



ПАМЯТКИ ПО ОБЖ



ПАМЯТКА

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ

1. Обязательно сообщи кому-нибудь из старших о несчастном случае. Если нужно, кричи, зови на помощь.
2. Как можно скорее вызови сам или попроси кого-нибудь вызвать скорую помощь по телефону **03**.
3. Если поблизости есть поликлиника или больница, - сообщи туда о пострадавшем.
4. Разыщи ближайший телефон. Если в округе нет телефона-автомата, позвони в любую дверь и попроси вызвать «скорую». По телефону-автомату «скорая помощь» вызывается бесплатно.
5. Не пытайся перемещать пострадавшего, если не уверен, что легко с этим справишься. В большинстве случаев человеку, получившему травму, лучше всего лежать на спине со слегка запрокинутой головой, чтобы подбородок был направлен вверх. Движения могут ухудшить его состояние.
6. Расстегни пострадавшему воротник или молнию на платье, развяжи галстук, ослабь туго затянутый пояс. Все это делается для того, чтобы пострадавшему было легче дышать.
7. Не дотрагивайся до человека, пораженного электрическим током, пока он еще находится в контакте с электричеством. Прикоснувшись к пострадавшему, ты сам получишь удар током. Если несчастный случай произошел в доме, немедленно выключи электричество. Если электрический провод все еще соприкасается с телом человека, возьми сухую палку или рукоятку швабры и ее концом отбрось провод от пострадавшего.
8. Если человеку внезапно стало плохо в результате несчастного случая или еще по какой-либо причине, ему лучше всего тихо лежать до прихода врача. Как правило, пострадавшему нельзя давать пить, кроме тех случаев, когда он знает причину своего недомогания и носит с собой в кармане или в сумочке необходимое лекарство. Тогда, конечно, нужно принести ему воды, чтобы было легче проглотить таблетку.
9. Человек, потерявший сознание, должен лежать на спине. Не брызгай ему в лицо водой, чтобы привести его в чувство. Если человек долго не приходит в себя, приподними его подбородок, чтобы ему легче было дышать.
10. Если кто-то тонет, как можно скорее позови старших. Самостоятельно оказывать помощь утопающему можно лишь в том случае, если ты хорошо плаваешь и специально обучен спасанию утопающих и к тому же крупнее и сильнее того, кто тонет. Помни, что утопающий хватается за все, что попадет ему под руку, и может утащить тебя за собой в воду.

ПАМЯТКА

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ НА УЛИЦЕ

1. Обходи стороной выезды из гаражей, с автостоянок и других подобных мест: какой-нибудь автомобиль может выехать задним ходом, и его водитель не заметит тебя.
2. Никогда не переходи улицу на красный свет, даже если поблизости нет машин. Лучше переходить в специальных местах для перехода – так безопаснее.
3. Если там, где тебе нужно перейти улицу, нет светофора, то внимательно посмотри в обе стороны, чтобы убедиться, что поблизости нет машин, и только потом переходи.
4. Если тебе страшноато переходить улицу одному, попроси кого-нибудь из взрослых тебя перевести или же дождись, пока взрослый будет переходить улицу, и иди рядом с ним.
5. Будь особенно осторожен при переходе улицы, когда в глаза светит солнце. Яркий солнечный свет слепит глаза, и ты можешь не увидеть приближающуюся машину. Если на тебе не надета шапочка с козырьком, заслони глаза рукой или книгой.
6. Не выбегай на мостовую за мячом или другой игрушкой: ты рискуешь не заметить проезжающей машины и попасть под нее.
7. Если на перекрестке дежурит регулировщик, слушайся его указаний.
8. Не катайся на велосипеде по проезжей части улицы, где ходят автомобили и грузовики.

