

# **Консультация от инструктора по физической культуре - "Безопасность ребенка на прогулке в зимний период"**

## **Безопасность ребенка на прогулке в зимний период.**

Зимние прогулки всегда приносят огромную радость детям.

Многие дети с осени начинают с нетерпением ждать снега, чтобы покататься на санках, скатиться с горки на ледянках, покидаться снежками и построить снежные башни и лабиринты.

Но зимнее время омрачает радость детей и родителей очень распространенными травмами. Обезопасить себя от неприятных последствий зимних прогулок помогут простые и казалось бы, само собой разумеющиеся правила.

## **Одежда для зимней прогулки**

Собираясь на прогулку надо помнить главное: ребенка не надо кутать!

Перегрев не лучше, чем охлаждение. Найдите золотую середину! Кроме того, одежда не должна сковывать движения, она должна быть удобной, легкой и теплой одновременно.

Зимняя обувь должна быть удобной. Даже теплым, но все равно собирающим снег ботинкам лучше предпочесть сапожки, в которые можно заправить штаны, изолировав от попадания снега. Проследите, чтобы подошвы были рельефными – ребенок меньше будет скользить по снегу и льду. Чтобы подстраховаться от потери варежек или перчаток, пришейте к ним резинку.

## **ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ И БЕЗОПАСНОСТЬ**

У каждой зимней забавы есть и свои особенности, свои правила безопасности.

### **Катание на лыжах**

В целом, катание на лыжах – наименее безопасный вид зимних прогулок. Однако обратите внимание, может быть горка, на которой ребенок собирается кататься, слишком крутая, ухабистая или леденистая.

Кататься следует в парковой зоне, за населенным пунктом, либо в районе, где движение автотранспорта отсутствует.

### **Катание на коньках**

В отличие от лыж, занятие коньками сопряжено с определенным риском. Необходимо иметь ввиду следующее:

1. Катайтесь на коньках на специально оборудованных катках, опасно кататься на открытых водоемах.
2. Падение исключить невозможно, поэтому постарайтесь, чтобы ребенок был одет в плотную одежду.
3. Не отходите от ребенка ни на шаг, чтобы в случае необходимости поддержать его.

### **Катание на санках, ледянках**

Для прогулки на санках ребенка надо одеть потеплее.

1. Прежде чем ребенок сядет на санки, проверьте, нет ли в них неисправностей.
2. Кататься на санках с горки нежелательно, лучше на ледянках.
3. Объясните ребенку заранее, что на горке надо соблюдать дисциплину и последовательность.
4. Вам необходимо самим убедиться в безопасности горки, поэтому перед катанием внимательно изучите местность. Спуск не должен выходить на проезжую часть, а малыш лучше катать с маленьких пологих, снежных горках, причём в немногочисленных местах и при отсутствии деревьев, заборов и других препятствий.
5. Нельзя разрешать ребенку кататься на санках лежа на животе, он может повредить зубы или голову.
6. Кататься на санках стоя нельзя! Опасно привязывать санки друг к другу.
7. Перевозить ребенка через дорогу можно только в санках, которые толкаются перед собой. Если у них имеется только веревка-буксир, то ребенка необходимо вынуть. Следует учесть, что по малоснежной дороге с проплешинами асфальта санки едут медленно, поэтому будьте особенно бдительными.

### **Игры около дома**

Не разрешайте детям играть у дороги. Учите детей, что нельзя выбегать на проезжую часть. Нежелательно валяться и играть в сугробах, которые находятся под окнами домов или около подъезда. Не позволяйте прыгать в сугроб с высоты. Неизвестно, что таит в нем пушистый снежок. Под свежеснежившим снегом может быть все что угодно: разбитые бутылки, камень, проволока. Может там оказаться и мусор, который кто-то не донес до мусорки.

Объясните детям, что нельзя брать в рот снег, ледяные корочки, сосульки. В них много невидимой для глаз грязи и микробов, которые могут вызвать болезнь. При игре в снежки расскажите ребенку, что кидать их в лицо нельзя, и вообще кидать нужно не с силой!

Не позволяйте детям строить глубокие снежные туннели, которые могут обвалиться.

### **ОПАСНОСТИ, ПОДСТЕРИГАЮЩИЕ НАС ЗИМОЙ**

Обратите внимания ребенка на сосульки и горы снега, свешивающиеся с крыши домов. Расскажите, чем они опасны и почему такие места надо обходить стороной. Объясните ребенку, что ни в коем случае нельзя заходить в огражденные зоны.

#### **Осторожно, гололед!**

Учите детей, что ходить по обледеневшему тротуару нужно маленькими шажочками, наступая на всю подошву. Старайтесь по возможности обходить скользкие места.

Особенно внимательно нужно зимой переходить дорогу. Машина на скользкой дороге не сможет остановиться сразу!

#### **Осторожно, мороз!**

Сократите или вовсе исключите прогулки с детьми в морозные дни: высока вероятность обморожения.

#### **Зимой на водоеме**

Не выходите с ребенком на заледеневшие водоемы! Если лед провалился, нужно громко звать на помощь и пытаться выбраться, наползая или накатываясь на край. Барахтаться нельзя! Если получилось выбраться, надо отползти или откатиться от края.

Вот основные правила безопасного поведения в зимнее время года, которые следует помнить взрослым и учить детей соблюдать их.

**Уважаемые родители! Помните о том, что формирование сознательного поведения – процесс длительный. Это сегодня ребенок всюду ходит за руку с мамой, гуляет во дворе под присмотром взрослых, а завтра он станет самостоятельным.**

**Многое зависит от Вас!**

**Составитель: Коновалова Г.А. инструктор по физической культуре**