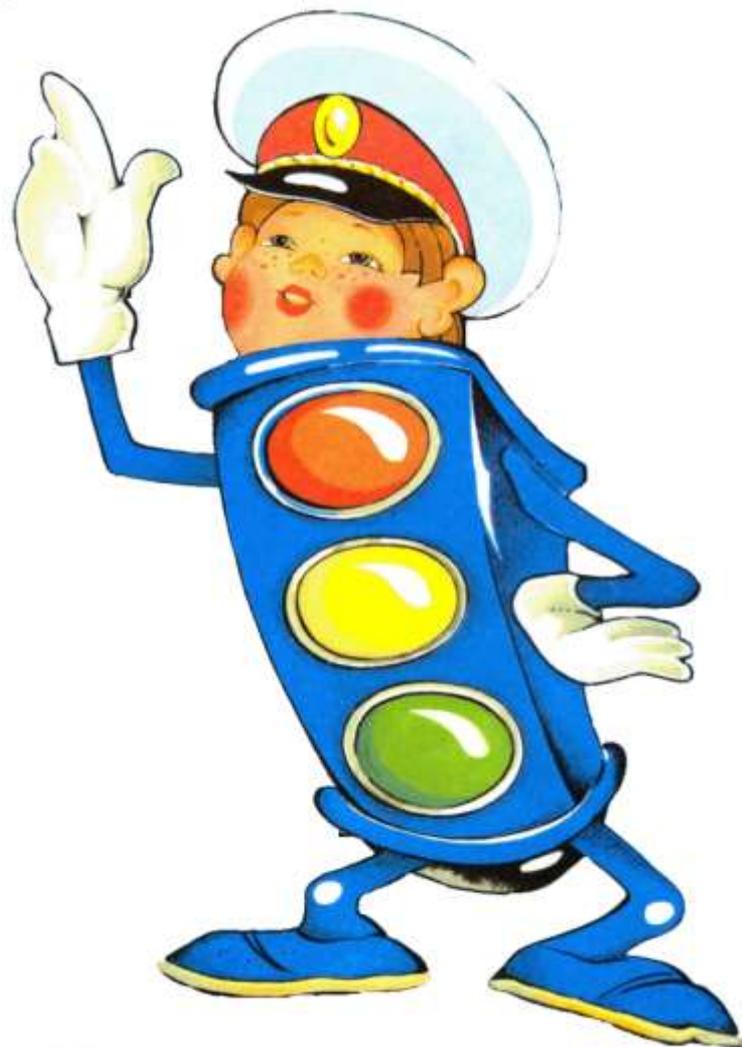
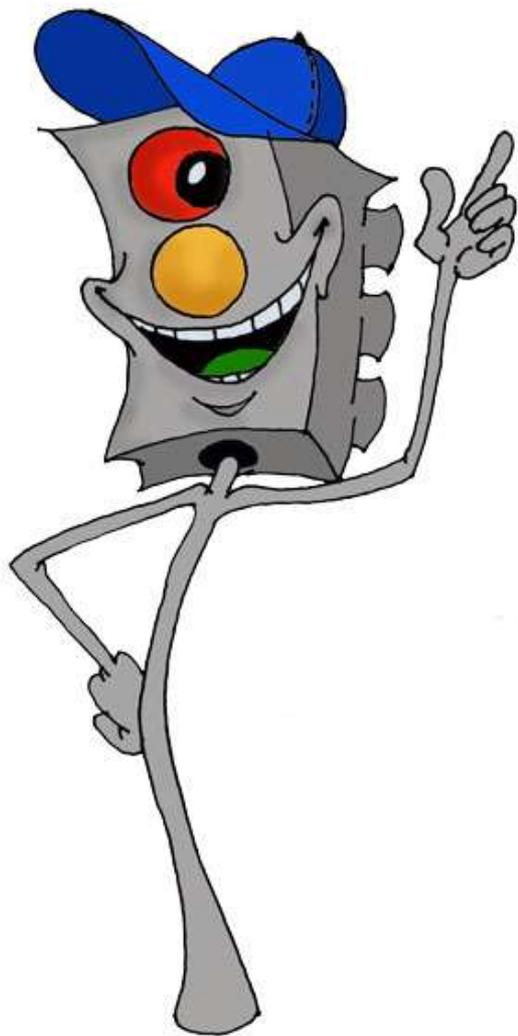


