Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 6»

**Правила поведения при гололёде**

**ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ГОЛОЛЕДЕ**

***Гололедица*** – это лед или слой снега, утрамбованный до твердого состояния и образующий скользкую поверхность. Гололедица возникает там, где перед заморозками стояла вода, или там, где из-за движения транспорта либо большого количества пешеходов выпавший снег уплотняется. Чаще всего это происходит на проезжей части дорог и тротуарах. По статистике, около 40% всех ДТП в зимнее время вызвано гололедом и снегопадом. Основное условие движения для водителей – осмотрительность, низкая скорость и исключительная осторожность. Пешехода при гололеде подстерегают две опасности – поскользнуться и упасть или попасть под машину. С наступлением холодов растет количество уличных травм: ушибы, вывихи и переломы. По данным медиков, в такие дни количество пострадавших увеличивается в 2 раза.

Чтобы уменьшить вероятность падения, необходимо соблюдать следующие правила поведения при гололеде:

1. Подберите нескользящую обувь с подошвой на микропористой основе, отказавшись от высоких каблуков.
2. Смотрите себе под ноги, старайтесь обходить опасные места. Если ледяную "лужу" обойти невозможно, то передвигайтесь по ней, как лыжник, небольшими скользящими шажками.
3. Будьте предельно внимательны на проезжей части дороги: не торопитесь и, тем более, не бегите.
4. Старайтесь обходить все места с наклонной поверхностью.
5. Наступать следует на всю подошву, ноги слегка расслабить в коленях.
6. Руки по возможности должны быть свободны, старайтесь не носить тяжелые сумки, не держите руки в карманах — это увеличивает вероятность падения.
7. Пожилым людям рекомендуется использовать трость с резиновым наконечником или специальную палку с заостренными шипами.

Если Вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю. Не пытайтесь спасти вещи, которые несёте в руках. Не торопитесь подняться, осмотрите себя, нет ли травм, попросите прохожих людей помочь Вам.

Помните: особенно опасны падения на спину, вверх лицом, так как может случиться сотрясение мозга. При получении травмы обязательно обратитесь к врачу за оказанием медицинской помощи.

**Осторожно сосульки!**

Населению рекомендуется: соблюдать осторожность и, по возможности, не подходить близко к стенам зданий. При выходе из зданий обращать внимание на скопление снежных масс, наледи и "сосулек" на крышах, по возможности, обходить места возможного их обрушения. Особое внимание следует уделить безопасности детей.

Если во время движения по тротуару вы услышали наверху подозрительный шум – нельзя останавливаться, поднимать голову и рассматривать, что там случилось. Возможно, это сход снега или ледяной глыбы. Нужно как можно быстрее прижаться к стене, козырек крыши послужит укрытием.

Не следует оставлять автомобили вблизи зданий и сооружений, на карнизах которых образовались сосульки и нависание снега. Также необходимо помнить, что чаще всего сосульки образуются над водостоками, поэтому эти места фасадов домов бывают особенно опасны. Их необходимо обходить стороной.

Кроме того, следует обращать внимание на обледенение тротуаров. Обычно более толстый слой наледи образуется под сосульками.

При обнаружении сосулек, висящих на крыше вашего дома, необходимо обратиться в обслуживающую организацию. Работники коммунальных служб должны отреагировать на ваше сообщение. Согласно существующим нормам, ответственность за все травмы, полученные прохожими, несут руководители обслуживающих предприятий, сооружений независимо от форм собственность.

Работы должны быть организованы в соответствии с требованиями техники безопасности. На местах очистки должны быть установлены знаки, запрещающие пешеходное движение и ограждения. Снег, сброшенный с крыш, должен немедленно вывозиться владельцами строений.

Надо быть нам всем очень внимательными и не ходить под нависшими над головой сосульками и обходить подальше места возможного схода снежных лавин с крыши зданий.

**ПАМЯТКА ПО ДЕЙСТВИЯМ ВО ВРЕМЯ ГОЛОЛЕДА**

**Гололед** - это слой плотного льда, образовавшийся на поверхности земли, тротуарах, проезжей части улицы и на предметах (деревьях, проводах и т.д.) при намерзании переохлажденного дождя и мороси (тумана). Обычно гололед наблюдается при температуре воздуха от 0 о С до минус 3 о С. Корка намерзшего льда может достигать нескольких сантиметров.

**Гололедица** - это тонкий слой льда на поверхности земли, образующийся после оттепели или дождя в результате похолодания, а также замерзания мокрого снега и капель дождя.

