

ПАМЯТКА

обучающемуся школы, воспитаннику лагеря с дневным пребыванием детей «ПРАВИЛА ПРОСТЫХ «НЕ»

ОЧЕНЬ ВАЖНО ВСЕГДА СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА ПРОСТЫХ «НЕ»!

Не подходи к подъезду, когда там маячит незнакомец. Дождись соседа с большой собакой (с мусорным ведром, с детской коляской).

Не заходи в подъезд, если он плохо освещен, а на лестнице кто-то есть. Попроси кого-нибудь из домашних встречать и провожать тебя.

Не выбегай из подъезда стремглав, спокойно открой дверь. Можно наскочить на встречного с острыми предметами в руках, например, лыжными палками, которые он выставил вперед. Или рядом с подъездом как раз в это время будет разворачиваться машина – попадешь прямо под колеса.

Будь очень осторожен при знакомствах. Никогда **не** соглашайся идти в гости к незнакомцам. И если незнакомец с дамой, это не гарантия безопасности. На приглашение незнакомца (почтальона, сторожа, дворника) зайти к нему в квартиру (гараж, сарай, подвал), чтобы посмотреть какое-то экзотическое животное (новый компьютер), говори «нет!».

Товарищ зазывает осмотреть чердак или подвал? **Не** ходи сам и его отговори.

Не вступай в разговор, если кто-то попросит закурить. Такую ситуацию можно заранее просчитать: группа подростков вдруг резко направляется в твою сторону. Сразу перейди через дорогу или зайди в первый попавшийся магазин.

Не садись в машину, ни в легковую, ни в грузовую (а также трактор, экскаватор, бетономешалку), даже если за рулем или в салоне женщина.

Не сворачивай на темную улицу, когда тебе кажется, что за тобой идут. Надежда, что преследователь тебя потеряет, очень мала. Иди по хорошо освещенной. В этом случае не только он видит тебя, но и ты его, что немаловажно.

Не выставляй на всеобщее обозрение ключи от дома, пейджер, мобильник, дорогие украшения.

Ты задержался допоздна в гостях, в компьютерном клубе – попроси близких встретить тебя возле метро или приехать за тобой на машине.

Если предполагаешь позднее возвращение, **не** одевай слишком открытую одежду, **не** наряжайся, как на обложке журнала. Вызывающий наряд может спровоцировать нападение. Захвати с собой более скромную одежду.

Никогда **не** думай, что если противник выглядит тщедушным, ты легко его победишь. В данном случае он хозяин положения, и тебе о нем ничего не известно.

Не пересчитывай наличность в людном месте. Выходя из дому, четко помни, сколько ты взял с собой денег. Зная первоначальную сумму и делая какие-то покупки, ты всегда сможешь подсчитать в уме остаток, **не** доставая денег.

Не играй вблизи дорог или стоящих автомашин.

Если за тобой в школу приходит незнакомец и говорит, что его прислала мама (папа, бабушка с дедушкой), и предлагает пойти с ним – откажись!

Отправляясь с родителями или друзьями в магазин или на большой праздник, обязательно договорись, где ты будешь их ждать, если вы разминетесь. Ни в коем случае **не** уходи с обозначенного места.

Не назначай встреч в безлюдных, неосвещенных местах (парках, скверах).

Если ты уходишь из дому в отсутствие родителей, оставь записку, куда и с кем идешь, где тебя искать и во сколько будешь обратно.

БЕРЕГИ СЕБЯ !

Памятка

обучающемуся, воспитаннику лагеря

"О мерах личной безопасности при катании на велосипеде"

Катание на велосипеде требует повышенного внимания и соблюдения несложных правил:

1. Надень защиту! Рекомендуется одевать велосипедный шлем, он убережет тебя от травмы головы, велосипедные перчатки, которые не только создадут комфорт и понизят вибрацию при движении, но и уберегут кисти рук от ссадин при падениях, а если едешь уже достаточно быстро надень очки, для защиты глаз от попадания мусора и мошек, также нужно использовать наколенники и налокотники.

2. Катайся под присмотром взрослых.

3. Перед поездкой проверь исправность велосипеда.

