

# ВАЖНЫЕ ПРАВИЛА ЗИМНИХ КАНИКУЛ



## Правила безопасного поведения школьников во время зимних каникул **(ТЕЛЕФОН ЭКСТРЕННОЙ СЛУЖБЫ 112)**

1. Соблюдай правила дорожного движения. В зимнее время на дороге больше опасностей. Будь осторожным и внимательным во время движения по дороге, особенно в вечернее время суток. Не забудь прикрепить к верхней одежде светоотражающую повязку.
2. Соблюдай правила личной безопасности на улице. Не стоит разговаривать с незнакомыми людьми, садиться в незнакомый транспорт. Нельзя подходить и трогать руками подозрительные предметы. В случае обнаружения подозрительных предметов в общественных местах, подъездах и т.д. необходимо сообщить взрослым, в полицию
3. Соблюдай правила культурного поведения в общественных местах. Соблюдай правила охраны жизни и здоровья во время новогодних мероприятий, не используй хлопушки, бенгальские огни, петарды и другие пиротехнические средства.

4. Соблюдай правила поведения, когда ты один дома. Будь осторожным при контакте с электрическими приборами, соблюдай правила безопасности при включении и выключении телевизора, электрического утюга, чайника и т.д.

4.1 Соблюдай временной режим при просмотре телевизора и работе на компьютере.

4.2 Необходимо осторожно обращаться с газовыми, предметами бытовой химии, лекарственными препаратами. Находясь один дома, не открывай дверь незнакомым людям.

4.3 Не играй с острыми, колющими и режущими, легковоспламеняющимися и взрывоопасными предметами.

4.4 Не употребляй лекарственные препараты без назначения врача, наркотики, спиртные напитки, не кури и не нюхай токсические вещества.

4.5 Соблюдай правила безопасности при обращении с животными дома и на улице.

5. Остерегайся гололёда, во избежание падений и получения травм.

5.1 Не играй вблизи зданий, с крыш которых свисает снег и лёд.

5.2 Необходимо быть осторожным, внимательным на улице, при переходе дороги, соблюдать правила безопасности при прогулках в лесу, вблизи водоемов.

5.3 Будь осторожным на льду. При недостаточной толщине (до 15 см) нельзя выходить на лёд. Запрещается пребывание на реке, водоеме в период зимних каникул. Необходимо осторожно обращаться с лыжами, коньками, санками. Кататься на санках, лыжах, коньках в незнакомых, непригодных для этого местах, – опасно.

5.4 При очень низкой температуре воздуха не рекомендуется выходить на прогулку во избежание обморожения кожи.

6. Необходимо заботиться о своем здоровье, проводить профилактические мероприятия против гриппа и простуды.

7. ЗАПРЕЩАЕТСЯ находиться на улице без сопровождения родителей после 22.00 часов

8. ЗАПРЕЩАЕТСЯ употреблять спиртные напитки, табачные изделия, наркотики и другие психоактивные вещества.

9. ЗАПРЕЩАЕТСЯ управлять транспортными средствами без соответствующих документов.

10. ЗАПРЕЩАЕТСЯ играть с открытым огнём.

11. ЗАПРЕЩАЕТСЯ организовывать и проводить игры вблизи проезжей части дороги, вблизи водоемов, на стройплощадках.

12. ЗАПРЕЩАЕТСЯ приобретать и использовать пиротехнические средства, представляющие угрозу для жизни и здоровья людей.

**Правила поведения детей в общественных местах во время проведения праздников, новогодних ёлок и в других местах массового скопления людей. В настоящее время в особых условиях проведение массовых мероприятий запрещено.**

- Если вы поехали на новогоднее представление с родителями, ни в коем случае не отходите от них далеко, т.к. при большом скоплении людей легко затеряться.
- В местах проведения массовых новогодних гуляний старайтесь держаться подальше от толпы, во избежание получения травм.

