***Техника безопасности на зимние каникулы для школьников***

Зимние каникулы – долгожданное время отдыха и развлечений. Чтобы они прошли без неприятностей и травм, важно соблюдать правила безопасности. Этот подробный гайд поможет школьникам и их родителям подготовиться к зимним приключениям.

***I. Безопасность на улице:***

Осторожно на льду:

Замерзшие водоемы: Никогда не выходите на тонкий лед рек, озер, прудов и других водоемов. Лед может быть непрочным и проломиться под вашим весом. Особенно опасны места с быстрым течением, родниками, стоками теплой воды и растительностью.

Проверка льда: Если необходимо пересечь лед, убедитесь, что он достаточно толстый (не менее 7 см для одного человека) и имеет однородную структуру. Лучше всего передвигаться по проложенным тропам.

Катки: Катайтесь на коньках только на специально оборудованных катках. Избегайте стихийных катков на водоемах, даже если кажется, что лед прочный.

Одежда по погоде:

Многослойность: Одевайтесь тепло и многослойно. Это позволяет сохранять тепло эффективнее и регулировать температуру тела, снимая или добавляя слои одежды.

Защита от ветра и влаги: Верхняя одежда должна быть непромокаемой и ветрозащитной.

Шапка, шарф, варежки: Обязательно носите шапку, шарф и варежки, чтобы защитить голову, шею и руки от холода. Варежки сохраняют тепло лучше перчаток.

Обувь: Обувь должна быть непромокаемой, теплой и на нескользкой подошве, чтобы предотвратить падения на льду.

Осторожно с сосульками:

Опасные зоны: Не ходите под крышами домов, с которых могут упасть сосульки. Обращайте внимание на ограждения и предупреждающие знаки.

Взгляд вверх: Периодически осматривайте карнизы зданий, чтобы убедиться в отсутствии опасности.

Видимость на дороге:

Светоотражатели: В темное время суток обязательно носите светоотражающие элементы на одежде, рюкзаке или сумке. Это позволит водителям видеть вас издалека.

Пешеходные переходы: Переходите дорогу только по пешеходному переходу и на зеленый сигнал светофора. Перед тем как перейти дорогу, убедитесь, что все автомобили остановились.

Игры на улице:

Безопасное место: Не играйте вблизи проезжей части, железнодорожных путей, строек и других опасных объектов.

Снежки: Будьте внимательны во время игр в снежки – не бросайте в лицо и голову. Не используйте твердые или ледяные снежки.

Санки, лыжи, сноуборд: Катайтесь на санках, лыжах и сноуборде только в безопасных местах, вдали от деревьев, дорог, водоемов и других препятствий. Используйте специально оборудованные склоны и трассы.

Незнакомцы:

Осторожность и бдительность: Не разговаривайте с незнакомцами и не уходите с ними. Не принимайте от них подарки или угощения.

Крик о помощи: Если незнакомец пытается вас увести, громко кричите и зовите на помощь.

Мобильный телефон:

Связь с родителями: Всегда берите с собой заряженный мобильный телефон и сообщайте родителям, куда вы идете, с кем и когда планируете вернуться.

***II. Безопасность дома:***

Электроприборы: Не оставляйте включенными электроприборы без присмотра. Выключайте их из розетки, когда уходите из дома или ложитесь спать. Не прикасайтесь к электроприборам мокрыми руками.

Газ: Если у вас газовая плита, убедитесь, что вы знаете, как правильно ей пользоваться. Не играйте с огнем и спичками. В случае запаха газа немедленно сообщите взрослым и откройте окна.

Лекарства и бытовая химия: Храните лекарства и бытовую химию в недоступном для детей месте, в закрытых шкафах. Не пробуйте на вкус никакие вещества.

Один дома: Если вы остаетесь дома одни, не открывайте дверь незнакомым людям. В случае чрезвычайной ситуации звоните по номеру 112 или родителям.

***III. Активный отдых:***

Горки: Катайтесь с горок только в специально отведенных и безопасных местах. Не катайтесь стоя, на корточках или головой вперед. Убедитесь, что на пути нет препятствий.

Лыжи и сноуборд: Если вы катаетесь на лыжах или сноуборде, используйте защитный шлем, налокотники и наколенники. Не катайтесь в одиночку и выбирайте трассы, соответствующие вашему уровню подготовки.

Коньки: Надевайте защитную экипировку при катании на коньках: шлем, налокотники, наколенники.

***IV. Общие рекомендации:***

Информирование родителей: Всегда сообщайте родителям о своих планах, куда и с кем вы идете.

Зона безопасности: Не уходите далеко от дома без разрешения взрослых.

Экстренные службы: В случае любой опасности звоните по номеру 112. Запомните этот номер!

*Соблюдение этих правил поможет вам провести зимние каникулы безопасно и получить максимум удовольствия!*