ІНСТРУКТАЖ
з безпеки життєдіяльності під час зимових канікул

Мета: нагадати учням правила безпечної поведінки під час зимових канікул, попередити нещасні випадки, сформувати відповідальне ставлення до власного здоров'я і життя.

1. **Загальні правила безпеки:**

Дотримуйся правил дорожнього руху, переходь дорогу тільки в установлених місцях.

У темний час доби користуйся світловідбивними елементами.

Повідомляй батьків про своє місцезнаходження та плани.

Уникай прогулянок у темний час доби наодинці.

Не вступай у контакт з незнайомими особами, не сідай у чужі автомобілі.

2. Поведінка на льоду та поблизу водойм:

Виходити на лід без дорослих заборонено.

Не перевіряй міцність льоду ударами ніг.

Не ковзайся поблизу ополонок та місць, де лід тонший (біля очерету, стоку води).

Якщо лід тріснув — лягай на живіт і повзи назад тим шляхом, яким прийшов.

Побачивши провалену людину — негайно клич дорослих та службу 101.

3. Правила катання на санчатах, ковзанах, лижах:

Катайся тільки в спеціально відведених місцях, подалі від проїжджої частини.

Не прив'язуй санчата до автомобілів чи інших транспортних засобів.

Не влаштовуй штовханину на гірках.

Використовуй шолом під час катання на ковзанах чи сноуборді.

Переконайся, що на схилі немає перешкод чи людей.

4. Правила пожежної безпеки:

Не користуйся петардами, феєрверками та іншими піротехнічними виробами без дорослих (краще взагалі утриматися).

Не залишай електроприлади ввімкненими без нагляду.

Не підпалюй бенгальські вогні у закритих приміщеннях.

У разі пожежі телефонуй 101, негайно покинь небезпечне місце.

5. Поведінка під час ожеледиці:

Ходи повільно, не поспішай, не тримай руки в кишенях.

Носи зручне взуття з неслизькою підошвою.
Обирай маршрути з мінімальною кількістю слизьких спусків.

6. Правила користування Інтернетом під час канікул:

Не переходь за підозрілими посиланнями.
Не поширюй особисті дані.
Не вступай у спілкування з незнайомцями в мережі.
Якщо щось насторожує — звернись до дорослих.

7. Здоров'я та особиста безпека:

Одягайся по погоді, уникай переохолодження.
Не вживай алкогольних напоїв та інших шкідливих речовин.
Дотримуйся правил гігієни та режиму дня.
У разі поганого самопочуття — повідом дорослих.

8. Дії у разі надзвичайних ситуацій:

При виявленні підозрілих предметів — не торкайся, відійди на безпечну відстань і повідом дорослих та службу 101.
Виконуй вказівки дорослих та рятувальних служб.
Завжди зберігай спокій.

Пам'ятай: твоє життя та здоров'я — найцінніше! Бережи себе та гарно проведи зимові канікули!

