

*МДОУ "Эммаусский детский сад общеразвивающего вида"*

*Консультация для родителей  
"Зимние забавы  
и детская безопасность"*

*Выполнил: инструктор по физической культуре  
Травников А.Н.*

*Эммаусс 2026г.*

*Современная жизнь полна опасных неожиданностей, которые создают угрозу жизни и здоровью наших детей.*

*Особой опасности дети подвергаются в зимний период: катание на санках с горки, катание на коньках, лыжах, тюбинге (ватрушке) и др.*

*Родителям необходимо ознакомиться самим и ознакомить своих детей с основными правилами соблюдения безопасности в зимний период.*

*Безопасность детей – наша общая забота!*



## *Основные правила безопасности*

- *Нельзя снимать шапку и шарф, даже если появилось обманчивое ощущение тепла или другие дети сочли одежду «немодной».*
- *Расскажите ребенку, что если он почувствовал, что замерзает или промочил ноги – нужно немедленно возвращаться домой и сразу же переодеваться в сухую одежду.*
- *Если по каким-то причинам замерший ребенок не может сразу зайти в теплое помещение, пусть не прекращает двигаться, чтобы стимулировать кровообращение.*
- *Любые игры должны проходить подальше от проезжей части.*

## *Лыжи и снегокаты*

*Лыжи и снегокаты – один из самых безопасных зимних развлечений. Под контролем взрослых дети учатся кататься на лыжах уже с 4-5 лет. Лыжи ребенку выбирают по росту, возрасту и уровню подготовки.*

*Правила безопасности для юных лыжников и их родителей:*

- для катания выбирайте не очень кручу горку, желательно в парке или в таком месте, где нет автомобильного движения;*
- надевайте на ребенка защитный шлем, если планируете кататься на общих горках, где существует риск столкнуться с другими лыжниками;*
- оденьте ребенка в яркий костюм – так он будет заметнее на склоне;*
- если ребенок никогда раньше не катался на лыжах – сначала просто научите его ходить по лыжне;*
- лыжные палки не нужны начинающему лыжнику, без дополнительной опоры он быстрее научится держать равновесие.*

***Советы родителям:** отправляясь с ребенком на склон, захватите запасные рукавицы, воду и перекус.*

*Снегокаты похожи на санки, где вместо полозьев – лыжи. Хорошо управляемые, но требуют своих мер безопасности:*

- выбирайте для катания с ребенком плавную горку без крупных препятствий (камней, деревьев) на спуске;*
- покажите ребенку, как управлять снегокатом с помощью руля и тормоза;*
- помогайте поднять снегокат на вершину горки, если ребенку тяжело справляться самостоятельно.*



## *Санки, ледянки и тюбинг*

*Санки, ледянки и тюбинги одинаково хорошо подходят для катания с горок, но различаются по некоторым характеристикам, в том числе и по степени безопасности.*

*Самое безопасное устройство для спуска – санки, наиболее сложны в управлении тюбинги. Ледянки хороши легкостью и низкой ценой, но немного проигрывают санкам по безопасности – контролировать ледянку сложнее, чем сани.*

### ***Как сделать катание на ледянке безопасным:***

- для ровных ледяных горок подходят простые овальные ледянки с одной ручкой, для снежных склонов – ледянки-тарелки или ледянки-корытца с двумя ручками и углублениями для ног;*
- не используйте ледянки в форме тарелки или корытца на ледяных горках – на скользкой поверхности такие ледянки становятся неуправляемыми.*
- для катания на ледянке выбирайте только ровные горки, без трамплинов, чтобы избежать травмы спины.*

## **Правила безопасного катания на санках и тюбингах:**

- если ребенку меньше 5 лет – выбирайте горку для катания без крутого спуска; расскажите ребенку, что нельзя спускаться на санках стоя, лежа или сидя против движения;
- напомните ребенку, что во время спуска нужно крепко держаться за санки руками. для катания на тюбингах подходят не слишком крутые горки – тюбинги легкие, и ребенок может не справиться с управлением;
- объясните ребенку, что столкновение на «ватрушке» с другими детьми может привести к травмам – пусть скатывается на тюбинге тогда, когда риск столкнуться минимален.