**Следует:**

- Подчиняться законным предупреждениям и требованиям администрации, полиции и иных лиц, ответственных за поддержание порядка, пожарной безопасности.
- Вести себя уважительно по отношению к участникам массовых мероприятий, обслуживающему персоналу, должностным лицам, ответственным за поддержание общественного порядка и безопасности при проведении массовых мероприятий.
- Не допускать действий, способных создать опасность для окружающих и привести к созданию экстремальной ситуации.
- Осуществлять организованный выход из помещений и сооружений по окончании мероприятий.
- При получении информации об эвакуации действовать согласно указаниям администрации и сотрудников правоохранительных органов, ответственных за обеспечение правопорядка, соблюдая спокойствие и не создавая паники.

**Правила поведения на дороге**

- Переходите дорогу только на зелёный сигнал светофора.
- Переходить дорогу можно только на пешеходном переходе, обозначенном специальным знаком и «зеброй».
- При переходе через дорогу на пешеходном переходе, не оборудованном светофором, следует не забывая сначала посмотреть направо, а, дойдя до середины дороги, налево.
- Не следует перебегать дорогу перед близко едущей машиной. Лучше подождать, когда она проедет. Водитель может не успеть затормозить, а вы можете неожиданно упасть, создавая тем самым аварийно опасную ситуацию, а также ситуацию опасную для вашей жизни и жизни водителя.
- Не забывайте, что при переходе через дорогу автобус следует обходить сзади.
- При проезде в пригородных поездах соблюдайте правила поведения; переходите железнодорожные пути в строго отведённых для этого местах.
- При пользовании общественным транспортом соблюдайте правила поведения в общественном транспорте, будьте вежливы, уступайте места пожилым пассажирам, инвалидам, пассажирам с детьми и беременным женщинам.

**Правила поведения на общественном катке**

Коньки нужно подбирать точно по ноге: только в этом случае голеностопные суставы получают хорошую поддержку, а вывихи и растяжения суставов будут практически исключены. Лучше всего надевать коньки на шерстяные носки. Шнуровать коньки нужно тщательно. Коньки должны сидеть плотно, но перетягивать шнуровку нельзя, иначе ноги онемеют. А потом смело вставайте на коньки и катайтесь в свое удовольствие.

**Во время нахождения на катке ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- Бегать, прыгать, толкаться, баловаться, кататься на высокой скорости, играть в хоккей, совершать любые действия, мешающие остальным посетителям.

- Бросать на лёд мусор или любые другие предметы. Пожалуйста, пользуйтесь мусорными баками.
- Приносить с собой спиртные напитки и распивать их на территории катка.
- Находиться на территории катка в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
- Портить инвентарь и ледовое покрытие.
- Выходить на лед с животными.
- Применять взрывчатые и легковоспламеняющиеся вещества (в том числе пиротехнические изделия).
- Проявлять неуважение к обслуживающему персоналу и посетителям катка.
- Во время катания на льду могут появляться трещины и выбоины. Во избежание неожиданных падений и травм будьте внимательными и аккуратными. В случае получения травмы незамедлительно сообщите об этом персоналу катка. Вам окажут помощь.
- Помните, что администрация катка не несет ответственности за рискованные ситуации, связанные с нарушением здоровья посетителей (травмы, ушибы и др.).

### **Правила пожарной безопасности во время новогодних праздников**

Во время новогодних праздников, помимо обычных правил пожарной безопасности следует соблюдать ещё несколько простых норм, которые позволят вам получить от выходных дней только положительные эмоции:

- Не украшайте ёлку матерчатыми и пластмассовыми игрушками.
- Не обкладывайте подставку ёлки ватой.
- Освещать ёлку следует только электрогирляндами промышленного производства.
- В помещении не разрешается зажигать бенгальские огни, применять хлопушки и восковые свечи. Помните, открытый огонь всегда опасен!
- Не следует использовать пиротехнику, если вы не понимаете, как ею пользоваться, а инструкции не прилагается, или она написана на непонятном вам языке.
- Нельзя ремонтировать и вторично использовать не сработавшую пиротехнику.
- Категорически запрещается применять самодельные пиротехнические устройства.
- Использовать пиротехнику только на специально отведённых местах.

