

БУДЬТЕ ВКРАЙ ОБЕРЕЖНІ НА ВОДІ!

Як уникнути трагедії на воді?

Варто пам'ятати, що основними умовами безпеки є правильний вибір і обладнання місць для купання; навчання дорослих та дітей плаванню, суворе дотримання правил поведінки під час купання і катання на плавзасобах, постійний контроль за дітьми у воді з боку дорослих. Відпочинок на воді допускається тільки у спеціально відведених місцевими органами влади та обладнаних для цього місцях. Безпечніше відпочивати на воді у світлу частину доби. Купатися дозволяється в спокійну безвітряну погоду при температурі води не менше +18, повітря не нижче +24.

Не лізьте у воду в незнайомому для вас місці, уникайте води із швидкою течією, не заходьте у воду напідпитку, ніколи не плавайте наодинці, особливо якщо не впевнені у своїх силах; купаючись на “дикому пляжі” чи у незнайомому місці – не пірняйте з берега, гірки, дерева; у воду слід входити неспішно, обережно пробуючи дно ногою; купатися краще там, де є рятувальні служби; особливо слідкуйте за дітьми: їхня поведінка у воді не передбачувана; до плавок потрібно прикріплювати шпильку, якщо далеко від берега судомо зведе руку чи ногу, укол шпилькою допоможе відновити еластичність м'язів; утримуйтеся від далеких запливів: переохолодження – головна причина трагічних випадків. На рівнинних річках є багато ям і вирів. Вони підступно зустрічаються біля піщаних кос, під берегом, де особливо любляють купатися діти.

Особливості під час купання в гірських річках. Гірські ріки мають стрімку течію, що може збити з ніг. Дно і береги таких річок кам'янисті, тому можна отримати важкі травми при падінні. Можна впасти, підслизнувшись на мокрому і слизькому камені, коли тільки входиш у воду.

На морі треба завжди зважати на хвилі, які можуть перевернути людину при вході у воду. Не намагайтеся плисти проти хвилі. Варто бути обережними біля водорізів. Не пірняйте з них, бо можна впасти – вони дуже слизькі від водоростей. Не запливайте за буйки! Великою бідою може обернутися пірнання на мілководді або в незнайомих місцях. У таких випадках можливі травми шийного відділу хребта з пошкодженням спинного мозку.

Якщо човен перевернувся, головне не розгубитися. Навіть коли перекинувся, він і тоді ще певний час тримається на воді, отже, треба зберігати спокій, і до прибуття рятувальників триматися за човен, штовхаючи його до берега. Той, хто добре вміє плавати, у першу чергу повинен допомогти тому, хто не вміє, підтримувати його на плаву. Рятувати треба спочатку одного потопуючого, а потім іншого, допомогти вплав одночасно кільком людям неможливо. Під час катання дітей необхідна присутність дорослого в кожному човні. Він мусить уміти керувати судном, добре плавати, знати прийоми надання невідкладної допомоги постраждалим на воді. Основною причиною загибелі людей на воді є страх. У більшості

випадків тонуть люди, котрі вміють плавати, і з самовпевненістю запливають далеко від берега. Там вони можуть потрапити у потік холодної води. Тоді починає зводити ноги і хапає корч. У цій ситуації головне – не злякатися. Треба зануритися у воду і сильно потягти рукою на себе ступню за великий палець.

Будьте дуже обережні під час відпочинку на воді, щоб він був для Вас і Ваших дітей безпечним, весь час суворо дотримуйтеся порад рятувальників!

Попередження дитячого дорожньо-транспортного травматизму

До того, як діти починають самостійно пересуватися по вулиці, вони протягом декількох років перебувають на вулиці в супроводі батьків: спочатку на руках і в дитячій колясці, потім за руку і поряд з батьками. Батьки проводжають дітей в дитячий садок і назад, в перші місяці і в школу.

Часу цілком достатньо, щоб сформувати необхідні навички. Однак, не володіючи деякими навичками, батьки можуть, поспішаючи, відвести дитину в дитячий сад, базікати з ним на проїжджій частині дороги або вискочити з-за стоячого автобуса, тролейбуса. При цьому відбувається навчання дітей неправильного поведіння найефективнішим способом - особистим прикладом батьків.

Крім того, батькам, як правило, невідомі типові помилки дітей, що призводять до нещасних випадків, невідома провідна роль навичок і сам перелік цих навичок. В результаті батьки, перебуваючи на вулиці з дітьми, навіть не ставлять собі завдання використання кожної прогулянки, рухи в школу в навчальних цілях.

Батьки часто необгрунтовано спокійні за своїх дітей, спостерігаючи, як вони бояться машин і з побоюванням ступають на проїжджу частину. При цьому вони не знають, що в більшості випадків дитина не помітив небезпечну для себе машину і тому не бачив причин небезпеки. Про відсутність у дітей необхідних навичок спостереження вони не здогадуються, і нещасний випадок з дитиною сприймають як грім серед ясного неба, тільки як випадок, не бачачи його закономірних передумов.

Необхідно, щоб батьки зрозуміли небезпеку, яка загрожує дітям, її причини, навчилися порівнювати свою поведінку з свідомістю відповідальності за безпеку своїх дітей. Роль школи не тільки в тому, щоб навчити дітей Правилам дорожнього руху, а й у тому, щоб переконати батьків, навчити і проконтролювати їх роботу з дитиною з безпеки руху.

