**Памятка.**

**«Правила твоей безопасности, если ты один дома. Ты и компьютер**

**Техника безопасности и правила поведения учащихся на осенних каникулах»**

**В каникулярное время дети часто остаются дома одни. В целях личной безопасности (для села):**

- не открывать дверь незнакомому человеку;

- не оставлять ключ от дома (квартиры) в «потайном» месте;

- не вешать ключ себе на шею;

- при потере ключа немедленно сообщи об этом родителям;

- никогда не хвастайся новыми покупками.

**Техника безопасности при работе с компьютером.**

Длительная работа за компьютером может приводить к расстройствам состояния здоровья.

Располагайтесь перед компьютером так, чтобы экран монитора находился на расстоянии 50-70 см от глаз.

Каждые 5 минут старайтесь отводить взгляд от монитора и смотреть на что-нибудь находящиеся вдали.

Ноги ставьте на пол, одна возле другой, не вытягивайте их и не подгибайте.

Предплечья должны находиться на той же высоте, что и клавиатура.

В организации занятий важную роль играет их продолжительность, от которой зависят психофизиологические нагрузки. Для школьников младших классов продолжительность сеанса работы с компьютером не должна превышать 20 минут.

**Техника безопасности и правила поведения учащихся на осенних каникулах.**

1. Необходимо быть осторожным, внимательным на улице, при переходе дороги - соблюдать правила дорожного движения.

2. Запрещается разжигать костры на территории села и в посадках.  
3. Запрещается употреблять в пищу малознакомые и незнакомые грибы и ягоды.

4. Быть осторожным при контакте с электрическими приборами, соблюдать технику безопасности при включении и выключении телевизора, электрического утюга, чайника и т.д.

5. Соблюдать технику безопасности при пользовании газовыми приборами и печкой.

6. Соблюдать временной режим при просмотре телевизора и работе на компьютере.

7. Соблюдать технику безопасности при работе с колющими, режущими и рубящими инструментами.

9. Быть осторожным в обращении с домашними животными.