Советы по безопасному летнему отдыху.

Правила безопасного купания

Что за летний отдых без купания? Особенно когда солнышко припекает, прохладная вода речки или озера так и манит окунуться. Но будьте осторожны у воды.

Купание полезно только здоровым людям, поэтому проконсультируйтесь с врачом, можно ли вам купаться. Лучшее время суток для купания - 8-10 часов утра и 17-19 часов вечера. Не следует купаться раньше чем через час-полтора после приема пищи. Перед купанием следует отдохнуть и не рекомендуется входить в воду разгоряченным.

Взрослые должны ознакомить детей с правилами безопасности на водных объектах. Умение хорошо плавать - одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде.

Собираясь купаться, особенно если среди вас маленькие дети, не поленитесь лишний раз проверить состояние дна. Это обережет вас от многих неприятностей.

Если вы не умеете плавать - не следует чрезмерно доверять себя надувным матрасам. Во-первых, в самый неподходящий момент они могут лопнуть. Во-вторых, течением и ветром вас может отнести далеко от берега.

Правила безопасного поведения на воде

На пляжах и в местах массового отдыха запрещается:

• Купаться в местах, не отведенных для купания;

• Подплывать к судам, лодкам и иным плавучим средствам;

• Прыгать с не приспособленных для этих целей сооружений в воду;

• Распивать спиртные напитки, купаться в состоянии алкогольного опьянения;

• Приводить на пляж, купать собак и других животных;

• Плавать на досках, бревнах и других, не приспособленных для этого предметах;

• Ловить рыбу на пляжах;

• Загрязнять и засорять территорию пляжа;

• Прыгать в лодку и нырять с лодки;

• Долго купаться в холодной воде;

• Купаться в местах, где выставлены щиты с предупреждающими и запрещающими знаками и надписями;

• Заплывать за буйки, обозначающие границы плавания;

• Стирать белье, как на территории пляжа, так и выше по течению до 500 м.;

• Допускать шалости в воде, связанные с ныряниям и захватом купающихся;

• Подавать крики ложной тревоги.

Правила купания детей в открытых водоёмах

Купание детей в открытых водоёмах – в море, реке или озере благоприятно сказывается на их самочувствии и настроении. Но чтобы получить желаемый результат, необходимо соблюдать некоторые правила.

1. Первое купание ребёнка можно проводить, когда ему исполнится 2 года.

2.Начинать купаться нужно при температуре воздуха не менее 25 С и температуре воды не меньше 22 С.

3. Входить в воду с ребёнком нужно постепенно, приучая тело к новому ощущению.

4. Находиться в воде в первое время желательно не более 2 – 3 минут.

5. Легковозбудимым и не слишком упитанным детям нежелательно купаться более 5 – 10 минут.

6. При появлении озноба следует немедленно выйти из воды.

7. Нельзя окунать ребёнка с головой в воду, если он ещё не привык купаться.

8. Нельзя купаться натощак, после приёма пищи должно пройти не менее часа.

9. После купания важно тщательно вытереться насухо и отдохнуть в тени.

10. Перерыв между купаниями должен быть не менее 3 – 4 часов.

Купание в открытом водоёме – это прекрасная оздоровительная и закаливающая процедура. При правильном подходе ребёнок укрепляет организм и получает массу положительных эмоций.

Безопасность детей на воде обеспечивается выбором и оборудованием места купания, систематической разъяснительной работой с детьми о правилах поведения на воде и соблюдением мер предосторожности.

• Если вы идете купаться группой, то количество детей должно быть не более 10 человек, и продолжительность купания - 10 минут.

• Купание детей, не умеющих плавать, проводится отдельно от детей, умеющих плавать.

• Перед началом купания проводится подготовка пляжа.

• По окончании подготовки пляжа, дети группами выводятся на свои участки купания и проходят инструктаж по правилам поведения на воде.

• Купание детей должно вестись под непрерывным наблюдением родителей или плаврука, физрука, вожатых, медицинских работников.

• Детям запрещается нырять с перил, мостиков, заплывать за границу плавания.