4. Не забывай о правильной, удобной посадке на велосипеде.

5. Соблюдай правила дорожного движения.

6. На дороге очень полезным окажется зеркало заднего вида.

7. Запрещается ездить, не держась за руль и перевозить пассажиров.

8. Постарайся избежать движения по проезжей части – это очень опасно! В случае, если возникла такая необходимость, обязательно двигайся по крайней правой полосе в один ряд или по обочине. При повороте направо убедись, что одновременно с тобой не поворачивает автомобиль, тебя могут прижать к обочине.

9. Учитывай состояние дорожного покрытия, на влажном асфальте длина тормозного пути увеличивается.

10. Пожалуйста, при езде на велосипеде не развивай высокую скорость, не разгоняйся – чем выше скорость движения, тем меньше шансов успеть маневрировать при возникновении экстренной ситуации.

11. При экстренном торможении резко не нажимай на передний тормоз, иначе возможно падение через руль, тормози больше задним тормозом. Передний тормоз лучше использовать при поворотах, это убережет велосипед от заноса.

12. Если ты решил запрыгнуть на бордюр или любое схожее препятствие, лучше это делать перпендикулярно, а не под острым углом к препятствию, потяни на себя руль и ты на тротуаре.

13. Не делай резких поворотов при передвижении, ведь другие участники движения к этому могут быть не готовы.

14. Проезжую часть дороги необходимо переходить только по пешеходному переходу, ведя велосипед за руль рядом с собой.

**Следуя этим правилам, велосипед будет твоим надёжным другом,
принесет тебе здоровье и отличное настроение.**

БЕРЕГИ СЕБЯ!

ПАМЯТКА

обучающемуся школы, воспитаннику учреждения

"О мерах личной безопасности при встрече с собакой"

**Во избежание нападения собаки, соблюдай
короткие и важные правила!**

- Не подходи к собаке, когда она ест.
- Не замахивайся на хозяина и его родственников.
- Не подходи к собаке, имеющей щенков.
- Не пугайся и не кричи, если к тебе бежит собака.
- Не трогай и не гладь чужих собак;
- Не подходи к собаке, находящейся на привязи;
- Не кричи, не маши руками и предметами, не кидай ничего в собаку;
- При встрече с агрессивной собакой постарайся обойти её как можно дальше спокойным шагом, ни в коем случае не поворачиваясь спиной к собаке!

При нападении собаки

- Если вблизи хозяин, нужно позвать его и потребовать взять собаку на поводок.
- Встать к собаке боком и несколько раз уверенно и чётко дать команды: «Нельзя!», «Фу!», «Сидеть!».
- Не смотри собаке в глаза. Это провоцирует её на нападение.
- Не поддавайся панике и не показывай собаке своего страха.
- Если собака приближается и готовится к нападению, позови окружающих на помощь, не делая резких движений.
- Не убегай от собаки! Если цель собаки напасть – при беге ты не сможешь себя защитить.
- Медленно отойди назад, постарайся упереться спиной в дерево, стену.
- При нападении необходимо защитить горло, прижав подбородок к груди и выставив вперёд руки. Выставь вперёд сумку, одежду.
- Когда собака совершила нападение – защищайся! Используй предметы, находящиеся в карманах (ключи и др.), камни! Бить следует целенаправленно в нос, пах, язык. Не бойся нанести вред собаке – ты должен выжить.



**Если тебя укусила собака,
немедленно сообщи о случившемся в милицию, родителям и обратись к врачу, так как
собака, возможно, является переносчиком острой вирусной болезни - бешенства!
Бешенство – очень серьёзная и опасная болезнь, но при своевременном обращении
современные препараты позволяют успешно предупредить заболевание у человека
при укусах любой тяжести.**

БЕРЕГИ СЕБЯ!

