**ПАМЯТКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**«Правила безопасного поведения во время зимних каникул»**

**Памятка по правилам поведения во время зимних каникул разработана с целью предупреждения несчастных случаев и сбережения здоровья детей**

**Общие правила поведения на зимних каникулах**

* В период зимних каникул в случае гололёда не спешить при ходьбе, не обгонять прохожих. При падении стараться упасть на бок, не нужно хвататься за окружающих;
* Необходимо строго соблюдать настоящие правила безопасного поведения во время зимних каникул, быть внимательным и осторожным на проезжей части дороги, соблюдать правила дорожного движения;
* В общественном транспорте быть внимательным и осторожным при посадке и выходе, на остановках;
* Не вести беседу с посторонними (незнакомыми) людьми. Не реагировать на знаки внимания и приказы незнакомца. Не разрешается уходить с посторонними лицами;
* Не нужно играть в тёмных местах, на свалках, стройплощадках, пустырях и в заброшенных зданиях, рядом с железной дорогой и автомагистралью;
* Всегда ставить в известность родителей, куда идёшь гулять;
* Запрещается без сопровождения взрослых и разрешения родителей уходить к водоёмам (рекам, озерам, водохранилищам) и в лес, уезжать в другой населенный пункт;
* На зимних каникулах необходимо тепло одеваться в соответствии с погодными условиями;
* Играя в снежки, не бросать в лицо и в голову;
* Не разрешается ходить вдоль зданий – возможно падение снега и сосулек;
* Не дразнить и не гладить уличных собак и других животных;
* Находясь дома во время каникул, быть внимательным при обращении с острыми, режущими, колющими предметами и электронагревательными приборами; запрещается играть со спичками, зажигалками и т.п. Строго соблюдать правила пожарной безопасности!

**Правила поведения детей в общественных местах во время проведения новогодних праздников**

* При посещении новогодних представлений с родителями, ни в коем случае не отходите от них далеко, т.к. при большом скоплении людей можно легко затеряться в толпе;
* В местах проведения массовых новогодних гуляний старайтесь помнить данные правила поведения детей на зимних каникулах, держаться подальше от толпы людей, во избежание получения травм;
* В местах массового скопления людей необходимо:

• прислушиваться к законным предупреждениям и требованиям администрации, полиции и иных лиц, ответственных за поддержание порядка, пожарной безопасности;

• вести себя уважительно по отношению ко всем участникам массовых мероприятий, обслуживающему персоналу, должностным лицам, ответственным за поддержание общественного порядка и безопасности при проведении массовых мероприятий;

• не допускать действий, которые способны образовать опасность для окружающих и привести к созданию экстремальной ситуации;

• выполнять организованный выход из помещений и сооружений по окончанию мероприятий;

• при получении информации об эвакуации нужно следовать согласно указаниям администрации и сотрудников правоохранительных органов, ответственных за обеспечение правопорядка, соблюдая спокойствие и не создавая паники

**Правила пожарной безопасности во время новогодних праздников**

* Не используйте на новогодних праздниках одежду с наличием ваты и марли;
* В помещении запрещается зажигать бенгальские огни, применять хлопушки и восковые свечи. Помните, открытый огонь всегда опасен!
* Не разрешается использовать пиротехнику, если вы не знаете, как ею пользоваться, а инструкции не прилагается, или она написана на непонятном вам языке;
* Не украшайте ёлку матерчатыми и пластмассовыми игрушками, так как они очень быстро возгораются;
* Не обкладывайте подставку ёлки ватой;
* Освещать ёлку необходимо только электрогирляндами промышленного производства;
* Нельзя ремонтировать и вторично эксплуатировать не сработавшую пиротехнику;
* Категорически запрещается использовать самодельные пиротехнические устройства!

**Правила поведения на водоёмах зимой для детей**

* Ни в коем случае не выходите на тонкий неокрепший лёд;
* Места, которые с темным прозрачным льдом более надежны, чем соседние с ним — непрозрачные, замерзавшие со снегом;
* Не катайтесь на коньках с появлением первого льда. 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 волочащийся конец, если сзади передвигается товарищ. Переходите это место с большим шестом в руках, держа его поперек себя;
* Оказывая помощь 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 и можно тоже провалиться под лёд;
* Если случайно попали на тонкий лёд, отходите назад скользящими осторожными шагами, не отрывая ног ото льда;
* Не ходите с грузом за плечами по неокрепшему льду. Если этого нельзя избежать, обязательно снимайте одну из лямок заплечного мешка, чтобы сразу освободиться от него в случае провала;
* При провале под лед не паникуйте, не пытайтесь ползти вперед и подламывать его локтями и грудью. Попробуйте лечь "на спину и выползти на свой след, а затем, не вставая, отползти от опасного места;
* При проламывании льда необходимо:

• освободиться 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 воды;

• пробовать выбираться на лёд в месте, где произошло падение;

• выползать на лёд методом «вкручивания», другими словами перекатываясь со спины на живот;

• втыкать в лёд любые острые предметы, подтягиваясь к ним;

• удаляться от полыньи ползком по собственным следам.

