

# ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ В ДНИ ЗИМНИХ КАНИКУЛ

**В общественных местах** – на улицах, бульварах, во дворах, в парках, театрах, кинотеатрах, домах культуры, клубах, на стадионах, катках, спортплощадках, в городском и других видах транспорта строго соблюдать общественный порядок, правила уличного движения и пользования городским и другими видами транспорта;

- быть вежливыми со старшими, внимательными к лицам преклонного возраста, инвалидам и маленьким детям;
- бережно относиться к государственному и общественному имуществу;
- соблюдать чистоту на улицах и в общественных местах;
- удерживать товарищей от недостойных поступков.

⊕ Пребывание на улицах детей и подростков **до 18 лет** без сопровождения взрослых разрешается в течение учебного года до 21 часа, а во время школьных каникул – до 22 часов.

⊕ Посещение спектаклей в театрах, киносеансов, танцевальных площадок, дискотек, видеосалонов, выступлений рок-групп и других зрелищных мероприятий детям и подросткам **до 16 лет** разрешается до 20 часов 30 минут в течение учебного года и не позднее 21 часа 30 минут во время школьных каникул.

## ⊕ **Правила поведения в общественных местах во время проведения Новогодних Ёлок и в других местах массового скопления людей.**

- 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, милиции 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 окончании 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 наличии подземного перехода предпочтительней использовать его при переходе через дорогу.
- 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 нужно дож-даться, когда транспорт отъедет от остановки;
- При проезде в пригородных поездах соблюдайте правила по-ведения; переходите железнодорожные пути в строго отве-дѐнных для этого местах.
- При пользовании общественным транспортом соблюдайте правила поведения в общественном транспорте, будьте веж-ливы, 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 получают хорошую поддержку, а вы-вихи 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 оне-меют. А потом смело вставай на коньки и катайся 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, ме-шающие остальным посетителям;
- Бросать на лёд мусор или любые другие предметы. Для мусо-ра 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 просим Вас быть внимательными и аккуратными;
- В случае получения травмы незамедлительно сообщите об этом персоналу катка. Вам окажут помощь;
- Помните, что администрация катка не несет ответственности за рискованные ситуации, связанные с нарушением здоровья посетителей (травмы, ушибы и др.).

☀ Дома, на прогулках и в гостях вас могут поджидать самые неожиданные опасные ситуации. Чтобы избежать их или максимально сократить риск воспользуйтесь **следующими правилами:**

### ✚ **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.

### **⚡ Правила поведения зимой на открытых водоёмах. (Осторожно, тонкий лёд!)**

- ❖ Не выходите на тонкий неокрепший лёд.
- ❖ 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 лёд 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 его поперек тела.
- ❖ Помогая провалившемуся под лёд 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 лёд, 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 лёд 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;
- Выползть на лёд методом «вкручивания», т.е. перекатываясь со спины на живот;
- Втыкать в лёд острые предметы, подтягиваясь к ним;
- Удаляться от полыни ползком по собственным следам.

### **Особенно опасен тонкий лёд, 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 полыни 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 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;
- давать большие дозы алкоголя;

### ***Во время лыжных прогулок следует соблюдать несложную технику безопасности во избежание травм:***

- ❖ При перевозке лыжи должны быть крепко связаны или скреплены между собой специальными креплениями.
- ❖ Верхние острые концы лыж должны быть прикрыты чехлом.
- ❖ Переносить лыжи следует в вертикальном положении, острыми концами вверх.
- ❖ Помните, что лыжные палки служат для отталкивания от поверхности снега и поддержания равновесия, а не для фехтования. Не следует махать ими и поднимать острыми концами вверх.

### **Как разминуться с ВСТРЕЧНЫМИ лыжниками:**

- ❖ Основное правило - лыжня "делится пополам". За несколько секунд до встречи необходимо:
- ❖ "перестроиться вправо" - шагнуть правой лыжей в область вне лыжни, утоптанную палками, а затем левой лыжей - на правую колею лыжни. При этом движение вперёд продолжается.
- ❖ закинуть левую руку с палкой за спину, острием палки вправо, от лыжни
- ❖ в сам момент встречи можно дополнительно отклонить корпус чуть вправо, чтобы не толкаться плечами.

### **Как обогнать лыжника, идущего впереди.**

- ❖ Отдышитесь, оцените своё состояние, свои возможные потребности (высморгаться, раздеться, одеться и т.д.). Если ваша скорость явно больше скорости впереди идущего, а "тормозящих" потребностей не наблюдается, можно начинать обгон.
- ❖ В противном случае лучше отложить. Не слишком приятно уступать лыжню одному и тому же человеку по десять раз (обогнал, остановился отдышаться, вновь обогнал, остановился раздеться и т.д. каждые две минуты).
- ❖ Если Вы идёте не один (но первым в паре или группе), перед каждым обгоном дождитесь ВСЕХ своих спутников, возможно потребность в отдыхе или остановке есть у них. Можно даже явно спросить их "обгоняем?". Обгон в этом случае производится сразу всей группой, чтобы не заставлять уступать несколько раз.
- ❖ Если Вы идёте в паре/группе не первым, а первый нагоняет "чужого" лыжника, либо сократите дистанцию до минимума, чтобы обгонять плотной группой, либо скажите "вожаку" чтобы не торопился если не хотите обгонять (требуется отдых и т.п.)
- ❖ Первый (или единственный) из обгоняющих громко и вежливо должен ПОПРОСИТЬ уступить дорогу (например "РАЗРЕШИТЕ ПОЖАЛУЙСТА").

- ❖ У спортсменов принято более короткое "хоп!" или "лыжню!", но на туристских маршрутах это звучит всё же нагло.
- ❖ Как только обгоняемый отреагировал, начинаем его обгонять. Не раньше, ибо неизвестно в какую сторону он будет "уступать".
- ❖ Нормальная реакция обгоняемого - шаг "на поллыжни" вправо, так же как при встрече, освобождая левую половину лыжни и замедляя ход. Однако часто встречаются и другие варианты: поллыжни влево, вся лыжня вправо, вся лыжня влево, просто остановка без схода с лыжни. Соответственно поступает и обгоняющий - обходит со свободной стороны, а в случае простого "тормоза" - слева.
- ❖ Контролируйте движение палки, обращённой к уступившему, не отталкивайтесь ею, чтобы случайно не задеть его при обгоне.
- ❖ Поравнявшись с уступившим вам поллыжни, скажите дежурное "спасибо".
- ❖ Поравнявшись с уступившим Вам всю лыжню, скажите искреннее "большое спасибо".
- ❖ Обогнав "просто затормозившего", не ругайтесь и не бросайте косых взглядов - он, остановившись, в какой-то степени всё же Вам уступил.

### ***Вас обгоняют.***

- ❖ Если догоняющий вас сзади сокращал дистанцию медленно (т.е. разрыв скоростей невелик), не торопитесь уступать ему лыжню до явной его просьбы - это может спровоцировать его "выкладываться". Пусть решит сам - обгонять или нет.
- ❖ В остальных случаях можете либо сами уступить поллыжни, шагнув вправо, либо дождаться просьбы.
- ❖ Не пытайтесь в ответ на просьбу уступить ускорять свой темп и играть в "гонки".

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