• Умейте отличить на берегу и в воде своих детей от чужих.

• Не позволяйте детям заплывать на большую глубину.

Безопасное купание детей

Вблизи открытой воды не оставляйте без присмотра малолетних детей и даже на мелководье будьте с ними рядом. Если ваш ребёнок учится плавать, помните, что это возможно только под вашим контролем.

И самое главное:

• Не допускайте грубых игр на воде: нельзя подныривать под плывущего человека, «топить» его, подавать ложные сигналы о помощи и т.п.;

• Купание детей должно проходить под присмотром взрослых, которые сами хорошо умеют плавать;

• Купаться следует только в специально оборудованных местах;

• Не умеющим плавать можно купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1,2 метра;

• На природе за городом место для купания нужно выбирать там, где чистая вода, ровное дно и нет сильного течения.

Пожары в лесах и на торфяниках

Массовые пожары в лесах и на торфяниках могут возникать в жаркую и засушливую погоду от ударов молний, неосторожного обращения с огнем, очистки поверхности земли выжигом сухой травы и других причин.

Наиболее часто в лесных массивах возникают низовые пожары, при которых выгорают лесная подстилка, подрост и подлесок, травянисто-кустарничковый покров, валежник, корневища деревьев и т.п. В засушливый период при ветре могут возникать верховые пожары, при которых огонь распространяется также и по кронам деревьев, преимущественно хвойных пород. Скорость распространения низового пожара от 0,1 до 3 метров в минуту, а верхового – до 100 м в минуту по направлению ветра. При горении торфа и корней растений могут возникать подземные пожары, распространяющиеся в разные стороны. Торф может самовозгораться и гореть без доступа воздуха и даже под водой.

Если вы оказались вблизи лесного пожара

Если вы оказались вблизи очага пожара в лесу или на торфянике, немедленно предупредите всех находящихся поблизости людей о необходимости выхода из опасной зоны. Организуйте их выход на дорогу или просеку, широкую поляну, к берегу реки или водоема, в поле;

Выходите из опасной зоны быстро, перпендикулярно к направлению движения огня. Идите, пригибаясь к земле. Если невозможно уйти от пожара, войдите в водоем или накройтесь мокрой одеждой;

Выйдя на открытое пространство или поляну дышите воздухом возле земли – там он менее задымлен, рот и нос при этом прикройте ватно-марлевой повязкой;

Помните, что особую опасность для жизни и здоровья людей на пожарах представляет воздействие на их организм дымовых газов, содержащих токсичные продукты горения и разложения веществ и материалов;

Примите участие в организации тушения пожаров: пламя небольших низовых пожаров можно сбивать, захлестывая его ветками лиственных пород, заливая водой, забрасывая влажным грунтом, затаптывая ногами; торфяные пожары тушат перекапыванием горящего торфа с поливкой водой;

Потушив пожар, не уходите, не убедившись, что огонь не разгорится;

После выхода из зоны пожара сообщите о месте, размерах и характере пожара в администрацию населенного пункта, лесничество или противопожарную службу;

При тушении пожара действуйте осмотрительно, не уходите далеко от дорог и просек, не теряйте из виду других участников, поддерживайте с ними зрительную и звуковую связь.

В пожароопасный сезон в лесу запрещается:

- Разводить костры и пользоваться открытым огнем, выжигать траву под деревьями, на полянах, просеках, лугах;
- Выжигать траву на участках, непосредственно примыкающих к лесу без постоянного наблюдения;
- Бросать горящие спички, окурки, стеклянные бутылки, банки и др.;
- Использовать автомобили с неисправной топливной системой;
- Сжигать мусор на не отведённых для этого местах;
- Оставлять промасленный или пропитанный топливом материал.

При обнаружении лесных пожаров необходимо немедленно уведомить о них органы местного самоуправления и принять меры по тушению лесного пожара своими силами до прибытия сил пожаротушения.

