**Памятка для родителей**

**«Правила безопасного поведения учащихся в период зимних каникул»**

**Уважаемые родители!**

1.Формируйте у детей навыки обеспечения личной безопасности.

2.Проводите с детьми беседы, объясняя важные правила, соблюдение которых поможет сохранить жизнь.

3.Постоянно будьте в курсе, где и с кем ваш ребенок, контролируйте место пребывания детей, регулярно напоминайте о правилах поведения в общественных местах.

4**.** Поздним вечером (после 22 часов) детям запрещено появляться на улице без сопровождения взрослых.

5. Детям запрещено находиться в кафе, в местах продажи спиртных напитков и табачных изделий.

6. Не разрешайте детям разговаривать с незнакомыми людьми, садиться в незнакомый транспорт; трогать незнакомые предметы (о подозрительных людях и предметах немедленно сообщать взрослым).

7. Запрещайте пребывание детей вблизи водоёмов, выход на лёд.

8. Напоминайте детям о правилах дорожного движения для пешеходов в зимний период.

9. Не разрешайте детям играть вблизи железной дороги, высоковольтных линий, недостроенных и разрушенных зданий; употреблять лекарственные препараты без Вас; играть с колющими, режущими, взрывоопасными и легковоспламеняющимися предметами (петарды, фейерверки и т. д.).

10. Контролируйте временной режим и информацию при просмотре ребёнком телевизора и работе на компьютере.

11. Помните, что от природы дети беспечны и доверчивы. Внимание у детей бывает рассеянным. Поэтому, чем чаще вы напоминаете ребенку несложные правила поведения, тем больше вероятность, что он их запомнит, и будет применять.

Необходимо напоминать правила безопасности жизнедеятельности своему ребёнку **ежедневно**.

**Родители несут ответственность за жизнь и здоровье своих детей. Пример родителей** - один из основных факторов успешного воспитания у детей навыков безопасного поведения

**Памятка для учащихся по соблюдению требований безопасности в период зимних каникул.**

1. Соблюдай правила дорожного движения. В зимнее время на дороге больше опасностей. Будь осторожным и внимательным во время движения по дороге, особенно в вечернее время суток. Не забудь прикрепить к верхней одежде светоотражающую повязку.

2. Соблюдай правила личной безопасности на улице. Не стоит разговаривать с незнакомыми людьми, садиться в незнакомый транспорт. Нельзя подходить и трогать руками подозрительные предметы. В случае обнаружения подозрительныхпредметов в общественных местах, подъездах и т.д.необходимо сообщить взрослым, в милицию.

3. Соблюдай правила культурного поведения в общественных местах. Соблюдай правила охраны жизни и здоровья во время новогодних мероприятий, не используй хлопушки, бенгальские огни, петарды и другие пиротехнические средства.

4. Соблюдай правила поведения, когда ты один дома. Будь осторожным при контакте с электрическими приборами, соблюдай правила безопасности при включении и выключении телевизора, электрического утюга, чайника и т.д.

4.1. Соблюдай временной режим при просмотре телевизора и работе на компьютере.

4.2. Необходимо осторожно обращаться с газовыми, предметами бытовой химии, лекарственными препаратами. Находясь один дома, не открывай дверь незнакомым людям.

4.3. Не играй с острыми, колющими и режущими, легковоспламеняющимися и взрывоопасными предметами.

4.4. Не употребляй лекарственные препараты без назначения врача, наркотики, спиртные напитки, не кури и не нюхай токсические вещества.

4.5. Соблюдай правила безопасности при обращении с животными дома и на улице.

5. Остерегайся гололёда, во избежание падений и получения травм.

5.1. Не играй вблизи зданий, с крыш которых свисает снег и лёд.

5.2. Необходимо быть осторожным, внимательным на улице, при переходе дороги, соблюдать правила безопасности при прогулках в лесу, вблизи водоемов.

5.3. Будь осторожным на льду. При недостаточной толщине (до 15 см) нельзя

выходить на лёд. Запрещается пребывание на реке, водоеме в период зимних каникул. Необходимо осторожно обращаться с лыжами, коньками, санками. Кататься на санках, лыжах, коньках в незнакомых, неприспособленных для этого местах, – опасно.

5.4. При очень низкой температуре воздуха не рекомендуется выходить на прогулку во избежание обморожения кожи.

6. Необходимо заботиться о своем здоровье, проводить профилактические мероприятия против гриппа и простуды.

7. ЗАПРЕЩАЕТСЯ находиться на улице без сопровождения взрослых после 22.00 часов.

8. ЗАПРЕЩАЕТСЯ употреблять спиртные напитки, табачные изделия, наркотики и другие психоактивные вещества.

