**ОПАСНАЯ ТЕРРИТОРИЯ!**

|  |  |
| --- | --- |
| Дорогие ребята! | |
| С неимоверной силой наступает зима, пора легких заморозков.  Это наилучшие условия для **гололеда**.  А вы знаете, что такое гололед?  Гололед, как известно,  **ОПАСНАЯ ТЕРРИТОРИЯ.** |  |

Осторожно, гололёд, можно ушибиться.

Прямо головой об лёд можно приложиться.

Ноги едут, вот беда, как бы удержаться.

Вновь не держат тормоза, мне б живым остаться.

Осторожно, гололёд, выгляжу невнятно.

До чего же скользкий лёд, падать неприятно.

|  |  |
| --- | --- |
| Гололед и гололедица совершенно разные понятия.  Первое - **явление природы**, второе - **ее состояние**. | |
| **Гололедица** - это лед на поверхности, который появляется при понижении температуры в результате замерзания воды образовавшейся при таянии снега и льда во время оттепели. При колебаниях температуры около нуля гололедица бывает довольно часто. |  |
|  | **Гололед -** это образование льда на земле, деревьях, проводах, связанное с замерзанием дождя, выпадающего на холодную поверхность. Чаще всего гололед возникает при резком потеплении из изморози, когда теплый воздух проходит над сильно выхоложенной поверхностью. О гололеде обычно не вспоминают более 300 дней в году, но зато те 10-20 дней, когда он случается, долго не забывают. |

**как предупредить получение травмы зимой в гололед?**

|  |  |
| --- | --- |
| В гололедицу лучше носить обувь на нескользящей подошве с глубоким «протектором». |  |
|  | При ходьбе по скользкой поверхности следует ступать на всю подошву, слегка расслабляя при этом ноги в коленях. |
| В момент падения необходимо максимально сгруппироваться, прижимая руки к груди. Если вы чувствуете, что падаете на спину, постарайтесь прижать подбородок к груди, чтобы не удариться затылком. Нежелательно падать на колени или выпрямленные руки. При падении вперед постарайтесь упасть на всю поверхность тела, максимально высоко поднимая голову. | |
|  | |

**ЗАПОМНИТЕ ПРАВИЛА!**

* **ЧТОБЫ УДЕРЖАТЬСЯ** на покрытых льдом тротуарах, рекомендуется передвигаться по краю дороги мелкой, шаркающей походкой!
* НЕ ТОРОПИТЕСЬ: спешка неизбежно приведет к потере равновесия, падению и как следствие — к ушибу. Если есть возможность, можно держаться за поручни, столбы, стены и другие потенциальные опоры!
* **НЕ ТОЛКАТЬСЯ!**
* НЕ БЕГАТЬ ПО ЛЬДУ!
* **НЕ ИГРАТЬ НА СКОЛЬЗКОЙ ДОРОГЕ!**
* НЕ ПОДСТАВЛЯТЬ ПОДНОЖКИ ТОВАРИЩАМ!
* **ИДТИ ОСТОРОЖНО, НЕ КАТАТЬСЯ!**
* ЕСЛИ КТО-ТО УПАЛ, ПОМОЧЬ ПОДНЯТЬСЯ ИЛИ ЗВАТЬ НА ПОМОЩЬ ВЗРОСЛОГО!