* Следует не забывать, 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 беспомощность. Оказывать помощь провалившемуся под лёд человеку следует только одному, в крайней мере двум его товарищам. Скапливаться на краю полыньи не только бесполезно, но и очень опасно;
* Во время загородных пеших или лыжных прогулок вас 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 это может произойти при повышенной влажности, а также, если на человеке мокрая одежда. Зачастую страдают пальцы рук, ног, ушные раковины, нос и щёки;
* **Признаки переохлаждения:**

• появление озноба и дрожи;

• нарушение сознания (заторможенность и апатия, бред и галлюцинации, неадекватное поведение);

• посинение или побледнение губ;

• снижение температуры тела.

* **Признаки обморожения конечностей:**

• потеря малейшей чувствительности;

• кожа бледная, твёрдая и холодная на ощупь;

• нет пульса у лодыжек;

• при постукивании пальцем слышен деревянный звук.

* **Оказание первой медицинской помощи при переохлаждении и обморожении:**

• доставить пострадавшего в помещение и постараться быстрее его согреть;

• лучше всего согревать при помощи 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 постепенно доводят температуру воды до 40 градусов).

• после согревания, следует хорошо высушить тело, одеть человека в сухую тёплую одежду и положить его в постель, укрыв тёплым одеялом;

• сделать 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 же обкладывать тёплыми грелками;

• наносить на кожу масла.

**Правила безопасного поведения на катке при катании на коньках**

* Коньки должны удобно располагаться на ноге и нигде не должны давить. Нога в ботинке не должна быть зажата, но и не должна сильно бултыхаться, иначе вы будете падать. Шнуровать нужно как можно крепче, чтобы вы чувствовали себя стоя на них уверенно;
* Одежда должна быть тёплой и не создавать чувство тяжести. Вы должны себя ощущать комфортно в ней. Волосы лучше собрать в хвостик, чтобы они не мешали и не лезли вам в глаза. Также желательно, если вы катаетесь на улице, иметь на голове лёгкую шапку;
* При падении на льду нужно следовать особенным мерам предосторожности. Не желательно падать назад, так есть возможность себе что-нибудь повредить или отбить. Если чувствуете, что сейчас упадёте, то старайтесь падать на бок или вперёд рыбкой, при этом голова должна всегда быть направлена в противоположную сторону от стороны падения. Если рядом с вами катаются другие люди, старайтесь падать так, чтобы лезвия ваших коньков не были направлены в их сторону. Иначе вы можете их задеть и сильно поранить. На скорости лезвия конька могут причинить очень глубокую рану из-за своей остроты;
* Когда выходите на лёд придерживайтесь бортика. Главное не спешите. Избегайте столкновения с другими участниками.
* Прежде чем начать кататься, удостоверьтесь, что состояние ледового покрытия хорошее. Не должно быть никаких ямок и бугорков. Это тоже может привести к падениям и получению серьёзных травм;
* **Во время нахождения на катке запрещается:**

• бегать, прыгать, толкаться, баловаться, кататься на высокой скорости, совершать любые действия, которые могут мешать остальным посетителям;

• бросать на лёд мусор или любые другие предметы;

• повреждать инвентарь и ледовое покрытие;

• выходить на лед с любыми животными;

• использовать взрывчатые и легковоспламеняющиеся вещества (в том числе пиротехнические изделия).

* В случае получения травмы незамедлительно сообщите об этом работникам катка. Вам окажут необходимую помощь.

**Правила безопасности при катании на санках**

* Одеваться для катания с горки на санках будет лучше всего в «дутые» синтепоновые куртки и штаны, поскольку эта легкая одежда не позволит сильно вспотеть, а при падении сможет максимально смягчить удар. Обувь для катания на санках лучше подбирать удобную и прочную, со специальной прорезиненной подошвой. Руки должны защищать толстые перчатки, а голову – шапка, на крутых склонах могут понадобиться ветрозащитные очки и шлем. На посадочное место санок рекомендуется постелить что-то тёплое и мягкое;
* Прежде чем начать спуск с горки, внимательно осмотрите ее на предмет наличия ям, бугров, торчащих кустов и камней;
* Категорически запрещается нарушать инструкцию по правилам безопасного поведения на зимних каникулах, спускаться с горки, которая заканчивается проезжей частью дороги, водоёмом, забором;
* Не привязывайте санки к автотранспортным средствам, а также несколько санок между собой, создавая паровозик;
* Нельзя кататься с горок с трамплинами, так как при приземлении можно травмироваться;
* Не разрешается кататься с горки на ногах – это чревато получением серьёзной травмы;
* При спуске на санках с горки нужно крепко держаться руками;
* Не съезжайте с горки, если предыдущий ребёнок не отошёл в сторону;
* Не задерживайтесь внизу после того, как съехали, а быстрее отходите с санками в сторону;
* Не перебегайте ледяную дорожку, по которой спускаются люди на санках, можно поскользнуться и упасть под ноги съезжающим с горки и получить травму;
* Не нужно подниматься по ледяной дорожке для спуска на санках. Необходимо подниматься на горку достаточно далеко от нее, чтобы не задеть своими санками съезжающих людей и самому не оказаться под их санками;
* Запрещается съезжать головой, спиной вперед, а также на животе. Всегда необходимо смотреть только вперед как при спуске, так и при подъёме;
* Если уйти от столкновения не получается (на пути человек, дерево и т.д.) необходимо постараться завалиться набок на снег или откатиться в сторону от ледяной поверхности спуска