**ИНСТРУКТАЖ «ПРАВИЛА ПОВЕДЕНЯ ВО ВРЕМЯ ЛЕТНИХ КАНИКУЛ**

✔ ***Правила безопасного поведения на летних каникулах*:**

1. ➡Необходимо быть осторожным, внимательным на улице, при переходе дороги; соблюдать правила дорожного движения;  
➡2. Соблюдать правила техники безопасности при прогулках в лесу, на реке:  
• Запрещается разжигать костры на территории села и территории лесного массива;  
• Купаться только в отведённых специально для этого местах и в теплое время.  
• Не употреблять в пищу незнакомы грибы и ягоды.  
➡3. Необходимо заботиться о своем здоровье; соблюдать временные рамки при загаре, купании.  
➡4. Находясь на улице, надеть головной убор во избежание солнечного удара. При повышенном температурном режиме стараться находиться в помещении или в тени, чтобы не получить тепловой удар.  
➡5. Быть осторожным при контакте с электрическими приборами, соблюдать технику безопасности при включении и выключении телевизора, электрического утюга, чайника и т.д.  
➡6. Соблюдать технику безопасности при пользовании газовыми приборами;  
➡7. Соблюдать временной режим при просмотре телевизора и работе на компьютере;  
➡8. Запрещается посещать тракторные бригады, гаражи, фермы без сопровождения взрослых;  
➡9. Быть осторожным в обращении с домашними животными;  
➡10. Запрещается находиться на улице без сопровождения взрослых после 23.00 часов.  
➡11. Необходимо вести активный отдых соответствующий нормам ЗОЖ.

✔ ***Во время прогулки на природе соблюдайте следующие требования безопасности:***➡1. Планируйте безопасный маршрут до места назначения и используйте его. Выбирайте хорошо освещенные улицы и избегайте прохождения мимо пустынных участков земли, аллей и строительных площадок. Идите длинным путем, если он безопасный.  
➡2. Идите навстречу движению транспорта, если нет пешеходного тротуара, так вы сможете видеть приближающиеся машины.  
➡3. 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.  
➡4. Не забывайте сообщать родителям с кем и куда Вы пошли, когда вернетесь, если задерживаетесь, то позвоните и предупредите.  
➡5. Если незнакомые взрослые пытаются увести тебя силой, сопротивляйся, кричи, зови на помощь: «Помогите! Меня уводит незнакомый человек!»  
➡6. Не соглашайся ни на какие предложения незнакомых взрослых.  
➡7. Никуда не ходи с незнакомыми взрослыми и не садись с ними в машину.  
➡8. Никогда не хвастайся тем, что у твоих взрослых много денег.  
➡9. Не приглашай домой незнакомых ребят, если дома нет никого из взрослых.  
➡10. Не играй с наступлением темноты.  
➡11. Всегда соблюдайте правила поведения на дорогах.

✔***При пользовании велосипедом:***  
➡1. Пользуйтесь велосипедом, подходящем вашему росту.  
➡2. Не перевозите предметы, мешающие управлять велосипедом.  
➡3. Нельзя ездить на велосипеде вдвоем, с неисправным тормозом.  
➡4. Не отпускайте руль из рук.  
➡5. Нельзя ехать с близко идущим транспортом, цепляться за проходящий транспорт.

✔ ***Правила безопасного поведения на дороге:***➡1. Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам.  
➡2. При движении в темное время суток пешеходам необходимо иметь при себе предметы со световозвращающими элементами.  
➡3. Пешеходы должны пересекать проезжую часть по пешеходным переходам.  
➡4. В местах, где движение регулируется, пешеходы должны руководствоваться сигналами регулировщика или пешеходного светофора.  
➡5. На нерегулируемых пешеходных переходах пешеходы могут выходить на проезжую часть после того, как оценят расстояние до приближающихся транспортных средств, их скорость и убедятся, что переход будет для них безопасен.

***✔ О мерах предосторожности на воде:***➡1. Не жевать жвачку во время нахождения в воде.  
➡2. Для купания лучше выбирать места, где чистая вода, ровное песчаное дно, небольшая глубина, нет сильного течения и водоворотов.  
➡3. Начинать купаться следует при температуре воздуха + 20-25\*, воды  
+ 17-19\*С. Входить в воду надо осторожно, на неглубоком месте остановиться и окунуться с головой.  
➡4. В воде можно находиться 10-15 минут. Ни в коем случае не доводить себя до озноба, это вредно для здоровья. От переохлаждения в воде появляются опасные для жизни судороги, сводит руки и ноги. В таком случае нужно плыть на спине. Если растеряться и перестать плыть, то можно утонуть.  
➡5. Плавая при волнении поверхности воды, нужно внимательно следить за тем, чтобы вдох происходил в промежутках между волнами. Плавая против волн, следует спокойно подниматься на крутую волну и скатываться с нее. Не заходить в воду при сильных волнах. Попав в сильное течение, не надо плыть против него, иначе можно легко выбиться из сил. Лучше плыть по течению, постепенно приближаясь к берегу.  
➡6. Не ходить к водоему одному. Сидя на берегу закрывать голову от перегрева и солнечных ударов.  
➡7. Никогда не следует подплывать к водоворотам - это самая большая опасность на воде. Она затягивает купающегося на большую глубину и с такой силой, что даже опытный пловец не всегда в состоянии выплыть. Попав в водоворот, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и сделайте сильный рывок в сторону по течению, всплывайте на поверхность. Запутавшись в водорослях, не делайте резких движений и рывков, иначе петли растений еще туже затянуться. Лучше лечь на спину и постараться мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыли. Если и это не поможет, то нужно, подтянув ноги, осторожно освободиться от растений руками.  
➡8. Еще более опасно нырять в местах неизвестной глубины, так как можно удариться головой о песок, глину, сломать себе шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть. Не менее опасно прыгать головой в воду с плотов, пристани и других плавучих сооружений. Под водой могут быть сваи, рельсы, камни и осколки стекла. Нырять можно лишь там, где имеется для этого достаточная глубина, прозрачная вода, ровное дно.  
Необходимо помнить, что соблюдение мер предосторожности - главное условие безопасности на воде.

***✔ При посещении леса необходимо соблюдать следующие правила:***➡1. Не ходить в лес одному.  
➡2. Пользоваться компасом, не ходить в дождливую или пасмурную погоду.  
➡3. Надевать резиновую обувь, брюки или спортивные штаны, заправив их в сапоги, от укусов змей и насекомых.  
➡4. Надевать головной убор, закрывать шею и руки, от попадания клещей.  
➡5. Пробираться через кусты и заросли осторожно, плавно раздвигая ветки и плавно опуская их.  
➡6. Не разжигать костры, во избежание пожара, и не мусорить, пустые бутылки и осколки могут привести к возникновению пожара.  
➡7. При лесном пожаре надо опасаться высокой температуры, задымленности, падения подгоревших деревьев и провалов в прогоревшем грунте.

✔ **Правила безопасного поведения при работе с электроприборами:**  
➡1. Выключая электроприбор, не вытаскивай вилку из розетки за шнур.  
➡2. Не касайся мокрыми руками электроприборов, которые находятся под напряжением.  
➡3. Не пользуйся неисправными электроприборами, розетками.  
➡4. Не играй спичками и зажигалками: игры с огнем могут привести к пожару.  
➡5. Не оставляй включенными без присмотра электроприборы и газовые плиты: это тоже может вызвать пожар.