Батькам про навчання дітей навичкам безпечної поведінки

Перебуваючи на вулиці з дитиною:

- На проїжджій частині не поспішайте, і не біжіть: переходите вулицю завжди розміреним кроком. Інакше ви навчите дитину поспішати і бігати там, де треба спостерігати і забезпечити безпеку;
- Виходячи на проїжджу частину, припиняйте розмови: дитина повинна звикнути, що при переході вулиці розмови зайві;
- Ніколи не переходите вулицю навскоси: підкреслюйте дитині щоразу, що йдете суворо поперек вулиці;
- Ніколи не переходите вулицю на червоне світло або жовтий сигнал світлофора. Якщо дитина зробить це з вами, він тим більше зробить це без вас;
- Переходьте вулицю тільки на пішохідних переходах або на перехрестях по лінії тротуару.
- Якщо ви привчите дитину переходити вулицю де доведеться, ніяка школа не буде в силах його перевчити.
- З автобуса, тролейбуса, трамвая, таксі намагайтеся виходити першим, попереду дитини. В іншому випадку маленька дитина може впасти, дитина постарше може в цей момент вибігти з-за стоячого транспорту на проїжджу частину вулиці. Якщо ви з дитиною виходите з автобуса останніми з виходять пасажирів, будьте обережні. Краще попередити водія, щоб він не закрив двері, думаючи, що висадка закінчена.
- Залучайте дитину до участі у вашому спостереженні обстановки на вулиці: показуйте йому ті машини, яких треба остерігатися, які готуються повертати, які їдуть з великою швидкістю і їх треба пропустити, які ви помітили здалеку.
- Підкреслюйте свої рухи, перебуваючи з дитиною, поворотом голови для огляду вулиці, зупинку для пропуску машини, зупинку для огляду вулиці. Якщо дитина помітить машини, значить, він навчається на вашому прикладі.
- Не виходьте з дитиною з-за машини, з-за кущів, не оглянувши попередньо вулиці. Це типова помилка дітей, і треба, щоб вони її не повторювали.
- Не посилайте дитину переходити або перетинати вулицю попереду вас - цим ви навчаєте його йти через вулицю, не дивлячись по сторонах.

- Маленьку дитину треба міцно тримати за руку, бути готовим втримати його при спробі вирватися. Це часта причина нещасних випадків.
- Учіть дитину дивитися. У дитини повинен бути навик: перш ніж зробити перший крок з тротуару, він повертає голову і оглядає вулицю в обох напрямках. Це має бути доведено до автоматизму!

Особливо уважно треба оглядати вулицю, коли з протилежного боку знаходиться рідний дім, знайомі, рідні, коли дитина переходить вулицю слідом за іншими дітьми чи дорослими. У цих випадках легко не помітити машину. Дивитися «наліво - направо» при переході вулиці іноді треба кілька разів, так як обстановка на вулиці може змінитися.

- Учіть дитину помічати машини.

Іноді дитина дивиться, але не помічає, наприклад легкову машину, мотоцикл здалеку. Діти більше звертають увагу на розміри автомобілів. Який-небудь великий, але повільний вагозов викликає у них більше відчуття небезпеки і утримує їх від переходу дороги, коли насправді часу для цього цілком достатньо. А ось малолітражка, мчащаяся щодуху, не викликає ніякого страху і часто навіть не привертає уваги. Навчіть дитину вдивлятися вдалину і швидко помічати машину, мотоцикл, моторолер або велосипед.

- Учіть дитину оцінювати швидкість і напрям майбутнього руху машини.

Спостерігаючи за наближенням машинами, ведіть з дитиною рахунок часу, який потрібен машині, щоб проїхати мимо. Навчившись вважати «секунди», спостерігаючи за машиною, дитина навчиться правильно визначати швидкість і передбачати рух машини.

- Навчіть дитину визначати, яка машина йде прямо, а яка готується до повороту.
- Учіть дитину передбачити приховану небезпеку.

Дитина повинна звикнути, переконатися своїми очима, що за різними предметами на вулиці часто ховається небезпека. Тоді він зможе передбачити її сам. Вид предметів, що заважають огляду вулиці (вільному), повинен сприйматися дитиною як сигнал небезпеки, як команда до підвищеної обережності.

Формування навичок спостереження і передбачення небезпеки у дітей - тривалий процес, і для цієї мети бажано використовувати кожне перебування на вулиці з дитиною. Але особливо доцільно використовувати для цієї мети шлях з дитиною в ясла і дитячий сад, також перші тижні відвідування дитиною школи (доцільно, щоб перші кілька тижнів батьки проводжали дитину в школу і зустрічали його, «відпрацювали» безпечний рух на цьому постійному маршруті дитини).

Звертайте увагу на оманливість і небезпеку пустельних вулиць. На вулицях, по яких їздять машини, діти часто влаштовують ігри поряд з проїжджою частиною, або навіть використовують проїжджу частину; не побачивши машин і не чуючи їх шуму кілька хвилин, діти частот виходять на проїжджу частину, не оглянувши її, інтуїтивно припускаючи, що «вулиця порожня». Тому пустельні вулиці з рідкісним порухом не менш небезпечні, ніж жваві.

Батька тих дітей, у яких є значні відхилення від норми по зору, і, зокрема, використовуються окуляри, необхідно враховувати, що при цьому спостереження і орієнтування дитини на вулиці різко ускладнюється.

Така дитина повинна бути ще більш уважною, так як вона може помилитися у визначенні відстані від машини і її швидкості, скоріше може не помітити машину. Бічний зір, що грає важливу роль для того, щоб помітити машини, що наближаються збоку, у дітей зі слабким зором і в окулярах набагато слабкіше, ніж у дітей з нормальним зором. Доцільно, щоб дитина в окулярах компенсувала брак бокового зору більш частим і ретельним поворотом голови і переглядом вулиці вліво і вправо, зокрема, в тих місцях, де можуть з'явитися машини, які виїжджають з правим поворотом з-за рогу.