Зима без травм: детям 01

Лёд — не площадка

Выходить на лёд без взрослых нельзя

Ситуация На пруду замёрз лёд. Друзья зовут: «Побежали по льду!»



Как действовать

1. Без взрослых на лёд не выходим.
2. Не проверяй лёд ногой и не прыгай на нём.
3. Если кто-то провалился: не подходи близко, зови взрослых и звони 112.

! Лёд кажется крепким, но может быть тонким.

Зима без травм: детям 02

Горка без сюрпризов

Проверь спуск до первого раза

Ситуация

Горка кажется отличной. Но внизу — дорога, деревья или забор.



Как действовать

1. Спроси себя: где остановятся санки?
2. Нет ли внизу дороги, воды, деревьев и забора?
3. Нет ли на спуске трамплина?

! Внизу опасность — выбираем другую горку.

Зима без травм: детям

03

Сосульки – не игрушка

Не стой и не ходи под ними

Ситуация

С крыши свисают сосульки.
Друг предлагает сбить одну палкой.



Как действовать

1. Не стой и не проходи под сосульками и снежными навесами.
2. Не сбивай сосульки и не бросай в них предметы.
3. За ограждение не заходи — обойди другим путём.

Увидел опасное место — скажи взрослому.

Директор школы · директоршколы.рф

Зима без травм: детям 04

Холодно? Скажи сразу

Не терпи и не жди конца прогулки

Ситуация | Варежки промокли, пальцы замёрзли. Друзья зовут играть дальше.



Как действовать

1. Скажи взрослому, что замёрз или промок.
2. Пойдёшь в тёплое помещение и переоденешься в сухое.
3. Пальцы или щёки немеют и белеют — сразу скажи.

Не жди, пока станет больно.

Зима без травм: родителям 05

Перед зимней прогулкой

Три минуты в прихожей спасут прогулку



1. Одежда сухая и не тесная.
2. Запасные варежки и носки в рюкзаке.
3. Спросите: не мёрзнут ли пальцы?
4. После прогулки проверьте щёки, нос и пальцы.



Замёрзшие руки не греем у батареи и в горячей воде — сначала в тёплое помещение.

Зима без травм: родителям 06

Ребёнок замёрз: на что смотреть

Когда достаточно тепла, а когда нужна помощь



1. Дрожит и долго не согревается.
2. Вялость, сонливость, невнятная речь.
3. Белые участки кожи или сильная боль в пальцах.
4. Что делать: в тёплое помещение, сухая одежда, тёплое питьё.

Вялость, сонливость или белая кожа — звоните 103 или 112.

Зима без травм: родителям 07

Дорога в темноте

Зимой темнеет рано — пусть ребёнка видно



1. Светоотражатели на куртке и рюкзаке.
2. Без них тёмная одежда плохо видна водителю.
3. Переходим дорогу только по переходу и вместе с ребёнком.
4. Санки и ватрушки — не на проезжую часть.

Вне населённого пункта в темноте светоотражатели нужны по правилам дорожного движения.

Зима без травм: родителям 08

Горка, санки, ватрушка

Выбираем место вместе с ребёнком



1. Катайтесь на горке, подготовленной для катания.
2. Не катайтесь вблизи проезжей части.
3. Без трамплинов: на приземлении ватрушку подбрасывает.
4. Ватрушка: один ребёнок, не вдвоём.



Не привязывайте ватрушки и санки к автомобилю, снегоходу и другому транспорту.

Зима без травм: учителям 09

Пять проверок перед зимней прогулкой



1.  **Одежда: шапки, варежки, сухая обувь.**
2.  **Площадка: лёд, сосульки, навесы — опасные места закрыть.**
3.  **Договорённость: замёрз или промок — скажи сразу.**
4.  **Пересчёт детей при выходе и возвращении.**
5.  **Замёрз ребёнок: в тепло, не растирать снегом, сообщить родителям.**

Не ждите, пока станет больно.

Директор школы • директоршколы.рф

Зима без травм: учителям 10

Ребёнок замёрз: порядок действий



Пять шагов

1. В тёплое помещение.
2. Снять мокрое, дать сухую одежду и тёплое питьё.
3. Не растирать снегом, не греть у батареи и в горячей воде.
4. Сообщить родителям и медицинскому работнику.
5. Белая кожа, сильная боль, вялость, сонливость — вызвать скорую: 103 или 112.

Лёгкое обморожение — помощь на месте, подозрение на тяжёлое — врачи.

Зима без травм: учителям

11

Территория школы зимой: что осмотреть



1. Крыльцо и дорожки: лёд — посыпать, расчистить.
2. Козырьки и крыши: сосульки и снежные навесы — закрыть проход, сообщить ответственному.
3. Горки и накаты: подальше от дороги, ворот и водоёма.
4. Освещение у входа и на подходах.

Замечания сразу передавайте ответственному за хозяйственную часть.

Зима без травм: учителям

12

Горка и тюбинг: выход класса

Договоритесь заранее



1. Только оборудованная горка или трасса.
2. Один ребёнок — одна ватрушка, не вдвоём.
3. Спуск — по очереди; после финиша сразу освободить зону.
4. Пересчёт детей после каждого спуска.

Не привязывайте ватрушки к снегоходам и автомобилям.