ПАМЯТКА

обучающемуся школы, воспитаннику летнего лагеря

"О мерах личной безопасности в лесу"

Правила личной безопасности в лесу

1. Не ходи в лес один!
2. Перед выходом в лес предупреди родных, куда идёшь.
3. Идя в лес, возьми с собой средство от укусов насекомых, солнцезащитный крем для кожи, питьевую воду, минимальный запас еды (бутерброд и др.), нож, спички в сухой коробочке и часы. Возьми с собой сотовый телефон, свисток, отражатель. Если у тебя есть хронические заболевания, возьми с собой необходимые лекарства.
4. Для похода в лес одежда и обувь должна быть удобной, соответствовать погодным условиям.
5. Одежда должна быть яркого цвета, а ещё лучше наклеить на неё светоотражающие полоски или рисунки.
6. Не уходи с маршрута, не увлекайся прогулкой и не отходи далеко от натоптанных троп.
7. Если кто-то потерялся, сразу вызывайте спасателей.
8. С уважением относись к обитателям леса: не шуми, не рви цветы, не ломай ветви деревьев, не лови бабочек, не пугай диких животных.
9. Не сори в лесу. Убирай за собой мусор и стеклянную посуду. Пожар в лесу может возникнуть даже от брошенной стекляшки.

ЕСЛИ ТЫ ЗАБЛУДИЛСЯ

1. Если есть возможность, немедленно свяжись со специалистами Единой службы спасения по телефону: 112 или 01.
2. Не поддавайся страху, не паникуй. остановись и подумай – откуда пришёл, не слышно ли криков, шума машин, лая собак.. Выйти к людям помогают различные звуки: работающий трактор (слышно за 3-4 километра), собачий лай (2-3 километра), проходящий поезд (до 10 километров). Трубы на крышах можно увидеть за 3 километра, заводские трубы – за 6 километров, колокольни и башни – за 15 километров. При отсутствии подходящих ориентиров лучше всего «выходить на воду» и двигаться вниз по течению. Ручей обязательно выведет к реке, река – к людям.
3. Не кричи – охрипнешь. Если ты пытаешься, например, докричаться или догудеться до потерявшегося, жди его на одном месте достаточно долго.
4. Не плачь – от этого заболят глаза, потеряют зоркость и перестанут различать действительное и выдуманное.
5. Нельзя бежать исключительно потому, что хочется изменить ситуацию. Нужно оставаться на том месте, где стоишь. Соблюдая правила, разведи костёр, пой песни - по дыму и голосу найти человека легко. Для разведение огня без спичек используй объектив фотоаппарата, выпуклая линза от бинокля или телескопа, наконец, зеркало.
6. Если ты принял решение искать дорогу самому - старайся не петлять, ориентируйся по солнцу, хорошо, если удалось выйти на линию электропередач, железную дорогу,

ПАМЯТКА **обучающемуся школы, воспитаннику лагеря** **"О мерах личной безопасности в лесу"**

газопровод, реку - идя вдоль этих объектов, всегда выйдешь к людям, пусть и не там, где предполагал.

7. Подавай сигналы можно ударами палки о деревья, звук от них далеко расходится по лесу.

8. При необходимости движения можно ориентироваться по сторонам света даже без компаса. Так, кора березы и сосны на северной стороне темнее, чем на южной, а стволы деревьев, камни, выступы скал гуще покрыты мхом и лишайниками.

9. Не пробуй сокращать путь. Не паникуй, если поймешь, что начинаешь кружить. Это обычное явление. Называется "фокусом правой ноги". Один шаг у людей всегда короче другого. Как бы ты не старался идти прямо, тебя обязательно будет заносить в сторону.

10. Если у тебя кончилась вода, есть несколько способов её собрать. Вода из природных источников. Роса. Дождевая вода. Чтобы собрать дождевую воду выкопайте ямку и выложите её большими листьями, чтобы собранная вода не впиталась в землю. Все растения постоянно испаряют хотя бы небольшое количество воды, её можно уловить с помощью обыкновенного мешочка из полиэтилена. Мешочек надевается на куст, ветку дерева и завязывается у основания. Важно, что этот способ практически не требует никаких физических усилий.

БЕРЕГИ СЕБЯ!

