

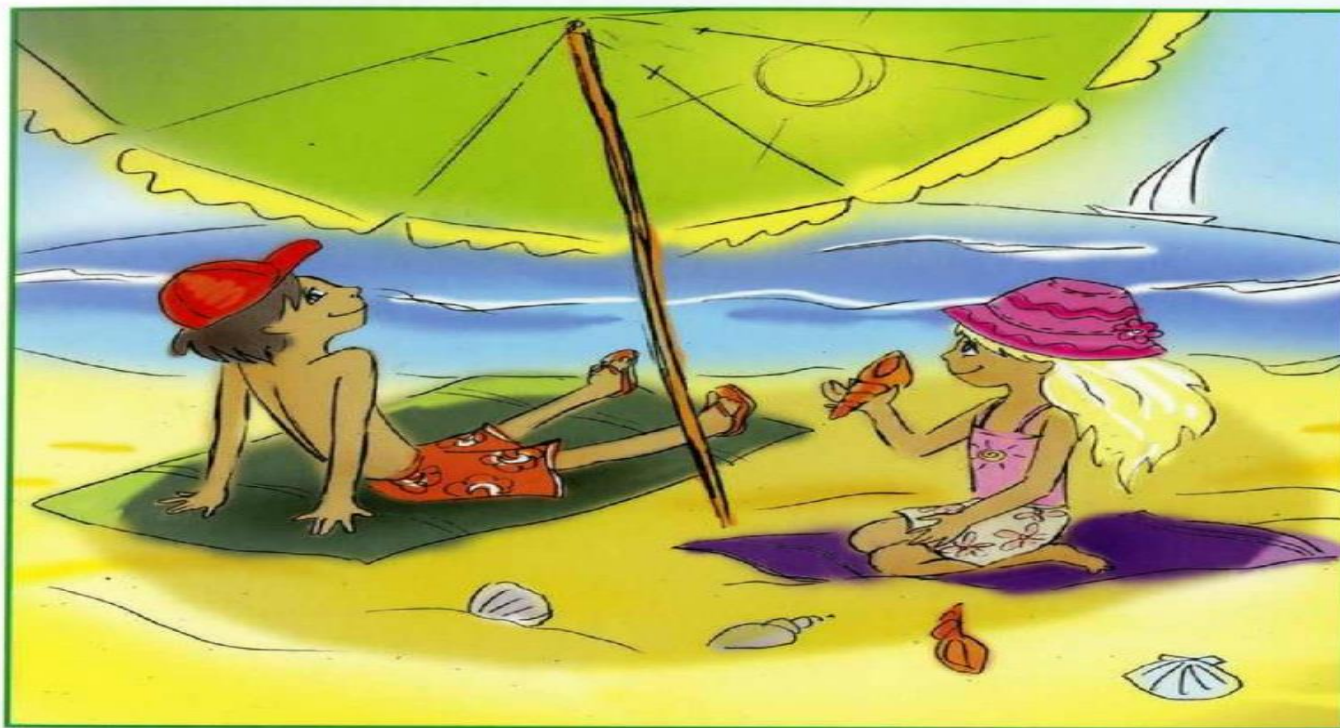
ЗАНЯТИЕ НА ТЕМУ: ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА СОЛНЦЕ

Объединение «Безопасность дошколят»
Программа «Азбука безопасности»
Педагог: Сигида Мария Сергеевна

**Лето всегда радует. В нем же хорошо все – тепло,
много зелени и цветов, солнечно и ясно, можно
купаться и...загорать.**



