

Памятка для юных пешеходов в зимнее время



Зимой дороги и тротуары становятся более опасными из-за снега, льда и короткого светового дня. Чтобы избежать травм и неприятностей, соблюдайте следующие правила:

- Одевайся тепло и правильно
 - Надевай теплую, но удобную одежду, которая не сковывает движения.
 - Выбирай обувь с нескользкой подошвой, чтобы избежать падений на льду.
 - Не забывай про шапку, шарф и варежки — они защитят тебя от холода.
- Используй светоотражатели
 - Зимой темнеет рано, и водителям трудно заметить пешеходов. Прикрепи светоотражающие элементы на одежду, рюкзак или сумку.
 - Если светоотражателей нет, носи с собой фонарик или используй телефон для подсветки.
- Будь осторожен на скользких поверхностях
 - Передвигайся медленно и небольшими шагами, особенно на льду или утрамбованном снеге.
 - Не держи руки в карманах — так ты сможешь удержать равновесие, если поскользнешься.
 - Если видишь ледяную корку или снежный накат, обойди это место.
- Переходи дорогу только в безопасных местах
 - Переходи улицу только по пешеходному переходу и на зеленый сигнал светофора.
 - Перед переходом убедись, что все машины остановились, даже если у тебя преимущество.
 - Не перебегай дорогу — на скользкой поверхности тормозной путь машин увеличивается.

- Остерегайся сосулек и снега с крыш
 - Не ходи близко к стенам зданий — с крыш могут падать сосульки или снег.
 - Если видишь предупреждающие знаки или ограждения, обойди это место.
- Будь внимателен на остановках
 - Не стой близко к краю тротуара, ожидая автобус или трамвай — можно поскользнуться и упасть на проезжую часть.
 - Выходи из транспорта осторожно, держись за поручни.
- Не отвлекайся на телефон или наушники
 - Когда идешь по улице, убери телефон и сними наушники. Это поможет тебе услышать звуки машин и вовремя заметить опасность.
 - Будь особенно внимателен при переходе дороги.
- Избегай опасных игр
 - Не играй в снежки рядом с дорогой или на тротуаре — это может отвлечь тебя и привести к неприятностям.
 - Не катайся с горок, которые выходят на проезжую часть.
- Помни о видимости
 - В снегопад или метель видимость ухудшается. Будь особенно осторожен и не выходи на дорогу без необходимости.
 - Если ты видишь, что водитель тебя не замечает, пропусти машину, даже если ты прав.
- Помогай другим
 - Если видишь, что кто-то поскользнулся или упал, предложи помощь.
 - Напомни младшим братьям, сестрам или друзьям о правилах безопасности.

Помни: зимой дорога требует особого внимания! Соблюдай эти правила, и ты сможешь избежать травм и неприятностей. Будь осторожен и береги себя!



Памятка по правилам безопасного управления самокатом и велосипедом для учеников



Ребята, катание на самокате и велосипеде — это весело и полезно, но важно помнить о безопасности. Чтобы избежать травм и неприятностей, соблюдайте следующие правила:

1. Проверь свой транспорт перед поездкой

- Убедись, что самокат или велосипед исправен: тормоза работают, колеса накачаны, руль и сиденье надежно закреплены.
- Если что-то сломано, не используй транспорт до починки.

2. Надевай защитную экипировку

- Всегда надевай шлем — он защитит голову в случае падения.
- Используй налокотники и наколенники, особенно если ты только учишься кататься.
- Надевай яркую одежду со светоотражающими элементами, чтобы тебя было видно в темное время суток.

3. Выбирай безопасные места для катания

- Катайся только в специально отведенных местах: на велодорожках, в парках или на закрытых площадках.
- Избегай оживленных дорог, тротуаров с большим количеством пешеходов и мест с интенсивным движением машин.
- Если ты едешь по тротуару, уступай дорогу пешеходам и двигайся с небольшой скоростью.

