

## УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Наступают зимние каникулы – пора отдыха детей, интересных дел, новых впечатлений. У вашего ребенка появится больше свободного времени для приключений и ребяческих фантазий, а у вас – забот и тревог за их безопасность. Чтобы избежать непредвиденных ситуаций с детьми, убедительно просим вас позаботиться о безопасности ваших детей. Помните, что в это время значительно увеличивается риск уличного и бытового травматизма. Организуйте веселые каникулы своим детям.

Рекомендации по безопасности при организации и проведении новогодних праздников:

- запрещается применять свечи и хлопушки, устраивать фейерверки и другие световые пожароопасные эффекты, которые могут привести к пожару;
- запрещается использование пиротехнических средств (петард, фейерверков);
- запрещается одевать детей в костюмы из легкогорючих материалов;
- запрещается оставлять одних детей без присмотра.

## ПАМЯТКИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

### 1. Правила безопасной прогулки

Наденьте ребенку шапку, шарф, варежки и застегните куртку не выходя из дома, чтобы холодный воздух не проник под одежду.

Если вы вместе с ним на улице, следите за тем, чтобы он не бегал и не толкал других детей, объясните ему, что можно получить травмы.

Объясните, что при игре в снежки нельзя их бросать в голову.

Не позволяйте детям строить снежные тоннели, которые могут обвалиться.

Расскажите ребенку, что нельзя есть снег и грызть сосульки, а также облизывать металлические поверхности.

Не позволяйте ему прыгать в сугроб, ведь под снегом могут быть разбитые бутылки, камни, мусор.

### 2. Безопасность при катании на санках

Прежде чем ребенок сядет на санки, проверьте, нет ли в них неисправностей. Если санки оснащены ремнями безопасности, то обязательно пристегните ребенка.

Не разрешайте ребенку прыгать с трамплинов на санках, так как это может привести к травмам.

Обязательно присматривайте за ребенком, когда он катается на санках. Если при катании ребенка на санках вам необходимо перейти дорогу, его необходимо высадить из санок. Не катайтесь с ребенком вместе на одних санках.

### 3. Безопасное катание на горках

Расскажите ребенку, что на горках нужно вести себя аккуратно и дисциплинированно, соблюдать очередь при спуске.

Убедитесь в безопасности горки сами, перед катанием внимательно изучите местность. Проследите за тем, чтобы горку не перекрывали деревья, кусты, столбы уличного освещения или заборы.

Катайте ребенка с маленьких пологих горок.

Запретите ему кататься с горки стоя.

Запретите ребенку кататься с горок, которые расположены рядом с дорогой, водоёмом.

Научите малыша правильно падать: во время падения нужно стараться перевернуться на бок, согнув и поджав колени.

Лучше всего катать ребенка с горок на тубингах, надувных ватрушках, ледянках.

#### **4. Правила безопасного поведения при гололеде**

Подберите ребенку удобную, нескользящую обувь с подошвой на микропористой основе.

Объясните, что необходимо смотреть под ноги, обходить замерзшие лужи, склоны, лестницы.

Не позволяйте ребенку торопиться и бежать через проезжую часть, объясните, что машина на скользкой дороге не сможет остановиться сразу.

Расскажите, что передвигаться нужно осторожно, наступая на всю подошву.

Объясните ребенку, что во избежание падающей сосульки или обледенелой ветки нельзя ходить вблизи зданий и деревьев.

Предупредите: если он поскользнется, необходимо присесть, чтобы снизить высоту падения и смягчить удар о землю, сгруппироваться и упасть на бок.

#### **5. Правила безопасного поведения на льду**

Объясните ребенку, что выходить на лед очень опасно, и расскажите об опасности игр на льду.

Предупредите его, что нельзя подходить к водоемам и проверять прочность льда ударом ноги.

Не играйте с ребенком на льду, подавая плохой пример, ведь дети копируют поведение родителей.

**ПОМНИТЕ**, что учить ребенка катанию на коньках нужно только на специально оборудованных ледовых площадках!

#### **6. Памятка для родителей и детей - ОСТОРОЖНО, ЛЁД!**

С приходом зимы и наступлением холодов на водоемах наблюдается становление ледового покрова. В это время выходить на его поверхность крайне опасно. Однако, каждый год многие люди пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий лёд, тем самым подвергая свою жизнь смертельной опасности.

Безопасным для одного человека считается лед толщиной не менее 7 см, пешие переправы считаются безопасными при толщине льда 15 см и более. Толщина льда на водоеме не везде одинакова, в устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей, вблизи произрастания водной растительности.

Чрезвычайно ненадежен лёд под снегом и сугробами. Прочность льда можно определить визуально: лёд голубого цвета – прочный; белого – прочность его в 2 раза меньше; серый, матово-белый или с желтоватым оттенком – лёд ненадёжен.

**Во избежание трагических случаев предупреждаем:**

1. Соблюдайте элементарные правила безопасности на льду, помните, безопасным лёд считается при толщине не менее 12 см.
2. Запрещается ходить по льду под мостами, рядом с любыми водными сооружениями, в местах впадения в водоем ручьев и рек.
3. Ни в коем случае нельзя допускать выхода детей на лёд.

