

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЗИМОЙ

1. Одеваться по погоде

Одежда зимой должна быть многослойная. Для создания многослойности одежды, можно надеть на себя пару свитеров, нижние и верхние брюки, обычные и шерстяные носки. Чтобы не обморозить пальцы рук, можно надеть 2 вида перчаток или варежек. Если есть возможность, лучше отдать предпочтение длиннополой одежде, которая также будет задерживать проникновение холода к телу. Зимняя одежда ни в коем случае не должна быть тесной, потому что в этом случае нарушается правильное кровообращение. Следует правильно подбирать размер зимней одежды. Лучше, если она будет свободной и не сковывающей движений.

2. Осторожно, гололёд!!!

- НЕ СПЕШИТЬ. Ходить надо медленно и маленькими шажками. Чем шире шаг, тем больше вероятности упасть.
- НОСИТЬ БЕЗОПАСНУЮ (НЕСКОЛЬЗЯЩУЮ) ОБУВЬ
- ВСЕГДА СМОТРЕТЬ ПОД НОГИ

3. Катайся на лыжах и санках, играй в снежки вдали от проезжей части.

4. Осторожно, тонкий лёд!!!

Осенний лёд и период с ноября по декабрь, то есть до наступления устойчивых морозов, непрочен. Скрепленный вечерним или ночным холодом, он еще способен выдерживать небольшую нагрузку, но днем, быстро нагреваясь от просачивающейся через него талой воды, становится пористым и очень

5. Не ешь снег и сосульки, не облизывай металлические поверхности!!!

-Если есть снег и сосульки, то можно подхватить простуду, а от грязного снега еще и заразиться более серьезными заболеваниями. -Почему нельзя оближивать металлические поверхности? Влага языка при соприкосновении с холодным металлом сама превращается в лед и «сцепляет» ребенка с ледяным предметом (качелей, турником, дверной ручкой, трубой, замком и т.д.).

6. При игре в снежки не бросайте их в голову.

Попадание в голову чревато получением травмы, поэтому не стоит туда целиться, как бы Вам этого не хотелось. Не используйте лед.