## *Выбор горки для катания ребенка*

*Выбирайте горку для катания ребенка, обратите внимание на ее безопасность. Рядом с горкой не должно быть автодорог и водоемов.*

*Если вы ведете кататься маленького ребенка, то скопление на горке активных подростков – это тоже потенциальная опасность.*

### *Меры предосторожности на горке зимой:*

- напомните сыну или дочери, что вежливость хороша везде, и на горке тоже: пусть ребенок уступает младшим и соблюдает очередь катания;*
- следите за катанием ребенка, особенно если он еще небольшой и на горке много других детей;*
- малышу младше 5 лет разрешайте кататься только с пологих горок;*
- обувайте ребенка перед походом на горку в нескользящую обувь;*
- разрешайте ребенку кататься только на средстве для катания – ледянке, ватрушке, снегокате, но не на ногах или на курточках.*

## ***Катание на коньках: поведение на льду***

*Главное условие катания на коньках – выбор специально оборудованной для катания площадки. В первый раз ставить ребенка на лед можно уже в 3 года.*

*Всегда надевайте на ребенка защитный шлем, наколенники и налокотники.*

*Для похода на каток с начинающим конькобежцем выбирайте время, когда на площадке мало других людей: относительная безлюдность поможет избежать травм.*

*Старайтесь всегда быть поблизости, чтобы помочь ребенку в случае необходимости;*

*В первый раз на катке ограничьтесь хождением с одного края катка до другого боковым приставным шагом.*

*Научите ребенка технике правильного падения: группироваться и падать на бок.*



## ***Первая помощь при травмах***

*Если ребенок упал и ударился – первым делом отведите его в тихое место и расспросите, где и как болит. При хорошем самочувствии и нормальном движении конечностей возможен ушиб, который первые два дня лечится покойм, а после – прогреванием. В любом случае, наблюдайте за состоянием ребенка: если самочувствие ухудшилось – обратитесь к врачу.*

*Не раздумывая вызывайте скорую помощь, если:*

- ребенок ушибся головой;*
- вы подозреваете, что у ребенка может быть вывих, растяжение связок или перелом;*
- ребенок жалуется на боль в животе.*

*Не раздевайте ребенка и не накладывайте шину, чтобы дополнительно к травме не получить еще и отморожение.*

*Исключение – сильное кровотечение, которое в ожидании врача нужно остановить тугой повязкой.*

*Если ребенок на морозе лизнул железо или другой металл, срочно принимайте меры:*

- успокойте ребенка; чтобы он не дернулся и не повредил язык;*
- полейте язык теплой водой или другой жидкостью;*
- если жидкости нет – подышите на язык пострадавшего, приложив ладони к своему рту.*

## *Признаки обморожения и первая помощь*

*Обморожение, вопреки распространенному мнению, получают не только на морозе, но и при температуре воздуха около нуля, если на улице сильный ветер.*

*Признаки обморожения:*

- пострадавший участок тела теряет чувствительность;*
- кожа краснеет, возникает ощущение покалывания, и если вовремя не принять меры – появляются волдыри.*

*Если вы заметили у ребенка признаки обморожения – сразу ведите его в помещение.*

*Пострадавшую часть тела поместите в теплую воду, после – разотрите кожу для восстановления чувствительности.*



*Безопасность зимой – это очень важно.  
Но дети всегда остаются детьми.  
Постарайтесь не превращать объяснения  
правил безопасности в скучные нотации.  
Действуйте ненавязчиво, привлекая мультифильмы,  
сказки и тематические игры.*

*Давайте беречь наших детей вместе!*