



# Рекомендации по безопасности

Кататься лучше на специально подготовленных трассах:

- ✓ уклон таких трасс не должен превышать 20 градусов;
- ✓ на них не должно быть никакой растительности;
- ✓ они оборудованы специальными желобами, которые предотвращают выезд за пределы трассы.

ВАТРУШКИ И САНКИ

РЕКОМЕНДАЦИИ



# ЗИМНИЙ ОТДЫХ: правила безопасности





# Рекомендации по безопасности

Кататься лучше на специально подготовленных трассах:

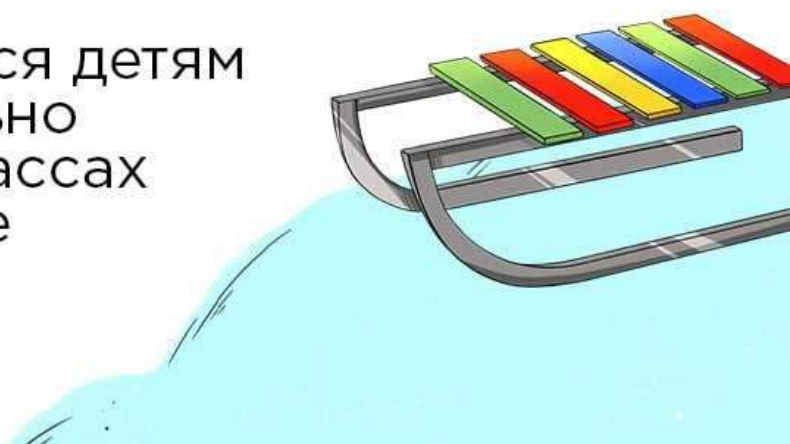
- ✓ уклон таких трасс не должен превышать 20 градусов;
- ✓ на них не должно быть никакой растительности;
- ✓ они оборудованы специальными желобами, которые предотвращают выезд за пределы трассы.



# Какие правила нужно запомнить?

**!** *Детям лучше кататься под присмотром родителей.*

- 1** | Между санками и ватрушкой отдавайте предпочтение санкам
- 2** | Научите ребёнка правильно падать с движущихся санок, чтобы избежать травм
- 3** | Разрешайте кататься детям только на специально оборудованных трассах с уклоном не более 20 градусов





# Какие правила нужно запомнить?

- 4** | Объясните ребёнку, почему опасно кататься «паровозиком» и не соблюдать очередь на спуск

**КРАЙНЕ ОПАСНО!!!**

*Привязывать санки, ледянку или ватрушку к автомобилю.*



- 5** | Подготовьте для ребёнка средства пассивной защиты:

- ✓ защитный шлем;
- ✓ наколенники;
- ✓ налокотники.



МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МЧС РОССИИ

# Первый лёд: правила личной безопасности

- Безопасная толщина льда для одного человека: **> 7 см**
- При переходе через водоём **пользуйтесь оборудованными переправами**
- При вынужденном переходе **придерживайтесь проторенных троп** или идите по уже **проложенной лыжне**



МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МЧС РОССИИ

## ЗАПРЕЩЕНО:

- Выходить на тонкий и неокрепший лёд или лёд **с зелёным или синим оттенком**
- Проверять прочность льда ударом ноги, прыгать и бегать по нему
- Выходить на лёд **в тёмное время суток** и при плохой видимости, а также в состоянии алкогольного опьянения



МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МЧС РОССИИ

# ЕСЛИ ЛЁД ПРОВАЛИЛСЯ:

1. Не делайте резких движений, не паникуйте
2. Широко раскиньте руки и постарайтесь зацепиться за кромку льда
3. Зовите на помощь
4. По возможности скиньте с себя тяжёлые вещи (сумка, рюкзак, обувь)
5. Повернитесь в сторону, откуда пришли, там лёд уже выдержал ваш вес
6. Постарайтесь осторожно лечь на край льда и вытащить ноги на поверхность
7. Не вставайте, двигайтесь к берегу ползком или перекатываясь





МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МЧС РОССИИ

# ВЫЕЗД НА ЛЕДОВУЮ ПЕРЕПРАВУ НА АВТОМОБИЛЕ

1. При движении через ледовую переправу строго выполняйте требования всех информационных знаков, установленных перед переправой
2. Выезжайте на лёд медленно, без толчков и торможений
3. Отстегните ремни безопасности
4. Не останавливайтесь, не обгоняйте и не разворачивайтесь посреди водоёма
5. Не превышайте грузоподъёмность льда



МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МЧС РОССИИ

# ЕСЛИ АВТОМОБИЛЬ ОКАЗАЛСЯ В ВОДЕ:

1. Немедленно покиньте машину через боковые окна, пока автомобиль держится на плаву
2. Не открывайте дверь: так машина быстрее пойдёт ко дну
3. Сделайте несколько глубоких вдохов и выбирайтесь из машины
4. По возможности избавьтесь от тяжёлых вещей (сумка, рюкзак, обувь)
5. В первую очередь спасайте детей, закрыв ребёнку нос и рот руками



МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МЧС РОССИИ

# ПОМОЩЬ ПОСТРАДАВШЕМУ

1. Возьмите длинную палку, доску или верёвку
2. Подползите к полынье и осторожно, широко раскинув руки, крикните пострадавшему, что вы идёте на помощь
3. Подложите под себя фанеру, лыжи или доску и медленно ползите к пострадавшему
4. За 3–4 м от пострадавшего киньте ему палку, доску или верёвку. Давать пострадавшему руку опасно
5. Осторожно тащите пострадавшего на лёд
6. Доставьте пострадавшего в тёплое помещение, по возможности переоденьте его в сухую одежду и вызовите скорую помощь



**ВЫХОД  
НА ЛЁД**

**ОПАСЕН!**

БЕЗОПАСНАЯ СРЕДА



**МОРОЗ И СОЛНЦЕ: ДЕНЬ ЧУДЕСНЫЙ!**

фото с сайта freepik.com



## Безопасность при переходе проезжей части дороги

- **Переходить дорогу нужно только по пешеходным переходам, когда все машины остановятся**

Лучше использовать подземные или надземные переходы. Помните, что **в условиях гололёда увеличивается тормозной путь** автомобиля. Водители могут не заметить вовремя пешехода и не успеть остановиться.

- **Соблюдайте дистанцию до края тротуара**

Избегайте резких движений, так как край тротуара может быть покрыт льдом.

- **Помогите ребёнку построить безопасный маршрут**

Обходите участки с наклонной поверхностью, мосты и дорожки без посыпки. Лучше двигаться по снегу, который обеспечивает лучшее сцепление с поверхностью.



## Общая безопасность

- Избегайте бега и быстрой ходьбы в гололёд

Это неминуемо приведёт к травмам!

- Обучите ребёнка группироваться при падении

Нужно постараться приземлиться на бок, сгруппировавшись и прикрыв голову руками. Важно избегать падения на вытянутые руки – это может привести к перелому.

**Избегайте ходьбы вблизи зданий!  
Есть риск падения снега и сосулек  
с крыш, что представляет серьёзную  
опасность.**

