чтобы сохранить жизнь и здоровье наших детей.

Очень распространен детский бытовой травматизм, причиной которого в большинстве случаев становится невнимательность родителей. Оставляя ребенка одного дома, нужно учить его самостоятельно определять степень опасности. Расскажите детям, что спичками и утюгом можно обжечься, ножом – порезаться, а кипятком – ошпариться. Очень важно для взрослых – самим правильно вести себя во всех ситуациях, демонстрируя детям безопасный образ жизни.

Обязательно расскажите ребенку о телефонах экстренных служб, позвонив по которым он, попав в сложную ситуацию, будет сориентирован специалистом службы спасения о дальнейших правильных действиях.

## **Запомните!**

**Телефоны службы спасения «01»,**

**с сотового – «112» или «101»**

Несовершеннолетние, не достигшие 16-летнего возраста, не могут находиться в общественных местах без сопровождения взрослых с 23.00 до 6.00 часов. В противном случае подросток будет доставлен в отдел полиции, откуда родители смогут забрать его под расписку, при этом они будут привлечены к административной ответственности. На родителей может быть наложен штраф. В качестве профилактической меры, подростка, систематически появляющегося в ночное время без присмотра родителей, поставят на контроль сотрудников ПДН.

Все эти меры предусмотрены для того, чтобы обезопасить детей.

Не все родители относятся к «комендантскому часу» с понимаем, начинают уверять, что ничего плохого с ребенком не случится. Однако статистика свидетельствует об обратном. Кражи денег, мобильных телефонов, нанесение побоев, ДТП, отравление алкоголем – это лишь часть из того перечня, что может случиться с ребенком в ночное время суток, оставшегося на улице. Дети входят в особую зону риска, не способных постоять за себя.

Лето – время повышенного риска для детей. В каникулы они надолго остаются без присмотра взрослых. А вокруг – агрессивная и опасная среда. Призываем вас со всей ответственностью отнестись к организации досуга детей.

Незанятый ребенок – это опасно. Дети тонут в водоемах. Выпадают из окон. Гибнут на автомобильных и железных дорогах. Плюс – бесконтрольный доступ детей в сеть «Интернет» и соцсети, где очень много небезопасной информации для детей. В каждой семье необходимо установить защиту на компьютеры и ограничить допуск детей к некоторым ресурсам.

Именно родители должны планировать, чем занять ребенка летом. Бесконтрольность детей во время каникул и безответственное отношение родителей к своим обязанностям приводят и к жертвам на дорогах. Призываем родителей не покупать детям мопеды и скутеры до тех пор, пока у них не будет навыков вождения и водительского удостоверения, без которого выезд на проезжую часть запрещен.

### **Семь советов родителям!**

Совет первый

Заранее продумайте, как будут организованы каникулы.

Совет второй

Прогулки, игры и спортивные занятия на свежем воздухе – вот лучший отдых. Пребывание на свежем воздухе как можно дольше от проезжих дорог, транспорта, предприятий.

Совет третий – постарайтесь сделать все от вас зависящее, чтобы уберечь ребенка от различных травм.

Помните, что в каникулы увеличивается риск не только уличного, но и бытового травматизма. Поговорите с ребенком об этом.

Совет четвертый

Необходимо соблюдать режим дня. Чем младше по возрасту ребенок, тем больше времени требуется его мозгу и всему организму, чтобы полностью восстановить работоспособность.

Помните, что продолжительность непрерывного занятия за компьютером для детей в возрасте с 7 до 12 лет составляет 20 минут, а старше – не более 30 минут.

#### 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, совместного посещения музея, кинотеатра, бассейна и т.д.

# Правила безопасного поведения на летних каникулах для детей:

1. Необходимо быть осторожным, внимательным на улице, при переходе дороги; соблюдать правила дорожного движения;
2. Соблюдать правила техники безопасности при прогулках в лесу, на реке:
  - Запрещается разжигать костры на территории села и территории лесного массива;
  - Купаться только в отведённых специально для этого местах и в теплое время.
  - Не употреблять в пищу незнакомы грибы и ягоды.
3. Необходимо заботиться о своем здоровье; соблюдать временные рамки при загаре, купании.
4. 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.
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. Запрещается посещать тракторные бригады, гаражи, фермы без сопровождения взрослых;
9. Быть осторожным в обращении с домашними животными;
10. Запрещается находиться на улице без сопровождения взрослых после 23.00 часов.
11. Необходимо вести активный отдых соответствующий нормам ЗОЖ.