Предупредительные мероприятия

Для защиты населения и снижения ущерба при массовых пожарах заблаговременно проводятся мероприятия прокладыванию и расчистке просек и грунтовых полос шириной 5-10 метров в сплошных лесах и до 50 м в хвойных лесах. В населенных пунктах устраиваются пруды и водоемы, емкость которых принимается из расчета не менее 30 кубических метров на 1 гектар площади.

При пожарах в лесах и на торфяниках в населенных пунктах организуется дежурство противопожарных звеньев для наблюдения за пожарной обстановкой в лесах, вблизи населенных пунктов; восстанавливаются колодцы и пруды; изготавливаются ватно-марлевые повязки, респираторы и другие средства защиты органов дыхания; ограничивается режим посещения лесов в засушливый период лета, особенно на автомобилях.

Находясь в лесу - соблюдайте требования пожарной безопасности!

Безопасность на улицах города

- Выбирай не самый короткий, а самый безопасный маршрут до дома, школы;

- Если рядом притормозила машина, немедленно отойди от нее в сторону. Что бы ни говорил водитель, нужно держаться от машины на расстоянии, ни в коем случае не садись в нее;
- На безлюдной улице, проходя мимо незнакомых людей, соблюдай безопасную дистанцию (не менее 2 метров);
- Если неизвестные люди пытаются с тобой познакомиться, дарят подарки, приглашают в гости, немедленно уходи, затем расскажи об этом родителям;
- Никогда не ходи в подвалы и на чердаки домов – там очень опасно;
- Не заходи в лифт с незнакомыми людьми, не поднимайся в одиночку по темным опасным лестницам, ни под каким видом не заходи в чужие квартиры;
- Проходя мимо домов, не приближайся близко к стенам и не ходи под балконами – есть вероятность падения различных предметов, находящихся на балконах.

Пешеходные переходы

В течение дня каждому городскому жителю приходится по нескольку раз переходить дорогу. Как правильно переходить дорогу?

Чаще всего для перехода используют специальные участки – «пешеходные переходы». Чтобы их было легче отыскать, используют специальные дорожные знаки и дорожную разметку. Дорожный знак, обозначающий нерегулируемый пешеходный переход, узнать легко – на нем изображен пешеход, переходящий дорогу. Кроме того, в месте перехода через дорогу на проезжую часть наносят специальную дорожную разметку. Она имеет вид широких белых полос, проведенных через равные промежутки, и известна под названием «зебра».

Пешеходы должны пересекать проезжую часть только по пешеходным переходам!

Общественный транспорт

- При ожидании общественного транспорта стойте только на посадочных площадках, а при их отсутствии – на тротуаре или обочине;
- Не играйте на остановке, не бегайте и не толкайтесь;
- Ни в коем случае не выходите на дорогу, чтобы посмотреть – не идет ли троллейбус или автобус;
- Для посадки в общественный транспорт подходите к двери транспортного средства только после полной его остановки;
- Входить в любой вид транспорта и выходить из него можно только тогда, когда он стоит;
- Не садитесь в общественный транспорт в последний момент при его отправлении – вас может прижать дверями;
- Водитель следит за посадкой и высадкой пассажиров с помощью наружных зеркал. Садись в автобус спокойно, без спешки и суеты;
- При поездке в общественном транспорте крепко держитесь за поручни, чтобы при торможении не получить травму от удара;
- Если есть свободное место, стоит сразу занять его, чтобы не мешать проходить другим пассажирам;

- Ни в коем случае не высовывайся в окно автобуса, и не выставляй в них какие – либо предметы;
- К выходу лучше готовится заранее. Подойди ближе к двери, но не спускайся на ступеньки;
- Если после выхода из автобуса вам надо перейти на другую сторону улицы, обязательно дойди до пешеходного перехода.