**Как подготовиться к гололеду (гололедице)**

Если в прогнозе погоды дается сообщение о гололеде или гололедице, примите меры для снижения вероятности получения травмы. Подготовьте малоскользящую обувь, прикрепите на каблуки металлические набойки или поролон, а на сухую подошву наклейте лейкопластырь, можете натереть подошвы песком (наждачной бумагой).

**Как действовать во время гололеда (гололедицы)**

 Передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву. При этом ноги должны быть слегка расслаблены, руки свободны.

Пожилым людям рекомендуется использовать трость с резиновым наконечником или специальную палку с заостренными шипами.

Если вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения.

В момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю.

Гололед зачастую сопровождается обледенением. В этом случае особое внимание обращайте на провода линий электропередач. Если вы увидели оборванные провода, сообщите администрации населенного пункта о месте обрыва.

**Как действовать при получении травмы**

Обратитесь в травматологический пункт или пункт неотложной медицинской помощи. Оформите бюллетень или справку о травме, которые могут быть использованы вами при обращении в суд по месту жительства или по месту получения травмы с исковым заявлением о возмещении ущерба.

**ОСТОРОЖНО - ГОЛОЛЕД!**

**ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕШЕХОДОВ И АВТОМОБИЛИСТОВ**

**ГОЛОЛЕД** - это слой плотного льда, образовавшийся на поверхности земли, тротуарах, проезжей части улицы и на предметах (деревьях, проводах и т.д.) при намерзании переохлажденного дождя и мороси (тумана). Корка намерзшего льда может достигать нескольких сантиметров.

**ГОЛОЛЕДИЦА** - это тонкий слой льда на поверхности земли, образующийся после оттепели или дождя в результате похолодания, а также замерзания мокрого снега и капель дождя.

По статистике, около 40% всех ДТП в зимнее время вызвано гололедом и снегопадом. Основное условие движения для водителей – осмотрительность, низкая скорость и исключительная осторожность. Пешехода при гололеде подстерегают две опасности – поскользнуться и упасть или попасть под машину. С наступлением холодов растет количество уличных травм: ушибы, вывихи и переломы. По данным медиков, в такие дни количество пострадавших увеличивается в 2 раза. Чтобы уменьшить вероятность падения, необходимо соблюдать следующие правила поведения при гололеде:

**ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА УЛИЦЕ В ГОЛОЛЕД**

Внимание и осторожность – это главные принципы поведения, которых следует неукоснительно придерживаться в гололед. Во время перемещения по скользкой улице не спешите, избегайте резких движений, постоянно смотрите себе под ноги; если нужно осмотреться, не стоит этого делать на ходу – лучше остановиться. Ноги должны быть слегка расслаблены и согнуты в коленях, корпус при этом чуть наклонен вперед. Держать по привычке руки в карманах в гололед опасно: при падении едва ли будет время их вынуть и ухватиться за что-нибудь. Пожилым людям рекомендуется обзавестись тростью с резиновой набойкой.

Свой маршрут по возможности надо проложить подальше от проезжей части. В то же время не желательно идти в непосредственной близости от стен зданий, на кровлях которых нередко образуются сосульки. Пересекая проезжую часть дороги, следует быть предельно внимательным, и, конечно же, правилом перехода на другую сторону улицы исключительно по пешеходному переходу ни в коем случае не пренебрегать. Огромную опасность в гололед представляют ступеньки; но если вам все-таки предстоит спуститься по скользкой лестнице, то ногу необходимо ставить вдоль ступеньки, в случае потери равновесия такая позиция позволяет съехать вниз, настолько аккуратно, насколько это возможно в подобной ситуации в принципе.

Подготовьте малоскользящую обувь, прикрепите на каблуки металлические набойки или поролон, а на сухую подошву наклейте лейкопластырь или изоляционную ленту, на сухую подошву и каблук (наклейку сделайте крест-накрест или ле­сенкой), а перед выходом наступите в песок. Можно перед выходом натереть подошву наждачной бумагой.

Передвигаться в гололед надо осторожно, сту­пая на всю подошву. Ноги при ходьбе должны быть слегка расслаблены, руки свободны. Если вы поскользнулись, сразу присядьте, чтобы снизить высоту падения. Сгруппируйтесь, чтобы исключить падение навзничь, в момент ка­сания земли перекатитесь, чтобы смягчить силу удара.