## **Во время прогулки соблюдайте следующие требования безопасности:**

1. 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.
2. Не щеголяйте дорогими украшениями или одеждой, сотовыми телефонами, крепче держите сумки.
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 освещенный район. Быстро дойдите или добегите до какого -нибудь дома или магазина, чтобы вызвать милицию. Если вы напуганы, кричите о помощи.
5. Никогда не путешествуйте, пользуясь попутными автомобилями, отходите дальше от остановившегося около вас транспорта.
6. Не забывайте сообщать родителям с кем и куда Вы пошли, когда вернетесь, если задерживаетесь, то позвоните и предупредите.
7. Если незнакомые взрослые пытаются увести тебя силой, сопротивляйся, кричи, зови на помощь: «Помогите! Меня уводит незнакомый человек!»
8. Не соглашайся ни на какие предложения незнакомых взрослых.
9. Никуда не ходи с незнакомыми взрослыми и не садись с ними в машину.
10. Никогда не хвастайся тем, что у твоих взрослых много денег.
11. Не приглашай домой незнакомых ребят, если дома нет никого из взрослых.
12. Не играй с наступлением темноты.
13. Всегда соблюдайте правила поведения на дорогах.

## **При пользовании велосипедом:**

1. Пользуйтесь велосипедом, подходящем вашему росту.
  2. Не перевозите предметы, мешающие управлять велосипедом.
  3. Нельзя ездить на велосипеде вдвоем, с неисправным тормозом.
  4. Не отпускайте руль из рук.
  5. Нельзя ехать с близко идущим транспортом, цепляться за проходящий транспорт.
- При пользовании железнодорожным транспортом будьте бдительны и соблюдайте правила личной безопасности.

**Находясь на путях и при переходе через железнодорожные пути, будьте особо внимательны, осмотритесь, не идут ли поезда по соседним путям.**

### Запрещается:

1. Пролезать под железнодорожным подвижным составом.
2. Перелезать через автосцепные устройства между вагонами.
3. Бежать по пассажирской платформе рядом с прибывающим или отправляющимся поездом.
4. Устраивать различные подвижные игры.
5. Осуществлять посадку и (или) высадку во время движения.
6. Цепляться за проходящий транспорт, ездить на подножках.

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

1. Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам.
2. При движении в темное время суток пешеходам необходимо иметь при себе предметы со световозвращающими элементами.
3. Пешеходы должны пересекать проезжую часть 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. Продолжать переход, можно лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учетом сигнала светофора (регулировщика).
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.

### **О мерах предосторожности на воде:**

1. Для купания лучше выбирать места, где чистая вода, ровное песчаное дно, небольшая глубина, нет сильного течения и водоворотов, нет проезжающего по воде моторного транспорта.
2. Начинать купаться следует при температуре воздуха + 20 -25\*, воды + 17-19\*С. Входить в воду надо осторожно, на неглубоком месте остановиться и окунуться с головой.
3. В воде можно находиться 10-15 минут. Ни в коем случае не доводить себя до озноба, это вредно для здоровья. 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.
4. 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 нее. Не заходить 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.
5. Не ходить к водоему одному. Сидя на берегу закрывать голову от перегрева и солнечных ударов.
6. Никогда не следует подплывать к водоворотам это самая большая опасность на воде. Она затягивает купающегося на большую глубину и с такой силой, что даже опытный пловец не всегда в состоянии выплыть. Попав в водоворот, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и сделайте сильный рывок в сторону по течению, всплывайте на поверхность. Запутавшись в водорослях, не делайте резких движений и рывков, иначе петли растений еще туже затянутся. Лучше лечь на спину и постараться мягкими, с покойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыли. Если и это не поможет, то нужно, подтянув ноги, осторожно освободиться от растений руками.
7. Еще более 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.