4. Соблюдай правила дорожного движения

- Если ты едешь на велосипеде по дороге, помни: ты участник движения. Двигайся только по правой стороне, в направлении потока машин.
- Пересекай проезжую часть только по пешеходному переходу, спешившись с велосипеда или самоката.
- Следи за знаками и сигналами светофора. Никогда не выезжай на дорогу на красный свет!

5. Будь внимателен и предсказуем

- Всегда смотри по сторонам, прежде чем повернуть или остановиться.
- Подавай сигналы руками, если собираешься повернуть: вытяни руку в сторону поворота.

- Не используй наушники или телефон во время езды — это отвлекает и мешает слышать звуки вокруг.

6. Контролируй скорость

- Не разгоняйся слишком быстро, особенно в местах, где много людей или машин.

- На спусках будь осторожен: тормози заранее, чтобы избежать резких остановок.

7. Не катайся в темноте

- Если ты катаешься вечером, убедись, что на твоём транспорте есть фонарик и светоотражатели.

- Лучше всего кататься в светлое время суток или в хорошо освещённых местах.

8. Уважай других участников движения

- Не создавай помех пешеходам, велосипедистам и водителям.

- Если ты едешь в группе, двигайся друг за другом, а не бок о бок.

9. Учись падать правильно

- Если ты чувствуешь, что падаешь, постарайся сгруппироваться: прижми руки к телу, защити голову.

- После падения проверь, нет ли травм, и только потом продолжай движение.

10. Следи за погодой

- В дождь, снег или гололед лучше не кататься — дорога становится скользкой, а тормоза работают хуже.

- В жаркую погоду не забывай пить воду и делать перерывы.

Помни: безопасность — это самое главное!

Соблюдай эти правила, и катание на самокате или велосипеде будет приносить только радость и пользу.

Памятка для младших школьников по профилактике дорожно-транспортного травматизма



Дорогие ребята! Чтобы быть в безопасности на дороге, важно соблюдать простые правила. Вот несколько советов, которые помогут вам избежать опасностей:

1. Переходи дорогу только в положенном месте

- Всегда переходи по пешеходному переходу ("зебре").
- Если есть светофор, дождись зеленого сигнала для пешеходов.
- Перед переходом посмотри сначала налево, потом направо, убедись, что машин нет или они остановились.

2. Не играй рядом с дорогой

- Игры на тротуаре, во дворе или на детской площадке безопаснее, чем у проезжей части.
- Мяч или игрушка, выкатившиеся на дорогу, могут стать причиной беды. Не беги за ними, сначала убедись, что безопасно.

3. Будь внимателен на остановках

- Не стой близко к краю тротуара, когда ждешь автобус или трамвай.
- Выходи из транспорта только после полной остановки.

4. Носи светоотражатели

- В темное время суток или в плохую погоду водителям трудно заметить пешеходов.
- Светоотражающие элементы на одежде или рюкзаке сделают тебя заметным.

5. Не отвлекайся на телефон или наушники

- Когда переходишь дорогу, убери телефон и сними наушники.
- Будь внимателен к звукам вокруг: иногда можно услышать машину раньше, чем увидеть её.

6. Соблюдай правила в автомобиле

- Если ты едешь в машине, всегда пристегивайся ремнем безопасности.
- Не отвлекай водителя разговорами или играми.

7. Будь примером для других

- Если ты видишь, что кто-то нарушает правила, не повторяй за ним.

- Напомни друзьям или младшим братьям и сестрам, как важно быть осторожным на дороге.

8. Знай дорожные знаки

- Учи дорожные знаки и разметку. Они подскажут, где можно переходить дорогу, а где нельзя.

- Запомни, что красный сигнал светофора означает "стой", желтый — "приготовься", а зеленый — "иди".

9. Не выбегай на дорогу из-за препятствий

- Если ты видишь автобус, дерево или забор, не выбегай из-за них на дорогу. Водитель может не успеть остановиться.

10. Слушай взрослых

- Родители, учителя и полицейские всегда готовы помочь тебе. Слушай их советы и не стесняйся задавать вопросы.

Помни: твоя безопасность зависит от тебя!

Будь внимателен, и дорога станет для тебя безопасным местом.

