

БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ В ПЕРИОД ЛЕТНИХ КАНИКУЛ

1. Если ты заблудился в лесу

Отправляясь в лес за грибами, на прогулку или в поход, люди часто не задумываются о своей безопасности. Ежегодно спасательные службы регистрируют сотни случаев, когда люди теряются в лесу.

Благоприятный исход подобных происшествий зависит от многих факторов: физического и психологического состояния, запасов пищи и воды, умения ориентироваться на местности, эффективности снаряжения и т.д. Известно немало случаев, когда люди, отправившись в лес и не имея достаточного опыта и знаний местных условий, легко сбивались с дороги и, потеряв ориентировку, оказывались в бедственном положении.

Как же должен вести себя человек, заблудившийся в лесу?

*Прекратить движение и попытаться восстановить ориентировку с помощью компаса или пользуясь различными природными признаками;

*организовать временную стоянку на сухом месте, чтобы успокоиться и продумать дальнейшие действия;

*если «прогулка» затянулась, следует поискать пищу вокруг себя;

*попытаться обозначить свое местонахождение поисковым группам (солнечный зайчик, сигнальный флаг, электрический фонарик, костер);

*если вы решили не дожидаться помощи спасателей и отправились в путь, оставляйте метки по ходу своего движения. Помните, часто поставленные метки облегчают поиск спасателям;

ориентируйтесь по звукам: выстрелам, гудкам, стуку колес поезда, сигналу автомобиля, лаю собак;

*если идти вниз по течению реки, ручья, можно выйти к морю, а там – и к жилью.

Помните, что отчаяние – плохой помощник. Никогда не опускайте рук. Ваша задача – как можно дольше продержаться до прихода помощи. Не сомневайтесь – вас обязательно найдут!



2. Пожар в лесу

Когда вокруг все горит – это страшно. Тем более страшно, когда пожар происходит в лесу, на торфяниках, в степи или тундре, охватывая огромные площади. Непотушенный костер, горящая спичка, брошенная на сухую подстилку из листьев или в торф, могут стать причиной пожара. Причем очаг возникновения пожара может оказаться за десятки и сотни километров от жилья, а его масштабы становятся ясными тогда, когда горят уже огромные площади тайги или тундры. Дым от таких пожаров (особенно в условиях открытой местности) переносится ветром на десятки километров.

С целью недопущения пожаров в природной среде запрещается:

*Бросать в лесу горящие спички, окурки, тлеющие тряпки.

*Разводить костер в густых зарослях и хвойном молодняке, под низко свисающими кронами деревьев, рядом со складами древесины, торфа, в непосредственной близости от созревших сельхозкультур.

*Оставлять в лесу самовозгораемый материал: тряпку и ветошь, пропитанные маслом, бензином, стеклянную посуду, которая в солнечную погоду может сфокусировать солнечный луч и воспламенить сухую растительность.

*Выжигать сухую траву на лесных полянах, в садах, на полях, под деревьями.

*Поджигать камыш.

*Разводить костер в ветреную погоду и оставлять его без присмотра.

*Оставлять костер горящим после покидания стоянки.

При обнаружении природного пожара постарайтесь ликвидировать очаг возгорания собственными силами; если это не удалось сделать, быстро покиньте опасную зону. Обязательно сообщите о месте пожара в лесную охрану, администрацию, милицию, спасателям.

Выходить нужно на дорогу, широкую просеку, опушку леса, к водоему. Двигаться следует перпендикулярно к направлению распространения огня. Если обстоятельства мешают вам уйти от огня, войдите в водоем или укройтесь на открытой поляне, накрывшись мокрой одеждой. Дышать нужно воздухом возле земли (он менее задымлен), прикрывая рот и нос марлевой повязкой или мокрой тряпкой.

3.Клещи

Многие из вас любят гулять в лесу. К сожалению, такая прогулка может привести к неприятным последствиям.

Особую опасность представляют клещи. Они могут заразить человека инфекционными болезнями, из которых одной из самых опасных является клещевой энцефалит.

Человек заражается при укусе (присасывании) клеща, а также при употреблении в пищу сырого молока и молочных продуктов. Заболевание характеризуется резким подъемом температуры до 39–40 градусов, сильными головными болями, рвотой. В связи с поражением серого вещества ствола мозга и шейного отдела спинного мозга развиваются неврологические нарушения, парезы и параличи преимущественно верхних конечностей. Очень важно знать, что первые 2–3 часа после начала кровососания клещи не успевают внести дозу вируса, достаточную для развития заболевания. Указанная особенность биологии клещей определяет высокую эффективность мер индивидуальной защиты людей от их нападения.

В целях профилактики заболеваемости клещевым энцефалитом рекомендуется:

1. При выходе в зеленую зону иметь одежду, плотно прилегающую к телу, куртки заправлять в брюки, брюки в сапоги, рукава и ворот должны быть застегнуты.
2. В целях обнаружения клещей каждые 2 часа проводить самоосмотры и взаимоосмотры открытых частей тела и поверхности одежды.
3. При жаркой погоде, когда нет возможности надевать плотно прилегающую одежду, перед выходом в зеленую зону применять репелленты (мази и лосьоны, отпугивающие насекомых).
4. При присасывании клещей немедленно обратиться в ближайшее лечебное учреждение.

Самостоятельное удаление клеща допускается, если нет возможности обратиться в медицинское учреждение. При этом необходимо соблюдать следующие правила:

1. Перед удалением клеща нужно смочить растительным маслом или керосином.
2. Оттянуть присосавшегося клеща пальцами и на головную часть у самой поверхности кожи наложить нитяную петлю. Осторожными покачиваниями, не совершая резких движений, за оба конца нити извлекают клеща вместе с хоботком.
3. Тем же способом, после наложения нитяной петли захватить оба конца нити и закручивающими движениями по спирали удалить клеща.
4. Если остался хоботок в теле человека, его удаляют обожженной иглой или булавкой.
5. Место укуса обработать йодом.
6. После этого обратиться в лечебное учреждение по месту жительства для проведения экстренной профилактики клещевого энцефалита донорским противоклещевым иммуноглобулином.