9. ЗАПРЕЩАЕТСЯ управлять транспортными средствами без соответствующих документов.

10. ЗАПРЕЩАЕТСЯ играть с открытым огнём.

11. ЗАПРЕЩАЕТСЯ организовывать и проводить игры вблизи проезжей части дороги, вблизи водоемов, на стройплощадках.

12. ЗАПРЕЩАЕТСЯ приобретать и использовать пиротехнические средства, представляющие угрозу для жизни и здоровья людей.

**Помни! Тебя всегда ждут дома и в школе!**

**Правила поведения детей в общественных местах во время проведения праздников, новогодних ёлок и в других местах массового скопления людей**

Встреча Нового года и предстоящие длительные праздники должны быть в первую очередь безопасными в условиях сохранения рисков распространения новой коронавирусной инфекции.

Во время пандемии COVID-19 следует придерживаться определенных несложных правил, которые помогут снизить риски инфицирования себя, своих близких, родственников и друзей.

* ·Постарайтесь воздержаться от посещения любых мероприятий, проходящих в закрытых помещениях.
* ·Уделите особое внимание физической дистанции не менее 1,5-2 метров друг от друга.
* ·Массовые скопления людей даже вне помещений являются нежелательными и потенциально опасными.
* ·Максимально ограничьте контакты в период предпраздничных и праздничных дней.
* ·Не стоит многократно посещать гостей и приглашать к себе домой родственников и друзей, так как это значительно повышает риск инфицирования.
* ·Не забывайте надевать маску при посещении родственников и знакомых, в торговых центрах и других местах, где возможна передача инфекции.

Если вы поехали на новогоднее представление с родителями, ни в коем случае не отходите от них далеко, т.к. при большом скоплении людей легко затеряться.

В местах проведения массовых новогодних гуляний старайтесь держаться подальше от толпы, во избежание получения травм.

**Следует:**

* Подчиняться законным предупреждениям и требованиям администрации, полиции и иных лиц, ответственных за поддержание порядка, пожарной безопасности.
* Вести себя уважительно по отношению к участникам массовых мероприятий, обслуживающему персоналу, должностным лицам, ответственным за поддержание общественного порядка и безопасности при проведении массовых мероприятий.
* Не допускать действий, способных создать опасность для окружающих и привести к созданию экстремальной ситуации.
* Осуществлять организованный выход из помещений и сооружений по окончанию мероприятий.
* При получении информации об эвакуации действовать согласно указаниям администрации и сотрудников правоохранительных органов, ответственных за обеспечение правопорядка, соблюдая спокойствие и не создавая паники.

**Правила поведения на дороге**

* Переходите дорогу только на зелёный сигнал светофора.
* Переходить дорогу можно только на пешеходном переходе, обозначенном специальным знаком и «зеброй».
* При переходе через дорогу на пешеходном переходе, не оборудованном светофором, следует не забывать сначала посмотреть направо, а, дойдя до середины дороги, налево.
* Не следует перебегать дорогу перед близко едущей машиной. Лучше подождать, когда она проедет. Водитель может не успеть затормозить, а вы можете неожиданно упасть, создавая тем самым аварийно опасную ситуацию, а также ситуацию опасную для вашей жизни и жизни водителя.
* Не забывайте, что при переходе через дорогу автобус следует обходить сзади.
* При проезде в пригородных поездах соблюдайте правила поведения; переходите железнодорожные пути в строго отведённых для этого местах.
* При пользовании общественным транспортом соблюдайте правила поведения в общественном транспорте, будьте вежливы, уступайте места пожилым пассажирам, инвалидам, пассажирам с детьми и беременным женщинам.

**Правила поведения на общественном катке**

Коньки нужно подбирать точно по ноге: только в этом случае голеностопные суставы получат хорошую поддержку, а вывихи и растяжения суставов будут практически исключены. Лучше всего надевать коньки на шерстяные носки. Шнуровать коньки нужно тщательно. Коньки должны сидеть плотно, но перетягивать шнуровку нельзя, иначе ноги онемеют. А потом смело вставайте на коньки и катайтесь в свое удовольствие.

Катание детей до 12 лет возможно только в сопровождении взрослых. Нахождение ребенка до 12 лет на катке возможно только при наличии сопровождающего.