Езда на велосипеде

Весной и летом так приятно покататься по улицам и дворам на велосипеде! Казалось бы несложно – сел на велосипед, взялся за руль и крути педали. Но все-таки, существуют требования Правил дорожного движения, которые посвящены езде на велосипеде. Эти Правила нужно знать и обязательно выполнять:

- Детям до 14 лет ездить на велосипеде по дорогам и улицам запрещено;
- Необходимо хорошо знать устройство велосипеда и содержать его в хорошем состоянии. Особенно внимательно надо следить за креплением руля и надежностью тормозов;
- Велосипедисту категорически запрещается цепляться за любое проезжающее мимо транспортное средство – это очень опасно;
- Не следует ездить на велосипеде, держась за руль одной рукой или совсем «без рук»;
- Только если вам исполнилось 14 лет, можно перевозить в качестве пассажира ребенка возрастом до 7 лет на дополнительном сиденье;
- Велосипедист, который перевозит пассажира, должен иметь документ, подтверждающий знание им Правил дорожного движения;
- Помните: велосипед не слишком рассчитан на дополнительный вес пассажиров: он становится менее устойчивым, им труднее управлять, все это влияет на безопасность движения.

Правила безопасности детей на отдыхе в летний период:

Помните, что с 10-00 и до 17-00 солнце очень активное. В это время желательно находиться в тени. Без головного убора не стоит выходить из дома. Чередуйте время пребывания на солнце с играми в тени.

Следите за скоропортящимися продуктами и храните их в холодильнике. Кушать овощи и фрукты можно только после того как их помоют.

Напоминайте детям о необходимости мыть руки перед едой.

Учите детей переходить дорогу только по сигналу светофора.

Напомните правила поведения на детской игровой площадке. Выбирайте безопасные игровые площадки. Прежде чем посадить малыша на качели, убедитесь, что они в исправном состоянии.

Не позволяйте детям брать спички, разводить костры без присутствия взрослых. Объясните опасность такого занятия.

Не допустите обезвоживание организма. Чаще давайте детям пить очищенную воду. В жаркие дни можно распылять на тело воду из пульверизатора.

При покупке велосипеда, роликов или скейтборда приобретите защитное снаряжение. Надевать снаряжение обязательно, такие меры предосторожности помогут избежать травм детей.

В жаркую погоду необходимо выбирать одежду из натуральных тканей. Одевайте детей по погоде.

Напоминайте детям, что не все, что привлекательно выглядит, является съедобным. Брать в рот ничего незнакомое нельзя.

Напомнить детям о правилах поведения с насекомыми.

Купаться в открытом водоеме можно только под присмотром взрослого.

Следуйте простым рекомендациям, и это поможет обезопасить жизнь и здоровье вашего ребенка. Надеюсь, моя консультация и рекомендации будут полезными для вас в летний период.

Правила безопасности детей летом. Советы родителям

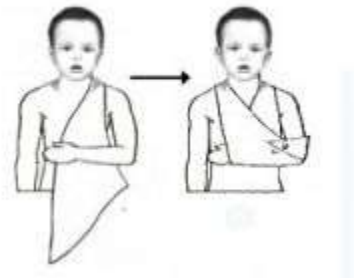
Безопасность детей в летний период. Остерегаемся травм

При занятии активными видами спорта: езда на скейте, роликах, велосипеде – обеспечьте ребенку надежную защиту уязвимых мест. Для этого надо использовать шлем, наколенники, налокотники, защиту ладоней. При езде на роликах обращайте внимание на то, чтобы они надежно фиксировали лодыжку, которую ребенок может вывихнуть. Старайтесь приобретать спортивные товары от надежных производителей, особенно это касается травматических видов спорта. Обучите ребенка технике правильного падения в критической ситуации или обратитесь к инструктору. При использовании любого спортивного инвентаря следите, чтобы он был исправен и соответствовал возрасту ребенка. Например, если ребенок ездит на велосипеде, то рама должна быть хотя бы на 7 см ниже, чем высота паха стоящего на земле ребенка. Это необходимо для того, чтобы избежать опасных травм паховой области. Высота сиденья велосипеда должна быть такова, чтобы ребенок мог нормально дотягиваться прямой ногой до педали в нижнем положении, при этом

его ступня должна стоять на ней средней частью. Всегда обращайте внимание на качество защиты цепи, чтобы туда не попала штанина - это может привести к травме

На глаз обнаружить у ребенка перелом не так то и просто даже специалисту. У детей кости еще очень гибкие и потому часты случаи микрорасщеплений и микротрещин. Поэтому если ребенок достаточно сильно травмировался, то лучше как можно быстрее показать его травматологу. Переломы у детей могут сопровождаться болью или проходить почти безболезненно, может отмечаться потеря силы и подвижности в поврежденном месте, а также изменение её формы.