### **Правила поведения зимой на открытых водоёмах**

- Не выходите на тонкий неокрепший лёд
- Места с темным прозрачным льдом более надежны, чем соседние с ним — непрозрачные, замерзавшие со снегом.
- Не пользуйтесь коньками на первом льду. На них очень легко въехать на тонкий, неокрепший лёд или в полынью.
- В случае крайней необходимости перехода опасного места на льду завяжите вокруг пояса шнур, оставив за собой свободно волоочащийся конец, если сзади движется товарищ. Переходите это место с большим шестом в руках, держа его поперек тела.
- Помогая провалившемуся под лёд товарищу, подавайте ему в руки пояс, шарф, палку и т. п. За них можно ухватиться крепче, чем за протянутую руку, к тому же при сближении легче обломить кромку льда.
- Попав случайно на тонкий лёд, отходите назад скользящими осторожными шагами, не отрывая ног ото льда.
- Не ходите с грузом за плечами по ненадежному льду. Если этого нельзя избежать, обязательно снимайте одну из лямок заплечного мешка, чтобы сразу освободиться от него в случае провала.
- При провале под лёд не теряйтесь, не пытайтесь ползти вперед и подламывать его локтями и грудью. Постарайтесь лечь "на спину и выползти на свой след, а затем, не вставая, отползти от опасного места.

### **При проламывании льда необходимо:**

- Избавиться от тяжёлых, сковывающих движения предметов.
- Не терять времени на освобождение от одежды, так как в первые минуты, до полного намокания, она удерживает человека на поверхности.
- Выбираться на лёд в месте, где произошло падение.
- Выползть на лёд методом «вкручивания», т.е. перекатываясь со спины на живот.
- Втыкать в лёд острые предметы, подтягиваясь к ним.
- Удаляться от полыни ползком по собственным следам

Особенно опасен тонкий лёд, припорошенный снегом.

Следует помнить, что наиболее продуктивные – это первые минуты пребывания в холодной воде, пока ещё не намокла одежда, не замёрзли руки, не развились характерные для переохлаждения слабость и безразличие. Оказывать помощь провалившемуся под лёд человеку следует только одному, в крайней мере двум его товарищам. Скапливаться на краю полыни не только бесполезно, но и опасно.

Во время загородных пеших или лыжных прогулок нас может подстерегать такие опасности как переохлаждение и обморожения

Морозы при сильном ветре, длительное воздействие низких температур вызывают обморожение, и часто сильное. Обморожение возможно и при небольшой температуре, но при повышенной влажности, а также, если на человеке мокрая одежда. Чаще всего страдают пальцы рук, ног, ушные раковины, нос и щёки.

#### ***Признаки переохлаждения:***

- озноб и дрожь;
- нарушение сознания (заторможенность и апатия, бред и галлюцинации, неадекватное поведение);
- посинение или побледнение губ;
- снижение температуры тела.

#### ***Признаки обморожения конечностей:***

- потеря чувствительности;
- кожа бледная, твёрдая и холодная наощупь;
- нет пульса у лодыжек;
- при постукивании пальцем слышен деревянный звук.

#### ***Первая помощь при переохлаждении и обморожении:***

- Доставить пострадавшего в помещение и постараться согреть. Лучше всего это сделать с помощью ванны, температура воды в которой должна быть от 30 до 40 градусов (в случае обморожения конечностей, сначала опускают их в воду с температурой 20 градусов и за 20-30 минут доводят температуру воды до 40 градусов).
- После согревания, следует высушить тело, одеть человека в сухую тёплую одежду и положить его в постель, укрыв тёплым одеялом.
- Дать тёплое сладкое питьё или пищу с большим содержанием сахара.

#### ***При обморожении нельзя:***

- Растирать обмороженные участки тела снегом.
- Помещать обмороженные конечности сразу в тёплую воду или обкладывать тёплыми грелками.
- Смазывать кожу маслами.

**При соблюдении всех этих несложных правил надеемся, что каникулы ваши пройдут весело, разнообразно и не принесут никаких неприятных ощущений.**

**ВСЕМ БЕЗОПАСНЫХ ЗИМНИХ КАНИКУЛ!  
БЕРЕГИТЕ СЕБЯ, НЕ РИСКУЙТЕ НАПРАСНО!**