**Во время нахождения на катке ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

* Бегать, прыгать, толкаться, баловаться, кататься на высокой скорости, играть в хоккей, совершать любые действия, мешающие остальным посетителям.
* Бросать на лёд мусор или любые другие предметы. Пожалуйста, пользуйтесь мусорными баками.
* Приносить с собой спиртные напитки и распивать их на территории катка.
* Находиться на территории катка в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
* Портить инвентарь и ледовое покрытие.
* Выходить на лед с животными.
* Применять взрывчатые и легковоспламеняющиеся вещества (в том числе пиротехнические изделия).
* Проявлять неуважение к обслуживающему персоналу и посетителям катка.
* Во время катания на льду могут появляться трещины и выбоины. Во избежание неожиданных падений и травм будьте внимательными и аккуратными. В случае получения травмы незамедлительно сообщите об этом персоналу катка. Вам окажут помощь.
* Помните, что администрация катка не несет ответственности за рисковые ситуации, связанные с нарушением здоровья посетителей (травмы, ушибы и др.).

**Правила пожарной безопасности во время новогодних праздников**

Во время новогодних праздников, помимо обычных правил пожарной безопасности следует соблюдать ещё несколько простых норм, которые позволят вам получить от выходных дней только положительные эмоции:

* Не украшайте ёлку матерчатыми и пластмассовыми игрушками.
* Не обкладывайте подставку ёлки ватой.
* Освещать ёлку следует только электрогирляндами промышленного производства.
* В помещении не разрешается зажигать бенгальские огни, применять хлопушки и восковые свечи. Помните, открытый огонь всегда опасен!
* Не следует использовать пиротехнику, если вы не понимаете, как ею пользоваться, а инструкции не прилагается, или она написана на непонятном вам языке.
* Нельзя ремонтировать и вторично использовать не сработавшую пиротехнику.
* Категорически запрещается применять самодельные пиротехнические устройства.
* Использовать пиротехнику только на специально отведённых местах.

**Правила поведения зимой на открытых водоёмах**

* Не выходите на тонкий неокрепший лед
* Места с темным прозрачным льдом более надежны, чем соседние с ним — непрозрачные, замерзавшие со снегом.
* Не пользуйтесь коньками на первом льду. На них очень легко въехать на тонкий, неокрепший лед или в полынью.
* В случае крайней необходимости перехода опасного места на льду завяжите вокруг пояса шнур, оставив за собой свободно волочащийся конец, если сзади движется товарищ. Переходите это место с большим шестом в руках, держа eгo поперек тела.
* Помогая провалившемуся под лед 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.
* Попав случайно на тонкий лед, отходите назад скользящими осторожными шагами, не отрывая ног ото льда.
* Не ходите с грузом за плечами по ненадежному 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 теряйтесь, не пытайтесь ползти вперед и подламывать его локтями и грудью. Постарайтесь лечь "на спину и выползти на свой след, а затем, не вставая, отползти от опасного места.

**При проламывании льда необходимо:**

* Избавиться 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.
* Выбираться на лёд в месте, где произошло падение.
* Выползать на лёд методом «вкручивания», т.е. перекатываясь со спины на живот.
* Втыкать в лёд острые предметы, подтягиваясь к ним.
* Удаляться от полыньи ползком по собственным следам

Особенно опасен тонкий лед, припорошенный снегом.

Следует помнить, 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 безразличие. Оказывать помощь провалившемуся под лёд человеку следует только одному, в крайней мере двум его товарищам. Скапливаться на краю полыньи не только бесполезно, но и опасно.

Во время загородных пеших или лыжных прогулок нас 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 при повышенной влажности, а также, если на человеке мокрая одежда. Чаще всего страдают пальцы рук, ног, ушные раковины, нос и щёки.

**Признаки переохлаждения:**

* озноб и дрожь;
* нарушение сознания (заторможенность и апатия, бред и галлюцинации, неадекватное поведение);
* посинение или побледнение губ;
* снижение температуры тела.

**Признаки обморожения конечностей:**

* потеря чувствительности;
* кожа бледная, твёрдая и холодная наощупь;
* нет пульса у лодыжек;
* при постукивании пальцем слышен деревянный звук.

**Первая помощь при переохлаждении и обморожении:**

* Доставить пострадавшего в помещение и постараться согреть. Лучше всего это сделать с помощью 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 доводят температуру воды до 40 градусов.
* После согревания, следует высушить тело, одеть человека в сухую тёплую одежду и положить его в постель, укрыв тёплым одеялом.
* Дать 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 обкладывать тёплыми грелками.
* Смазывать кожу маслами.

**При соблюдении всех этих несложных правил надеемся, что каникулы ваши пройдут весело, разнообразно и не принесут никаких неприятных ощущений.**

В разделе портала «Гражданская оборона и защита населения и территории от ЧС» можно ознакомиться с памятками по правилам безопасности в различных ситуациях, оказанию помощи пострадавшим и др.

Телефон службы спасения 112.