ПАМЯТКА

обучающемуся школы, воспитаннику лагеря

"О мерах личной безопасности на улице"

Правила поведения на улице

1. Всегда предупреждай родителей куда идёшь, с кем и когда вернёшься. Это очень важно - только тогда тебе смогут помочь в случае опасности!
2. Не ходи один по улице в тёмное время суток. Если сложилась такая ситуация, иди только по ярко освещённым местам. Если твой путь лежит через тёмные и узкие переулки, позвони родителям и попроси тебя встретить.
3. Не привлекай к себе внимание, громко слушая музыку по телефону и т.д.
4. Не надевай дорогие броские украшения, если собираешься идти куда-то без взрослых.
5. Нельзя вешать ключи от квартиры на шею и нельзя закреплять их на поясе брюк, для этой цели лучше сделать специальный кармашек.
6. Завидев компанию молодых людей, лучше перейти на другую сторону, и ни в коем случае не вступать с ними в разговор.
7. Никогда и ни при каких обстоятельствах не вступай в перебранку в общественном месте.
8. Если на улице к тебе подошли люди и спрашивают, как найти улицу, можешь объяснить, как пройти, или набросать план, но ни в коем случае не провожай их.
9. Если на улице незнакомец предлагает тебе посмотреть что-либо или помочь донести сумку, обещая заплатить, ты должен ответить категорическим отказом.
10. Если тебе предложили попробовать себя на сцене или подготовить тебя, например, к конкурсу красоты, спроси, не стесняясь, когда ты можешь подойти вместе родителями и куда.
11. Если видишь тормозящую машину, ты должен как можно дальше отойти от нее и ни в коем случае не садиться, даже если улица, разыскиваемая водителем машины, тебе по пути.
12. Если тебе показалось, что тебя кто-то преследует, то следует перейти на другую сторону дороги, зайти в магазин, на автобусную остановку, обратиться к любому взрослому человеку или привлечь внимание прохожих.
13. Не залезай во время игр в стоящие бесхозные машины, подвалы и другие подобные места.
14. Если тебе угрожает опасность, не стесняйся звать на помощь и защищаться!
15. В общественных местах необходимо строго соблюдать общественный порядок, правила уличного движения и пользования городским и другими видами транспорта.
16. Будь вежливым со старшими, внимательным к лицам преклонного возраста, инвалидам и маленьким детям.
17. Бережно относись к государственному и общественному имуществу.
18. Соблюдай чистоту на улицах и в общественных местах.
19. Удерживай товарищей от недостойных поступков.
20. Не участвуй в несанкционированных уличных шествиях, нарушающих общественный порядок;
21. Нельзя играть в карты и другие азартные игры, распивать спиртные напитки.
22. Бережно относись к зелёным насаждениям, не порть газоны и клумбы, стены домов и подъездов.

БЕРЕГИ СЕБЯ!

ПАМЯТКА

обучающемуся школы, воспитаннику лагеря

"О мерах личной безопасности дома"

Правила безопасности в отсутствии взрослых

1. Никому не говори, что ты один дома.
2. Аккуратно пользуйся бытовыми приборами, не оставляй их включёнными.
3. Не оставляй открытой входную дверь, открытыми створки окон, если ты живёшь на первом этаже.
4. Не открывай дверь незнакомым людям, перед выходом из квартиры внимательно осмотри лестничную клетку в дверной глазок. Заметив незнакомого человека на лестничной площадке, не открывай свою дверь.
5. Не открывай двери незнакомым людям, если пришли проверить электросчётчик, просят впустить, потому что их затопили и др., попроси оставить номер телефона – родители потом перезвонят.
6. Не садись в лифт с незнакомыми людьми.
7. Если во время пребывания в квартире, ты заметил, что кто-то пытается пробраться в квартиру (например, через балкон), нужно срочно сообщить об этом в милицию (телефон 02) и выбежать из квартиры. Лучше всего (при наличии мобильного телефона) не теряя времени покинуть квартиру и сообщить в милицию (02) «на ходу». Если в квартиру кто-то пытается проникнуть через дверь, то нужно предупредить его о том, что вызвана милиция и, соответственно, немедленно вызвать милицию. Хорошо если у тебя будет телефон соседей, и ты сможешь сообщить о грабеже им тоже – скорее всего соседи быстрее среагируют и если не поймают, то, по крайней мере, спугнут преступника.
8. Приглашай гостей только после того, как предупредишь родителей.
9. Если ты внезапно плохо себя почувствуешь, принимай лекарства после звонка взрослым. Если не смог дозвониться до родителей, позвони в службу неотложной медицинской помощи (03) – тебя проконсультируют, какое лекарство следует принять.
10. Будь осторожен на балконе – не высовывайся слишком далеко.
11. При появлении запаха гари, газа позвони в соответствующую службу (01, 04), родителям. Оцени ситуацию, при необходимости покидай помещение, при возможности взяв самое необходимое.
12. Обязательно предупреждай родных куда и на сколько идёшь, только тогда они смогут в случае опасности помочь тебе.
13. Даже когда очень хочешь погулять, никогда не выключай сотовый телефон. Опасные ситуации возникают неожиданно и времени на то, чтобы его включить может не быть.

