

ОПАСНЫЕ ЗАБАВЫ

Часть 1

ЗИМА. Все с нетерпением ждем зимы. Зимой столько развлечений - можно покататься на санках и лыжах, коньках, порыбачить, поиграть в хоккей, зимние игры всегда приносят огромную радость. Чтобы прогулки прошли весело и не принесли никаких неприятных впечатлений – помните о правилах поведения и соблюдайте меры предосторожности!!!



Главная опасность на водоемах зимой – это тонкий лед.

Игры на замерзших водоемах являются опасными для детей.

Если под вами затрещал лед, не паникуйте, не бегите, а плавно перекачивайтесь в безопасное место.

Если лед провалился – нужно громко звать на помощь и пытаться выбраться, наползая или накатываясь на край льдины!



Правила перехода через реку на лыжах:

1. Если есть проложенная лыжня, то пересекай реку по этой лыжне.
2. Если лыжни нет, то идите по целине, но при этом крепления лыж отстегните, палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, рюкзак рекомендуется волочить за собой на веревке.
3. Если вы пересекаете реку группой, то расстояние между лыжниками должно быть не менее 5 метров.



Ура! Весна и ледоход!
Плывёт, плывёт по речке лёд...
Глядят ребята там и тут,
Как льдины по воде плывут.
Ну чем тебе не корабли!
Но нет! – не уходи с земли!
На лёд коварный не ступай,
Опасно это — так и знай!
Такой корабль перевернётся,
На части может расколоться
Иль унесёт на центр реки...
Весной от речки прочь беги!

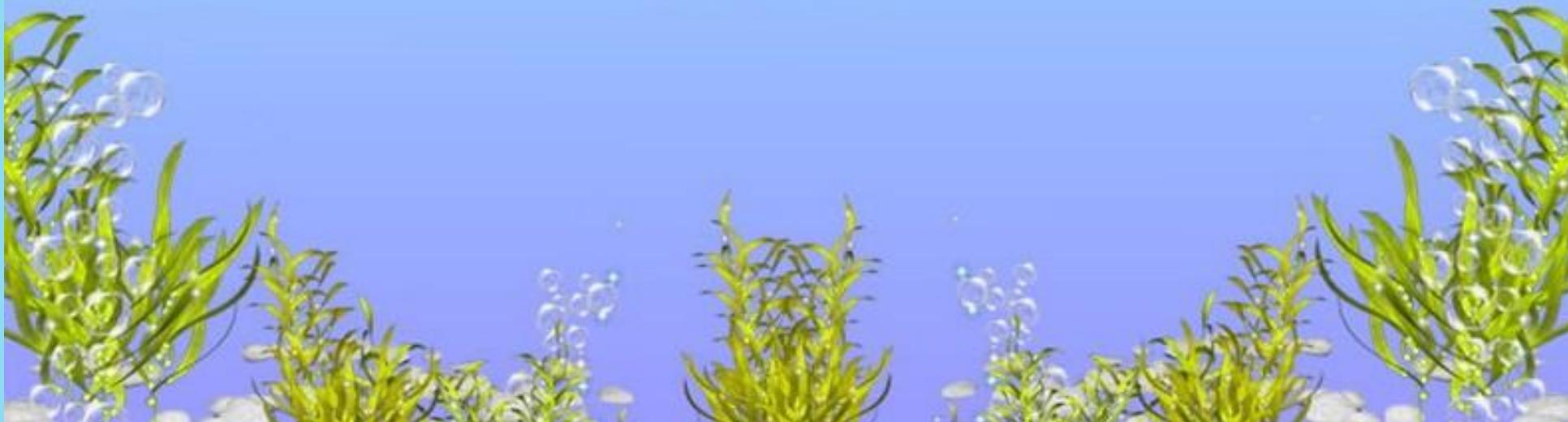


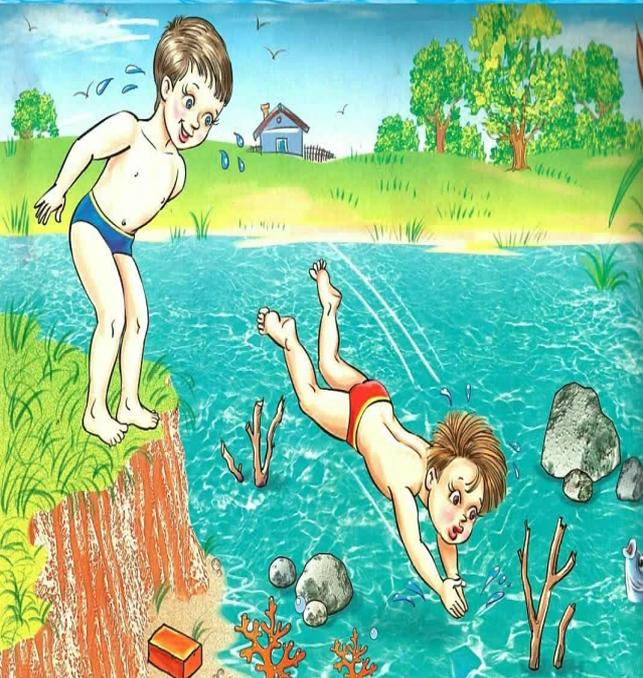
Наступило долгожданное лето – это прекрасная пора, которую любят и ждут все без исключения, и дети, и взрослые. Это самые длинные каникулы для детей, отпуск для родителей, время путешествий. В это время года можно купаться, загорать, собирать грибы и ягоду, кататься на роликах и велосипеде.