Необходимо помнить, что соблюдение мер предосторожности главное условие безопасности на воде.

### **При посещении леса необходимо соблюдать следующие правила:**

1. Не ходить в лес одному.
2. Пользоваться компасом, не ходить 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 шею и руки, от попадания клещей.
5. Пробираться через кусты и заросли осторожно, плавно раздвигая ветки и плавно опуская их.
6. Не курить и не разжигать костры, во избежание пожара, и не мусорить, пустые бутылки и осколки могут привести к возникновению пожара.

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

#### **Соблюдай 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 собаке и улыбаться. В переводе с "собачьего" это значит "показывать зубы", или говорить, что вы сильнее.
3. Нельзя показывать свой страх и волнение. Собака может почувствовать это и повести себя агрессивно.
4. Нельзя убегать от собаки. Этим вы приглашаете собаку поохотиться за убегающей дичью.
5. Не кормите чужих собак и не трогайте собаку во время еды или сна.
6. Избегайте приближаться к большим собакам охранных пород. Некоторые из них выучены бросаться на людей, приближающихся на определённое расстояние.
7. Не делайте резких движений, обращаясь с собакой или хозяином собаки. Она может подумать, что вы ему угрожаете.
8. Не трогайте щенков, если рядом их мать и не отбирайте то, с чем собака играет.
9. Если в узком месте (например, в подъезде) собака идёт вам навстречу на поводке, лучше остановиться и пропустить её хозяина.
10. Животные могут распространять такие болезни, как бешенство, лишай, чума, тиф и др.

#### **Правила безопасного поведения при работе с электроприборами:**

1. Выключая электроприбор, не вытаскивай вилку из розетки за шнур.
2. Не касайся мокрыми руками электроприборов, которые находятся под напряжением.
3. Не пользуйся неисправными электроприборами, розетками.
4. Не играй спичками и зажигалками: игры с огнем могут привести к пожару.
5. Не оставляй включенными без присмотра электроприборы и газовые плиты: это тоже может вызвать пожар.

#### **Будьте предельно осторожны с огнем. Обратите внимание детей на наиболее распространенные случаи пожаров из-за неосторожного обращения с огнем:**

детская шалость с огнем;

непотушенные угли, шлак, зола, костры;

не затушенные окурки, спички;

сжигание мусора владельцами дач и садовых участков на опушках леса;

поджог травы, короткое замыкание, эксплуатация электротехнических устройств, бытовых приборов, печей.

#### **Открытое окно - опасность для ребенка! Сетка не защитит ребенка!**

Каждый год от падений с высоты гибнет огромное количество детей. Будьте бдительны! Никогда не держите окна открытыми, если дома ребенок! Многие родители разрешают своим детям играть на подоконниках – этого не нужно делать, чтобы ребенок не привыкал к тому, что окно и подоконник – это место для его игр и развлечений.

#### **Опасности, связанные с путешествием на личном транспорте:**

-Открытые окна;

- Незаблокированные двери;

- Остановки в незнакомых местах

- Сажайте детей на самые безопасные места (середины или правую часть заднего сиденья). Пристёгивайте ребёнка ремнями безопасности.

- Не разрешайте ребёнку стоять между сиденьями, высовываться из окна, выставлять руки, снимать блок с двери, трогать ручки во время движения.

- Выходить из машины ребёнку можно только после взрослого.

### **Опасности, связанные с катанием на роликах и велосипеде:**

- Крутой склон дороги;

- Неровности на дороге;

- Проезжающий транспорт.

- Не разрешайте ребёнку выходить на улицу с велосипедом, самокатом или роликами без сопровождения взрослых.

- Научите его останавливаться у опасных мест- выездов машин из дворов, с автостоянок и др.

- Разрешайте кататься только по тротуарам с ровной поверхностью.

- Если ребёнок ещё плохо управляет велосипедом и часто падает, снабдите его индивидуальными средствами защиты – наколенниками, налокотниками, шлемом.