БЕРЕГИ СЕБЯ!

ПАМЯТКА **обучающемуся школы, воспитаннику лагеря** **"О мерах личной безопасности в транспорте"**

Правила поведения в автобусе, троллейбусе, трамвае

1. В пустом или незаполненном автобусе садись ближе к водителю.
2. Не засыпай и не отвлекайся во время движения, держитесь за поручни.
3. Садись и выходи из транспорта только после полной его остановки.
4. Не оставляйте свои вещи без присмотра.
5. Если нет свободного сидячего места, стойте в центральном проходе.
6. Находясь в общественном транспорте, стой лицом в сторону движения или вполоборота.
7. Не стой около дверей, не высовывайся из окон движущегося транспорта.
8. Выходи из общественного транспорта первым или подожди, пока схлынет толпа.
9. После выхода из салона подожди, пока автобус отъедет, и потом переходи улицу.
10. Стоящий автобус или троллейбус обходи сзади, трамвай - спереди.

Правила поведения в метро

1. На эскалаторе будь внимателен, не задерживайся на входе и выходе.
2. Не беги по эскалатору, не ставь вещи на его ступеньки.
3. Во время движения эскалатора стой ровно, держись за поручень.
4. Нельзя наклоняться и садиться на эскалатор.
5. Не стой у края платформы, не подходи к краю платформы и к вагону поезда до его полной остановки.
6. Уронив что-либо на рельсы, ни в коем случае не спускайся, чтобы поднять – скорость движения поезда в метро очень высокая! Сообщи дежурному по станции.

Правила поведения в поезде

1. При посадке в поезд выбирай центральные вагоны.
2. Выбирай сидячие места против движения поезда.
3. Запомни имена, приметы своих попутчиков, их конечные станции.
4. Не оставляй двери купе приоткрытыми, так как это позволяет видеть из коридора то, что происходит внутри.

Правила поведения на дороге

1. Переходи улицу только на зеленый сигнал светофора.
2. Пользуйся подземным переходом, пешеходными мостиками, переходите улицу в местах, обозначенных дорожной разметкой "зебра" или знаком "Пешеходный переход".
3. Не скапливайтесь на автобусных остановках, вынуждая остальных пешеходов сходить с тротуара.

ПАМЯТКА №2 **обучающемуся школы, воспитаннику лагеря** **"О мерах личной безопасности в транспорте"**

4. Катайся на роликах, скейтбордах в парках, скверах, имеющих ограждения.
5. Переходя улицу или дорогу, сойди с велосипеда и веди его за руль, скейтборд носи в руках.
6. Переходя улицу с двусторонним движением, посмотри сначала налево, дойдя до середины, посмотри направо. Если поблизости нет машин, продолжай свой путь.

Строго соблюдай правила дорожного движения.

Не знакомься с посторонними, вызывающими у тебя подозрения, садись подальше от подвыпивших людей, не вступай с ними в разговор, тем более не делай им замечание. Держись подальше от шумных компаний.

Не выключай сотовый телефон, но и не афишируй его наличие – не слушай громко музыку и т.д. Готовясь к поездке на общественном транспорте, не одевай дорогие, броские украшения.

При ожидании любого транспорта стой только на посадочных площадках, на тротуаре или обочине. При возникновении любой аварийной ситуации на транспорте или в метро четко выполняй указания водителя, кондуктора или машиниста поезда.

БЕРЕГИ СЕБЯ!