**ЕСЛИ ПАДЕНИЯ НЕ УДАЛОСЬ ИЗБЕЖАТЬ**

Если вы чувствуете, что падение неизбежно, присядьте и наклонитесь в сторону, так как это делают хоккеисты. Неудачное падение на спину чревато травмой позвоночника, а на вытянутые вперед руки – переломом плеча или запястья, поэтому постарайтесь сгруппироваться: прижать локти к бокам, втянуть голову в плечи, напрячь мускулы. Если в момент соприкосновения с землей, вам удастся перекатиться (такой перекат существенно снижает силу удара), то, скорее всего, максимум что вам грозит – это синяк или небольшой ушиб. Такие действия получаются, как правило, у тех, кто занимается спортом, – регулярные тренировки помогают выработать нужную реакцию, сохранить равновесие в экстренной ситуации.

Первую доврачебную помощь можно оказать прямо на месте. Если травмирована конечность, то ее, прежде всего, нужно обездвижить, зафиксировать с помощью шины, на руку сделать поддерживающую повязку; для этого могут быть использованы предметы, которые всегда есть рядом: доска, шарф, косынка. Для того чтобы снять отек, уменьшить болевые ощущения к ушибу или перелому желательно приложить что-нибудь холодное, снег для этого вполне подойдет. Получив травму, не стоит заниматься самолечением, обязательно и безотлагательно обратитесь в больницу.

**ПАМЯТКА АВТОЛЮБИТЕЛЯМ: КАК УПРАВЛЯТЬ АВТОМОБИЛЕМ В ГОЛОЛЕД**

Для того, чтобы не стать участником аварии зимой, водителям необходимо быть особенно осторожными.

Главный зимний совет — снизьте в два-три раза интенсивность ваших разгонов, торможений и поворотов, и тогда проблем на скользкой дороге не будет.

Следует быть особенно аккуратным при нажатии на педаль тормоза в гололед. При управлении автомобилем, оснащённым системой АБС, компьютер сообщит вам, что следует разблокировать колёса, если при движении по льду произошла их блокировка. Однако, не следует возлагать большие надежды на электронику, лучше справляться своими силами.

Нажим на педаль должен происходить прерывисто, тогда и автомобилем можно управлять уверенно. Если профессионал, управляя машиной, тормозит прерывисто, этого можно и не заметить. Работать педалью тормоза следует быстро, на грани блокировки колёс, однако не следует чересчур увлекаться этим приёмом. Некоторые водители, которые уже имеют стаж управления автомобилем, отключают АБС в гололедицу. Делать этого всё-таки не следует, можно и ошибиться при торможении.

В гололед принято применять торможение двигателем, не выключая зажигание и передачу. Это следует делать таким образом: а) сбрасываем подачу топлива, не выключая сцепления, б) выжимаем сцепление, включаем низшую передачу, в) снова включаем сцепление.

Двигатель увеличит обороты и скорость автомобиля будет постепенно уменьшаться. При этом можно плавно нажать на педаль тормоза. Такое общее торможение довольно удобно.

При управлении полноприводным автомобилем, торможение обеими способами даёт почти одинаковые результаты. Однако, если тормозить на льду обеими способами одновременно, то скорость автомобиля не особо снизится. Большинство водителей при торможении на льду всё-таки отдают предпочтение торможению двигателем.

Важно: ездить по глубокому снегу необходимо без остановок и переключения передач. Если застрянете в снегу, не допускайте, чтобы колёса длительное время буксовали. Маневрировать на льду возможно, но очень аккуратно, не совершая резких движений. Всякое резкое маневрирование, особенно вне наезженной колеи на дороге, грозит тем, что машину может начать крутить. Возникнет аварийная ситуация, которая в условиях городского движения нередко приводит к серьёзным ДТП. Правило гласит, что на дороге, покрытой наледью, расстояние между автомобилями должно соответствовать скорости автомобиля, умноженной на два. Соблюдайте дистанцию!

 Выбирая скорость, не забывайте, что на снегу тормозной путь увеличивается почти втрое.

Возле остановок общественного транспорта и перед светофорами от частых торможений образуются наледи, будьте здесь особенно осторожны.

Следуя этим простым советам, вы сможете обезопасить своё передвижение на автомобиле в гололёд.

Материал подготовила социальный педагог МБОУ СОШ № 6 С.В.Дубакова

Использованная литература:

<http://gymn2.pinsk.edu.by/main.aspx?guid=35381>

С содержанием памятки ознакомлен/а:

Подпись:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ФИО\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_