

Ежегодно с наступлением зимы любимой забавой для детей становится катание с горок, но надо помнить, что не все горки являются безопасными.

Правила безопасного поведения на горках **(памятка для обучающихся)**

- нельзя съезжать с горы, пока не ушел в сторону предыдущий ребенок;
- нельзя сидеть и ждать, когда съехал, а поскорее отползти в сторону;
- **категорически нельзя** кататься с горки, выходящей на проезжую часть;
- категорически нельзя с ЛЕДЯНОЙ горки съезжать на металлических санках или снегокатах. На ледяной горке этот транспорт **неуправляемый!**
- не нужно пытаться поймать съезжающего ребенка (своего друга) на середине горки;
- при подъеме желательно отходить от самой горки на безопасное расстояние;
- если видишь, что не можешь уйти от столкновения и на твоём пути человек, дерево и т. д., то надо заваливаться на бок, откатиться в сторону от ледяной поверхности (на снегу быстрее и проще затормозить);
- если съезжаешь на санках или снегокате с горки, то лучше заваливаться вбок (с санками или снегокатом), чем врезаться во что-нибудь.

Хорошо кататься зимой с горок на санках. Горки скользкие и санки быстро мчат по снегу, который уже превратился в ледяную горку. Ребята специально готовили такую горку, специально для катания готовили из снежной горы – ледяную. Плохо только, что такие же ледяные дорожки они раскатывают и в местах, где ходят прохожие. Попадает на скользкую дорожку старый человек, маленький ребёнок или чья-то мама, сестра и падают. Пройти по таким местам бывает очень сложно. Нередко такие падения оканчиваются тяжёлым травматизмом. Больно и тяжело тогда этим людям в период лечения. И хорошо, если человек не останется инвалидом на всю жизнь. А ведь ребята, которые готовят такие дорожки, совершенно не задумываются о людях, находящихся рядом.

Если ты хочешь приготовить такую дорожку, чтобы с друзьями покататься, то делай её, пожалуйста, не в местах движения людей, не для прохожих!

Гололедица – это слой плотного льда, образующийся на поверхности земли и на окружающих человека предметах при замерзании переохлаждённых капель дождя или тумана при небольшой отрицательной температуре окружающего воздуха.

Гололедица представляет непосредственную опасность жизни и здоровью людей, безопасному движению транспортных средств по дорогам.

Внимание во время гололёда всегда должно быть направлено и на проезжую часть дороги. В это время особенно **опасно переходить дорогу в любом месте.** Обязательно необходимо пользоваться подземными переходами: именно там безопаснее всего для тебя. Если же нет подземного перехода в том месте, где необходимо перейти дорогу, то надо пройти до светофора и **пользоваться правилами перехода улицы по светофору**, помня, что *тормозной путь машин намного удлиняется при гололёде*. Будь внимателен! Помни, водителю трудно сразу остановить свою машину. И даже если он вовремя нажал на тормоз и колёса остановились, и уже не крутятся, то в гололёд она продолжает скользить с такой же высокой скоростью по инерции и не скоро ещё остановится. Переходя дорогу надо быть предельно внимательным и не разговаривать. Внимательно наблюдать за дорогой и идущим транспортом. Об этом надо помнить самим и напоминать тем, кто забывает об опасности ледяной трассы.

С наступлением холодов значительно увеличивается количество уличных травм, связанных с гололёдом: ушибы, вывихи и переломы. По данным медиков, в такие дни количество пострадавших увеличивается в 2 раза.

Чтобы не попасть в число пострадавших, надо выполнять следующие **правила**:

- Обратите внимание на свою **обувь**: подберите нескользящую обувь с подошвой на микропористой основе. Модницам рекомендовано отказаться от высоких каблуков.
- Смотрите себе под ноги, старайтесь обходить опасные места. Если ледяную «лужу» обойти невозможно, то передвигайтесь по ней, как лыжник, небольшими скользящими шажками.
- **Будьте предельно внимательным на проезжей части дороги**: не торопитесь, и тем более не бегите.
- Старайтесь обходить все места с наклонной поверхностью.
- Наступать следует на всю подошву, ноги слегка расслабить в коленях.

- Руки по возможности должны быть свободны, старайтесь не носить тяжелые сумки, не держите руки в карманах — это увеличивает вероятность падения.

Пользуясь этими нехитрыми правилами человек, сможет обезопасить себя в зимний период времени, когда на дорогах гололёд.

- **Если Вы поскользнулись**, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю. Не пытайтесь спасти вещи, которые несёте в руках. Не торопитесь подняться, осмотрите себя, нет ли травм, попросите прохожих людей помочь тебе. Помните: особенно опасны падения на спину, вверх лицом, так как можно получить сотрясение мозга. При получении травмы обязательно обратитесь к врачу за оказанием медицинской помощи.