4.Безопасность на воде

Как известно, купание не только доставляют удовольствие, но и служит хорошим средством закаливания организма. Но необходимо помнить, что небрежность, лихачество, излишняя шалость на воде нередко приводят к беде. Из-за несоблюдения техники безопасности в водоемах ежегодно гибнут тысячи людей.

Необходимо помнить правила безопасного поведения на воде:

- *купаться и загорать лучше на оборудованном пляже;
- *если вы не умеете плавать, не следует заходить в воду выше пояса;
- *находится в воде не более 15–20 минут, при переохлаждении могут возникнуть судороги;
- *нельзя нырять с мостов, пристаней даже в тех местах, где ныряли прошлым летом, так как за год мог понизиться уровень воды или было что-то брошено в воду;
- *прыгать с берега в незнакомых местах категорически запрещается;
- *нельзя заплывать за буйки, так как они ограничивают акваторию с проверенным дном – там нет водоворотов;
- *если вы оказались в водовороте, не теряйтесь, наберите больше воздуха в легкие и погрузитесь на глубину, сделав сильный рывок в сторону, всплывите на поверхность воды;
- *нельзя заплывать далеко, так как можно не рассчитать своих сил, чтобы вернуться к берегу;
- *если вы почувствовали усталость, не стремитесь как можно быстрее доплыть до берега, «отдохните» на воде, лежа на спине или спокойно расправив руки и ноги, закрыть глаза, лечь головой на воду и расслабиться;
- *опасно подныривать друг под друга, хватать за ноги, пугать, сталкивать в воду и заводить на глубину не умеющих плавать;
- *если вас захватило сильное течение, не стоит пытаться бороться с ним, надо плыть вниз по течению под углом, приближаясь к берегу;
- *опасно купаться в воде ниже +17–190С;
- *не следует купаться в шторм;
- *не следует купаться ночью.

5.Правила дорожного движения

Правила дорожного движения существуют не только для водителей транспортных средств, но и для пешеходов.

1. Перед тем как выйти на проезжую часть, остановись и скажи себе: «Будь осторожен!».
2. Никогда не выбегай на дорогу перед приближающимся автомобилем: водитель не может остановить машину сразу.
3. Перед тем как выйти на проезжую часть, убедись, что слева, справа и сзади, если это перекресток, нет приближающегося транспорта.
4. Выйдя из автобуса, троллейбуса и трамвая, не обходи его спереди или сзади – подожди, пока он отъедет. Найди пешеходный переход, а если поблизости его нет, осмотрись по сторонам и при отсутствии машин переходи дорогу.
5. Не выезжай на улицы и дороги на роликовых коньках, велосипеде, самокате, санках.
6. Не играй в мяч и другие игры рядом с проезжей частью. Для игр есть двор, детская площадка или стадион.
7. Переходи дорогу только поперек, а не наискосок, иначе ты будешь дольше находиться на ней и можешь попасть под машину.
8. Никогда не спеши, знай, что бежать по дороге нельзя.
9. Когда выходишь с другими детьми на проезжую часть, не болтай, сосредоточься и скажи себе и ребятам: «Будьте осторожны».



6. Правила дорожного движения для велосипедистов

Велосипед является транспортным средством, но не является «механическим транспортным средством». Поэтому если в ПДД написано «транспортное средство», то это относится и к велосипедам, а если написано «механическое транспортное средство», то это к велосипедам не относится.

Если человек не едет на велосипеде, а катит его, то он считается пешеходом, а не велосипедистом.

Управлять велосипедом при перемещении по дорогам разрешается лицам не моложе 14 лет.

Технические требования

Велосипед должен иметь исправные тормоз, руль и звуковой сигнал, быть оборудован спереди световозвращателем и фонарем или фарой (для движения в темное время суток и в условиях недостаточной видимости) белого цвета, сзади – световозвращателем или фонарем красного цвета, а с каждой боковой стороны — световозвращателем оранжевого или красного цвета.

Движение

Велосипеды должны двигаться по велосипедной дорожке, а при ее отсутствии – по крайней правой полосе проезжей части в один ряд возможно правее. Допускается движение по обочине, если это не создает помех пешеходам. Движение велосипедов (как и любых других транспортных средств) по тротуарам запрещено.

Водителям велосипеда запрещается:

- *ездить, не держась за руль хотя бы одной рукой;
- *перевозить пассажиров, кроме ребенка в возрасте до 7 лет на дополнительном сиденье, оборудованном надежными подножками;
- *перевозить груз, который выступает более чем на 0,5 м по длине или ширине за габариты, или груз, мешающий управлению;
- *двигаться по дороге при наличии рядом велосипедной дорожки;
- *поворачивать налево или разворачиваться на дорогах с трамвайным движением и на дорогах, имеющих более одной полосы для движения в данном направлении (в этом случае нужно слезть с велосипеда и перейти дорогу по пешеходному переходу);
- *двигаться по автомагистралям;
- *двигаться по дороге в темное время суток без включенного переднего белого фонаря.
- *Запрещается буксировка велосипедов, а также велосипедами.

Сигналы, подаваемые велосипедистом

Перед поворотом следует сигнализировать о своем намерении следующим образом: вытянуть соответствующую направлению поворота прямую руку в сторону поворота или поднять противоположную направлению поворота согнутую в локте вертикально вверх руку. О намерении остановиться следует сигнализировать, подняв любую руку вертикально вверх.