Первая помощь ребенку при переломе верхней конечности



Фиксация руки при помощи куска материи. Рука должна быть аккуратно согнута под углом в 90 градусов и свободно повиснуть на материи, которая крепится на шее.

Первая помощь ребенку при переломе нижней конечности

Наложение шины.

Синяки, царапины и ссадины сопровождают летом многих детей, особенно мальчиков. Важно оперативно их промывать и обрабатывать антисептиком. К месту ушиба надо быстро приложить холодный предмет или полить его холодной водой, чтобы снизить боль и препятствовать напуханию.

Если ваш ребенок сильно активен и часто травмируется, то старайтесь периодически организовывать с ним спокойные игры и времяпровождение. Читайте, рисуйте, пойте или придумывайте стихи. Всё это можно делать и на берегу и на поляне и в парке.

Безопасность детей в летний период. Солнечная активность

В солнечный день всегда надевайте ребенку головной убор. Когда на небе облака, берите головной убор с собой. Ориентировочно с 10:00 до 16:00 самая большая активность солнца, поэтому в это время старайтесь, чтобы ребенок не

находился долго под воздействием его прямых лучей. Время нахождения под солнцем строго индивидуально для каждого ребенка, оно во многом зависит от возраста, здоровья и строения кожи. Обсудите этот вопрос со своим лечащим врачом. Но в любом случае, как и взрослый, ребенок должен постепенно привыкать к солнцу, и каждый день надо увеличивать время его нахождения по ним. Это позволит избежать солнечных ожогов.

Солнцезащитные средства наносите минут за 15-20 до выхода на улицу и после купания. Применяйте защиту уровня SPF-20 или SPF-30, при этом старайтесь использовать максимально безопасные средства, разрешенные для применения детям. Дошкольникам лучше наносить защитный крем или молочко, они более жирные, чем другие средства. А спреи, гели и муссы могут сушить кожный покров. И не забывайте, что нанесения крема не отменяет нормы нахождения под прямыми лучами, лучше избегать периода с 10:00 до 16:00 часов. В зависимости от региона и времени года он может быть подкорректирован с 11:00 до 17:00 часов.

Носите с собой много воды и давайте ребенку много пить. Избегайте сладкой воды, она вызывает еще большую жажду. Следите за ребенком, чтобы он не перегревался и не обгорел, при первых признаках покраснения коду уведите в тень. Старайтесь больше гулять в тенистых местах, используйте свободную хлопчатобумажную одежду. Всегда держите в аптечке средство от ожогов. Если вы защищаете глаза ребенку солнцезащитными очками, то применяйте качественные модели со стеклом, дешевые подделки из пластика могут нанести большой вред.

Детская безопасность летом. Опасные насекомые

От укусов клещей поможет защититься головной убор, всегда надевайте его ребенку, когда идете в лес или парк. Также при высокой опасности укуса клеща, желательно, надевать одежду, закрывающую ноги и руки. Применяйте специальные средства по отпугиванию насекомых, но старайтесь избегать нанесения на ребенка ядовитых спреев, лучше носите с собой салфетки репелленты, которые будут отпугивать насекомых.

Избегайте контакта с осами, пчелами, шмелями и шершнями их укусы болезненны и могут вызвать аллергическую реакцию и даже нанести ребенку психологическую травму. Держите в аптечке средство для лечения укусов насекомых.

Детская безопасность в летний период. Осторожность на воде

Не игнорируйте правила поведения на воде и не разрешайте делать это детям. Не купайтесь с ними в местах, где это запрещено. Не заплывайте за буйки, не прыгайте в воду со скал или в местах с неизвестным дном. Старайтесь держать ребенка в поле своего зрения, когда он находится в воде. Для детей, которые плохо плавают, применяйте специальные средства безопасности, надувные нарукавники или жилеты. Строго контролируйте нахождения ребенка в воде, чтобы избежать переохлаждения. После купания в соленой воде необходимо помыться пресной.

