

Памятка личной безопасности школьника

Вызов экстренной помощи по телефону

01 ; 112 - единая спасательная служба МЧС России (пожарная охрана)

02 - милиция

03 - скорая помощь

04 - аварийная газовая служба

По дороге в школу и обратно:

1. избегайте выходить из дома и из школы в одиночку, желательно чтобы вас сопровождали взрослые;

2. избегайте ходить через лес или парк;

3. если вам показалось, что за вами следят, перейдите на другую сторону дороги, зайдите в магазин, на автобусную остановку, обратитесь к любому взрослому человеку; о если навстречу вам идет компания, перейдите на другую сторону, стараясь не вступить в конфликт;

4. относитесь настороженно к лицам, выдающим себя за работников коммунальных служб, ремонтных рабочих, розничных торговцев, вдруг встретившихся вам по пути;

5. если вы по пути хотите куда-нибудь зайти, обязательно предупредите родителей, с кем или к кому вы идете (при возможности укажите адрес и телефон) и в каком часу вернетесь;

6. если ваш маршрут проходит по проезжей части, идите навстречу транспорту; если машина тормозит, отойдите от нее подальше;

7. если вас остановили и попросили показать дорогу, не садитесь в машину, постарайтесь объяснить на словах;

8. если незнакомый человек старается вас чем-то угостить или предлагает какую-либо вещь, вежливо откажитесь;

9. если незнакомый человек представился другом родителей или родственников, не спешите приглашать его домой, попросите дождаться их прихода на улице; о не входите в одиночку в подъезд, если в нем находятся незнакомые люди;

10. не входите в лифт с незнакомыми людьми; если дверь вашей квартиры неожиданно оказалась открытой, не спешите входить, зайдите к соседям и позвоните домой.

Дома:

- попросите своих друзей и знакомых, чтобы они предупреждали вас о своем визите по телефону;

- если звонят в вашу квартиру, не спешите открывать дверь, сначала посмотрите в глазок и спросите: «Кто?» (независимо от того, кто находится дома);

- не открывайте дверь на ответ: «Я», попросите человека назваться; о если вы не знаете пришедшего, а он представился знакомым родных, которых в

данный момент нет дома, попросите его прийти в другой раз и дверь не открывайте;

- если же человек называет незнакомую фамилию, говоря, что ему дали этот адрес — объясните, что он произошла ошибка, не открывая дверь;

- если незнакомый человек представился работником ЖЭКа, почты и других служб, попросите его назвать фамилию, причину прихода, затем позвоните ему на работу, и только получив подтверждение личности, откройте дверь;

- если незнакомый человек просит разрешения воспользоваться телефоном для вызова милиции или скорой помощи, не спешите открывать дверь — вы и сами можете вызвать милицию и скорую помощь;

- если на вашей лестничной площадке собралась компания, распивающая спиртное или устраивающая потасовку, не вступая с ней в контакт, вызовите милицию;

- не оставляйте на дверях квартиры записки о том, куда вы ушли и когда вернетесь.

В магазине:

1. перед выходом из дома пересчитайте наличные деньги;
2. не говорите никому о том, какой суммой денег вы располагаете;
3. если у вас при себе крупная сумма денег, попросите своих родственников сопровождать вас;
4. не заходите без сопровождающего в подсобку, палатку, машину;
5. расплачиваясь, не показывайте все деньги, имеющиеся у вас.



Памятка для учащихся по правилам дорожного движения

1. Ходите только по тротуару!
2. Переходите улицу в местах, где имеются линии или указатели перехода, а где их нет – на перекрестках по линии тротуаров.
3. Переходя улицу, посмотрите налево, а дойдя до середины – направо.
4. На улицах и дорогах где движение регулируется, переходите проезжую часть только при зеленом сигнале светофора или разрешающем жесте регулировщика.
5. Не перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом.
6. Не выходите на проезжую часть из-за стоящей машины или другой помехи обзору; в крайнем случае, остановитесь и внимательно посмотрите, что там за...
7. При переходе через улицу не стоит вести оживленную беседу – разговоры отвлекают мысли и взгляд от наблюдения.
8. Не устраивайте игры и не катайтесь на коньках, лыжах и санках на проезжей части улицы!

Ты знаешь! Кататься на велосипедах, роликах и скейтбордах можно только во дворе или на специальных площадках. Выбегать на дорогу за мячом или собакой опасно!

Ты знаешь! Надо быть очень внимательным при переходе дороги! Самые безопасные переходы - подземный и надземный. Если их нет, лучше перейти по «зебре». Если на перекрестке нет пешеходного перехода и светофора, попроси взрослого помочь перейти дорогу.

Ты знаешь! Переходить улицу можно только на зеленый сигнал светофора. Но даже при зеленом сигнале никогда не начинай движение сразу. Сначала убедись, что машины успели остановиться и путь безопасен. Ты знаешь! Если на остановке стоит автобус, не обходи его ни спереди, ни сзади. Надо дождаться, пока он отъедет, и только тогда начинать переход.