ПАМЯТКА

КАК УБЕРЕЧЬСЯ ОТ ПАДЕНИЙ И УШИБОВ

1. Не высовывайся из открытого окна: совершенно неожиданно у тебя может закружиться голова и ты упадешь вниз.
2. Не сиди на подоконнике, когда окно раскрыто. В этом положении легко потерять равновесие и выпасть наружу.
3. Когда быстро бежишь, не забывай смотреть под ноги, иначе ты не заметишь какой-нибудь предмет, о который можно споткнуться и упасть.
4. Никогда не прыгай с большой высоты – это очень рискованно. В конце концов, у нас не четыре ноги, как у кошек, а только две. Кроме того, кошки умеют приземляться на лапы, а людям, к сожалению, редко удается приземлиться на ноги.
5. Когда сбегашь вниз по лестнице, держись за перила: если ты соскользнешь со ступеньки, перила не дадут тебе упасть.
6. Прежде чем залезть на стул, позаботься о том, чтобы кто-нибудь стоял поблизости и мог подстраховать тебя.
7. Если ты лезешь вверх по приставной лестнице, надо, чтобы кто-то обязательно придерживал лестницу внизу. Кроме того, лестница должна быть правильно установлена. Неправильно установленная лестница может отклониться и упасть назад.
8. Не ходи по высоким узким парапетам, карнизам, как бы тебе ни хотелось показать свою ловкость. Из-за внезапного шума или порыва ветра ты можешь потерять равновесие.
9. Не бегай в темноте: ты рискуешь налететь на какой-нибудь предмет или споткнуться и упасть.
10. Никогда не бегай с леденцом или чем-то подобным во рту. Случайно споткнувшись, ты можешь поранить себе горло или язык.

ПАМЯТКА

КАК УБЕРЕЧЬСЯ ОТ ПАДЕНИЙ И УШИБОВ

1. Не высовывайся из открытого окна: совершенно неожиданно у тебя может закружиться голова и ты упадешь вниз.
2. Не сиди на подоконнике, когда окно раскрыто. В этом положении легко потерять равновесие и выпасть наружу.
3. Когда быстро бежишь, не забывай смотреть под ноги, иначе ты не заметишь какой-нибудь предмет, о который можно споткнуться и упасть.
4. Никогда не прыгай с большой высоты – это очень рискованно. В конце концов, у нас не четыре ноги, как у кошек, а только две. Кроме того, кошки умеют приземляться на лапы, а людям, к сожалению, редко удается приземлиться на ноги.
5. Когда сбегашь вниз по лестнице, держись за перила: если ты соскользнешь со ступеньки, перила не дадут тебе упасть.
6. Прежде чем залезть на стул, позаботься о том, чтобы кто-нибудь стоял поблизости и мог подстраховать тебя.
7. Если ты лезешь вверх по приставной лестнице, надо, чтобы кто-то обязательно придерживал лестницу внизу. Кроме того, лестница должна быть правильно установлена. Неправильно установленная лестница может отклониться и упасть назад.
8. Не ходи по высоким узким парапетам, карнизам, как бы тебе ни хотелось показать свою ловкость. Из-за внезапного шума или порыва ветра ты можешь потерять равновесие.
9. Не бегай в темноте: ты рискуешь налететь на какой-нибудь предмет или споткнуться и упасть.
10. Никогда не бегай с леденцом или чем-то подобным во рту. Случайно споткнувшись, ты можешь поранить себе горло или язык.

ПАМЯТКА

КАК УБЕРЕЧЬСЯ ОТ ПАДЕНИЙ И УШИБОВ

1. Не высовывайся из открытого окна: совершенно неожиданно у тебя может закружиться голова и ты упадешь вниз.
2. Не сиди на подоконнике, когда окно раскрыто. В этом положении легко потерять равновесие и выпасть наружу.
3. Когда быстро бежишь, не забывай смотреть под ноги, иначе ты не заметишь какой-нибудь предмет, о который можно споткнуться и упасть.
4. Никогда не прыгай с большой высоты – это очень рискованно. В конце концов, у нас не четыре ноги, как у кошек, а только две. Кроме того, кошки умеют приземляться на лапы, а людям, к сожалению, редко удается приземлиться на ноги.
5. Когда сбегашь вниз по лестнице, держись за перила: если ты соскользнешь со ступеньки, перила не дадут тебе упасть.
6. Прежде чем залезть на стул, позаботься о том, чтобы кто-нибудь стоял поблизости и мог подстраховать тебя.
7. Если ты лезешь вверх по приставной лестнице, надо, чтобы кто-то обязательно придерживал лестницу внизу. Кроме того, лестница должна быть правильно установлена. Неправильно установленная лестница может отклониться и упасть назад.
8. Не ходи по высоким узким парапетам, карнизам, как бы тебе ни хотелось показать свою ловкость. Из-за внезапного шума или порыва ветра ты можешь потерять равновесие.
9. Не бегай в темноте: ты рискуешь налететь на какой-нибудь предмет или споткнуться и упасть.
10. Никогда не бегай с леденцом или чем-то подобным во рту. Случайно споткнувшись, ты можешь поранить себе горло или язык.