Если достаточно взрослые школьники сами идут купаться, то старайтесь чтобы они ходили в безопасные места, где есть пост спасателя и медсестра. Обучите детей не только плаванию, но и правилам поведения в критических ситуациях, объясните опасность водоворотов, судорог, больших волн, сильных течений и т.д. Научите азам техники спасения утопающих, если вы не можете сделать это сами, то сходите к инструктору по плаванию.

Безопасность детей в летний период. Избегаем пищевых отравлений

Приучите ребенка мыть руки перед каждым приемом пищи или хотя бы тщательно вытирать их влажными салфетками. Не употребляйте на жаре скоропортящиеся продукты, особенно мясо, которое может превратиться в яд уже после 20 минут нахождения на солнце.

Старайтесь больше употреблять овощи, фрукты и ягоды. Мойте их тщательно, перед тем как употребить в пищу. Старайтесь не приобретать фрукты, которым еще по сезону не должны продаваться. Как правило, это продукты, выращенные с большим добавлением химических веществ, стимулирующих рост, они очень опасны для здоровья и могут вызвать сильное отравление. В аптечке всегда держите средства лечения отравлений

Лето. Безопасность детей. Следите за своим ребенком

Дети, гуляющие вдали от вас или самостоятельно, подвержены риску потеряться или быть украденными. Объясните технику безопасности, когда они одни - правила поведения с незнакомцами. Если вы находитесь в лесу не отпускайте детей далеко от себя, они могут заиграться и заблудиться. Находясь в толпе всегда держите чадо возле себя, не оставляйте маленьких детей под присмотром чужих людей, даже если это «милая тётя». Злоумышленники вполне могут использовать такой образ для похищения.

Техника безопасности детей летом. Основные правила поведения

Основные правила безопасности летом, которые должен усвоить ребенок:

- Всегда плавай в специально предназначенных для этого местах, на оборудованных и безопасных пляжах;
- Не заплывай за буйки, не подплывай близко к судам, чтобы тебя не засосало под работающий винт;
- Не плавай при больших волнах, сильном течении или водоворотах;
- Не ныряй в местах с неизвестным дном;
- Не играй на воде в опасные игры, не «топи» друзей и не ныряй глубоко;
- Матрасы и спасательные круги не предназначены для того, чтобы заплывать далеко, плавай на них недалеко от берега;
- Если светит солнце, то носи летом головной убор;

- Не находись долго на солнце, если ты чувствуешь. Что кожа начинает печь и краснеть, немедленно уйди в тень или оденься;
- Старайся не быть под прямым солнцем днем, а только утром и ближе к вечеру;
- Не бери с собой в жаркое место и не ешь продукты, которые быстро испортятся: мясо, колбаса, рыба, молочные продукты;
- Пей много воды летом, но старайся не пить сладкую воду, от неё еще больше хочется пить;
- Всегда ешь вымытые продукты и мой перед едой руки;
- Если рядом насекомые, то не делай резких движений. Если ты кушаешь, то будь осторожен, чтобы насекомое не попало в рот и не ужалило;
- Не подходи близко к собакам, особенно если у собаки щенки и собака кушает;
- Не общайся с незнакомцами (ни с мужчинами, ни с женщинами), ничего не бери у них и не веди к себе домой, не называй свой адрес, фамилию, телефон. Взрослый должен просить помощи у взрослого, и не должен обращаться к ребенку!
- Если тебя кто-то схватил и тащит, то зови на помощь и кричи, что это не твои родители, обращай на себя внимание прохожих. Если тебя преследуют, то иди в сторону родителей или просто людные места (нельзя забиваться в тупики или заходить в темные подъезды), проси помощи у полицейского (милиционера), охранника, продавца или просто взрослых людей.

Информационные источники:

Безопасность школьников в летний период

Советы родителям.