ЭЛЕКТРОННОЕ ПИСЬМО



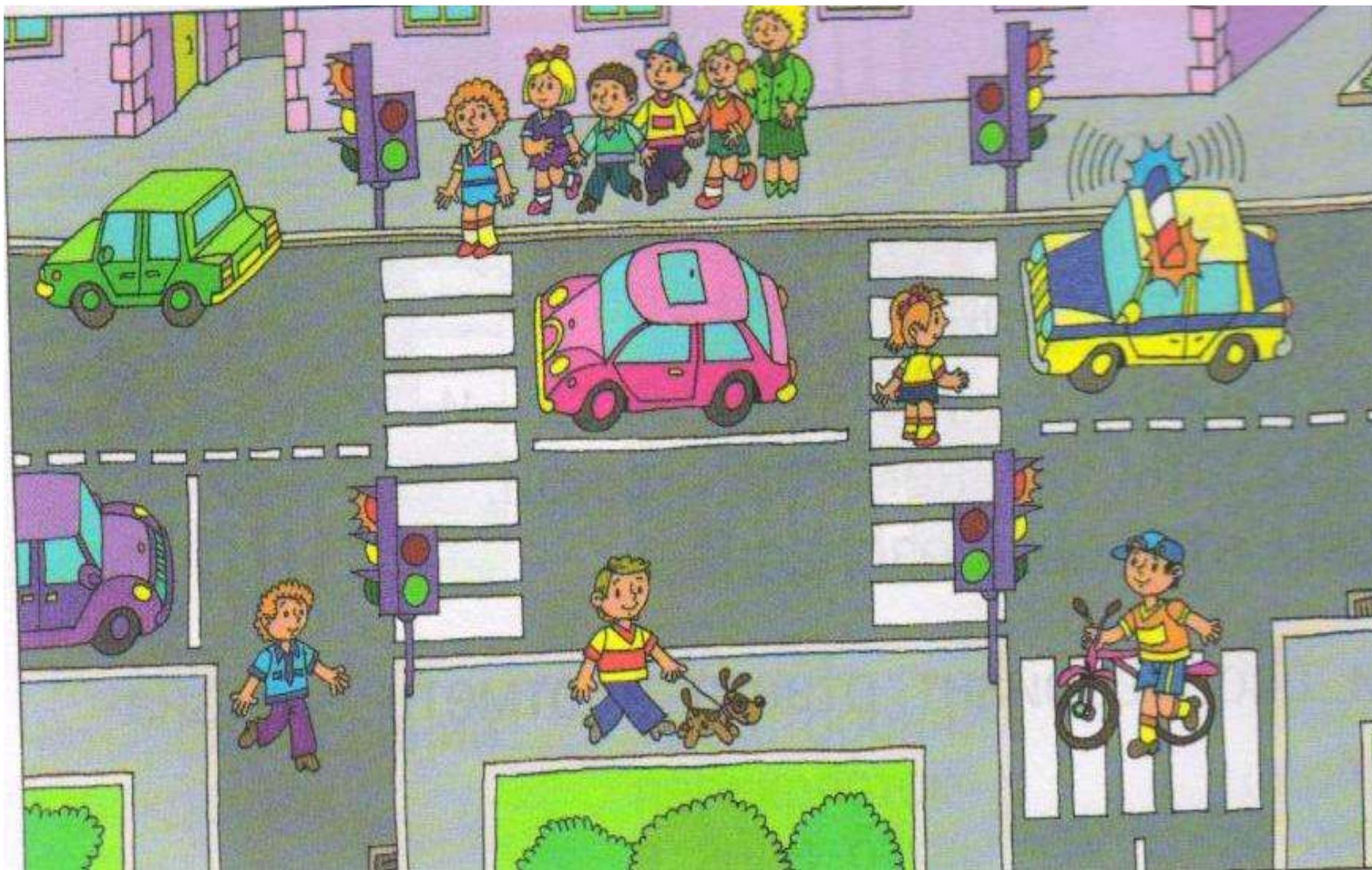


Письмо от Светофор Светофорыча

*Ребята, здравствуйте!
Прошу вас помочь мне
разобраться в
ситуациях, которые
происходят на дороге
с наступлением весны.*



МАГИСТРАЛИЯ



Яркое весеннее солнце



**Гололёд,
плохая дорога**



Туман



**Дождь и
тёмное время суток**





АВАРИЯ





Как можно пострадать от
неправильного падения



Обувь должна быть удобной!



