УВАЖАЕМЫЕ УЧАЩИЕСЯ И РОДИТЕЛИ!

Наступают  зимние каникулы  – пора отдыха, интересных дел, новых впечатлений. У вашего ребенка появится  больше свободного времени, а у вас – забот и тревог за их безопасность. Чтобы избежать непредвиденных ситуаций, убедительно просим вас позаботиться  о безопасности ваших детей. Помните, что в это время значительно увеличивается риск уличного и бытового травматизма. Организуйте безопасные каникулы своим детям.

**Правила безопасной прогулки**

При игре в снежки нельзя их бросать в голову.

Не стройте снежные тоннели, которые могут обвалиться.

Не ешьте снег и не грызите сосульки, а также не облизывайте металлические поверхности.

Не прыгайте в сугроб, ведь под снегом могут быть разбитые бутылки, камни, мусор.

**Безопасность при катании на санках, тюбингах**.

На горках нужно вести себя аккуратно и дисциплинированно, соблюдать очередь при спуске.

Убедитесь в безопасности горки, перед катанием внимательно изучите местность. Проследите за тем, чтобы горку не перекрывали деревья, кусты, столбы уличного освещения или заборы.

Категорически запрещается спускаться при наличии препятствий, вблизи автомобильного движения, водоемов.

Первый спуск делать медленно. При спуске обязательно держаться за ручки.

Не перекачивайте камеру тюбинга.

Запрещается спускаться на тюбинге с горок с трамплинами, прыгать с трамплинов на санках, так как это может привести к травмам.

Не катайтесь с горки стоя.

Правила безопасного поведения при гололеде

Подбирайте удобную, нескользящую обувь с подошвой на микропористой основе.

Помните, что необходимо смотреть под ноги, обходить замерзшие лужи, склоны, лестницы.

Не торопитесь бежать через проезжую часть, машина на скользкой дороге не сможет остановиться сразу.

Передвигаться нужно осторожно, наступая на всю подошву.

Во избежание падающей сосульки или обледенелой ветки нельзя ходить вблизи зданий и деревьев.

Если поскользнулись, необходимо присесть, чтобы снизить высоту падения и смягчить удар о землю, сгруппироваться и упасть на бок.

**Правила безопасного поведения на льду**

Соблюдайте элементарные правила безопасности на льду, помните, безопасным лед считается при толщине не менее 12 см.

Запрещается ходить по льду под мостами, рядом с любыми водными сооружениями, в местах впадения в водоем ручьев и рек.

Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).

Помните, что места для перехода и организованного отдыха специально обозначаются и постоянно контролируются, здесь ведется наблюдение за прочностью льда, а в случае возникновения опасности переход по льду закрывается.

При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне, или пользоваться ледовыми переправами. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.

Замерший водоем лучше перейти на лыжах, при этом: крепления лыж должны быть расстегнуты, чтобы при необходимости их можно было сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук.

Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалился.

Не выходите на лед в одиночку.

Если Вы передвигаетесь группой, то двигаться нужно друг за другом, сохраняя интервал не менее 5 - 6 метров, также необходимо быть готовым оказать помощь товарищу.

Не приближайтесь к тем местам, где растут деревья, кусты, камыши, торчат коряги, где ручьи впадают в реки, происходит сброс теплых вод с промышленных предприятий. Здесь наиболее вероятно провалиться под лед.

Не следует ходить рядом с трещинами или по участку льда, отделенному от основного массива несколькими трещинами.

Необходимо быстро покинуть опасное место, если из пробитой лунки начинает бить фонтаном вода.

Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется хоть немного воды – это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.

Выходя на лед, необходимо одеть легкую и теплую одежду, не стесняющую движение, а также обувь, без особых усилий снимающуюся с ног, и два полиэтиленовых пакета, а также следующее снаряжение: 2-3 метровый шест; веревка (не менее 15-25 метров); «спасалки» - это устройства, похожие на толстое шило и висящие на груди. Воткнув их в лёд, можно подтянуться и выбраться из воды.

**Безопасность на дороге**

Зимой день короче. Темнеет рано и очень быстро. В сумерках и в темноте значительно ухудшается видимость. В темноте легко ошибиться в определении расстояния, как до едущего автомобиля, так и до неподвижных предметов. Поэтому в сумерках и темноте будьте особенно внимательны. Переходите только по пешеходным переходам. А в случае их отсутствия — при переходе увеличьте безопасное расстояние до автомобиля.

В снегопады заметно ухудшается видимость, появляются заносы, ограничивается и затрудняется движение пешеходов и транспорта. Снег залепляет глаза пешеходам и мешает обзору дороги. Для водителя видимость на дороге тоже ухудшается. В такой ситуации водителю еще сложнее заметить пешехода!

Яркое солнце, как ни странно, тоже помеха. Яркое солнце и белый снег создают эффект бликов, человек как бы «ослепляется». Поэтому нужно быть крайне внимательным.

В снежный накат или гололед повышается вероятность  заноса автомобиля, и, самое главное — непредсказуемо удлиняется тормозной путь. Поэтому обычное (летнее) безопасное для перехода расстояние до машины нужно увеличить в несколько раз.

В оттепель на улице появляются коварные лужи, под которыми скрывается лед. Дорога становится очень скользкой! Поэтому при переходе через проезжую часть лучше подождать, пока не будет проезжающих машин. Ни в коем случае не бежать через проезжую часть, даже на переходе! Переходить только шагом и быть внимательным.

Зима — идеальное время для травматизма. Даже самые осторожные и уверенные в себе могут запросто оказаться в неприятной ситуации. Обезопасить себя в холодное время года можно и нужно!