ПАМЯТКА

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

1. Не бери в рот гвозди, монеты, пуговицы и прочие несъедобные предметы. Внезапно кашлянув или чихнув, ты можешь случайно проглотить то, что держишь во рту.
2. Не засовывай пальцы куда попало: в стиральную машину, в другие бытовые приборы, даже в узкое горлышко бутылки с газированной водой.
3. Никуда не соглашайся идти с незнакомым человеком, особенно если он (она) предлагает тебе сладости, подарки или говорит, что за тобой его прислали твои мама и папа. Если ты срочно нужен папе или маме и они не могут сами позвать тебя, они пришлют за тобой не постороннего, а хорошо знакомого тебе человека.
4. Лекарства можно принимать только те, которые тебе дают родители или доктор. Никогда не глотай понравившихся тебе таблеток, даже если они по виду и по вкусу похожи на конфеты, и не пей микстур, даже сладких. Самые безобидные лекарства – такие, как аспирин или слабительное, могут принести вред, если их принимать без надобности.
5. Ножи совершенно непригодны в качестве игрушек. Нож – это полезная во многих отношениях вещь, но с ним надо уметь правильно обращаться, а маленького ребенка этому научить практически невозможно. Старшие дети тоже не должны баловаться с ножами, особенно если поблизости находится другой ребенок. Очень часто дети получают серьезные порезы из-за неосторожного обращения с ножом.
6. Если в доме есть огнестрельное оружие, держись от него подальше! Никогда нельзя сказать с полной уверенностью, что оно не заряжено. Даже если ты своими глазами видел, как папа разряжает ружье, все равно нельзя быть уверенным – а вдруг он случайно оставил один патрон? Или же он мог перезарядить ружье, когда тебя не было дома. Помни, оружие предназначено для взрослых, а не для детей.

ПАМЯТКА

ПРАВИЛА ОБРАЩЕНИЯ С ОГНЕМ

1. Не играй со спичками и зажигалками. Одна из самых распространенных причин тяжелых ожогов и пожаров – игры детей со спичками.
2. Не устраивай шумных игр и возни там, где взрослые курят. Ты можешь случайно обжечься о горящий кончик сигареты или опрокинуть пепельницу и прожечь дырку в ковре.
3. Когда в комнате горит камин, следи, чтобы каминная решетка была закрыта.
4. Не сиди слишком близко у горячей печки или камина. Из огня может вылететь искра или горящий уголек, особенно если заслонка закрыта неплотно, и обжечь тебя.
5. Если в доме есть печка, то вечером, прежде чем все лягут спать, огонь в ней должен быть полностью потушен. Когда мама и папа дома, они, конечно, проследят за этим.
6. Не разжигай костер, если рядом нет взрослого, который умеет это делать. Костер надо раскладывать так, чтобы он был защищен от внезапных порывов ветра, которые могут разнести пламя по окрестности.
7. Никогда не лей в костер керосин или еще какую-либо воспламеняющуюся жидкость. Языки пламени могут взметнуться вверх и поджечь твою одежду.
8. Зажигать газовую плиту или печку можно лишь в том случае, если кто-нибудь из взрослых находится рядом и позволяет тебе это сделать. Когда зажигаешь плиту или печку, следи, чтобы в огонь случайно не попали рукава твоей одежды.