Купание и игры в воде – одно из главных
развлечений детей в летний период.

Солнце летнее печёт,
Жарит, словно печка,
А под горкою течёт
Голубая речка!
Как бы с горки поскорей
Кубарем скатиться
И от солнечных лучей
В реченьке укрыться!





Нельзя нырять в незнакомых местах, особенно с высоты и с разбегу, а также с непредназначенных для этого мест – склонов, обрывов, камней, деревьев.



Во время грозы нужно держаться подальше от водоемов, так как вода хороший проводник тока

ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ

Нельзя садиться на борт лодки, пересаживаться с одного места на другое, раскачивать лодку и нырять с нее.



Не используйте для плавания самодельные устройства.





Не оставляй в лесу зажженный костер!
Мы в лесу костёр зажгли,
Посидели и пошли.
А огонь не затушили,
«Сам погаснет» - мы решили.
Ветром пламя разметало,
И вокруг, как в печке стало.
До небес огонь поднялся
И за нами вслед погнался.
Гибнет лес, пропали звери -
Всех несчастий не измерить!

**Ребята, вам твердят не зря!
Играть со спичками нельзя!
Огонь опасен, к сожалению,
Для всех людей без исключения!**



На проезжей части
Не катайтесь, дети,
Ни на самокате,
Ни на велосипеде.



Это опасно для жизни



ОПАСНЫЕ ЗАБАВЫ

Часть 2

НАРКОМАНИЯ – болезнь XXI века

Наркотик в переводе
с греческого языка означает
«приводящий в оцепенение», «одурманивающий».

С каждым годом количество зависимых неуклонно растёт, причём подвержены наркомании чаще всего подростки и молодёжь, стремящиеся испытать новые ощущения, но вместо этого убивая своё будущее, разменивая его на поиск и прием психоактивных препаратов.



Пристрастие к наркотикам часто формируется у людей психологически незрелых, не умеющих отвечать за своё поведение, планировать и достигать своих целей. самостоятельно решать возникающие проблемы. Среди тех, кто поддается на уговоры попробовать наркотик, бытует ошибочное мнение, что они смогут остановиться, как только захотят.

Причины наркомании

К причинам возникновения наркотической зависимости можно отнести множество факторов, которые условно разделяют на несколько групп: социальные, физиологические, психологические и другие.

Социальная -

стремление не отделяться от компании сверстников, или же приблизиться к ребятам старшего возраста. Толчком для этого шага может стать скука, неуверенность в себе, потребность в самовыражении, желание облегчить общение или быть похожим на звезд экрана.

Психологическая - не умеющих отвечать за своё поведение, планировать и достигать своих целей. Неспособность самостоятельно решать возникающие внутренние проблемы, завышенные требования к своей жизни и окружающим людям приводят к постоянным разочарованиям, потерей веры в будущее и внутренними протестами. Корни психологических проблем обычно кроются в детстве.

Скажем **НЕТ...**



- **Жёсткое «НЕТ!»** с повышением тона голоса и решительным отстраняющим жестом.
- **Презрительное «НЕТ!»**, уходя от того, кто предлагает.
- **«НЕТ!» в форме обвинения** «Я же сказал «НЕТ!», ты что, слов не понимаешь?».
- **Спокойно-уверенное «НЕТ!»** и взгляд прямо в глаза тому, кто предлагает наркотики.
- **«НЕТ!»** «Это не для меня!»
- **«НЕТ!»** «Я знаю, чем это кончится. И ты знаешь».
- **«НЕТ!»** «Я собираюсь жить долго и не тороплюсь на тот свет».
- **Полное молчание**, сопровождающееся мимикой и жестами, не оставляющими сомнения в категоричности отказа.

Берегите себя!

Ваше здоровье, ваше
будущее – в ваших руках
и ТОЛЬКО ОТ ВАС ЗАВИСИТ,
какой путь вы для себя
выберете.

Здоровый образ жизни – наш выбор!



Ежедневная двигательная активность

*Быть здоровым - это модно!
Дружно, весело, задорно
Становитесь на зарядку
Организму - подзарядка!
Так же нужно закаляться*



Увлекательная прогулка

*На прогулку выходить
Свежим воздухом дышать
Кушать овощи и фрукты
Вот те добрые советы
Как здоровье сохранить!*



Полноценный сон



Правильное питание

Жизнерадостный настрой



«У кого есть здоровье, у того
есть надежда. У кого есть
надежда, у того есть все.»

Восточная мудрость