91. В гололед наклейте на чистую сухую подошву медицинский тканевый пластырь. Так вы точно не упадете.

Передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву.



**По дороге надо идти,
а не кататься!**

Не держите руки в карманах, старайтесь не носить тяжелые сумки.



▪ Не перебегай проезжую часть перед близко идущим транспортом



КАК НЕЛЬЗЯ ПАДАТЬ



НА ЛОКОТЬ

Последствия: перелом ключицы.



НА ВЫТЯНУТУЮ РУКУ

Последствия: перелом костей, образующих локтевой сустав (возможно, со смещением или осколками), травма запястья.



НА ЯГОДИЦЫ

Последствия: компрессионная травма позвоночника.



НА КОЛЕНО

Последствия: травма коленной чашечки.



УДАР О ЗЕМЛЮ

Последствия: сотрясение мозга.

Научись падать!
Если ты поскользнулся,
сразу присядь,
чтобы снизить высоту
падения.

КАК НАДО ПАДАТЬ

ВНИМАНИЕ!

Все методы требуют предварительной тренировки!



ПАДЕНИЕ ВПЕРЕД

Ноги выпрямите, руки слегка согните в локтях и нагните, пальцы немного растопырьте и выставите вперед. Как только руки коснулись земли, слегка выпрямите их (как при отжимании).



ПАДЕНИЕ НАЗАД

Если ноги летят вперед, то необходимо развести прямые руки в стороны под углом 45 градусов к телу, повернув их ладонями вниз.

Подбородок положите на грудь и закройте рот, колени немного согните и разведите в стороны. Спину надо выгнуть дугой. В этом случае руки первыми коснутся земли и сработают в роли амортизаторов.



ПАДЕНИЕ НА БОК

В этом случае руку надо убрать из-под себя, развернув ее ладонью вниз. Рука первая касается земли (не падайте на локоть!). Оказавшись внизу ногу во время падения следует согнуть на 90 градусов.



СГРУППИРОВАВШИСЬ ВО ВРЕМЯ ПАДЕНИЯ

(самый лучший вариант)

