**ПАМЯТКА**

**ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА КАТКЕ, ЛЕДЯНОЙ ГОРКЕ И ВО ВРЕМЯ ГОЛОЛЕДИЦЫ**

**На ледяной горке:**

- при катании с горы не прыгать с обочин,

 - не кататься с горы, стоя на ногах,

- при подъёме на гору пользоваться ступеньками

- скатываться через определённый промежуток времени по одному или небольшими группами.

**На катке:**

- выбирать ботинки на размер больше размера ноги,

 - шнуровать необходимо так, чтобы нижняя и верхняя части ботинка были не сильно затянуты, средняя же наоборот,

- при побледнении кожи, покалывании, чувстве анемия - растереть это место рукой,

- на ледяной площадке не толкаться.

**Во время гололедицы:**

- необходимо выбирать место для прогулки и игр более безопасное, где нет льда,

- выходя из здания школы, двигаться по расчищенным дорожкам или дорожкам, посыпанным песком,

- не стоять, не играть под навесом, карнизом, с которых свисают сосульки и ледяные глыбы.