**Помните: жизнь и здоровье ваших детей - в ваших руках!**

**ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОЙ ПРОГУЛКИ ДЕТЕЙ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД**

С наступлением зимы потенциальных опасностей на улице становится больше, следовательно, актуальна проблема формирования у детей навыков безопасного поведения в зимнее время года.

Мы, взрослые, должны не просто оградить ребенка от опасностей, которые встречаются в зимнее время года, а подготовить к возможной встрече с ними, привить им навыки безопасного поведения. Создавая условия для воспитания культуры безопасного поведения у дошкольников в зимнее время года, необходимо содействовать овладению каждым ребенком навыками безопасного поведения на зимних прогулках в процессе бытовой, игровой, двигательной, коммуникативной и других видов деятельности.

Одевать шапку, варежки и застегиваться нужно не выходя из дома, чтобы холодный воздух не проник под одежду.

Нельзя есть снег и грызть сосульки, прикасаться к металлу.

На улице надо идти посередине тротуара, подальше от домов, потому что с крыши может обвалиться снег или упасть сосулька, и ни в коем случае нельзя заходить в огражденные зоны.

Ходить по обледеневшему тротуару нужно маленькими шажками, наступая на всю подошву.

Кататься на коньках, лыжах можно только в специально отведенных для этого местах.

И нельзя кататься с горок, которые расположены рядом с дорогой!

Кататься на санках стоя нельзя! Опасно привязывать санки друг к другу.

Вести себя на горке нужно аккуратно и дисциплинированно.

При игре в снежки нужно помнить, что кидать в лицо нельзя, и вообще кидать нужно не с силой! И не позволяйте детям строить глубокие снежные туннели, которые могут обвалиться!

Нельзя выходить на заледеневшие водоемы! Но если уж так случилось, что ребенок оказался на льду, передвигаться нужно мелким скользящим шагом. Если лёд 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.

Особенно внимательно нужно зимой переходить дорогу - машина на скользкой дороге не сможет остановиться сразу!

## Катание на санках

Любимое развлечение детей в зимнее время это, конечно, катание на санках. Они могут кататься дни напролет, с утра до вечера. При этом катание на санках является достаточно опасным занятием, хотя на первый взгляд оно выглядит абсолютно безобидным. Катание на санках может стать причиной таких травм у ребенка, как рваные раны, ушибы, сотрясение головного мозга. Но не нужно паниковать! Чтобы избежать негативных последствий катания, достаточно соблюдать несложные правила безопасности.

В первую очередь будьте внимательны при выборе санок: они должны соответствовать возрасту ребенка. Санки для маленьких детей должны быть максимально устойчивыми, поэтому желательно, чтобы расстояние между полозьями было широким, а сами санки были невысокими. А чтобы во время катания ножки ребенка не попали под полозья и не травмировались, санки должны быть оснащены подножкой. Проверьте, нет ли на горке, с которой собираетесь подтолкнуть санки с ребенком, камней, металлических предметов и других вещей, в которые могут врезаться санки.

Детям до четырех лет желательно кататься на горках, где мало людей. Если ваши санки оснащены ремнями безопасности, то обязательно пристегивайте ребенка ими, это позволит избежать ранений ребенка.

Ребенку старше четырех лет уже может захотеться кататься с больших горок. Поэтому не забудьте рассказать ребенку о том, что он может повредить зубы или голову, если лежа на животе на санках наедет на кочку. В таком положении управлять санками достаточно сложно. Не разрешайте ребенку прыгать с трамплинов на санках, так как это может привести к травме копчика в результате жесткого приземления. Объясните ребенку, что очень опасно кататься с горки, которая внизу заканчивается проезжей частью! Важно научить малыша правильно падать. Во время падения нужно стараться перевернуться на бок, согнув и поджав колени.