Светоотражающие полоски, фликеры

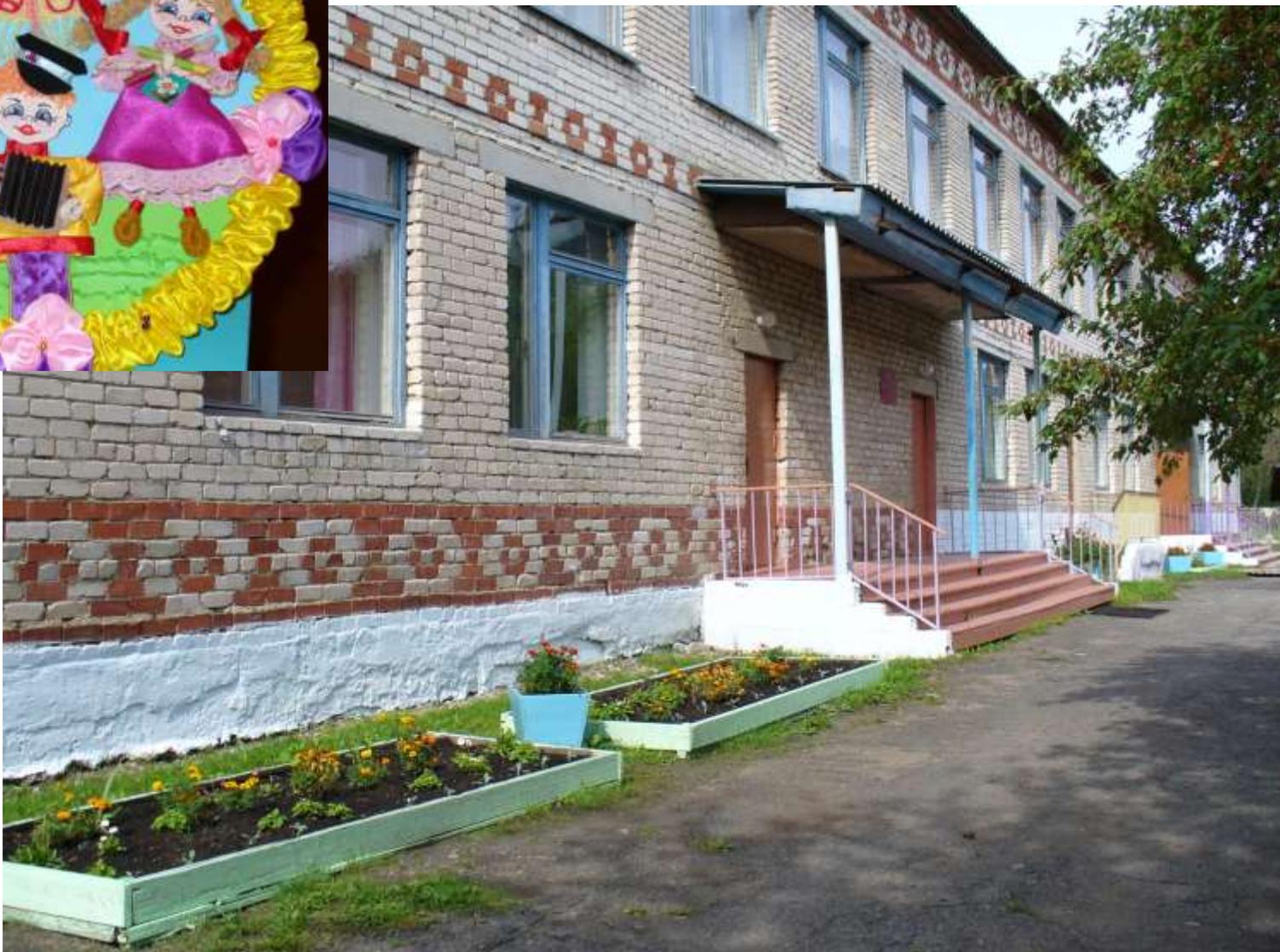


**Световозвращатели возвращают свет,
если его отключили!**

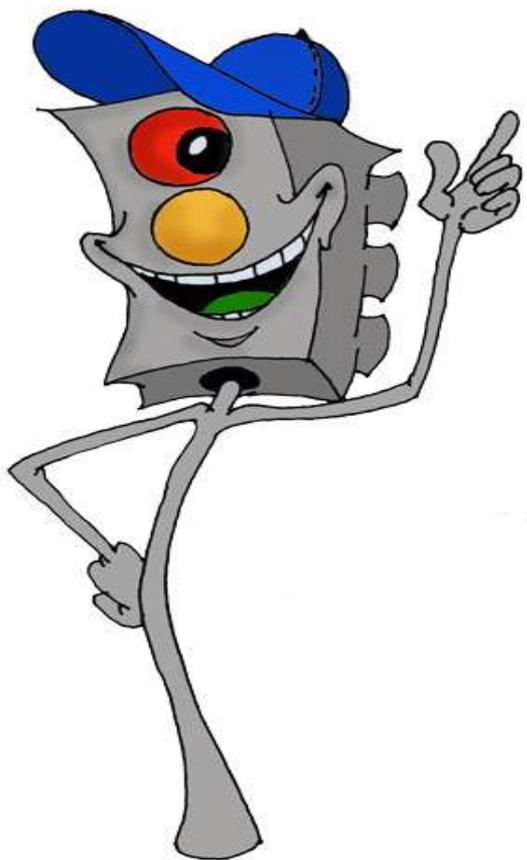
Одежда со световозвращающими элементами



Детский сад № 27



Ребята! Спасибо вам за помощь!



До встречи! Жду от вас фото и видео.