**Уведомление родителям (законным представителям) обучающегося государственного общеобразовательного учреждения Тульской области**

**«Тульский областной центр образования»**

**Уважаемый родитель (законный представитель)!**

**В связи с зафиксированными текущим летом в Тульской области происшествиями с участием детей и подростков на дорогах и на воде просим Вас напомнить своим детям о простых мерах безопасности. Убеждены, что никакое происшествие не омрачит хорошего летнего настроения и отдыха, а для этого нужно закрепить в памяти правила безопасного поведения.**

1. **Правила безопасного поведения ребенка в жаркую погоду.**

**Просим тебя не забывать, что:**

* *в жаркую погоду защищай голову светлым и легким головным убором;*
* *избегай открытых мест в период особой солнечной активности с 12:00 до 16:00;*
* *не перегревайся на пляже, прикрывайся зонтом, не засыпай под солнцем;*
* *на пляже чередуй прием солнечных ванн с водными процедурами (плаванием);*
* *не стремись получить загар любой ценой, лучше загорай не лежа, а в движении;*
* *принимай солнечные ванны (загорай) в утренние часы до 11:00 либо вечером после 17:00;*
* *в жару не совершай длительных экскурсий, больше пей и желательно принимай прохладный душ;*
* *при недомогании обращайся за помощью ко взрослым.*

1. **Правила безопасного поведения на воде.**

**Просим тебя помнить, что:**

*- плавать необходимо под присмотром взрослых, умеющих плавать;*

*- плавать разрешается в специально отведенных безопасных местах;*

*- нельзя заплывать за буйки либо слишком далеко от берега;*

*- нельзя плавать вблизи движущего водного транспорта (катера, моторные лодки, водные мотоциклы, катамараны и т.п.);*

*- нельзя прыгать в воду с непредназначенных для этого мест;*

*- нельзя купаться на полный желудок;*

*- нельзя купаться при температуре воды менее + 16 градусов;*

*- рекомендуемая минимальная температура воды, когда можно купаться – это +19 градусов, при условии температуры воздуха +25 градусов;*

*- нельзя сильно перегретым бросаться с разбегу в воду;*

*- нельзя купаться при сильных волнах;*

*- нельзя употреблять на отдыхе у воды спиртные напитки;*

*- необходимо проверять еще на берегу целостность надувных матрасов и кругов, можно ими пользоваться, плавая только рядом с берегом;*

*- запрещается, играясь в воде, понарошку топить своих товарищей, хватать их за ноги и тянуть под воду.*

**3. Правила безопасного разведения костра на природе.**

**Просим тебя обязательно учесть, что:**

*- разводить открытый огонь на природе можно только в присутствии взрослых;*

*- нельзя разводить костер на сухой листве и траве, лучше это делать на голой земле;*

*- в сухую погоду не балуйся петардами и фейерверками;*

*- нужно потушить костер, если поднялся сильный ветер;*

*- следи за искрами, которые разлетаются от костра;*

*- уходя, не забудь потушить костер, залить его водой и присыпать влажной землей;*

*- при пожаре беги в противоположную ветру сторону, сообщи в пожарную службу (тел. 01,*

*112).*

1. **Правила предупреждения травматизма дома, в общественных местах.**

**Ты сохранишь свое здоровье и даже жизнь, если не будешь забывать, что:**

*- нельзя играть и находиться одному или с друзьями в опасных местах: на стройках, в промышленных зонах, заброшенных домах, на крышах, чердаках, деревьях;*

*- никогда не трогай электрические провода, так они могут быть под напряжением;*

*- при грозе и молнии не стой на открытом месте, не говори по сотовому телефону, не купайся в речке или пруду, не прячься под высоким деревом; лучше пережди непогоду дома;*

*- соблюдай меры безопасности, когда катаешься в парке на аттракционах, слушай указания работников парка и точно их исполняй;*

*- не фотографируйся на высоте, не забирайся по лестницам на крыши домов, строительные краны, электрические опоры, не цепляйся за идущий транспорт (поезд, трамвай, автобус, троллейбус и т.п.). Зацепер, если ты слышал это слово, это тот человек, кому не хочется жить, кто стремится оказаться на больничной койке или стать инвалидом;*

*- помни, неосторожность или баловство при пользовании открытым окном и, как следствие падение из окна, может обернуться величайшей трагедией.*

1. **Правила безопасного поведения на дорогах и транспорте, при катании на велосипеде, роликах, скейтах и т.п.**

**Ты сохранишь свое здоровье и даже жизнь, если не будешь забывать, что:**

*- при катании на велосипеде, роликах, скейтах и т.п. не выезжай на проезжую часть, где едут*

*машины, катайся в специально отведенных местах;*

*- используй шлем, налокотники и наколенники;*

*- проверь исправность своего передвижного средства;*

*- избегай высоких скоростей, не тормози резко;*

*- внимательно следи за дорогой, избегай ям, люков, высоких бордюров, не стукни пешеходов;*

*- не забывай пристегивать ремень безопасности, если едешь с родителями на машине;*

*- переходи дорогу исключительно в разрешенных местах, не забывай, что красный светофор*

*запрещает переходить дорогу;*

*- не забывай снимать наушники, переходя дорогу;*

*- смотри по сторонам, переходя дорогу даже на зеленый свет, помни, что есть водители,*

*нарушающие правила дорожного движения;*

*- не подходи близко к проезжей части, когда стоишь на пешеходном переходе или на остановке;*

*- входи в общественный транспорт без лишней спешки, не подходи близко к краю железнодорож-*

*ного перрона, в транспорте держись за поручень, если приходится стоять в проходе;*

*- не катайся на подножках транспорта и не прислоняйся к закрытым дверям в транспорте.*

**Помните! Залог безопасности Вашего ребенка – его интересная и полезная занятость в течение лета и постоянный контроль за ним со стороны ответственных взрослых лиц.**

**Уважаемые родители (законные представители), мы надеемся, что наши советы помогут Вам избежать неприятностей в летний** **период.** **Мы уверены, что лето пройдет интересно, познавательно и с пользой для здоровья Ваших детей.**

Рекомендуем Вам сообщать по телефону своему классному руководителю или на любой другой известный Вам служебный телефон в школе информацию о происшествии с Вашим ребенком. Единый телефон, доступный с 9.00 до 17.00 ежедневно по рабочим дня – 8 (4872) 318159 (приемная директора).

**Администрация ГОУ ТО «ТОЦО»**