



Безопасность зимой

«Курс безопасности» для ребёнка лучше начинать как можно раньше: всё, что мы познаём в раннем детстве, остаётся в нашей памяти на всю жизнь.

Регулярно проводите беседы, но без нотаций и бесконечных наставлений.

Очень важно, чтобы ребенок понял, почему нужно строго выполнять правила безопасности. Ребёнок должен чётко усвоить, чего нельзя делать никогда.

Будьте для ребёнка образцом – не делайте для себя исключений.

Лучше ребёнку важную информацию предоставить **в форме символов и образов**, что отлично действует на подсознание.

Для обучения безопасности используйте **все «подручные средства»**: сказки, стихи, иллюстрации, мультфильмы; всякие, удобные для обучения, случаи, примеры из жизни.

Важно не просто оградить малыша от опасностей, а научить его, подготовить к возможной встрече с ними.

Играем во дворе

Зима тем и хороша, что за развлечениями далеко ходить не надо! Достаточно просто выйти из дома, вдохнуть свежий морозный воздух, слепить снеговика или поиграть в снежки.

Безопасность

1. При лепке снежков и снеговиков напомним ребенку о возможном наличии в снегу осколков стекла, палок, камней и прочих **опасных предметов**, которые могут поранить.
2. Нельзя брать в рот **сосульки** и есть снег. Грязь и возможные токсичные вещества могут навредить организму, а также привести к простуде.
3. Следите за тем, чтобы дети не играли около зданий, с крыш которых возможен **сход снега** или падение сосуллек.
4. Не разрешайте детям играть у дороги. Учите детей, что нельзя выбегать на **проезжую часть**.
5. **Металл на морозе** становится опасен, и лучше не прикасаться к нему незащищенной кожей и, тем более, языком.
6. При игре в снежки расскажите ребенку, что **кидаться в лицо** нельзя, и вообще кидать нужно не с силой!



Катаемся на санках

Значительное число детских травм зимой происходит из-за неумения правильно кататься на санках.

Объясните ребенку:

1. Нельзя кататься с горок, которые выходят на **проезжую часть** улицы или железнодорожное полотно.
2. Спускаться следует только с пологих горок, без трамплинов, кочек, **деревьев или кустов** на пути.
3. Перед спуском с горки нужно **проверить**, свободна ли трасса и не собираются ли ее пересекать с другого склона.
4. На санки можно садиться **только верхом**, ноги не следует ставить на полозья, а нужно держать с боков полусогнутыми. Лучше для катания с горок использовать санки-ледянки.
5. В момент падения нужно **группироваться**.

Катанию на санках, лыжах и коньках детей нужно учить обеспечив средствами защиты: налокотниками, наколенниками, шлемом.

Правила перевозки ребенка на санках

Перевозить ребёнка через дорогу можно только в санках, которые толкаются перед собой.

Если у санок имеется только веревка-буксир, то перевозить ребенка через дорогу на санках крайне опасно!

Следует учесть, что по малоснежной дороге с проплешинами асфальта санки едут медленно, поэтому будьте особенно бдительными.



Катаемся на лыжах

Вот несколько нехитрых правил безопасности, которые необходимо усвоить перед тем, как выйти с ребенком на лыжах.

Одежда и оборудование

1. **Лыжи, палки и лыжные ботинки** должны быть подобраны по росту и размеру. Палки должны иметь наконечник и регулируемой длины ремень для кисти руки.
2. **Крепления** должны быть отрегулированы так, чтобы ребенок мог без посторонней помощи прикреплять лыжи к лыжным ботинкам.
3. **Одежда** должна защищать от холода и ветра, быть легкой, удобной.



Техника безопасности

1. **При передвижении** на лыжах по дистанции соблюдайте интервал 3-4 м, при спусках - не менее 30 м.
2. **При спусках** не выставляйте вперед лыжные палки.
3. Если возникает необходимость приседая **падать на бок**, то обязательно держите палки сзади.
4. **Не пересекайте лыжню**, по которой передвигаются спускающиеся со склона лыжники.
5. **Не прыгать** с трамплина: для этого нужны специальная подготовка и прыжковые лыжи.
6. **Категорически** запрещается использовать лыжные палки для осаливания во время подвижных игр и эстафет: это можно делать только рукой.

Будьте внимательны и аккуратны на спортивных площадках и в местах активного отдыха!

Катаемся на коньках

Если ваш малыш полюбит коньки – это на всю жизнь! Ничто не сравнится с тем ощущением полета и свободы, которое ощущаешь при катании на коньках.

Снаряжение на льду

- Выбирайте качественные конькобежные ботинки, лучше всего, сшитые из кожи.
- Ни в коем случае детям не приобретайте ботинки большего размера, чем есть на самом деле. Нога может скользить в ботинке, что приведет к травме. Коньки следует надевать только поверх шерстяного носка.
- Следите за лезвиями коньков. Их необходимо вовремя точить, иначе ребенок будет падать и спотыкаться.
- Проверяйте при покупке жесткость подошвы и области ботинок вокруг голеностопа. Они ни в коем случае не должны прогибаться.
- Зашнуруйте ботинки правильно: пальцы свободно могут двигаться, на подъеме нога туго затянута, а самый верх ботинка также немного освободите от шнуровки.
- Оденьте на ребенка защитную экипировку: наколенники, налокотники, шлем.

Правила безопасности

Не ходите на каток в те дни, когда на нем катаются много людей. Риск получить серьезную травму в этом случае крайне велик. Лучший вариант, если каток есть у вас во дворе.

Не отходите от малыша ни на шаг, чтобы в случае необходимости поддержать его и избежать падений.

Объясните ребенку, что при падении ему нужно стараться перевести вес тела на бок или вперед. Опрокидывание на спину недопустимо ни в коем случае.

