



Безопасность несовершеннолетних в зимние каникулы

Зимние каникулы — время радости и активного отдыха. Однако, чтобы избежать опасностей, важно соблюдать правила безопасности. Холодная погода и зимние развлечения требуют осторожности. Узнайте, как сделать каникулы веселыми и безопасными!

Общие правила безопасного поведения зимой

Теплая одежда

Многослойность, шапки, шарфы, перчатки и водонепроницаемая обувь защищают от переохлаждения и болезней.

Осторожно на дорогах

Используйте светоотражающие элементы, ходите по тротуарам и будьте внимательны на скользких дорогах.

Питание

Горячая пища и напитки поддержат тепло и энергию. Избегайте употребления снега.

Отдых

Делайте регулярные перерывы, отдыхайте в тепле и не перегружайте себя физической активностью.



Общие правила при спусках на горках

Выбираем горку

- Без препятствий (деревьев, кустов).
- С защитным ограждением.
- Плотный и ровный снег.
- Убедитесь, что на горке нет других людей.

Спуск и подъем

- Спускайтесь по одному, по очереди.
- Поднимайтесь по специально отведенной тропинке.
- Уважайте очередь, не обгоняйте.

Одежда и экипировка

- Яркая и заметная одежда.
- Используйте шлем, налокотники, наколенники.
- На ледянке держитесь за края, не садитесь спиной вперед.



Безопасность на ледянке, санках, снегокатах, тюбингах

Ледянка

Выбирайте горки без резких поворотов. Садитесь лицом вперед. Контролируйте скорость.

Санки

Садитесь лицом вперед, крепко держитесь. Не отпускайте веревки. Проверяйте состояние санок.

Снегокат

Катайтесь на специальных трассах. Избегайте резких маневров. Используйте тормоза.

Тюбинг

Используйте оборудованные горки. Не превышайте скорость. Не катайтесь вдвоем. Избегайте столкновений.

Правила безопасного катания



Осторожно на поворотах

Плавные движения, замедление перед поворотами.
Сигнализируйте другим катальщикам.

Правильное расположение

Садитесь лицом вперед, в центре снаряда. Не садитесь спиной к движению. Убедитесь, что товарищи сидят правильно.

Контроль скорости

Регулярно проверяйте скорость. Избегайте столкновений.
Готовьтесь к остановке заранее.

Безопасность на коньках и поведение на катке



Осторожность

Будьте внимательны к окружающим, не катайтесь слишком быстро, соблюдайте дистанцию.



Помощь

Не стесняйтесь просить о помощи. Не катайтесь без подготовки. Учитесь у опытных.



Здоровье

Не катайтесь при плохом самочувствии. Одевайтесь тепло. Делайте перерывы для отдыха.



Правила безопасного катания на лыжах

Подготовка

Закрепите лыжи, используйте шлем. Выбирайте трассы по уровню.

Остановка

Используйте лыжные палки, останавливайтесь плавно. При падении откатитесь в сторону.

Обучение

Возьмите уроки у инструктора. Наблюдайте за другими лыжниками.

Спуск

Спускайтесь плавно, не обгоняйте без необходимости. Оценивайте окружение.

Проверка оборудования

Убедитесь в исправности лыж, креплений, ботинок. Подбирайте оборудование по уровню.

Выбирайте склоны

Начинайте с простых маршрутов, постепенно переходите к сложным.



Безопасность на водоемах и льду

Проверяйте лед

Толщина не менее **10** см. Учитывайте погодные условия. Обращайте внимание на знаки.

Будьте осторожны

Не бегайте и не прыгайте. Передвигайтесь медленно и плавно. Оценивайте окружение.

Не ходите в одиночку

Всегда будьте в компании. Следите за детьми. Обсуждайте ситуацию с группой.

Действия в экстременных ситуациях

Не бегите к месту происшествия. Подайте сигнал о помощи. Используйте длинные предметы.

Правила использования пиротехнической продукции

Взрослые

Запуск только
совершеннолетними.
Безопасная дистанция (30-50 м).

Убедитесь, что зрители в
безопасности.

Место

Только на специально
отведенных площадках. Вдали
от легковоспламеняющихся
предметов. Имейте
огнетушитель.

Инструкции

Обязательно читайте инструкции. Соблюдайте меры
предосторожности. Используйте защитные средства.



Заключение и рекомендации

Безопасность – самое главное! Соблюдение правил и внимательность сделают зимние каникулы радостными и без неприятностей.

- Убедитесь, что все члены семьи знают правила безопасности.
- Регулярно напоминайте детям о важности их соблюдения.
- Будьте внимательны и не игнорируйте потенциально опасные ситуации.

Пусть веселье и радость будут в гармонии с безопасностью.
Желаем всем безопасных и незабываемых зимних каникул!