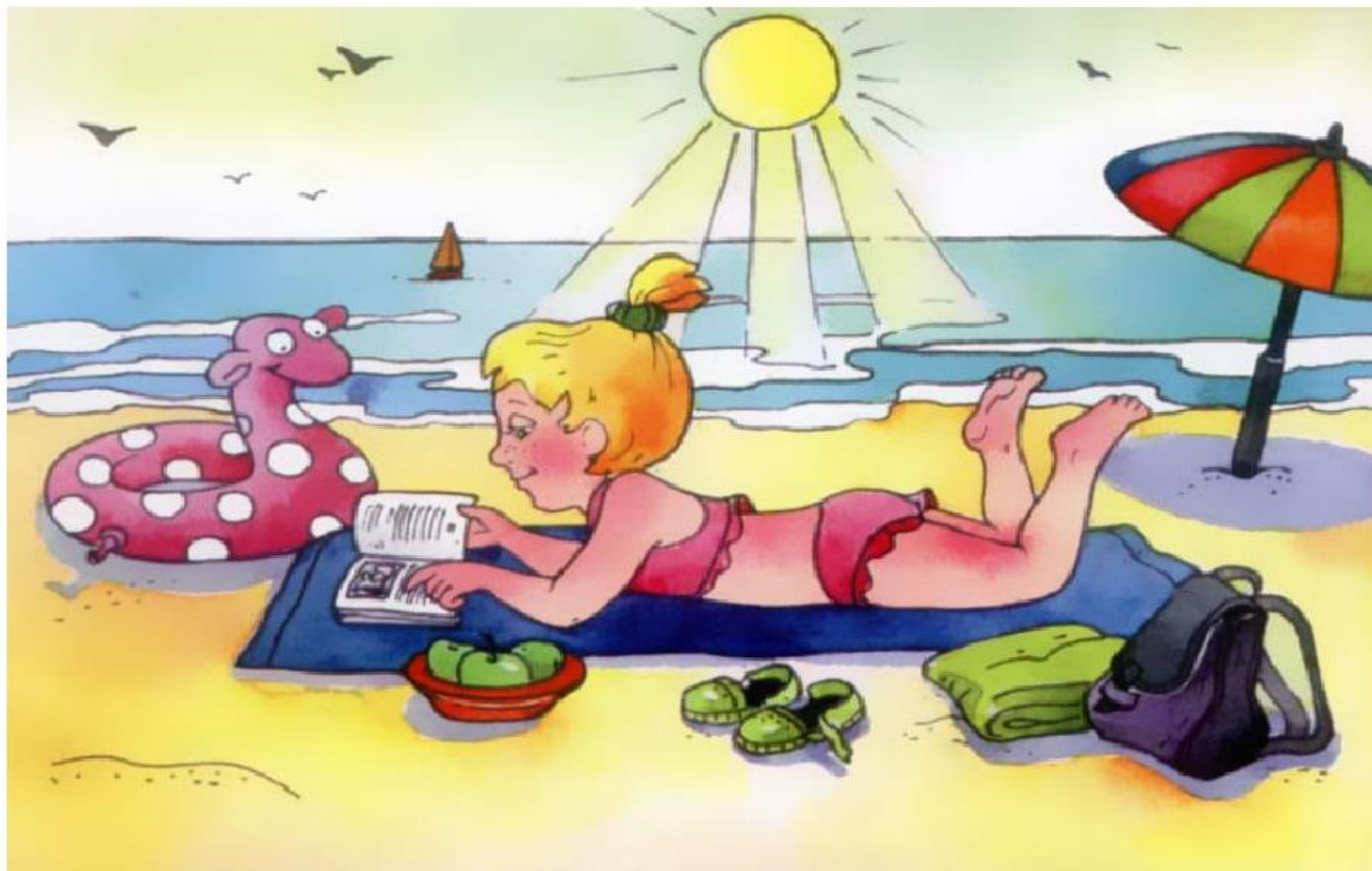
Правило 1



В жаркий день нужно находиться
в тени.

Правило 2

Не находишь долго на солнце!



Правило 3



**Всегда одевай головной
убор.**

Правило 4

КАК ПРАВИЛЬНО ЗАГОРАТЬ



ПРАВИЛЬНОЕ ВРЕМЯ
ДЛЯ ЗАГАРА – С 8 ДО 11 Ч.
И С 16 ДО 19 Ч.

ТЩАТЕЛЬНО
ВЫТИРАЙТЕСЬ
ПОСЛЕ КУПАНИЯ



ПОЛЬЗУЙТЕСЬ
СОЛНЦЕЗАЩИТНЫМ
КРЕМОМ

ПОСЛЕ ПЛЯЖА ПРИМИТЕ
ДУШ И ВОСПОЛЬЗУЙТЕСЬ
ЛОСЬОНОМ ПОСЛЕ ЗАГАРА



ЗАЩИЩАЙТЕ
ОТ СОЛНЦА
ГОЛОВУ
И ГЛАЗА

ПОЧАЩЕ
ПЕРЕВОРАЧИВАЙТЕСЬ



ЧЕМ БЛИЖЕ ВОДА,
ТЕМ ИНТЕНСИВНЕЕ
ЗАГАР

ПЕЙТЕ БОЛЬШЕ
ЖИДКОСТИ



Правило 5

Не забывай пить воду!



Правило 6

СИМПТОМЫ ТЕПЛОВОГО УДАРА

Расстройство сознания

Расширение зрачков

Отдышка, жажда, рвота

Температура больше 39,6°

Носовые кровотечения

Учащенный пульс

Мышечные боли

Сухая горячая кожа

СИМПТОМЫ СОЛНЕЧНОГО УДАРА

Сильные головные боли

Покраснение лица

Головокружение

Потемнение в глазах

Тошнота



**Запомни все правила
безопасного поведения на солнце и не
забывай их соблюдать!**

