*Скоро лето, всем известно,  
Но запомнить всем полезно правил несколько, друзья,  
А точней, что делать можно, а чего совсем нельзя.  
Как вести себя в природе, у воды и во дворе-  
Наши правила простые всё расскажут детворе.*

**Во время прогулки по городу и другим населенным пунктам соблюдайте следующие требования безопасности:**

* Планируйте безопасный маршрут до места назначения и используйте его. на прогулке
* Выбирайте хорошо освещенные улицы и избегайте прохождения мимо пустынных участков земли, аллей и строительных площадок. Идите длинным путем, если он безопасный.
* Знайте свой район: узнайте какие магазины, кафе, рестораны и другие учреждения открыты до позднего времени и где находится милиция, опорный пункт правопорядка, комната приема участкового инспектора, пост охраны и т.д.
* Идите навстречу движению транспорта, если нет пешеходного тротуара, так вы сможете видеть приближающиеся машины.
* 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.
* Не забывайте сообщать родителям с кем и куда Вы пошли, когда вернетесь, если задерживаетесь, то позвоните и предупредите.
* 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 твоих взрослых много денег.
* Не приглашай домой незнакомых ребят, если дома нет никого из взрослых.
* Не играй с наступлением темноты.
* Всегда соблюдайте правила поведения на дорогах.

**При пользовании велосипедом**

При езде на велосипеде по дорогам и улице с автомобильным движением необходимо соблюдать следующие правила: прогулка на велосипеде

* Пользуйтесь велосипедом, подходящим вашему росту.
* Не перевозите предметы, мешающие управлять велосипедом.
* Нельзя ездить на велосипеде вдвоем, без звонка и с неисправным тормозом.
* Не отпускайте руль из рук.
* Не делайте на дороге левый поворот.
* 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:*

* Цепляться за проходящий транспорт, ездить на подножках.
* Выходить из транспорта на ходу.

**ДЕТЯМ ПАМЯТКА ПО БЕЗОПАСНОСТИ В ДОМЕ**  
Опасность первая. Острые, колющие и режущие предметы.  
Правило 1. Все острые, колющие и режущие предметы обязательно надо класть на свои места. Порядок в доме не только для красоты, но и для безопасности.  
Опасность вторая. Электрические приборы. Они могут ударить током или стать причиной пожара.  
Правило 1. Уходя из дома и даже из комнаты, обязательно выключай телевизор, магнитофон, утюг и другие электроприборы.  
Правило 2. Никогда не тяни за электрический провод руками.  
Правило 3. Ни в коем случае не подходи к оголённым проводам и не дотрагивайся до них.  
Опасность третья. Лекарства и бытовая химия.  
Правило 1. Ни в коем случае не пробуй никакие лекарства. Во-первых, это невкусно, а во-вторых, неправильно принятое лекарство может оказаться ядом.  
Правило 2. Что такое бытовая химия? Это стиральные порошки, средства для мытья посуды, средства от тараканов и многое другое. Дети, конечно не тараканы, но яд от тараканов действует и на людей. Поэтому ни в коем случае не открывай никаких упаковок с бытовой химией.  
Опасность четвёртая (невидимая и неслышимая). ГАЗ. Может быть очень опасен. Во-первых, скопившись на кухне, газ может взорваться. Во-вторых, им можно отравиться. Поэтому, почувствовав запах газа, соблюдай следующие правила:  
Правило 1. Срочно скажи об этом взрослым.  
Правило 2. Надо сразу же открыть окна и проветрить квартиру.  
Правило 3. Проверь, закрыты ли краны на плите.  
Правило 4. Немедленно позвони по телефону 04.  
Правило 5. Ни в коем случае не включай свет и не зажигай спички.

**Тел. пожарной охраны – «101»**

**Правила поведения на водоемах**

Необходимо знать и соблюдать правила безопасного поведения на воде. Это позволит избежать несчастных случаев.

1. Если вы не научились плавать, то все упражнения в воде выполняйте около берега.
2. Никогда не купайтесь в одиночку.
3. Если вы решили совершить дальний заплыв, кто-нибудь должен сопровождать вас на лодке со спасательными средствами.
4. Не ныряйте и не прыгайте в воду в незнакомых местах.
5. Не устраивайте в воде игры, связанные с захватами.
6. Если вы не умеете плавать, нельзя далеко заплывать на надувных матрасах или камерах.
7. Не подплывайте к моторным, парусным судам, весельным лодкам, баржам и другим плавательным средствам, это опасно.
8. Не толкайте товарищей с берега, вышек, трамплинов в воду.
9. Не теряйте самообладания в критической ситуации, не стесняйтесь звать на помощь.

Часто летним тёплым днём, оказавшись в воде, люди теряют чувство меры и оказываются в самых неожиданных ситуациях. Так, при длительном пребывании в холодной воде, сильном утомлении или выполнении резких движений **могут появиться в ногах судороги. Что делать?**

1.Необходимо сразу же перестать работать этой ногой.

2. Если есть возможность, стать на дно и растереть сведённую мышцу.

3. Либо на секунду погрузиться с головой в воду и, распрямив ногу, сильно рукой потянуть на себя ступню за большой палец.

4.Можно также плыть, работая только руками, расслабив сведённую ногу.

Иногда случается и такое: увлёкся, заплыл далеко и **чувствуешь, что нет сил возвратиться обратно. Что делать?**

1. Не теряйтесь, сохраняйте спокойствие и верьте в свои силы.
2. Повернитесь на спину, полежите спокойно, отдохните, восстановите ровное дыхание, а затем, избегая энергичных и порывистых движений, плывите к берегу.

**Что делать? Как помочь человеку, который тонет?**

1. Достаточно бросить ему спасательный круг, доску из пенопласта или другие предметы, за которые он может держаться, пока к нему не подплывёт кто-либо.
2. Если спасательных средств нет, то тонущему необходимо оказать помощь вплавь: подплывать к тонущему надо осторожно, лучше сзади, чтобы он не схватил вас за шею и не потянул с собой на дно. Брать утопающего безопаснее всего сзади под мышки или за затылок, около ушей, и, поддерживая его лицо над водой, плыть на спине к берегу.

**Помните, что любой водоём – зона повышенной опасности. И прежде чем сделать первый шаг в воду, вспомните (и выполняйте) общие правила купания в водоёмах.**