Ты знаешь! Особенно внимательным надо быть, когда обзору мешают препятствия. Стоящие у тротуара машина, ларек, кусты могут скрывать за собой движущийся автомобиль. Поэтому убедись, что опасности нет, и только тогда переходи.



ПАМЯТКИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ

1. **Создание благоприятной семейной атмосферы помните:** от того, как родители разбудят ребенка, зависит его психологический настрой на весь день.

2. Время для ночного отдыха каждому ребенку требуется сугубо индивидуальное. Показатель один — чтобы ребенок выспался и легко проснулся, когда его будят родители.

3. Если у вас есть возможность дойти до школы вместе с ребенком, не упускайте ее. Совместная дорога — это совместное общение, ненавязчивые советы.

4. Научитесь встречать детей после уроков. Не стоит первым задавать вопрос: «Какие оценки ты сегодня получил?», лучше задать контрольные вопросы: «Что было интересного в школе?», «Чем сегодня занимались?», «Как дела в школе?».

5. Радуйтесь успехам ребенка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач. Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребенка о событиях в его жизни. Ребенок должен чувствовать, что он любим. Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации, создайте в семье атмосферу радости, любви и уважения.

6. **Воспитание трудолюбия у детей в семье.** Чаще поощряйте ребенка за самостоятельность, инициативу, качество выполненной работы. Если не все у него получилось — не раздражайтесь, а терпеливо объясните еще раз.

7. Привлекайте ребенка к большим семейным делам и приучайте начатую работу доводить до конца. Каждый член семьи, в том числе и ребенок, должен иметь обязанности по обслуживанию семьи.

8. Не наказывайте ребенка трудом. **О воспитании доброты**

9. Общение — суть жизни человека. Если мы хотим видеть наших детей добрыми, надо доставлять ребенку радость общения с нами — это радость совместного познания, совместного труда, совместной игры, совместного отдыха.

10. Доброта начинается с любви к людям (прежде всего к самым близким) и к природе. Будем развивать в детях чувство любви к окружающим.

11. Научим детей ненавидеть зло и равнодушие.

12. Как можно больше любви к ребенку, как можно больше требовательности к нему.

13. Давайте совершать добрые, хорошие поступки, дети учатся доброте у нас.

14. Научимся владеть собой. Выдержка! Выдержка! Выдержка!



Памятка для родителей во время эпидемии гриппа.

Считается, что вирусы гриппа распространяются, главным образом, от человека человеку через вдыхание мельчайших капелек, образующихся при кашле и чихании. При кашле и чихании рекомендуется прикрывать нос и рот одноразовым платком и выбрасывать его после использования. Грипп может распространяться через руки или предметы. Детям и взрослым необходимо рекомендовать частое мытье рук после кашля или чихания. Если вы почувствовали, что ребенок болен, нужно оставить его дома – вызвать врача на дом и ограничить число контактов с другими детьми или взрослыми. Изоляция людей, заболевших гриппом с высокой температурой, может уменьшить число инфицированных людей, т.к. повышенная температура связана с более интенсивным выделением вируса гриппа. В доме пострадавшего влажная уборка проводится обязательно с дезинфицирующим средством. Заболевшему выделяют отдельную посуду, игрушки, полотенце, постельное белье. После выздоровления ребенок допускается в школу только со справкой. Профилактикой гриппа является закаливание ребенка, вакцинация, витаминизация.



ПАМЯТКА родителям о поведении во время паводка.

Это нужно знать:

- Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 15 сантиметров.
- В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов и камыша.
- Если температура воздуха выше 0 градусов держится более 3 дней, то прочность льда снижается на 25%.
- Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета - прочный, белого - прочность его в 2 раза меньше, серый, матово-белый или с желтоватым оттенком лед ненадежен.

Что делать, если вы провалились в холодную воду:

- Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.
- Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.
- Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ногу на лед.
- Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.
- Ползите в ту сторону - откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен на прочность.

Если нужна Ваша помощь:

- Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
- Следуйте ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.
- Остановитесь от находящегося человека в воде в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.
- Осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны.
- Ползите в ту сторону, откуда пришли.
- Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем.



Памятка родителям во время летних каникул!

Уважаемые родители !

Наступило лето – пора отдыха детей, интересных дел, новых впечатлений.

У вашего(ей) сына(дочери) появилось больше свободного времени для приключений и ребяческих фантазий, а у вас – забот и тревог за их безопасность.

Чтобы избежать непредвиденных ситуаций с детьми, убедительно просим вас:

- Строго контролировать свободное время ваших детей. Не допускать нахождения их без сопровождения взрослых **в вечернее и ночное время с 23.00ч. до 06.00ч.**

- Разрешать купание на водоемах только в установленных местах и в вашем присутствии

- Не позволять детям на велосипедах выезжать на проезжую часть дороги

- Не разрешать детям самостоятельно управлять авто- и мототранспортом.

- Довести до своих детей правила пожарной безопасности, поведения в природе (лес, парк, речка) и на улице

- Научить оказывать первую медицинскую помощь при несчастных случаях.

Берегите своих детей, не оставляйте их без присмотра.

Помните: жизнь и здоровье детей – в ваших руках!