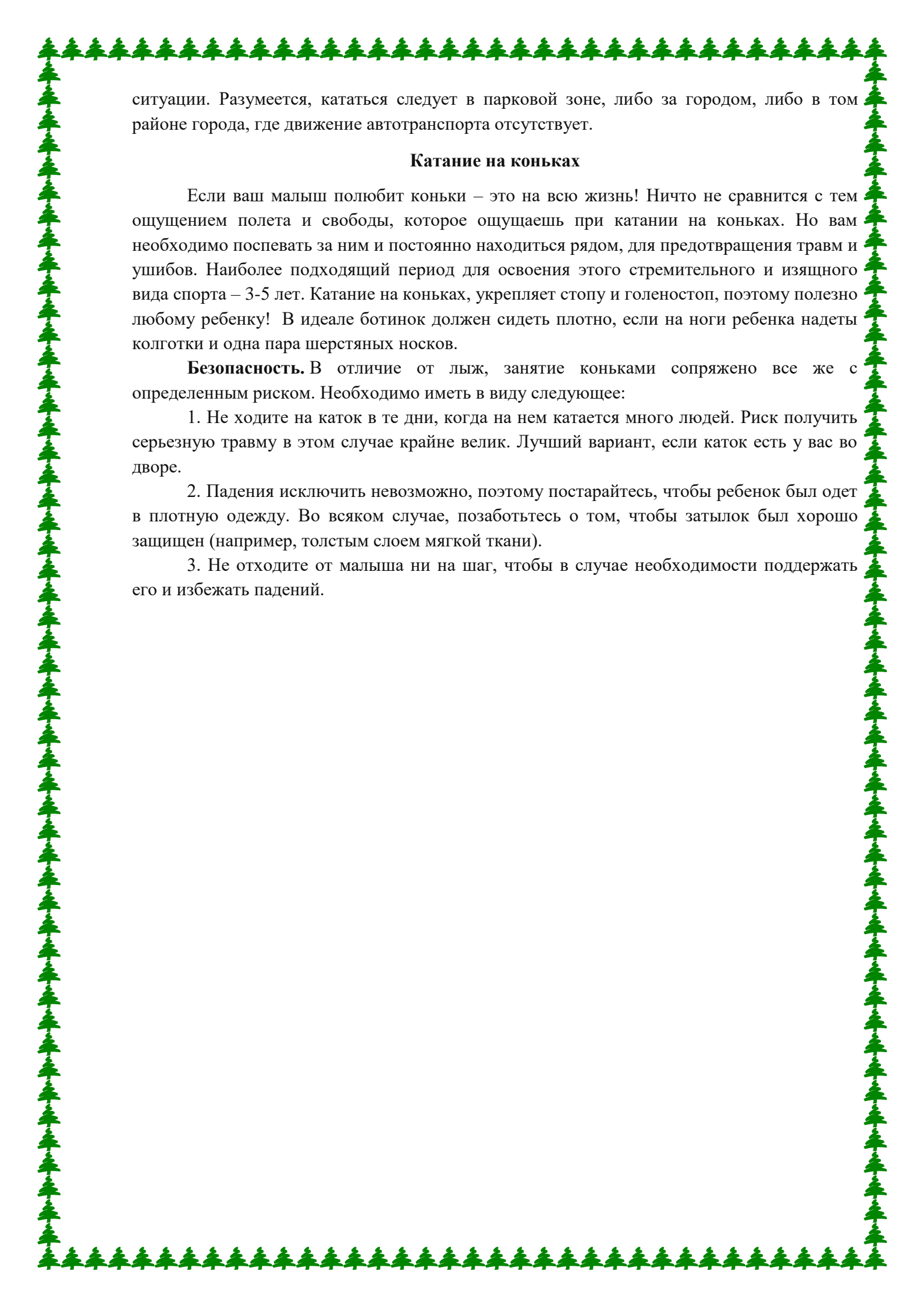
Необходимо соблюдать еще несколько правил:

- ребенок и взрослый не должны кататься вместе на одних санках;
- когда дети катаются на санках, за ними должен присматривать взрослый;
- перед катанием наденьте на ребенка налокотники, наколенники и шлем;
- прежде чем ребенок сядет на санки, проверьте, нет ли в них неисправностей.

## Катание на лыжах

Лыжные прогулки – едва ли не лучший вид активного отдыха с ребенком в зимнее время. Уже в 2 года терпеливые мамы и папы вполне могут научить своих деток ходить по лыжне, и не просто топтать, а даже скользить! Уже в 3-4 года ваши дети смогут кататься и 20, и 30 минут подряд, скатываться с маленьких горок и даже ездить на буксире. Выбирая лыжи в магазине, обратите внимание на то, чтобы они легко снимались и одевались, а ботинки к ним были как раз впору, ни больше, ни меньше. Многие малыши любят кататься на «коротышках», для которых не нужна лыжная трасса, а, значит, и особых проблем нет.

**Безопасность.** В целом, это наименее безопасный вид зимних прогулок. Однако, обратите внимание, может быть горка, на которой Вы собираетесь кататься, слишком крутая, ухабистая или леденистая? Постарайтесь исключить все возможные опасные



ситуации. Разумеется, кататься следует в парковой зоне, либо за городом, либо в том районе города, где движение автотранспорта отсутствует.

### **Катание 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. Но вам необходимо поспевать за ним и постоянно находиться рядом, для предотвращения травм и ушибов. Наиболее подходящий период для освоения этого стремительного и изящного вида спорта – 3-5 лет. Катание на коньках, укрепляет стопу и голеностоп, поэтому полезно любому ребенку! В идеале ботинок должен сидеть плотно, если на ноги ребенка надеты колготки и одна пара шерстяных носков.

**Безопасность.** В отличие от лыж, занятие коньками сопряжено все же с определенным риском. Необходимо иметь в виду следующее:

1. Не ходите на каток в те дни, когда на нем катается много людей. Риск получить серьезную травму в этом случае крайне велик. Лучший вариант, если каток есть у вас во дворе.
2. Падения исключить невозможно, поэтому постарайтесь, чтобы ребенок был одет в плотную одежду. Во всяком случае, позаботьтесь о том, чтобы затылок был хорошо защищен (например, толстым слоем мягкой ткани).
3. Не отходите от малыша ни на шаг, чтобы в случае необходимости поддержать его и избежать падений.