

## Безопасность детей на улице

Зима. Морозец, трескучий, но не слишком, ясное небо, солнышко - самая лыжно-саночная погода! И вовсе не так уж холодно, как утверждают взрослые. А значит, можно гулять, гулять, гулять...

"Ой! А что это с моими щеками? Я их не чувствую! Снегом их растереть, что ли?"

Стоп! Никакого снега! Им можно поцарапать кожу, а необходимости в этом нет никакой. А что же тогда делать?

**СРОЧНО ИДТИ ДОМОЙ! ПОТЕРЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ - ОДИН ИЗ ПЕРВЫХ ПРИЗНАКОВ ОБМОРОЖЕНИЯ!**

Обморожение - это очень серьезно. И опасно. И больно. Чтобы не замерзнуть, надо двигаться: растирать ладони одна об другую, делать энергичные махи руками. Дышать лучше всего носом. Если замерзают нос, щеки и уши, их растирают сухими ладонями. Главное - не останавливаться, когда согрелся. Не садиться на холодную скамейку. А то очень быстро замерзнешь снова.

Любишь ли ты решать примеры? Не пугайся, наш пример очень легкий. Вот такой: морозец + небольшая оттепель + еще один морозец = ?

Получится ... гололед. Ух, здорово! По утрам до самой школы можно не идти, а катиться по скользкой дорожке, лихо обгоняя взрослых! Надо всего лишь разогнаться как следует и: шлеп! Ой, как больно-то, мамочки!

А теперь пора перейти к правильному, то есть, **к правилам, которые помогут тебе свести к минимуму риск упасть и получить травму:**

- по возможности обходи скользкие участки;
- поскользнувшись, постарайся упасть вперед, на живот, вытянув вперед руки, слегка согнутые в локтях - чтобы не было перелома. Помни, что ладони смягчают удар;
- при падении голову нужно приподнять, чтобы не поранить лицо;
- не падай на колени: лучше запачкать одежду, нежели получить серьезную травму;
- если ты падаешь назад, успеи сгруппироваться, округлив спину и поджав колени к животу. Падение на спину плашмя может привести к травме позвоночника;
- на склоне безопаснее всего падать на бок, выставив вперед и вверх одну руку, чтобы не удариться головой.

И еще одно важное правило, которое обязательно нужно помнить: **БУДЬ ОСОБЕННО ВНИМАТЕЛЬНЫМ, ПЕРЕХОДЯ ДОРОГУ! НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ НАРУШАЙ ПРАВИЛА ПЕРЕХОДА ЧЕРЕЗ УЛИЦУ!**

На гололеде автомобиль может занести, и он не успеет вовремя затормозить. Да и тормозной путь машины на обледеневшей дороге гораздо длиннее, чем на сухом и даже мокром асфальте.

Зимой пруды, озера и реки покрываются льдом. На этом льду так заманчиво поиграть в хоккей, а то и просто покататься на коньках или снегокате.

Заманчиво, да. И к тому же очень опасно! Ведь вода замерзает неравномерно, у берегов лед всегда толще, чем в середине водоема. Вдруг тонкий лед не выдержит твоего веса, и ты провалишься в ледяную воду, а течение затянет тебя под лед?

Чтобы этого не случилось, **хорошенько запомни:**

- на снегокате лучше кататься с горки, а играть в хоккей - на специально залитом ледяном поле;
- если ты все-таки оказался на льду водоема, послушай, не трещит ли он. Трещит всегда тонкий, непрочный лед. Услышав легкий треск, постарайся как можно быстрее дойти до берега, но не беги. Если лед под тобой начал трескаться, ложись

на живот и ползи к берегу;

- если поблизости есть люди, позови на помощь;
- провалившись под лед, постарайся раскинуть руки, зацепиться за кромки льда и удержаться на поверхности, чтобы не окунуться с головой. Передвинься к тому краю полыньи, где течение не увлекает тебя под лед. Стараясь не обламывать кромку, попытайся выбраться на лед. Не делай резких движений. Если лед выдержал, осторожно перевернись на живот и медленно ползи к берегу. Выбравшись на сушу, поспеши согреться: охлаждение может вызвать серьезные осложнения;
- если кто-то провалился под лед на твоих глазах, а никого из взрослых нет поблизости, вооружись любой палкой, шестом или доской и осторожно, ползком двигайся к полынье. Доползти следует до такого места, с которого легко можно кинуть ремень, сумку на ремне или протянуть палку. Когда пострадавший ухватится за протянутый предмет, помоги ему выбраться из воды, после чего со всеми предосторожностями покиньте опасную зону.

## **Безопасность детей в автомобиле**

Автомобили уже давно вошли в нашу жизнь, как не роскошь а средство передвижения. А для кого-то машина стала даже больше... Но вместе с тем автомобиль вошел и в жизнь наших малышей. И есть много примеров, когда безопасности своих чад в машине родители не уделяют должного внимания - превратив машину для малыша и в игровую площадку, и в спорт зал, и еще во многое... Но! Машина это не только средство передвижения - прежде всего это объект повышенной опасности и для окружающих, и для тех кто сидит в салоне! Поэтому, когда у нас в семье есть дети, установите детское сиденье. И пусть ребенок сидит в машине в безопасности, чем ползая по салону ежесекундно будет подвергаться опасности. Родители подумайте о своих малышах - максимально обезопасьте их в машине!

Несколько советов по выбору кресла:

- не покупайте сиденье на вырост;
- требуйте сертификат на сиденье;
- не берите сиденье, в котором ребенок сидит плотно, хотя это и правильно, но создает некоторые проблемы зимой. Идеальный вариант - 2 сиденья), но это уже от финансовых возможностей зависит...
- берите сиденье, изготовленной из безопасных и негорючих материалов!