

# Безопасность детей зимой

Зимние прогулки всегда приносят огромную радость детям. Многие дети с осени начинают с нетерпением ждать снега, чтобы покататься на санках, скатиться с горки на ледянке, 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.

## Правильная зимняя одежда

Собираясь на прогулку, заботливых родителей всегда мучает вопрос: как одеть ребенка, чтоб он и не замерз, и не перегрелся? 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, как и любая другая, 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 застраховаться от потери варежек или перчаток, пришейте к ним резинку.



## Безопасность на детских площадках

Очень часто детские площадки являются источниками опасности для детей. Состояние многих детских площадок в России удручающее. Статистика показывает, что ежегодно тысячи российских детей, играя на детских площадках, получают травмы различной степени тяжести.

Вспомните, в какие игры играли вы в своем детстве на улице? Какие игры больше всего нравились? А в какие игры играют наши дети? Соблюдаете ли вы все правила, гуляя с ребенком на детских площадках?

Детские игры на детских площадках во дворах города сопровождаются различными опасностями:

- ✓ *Опасные ситуации, связанные с игровой средой (качели, лесенки и т.д.).*
- ✓ *Опасные ситуации, связанные с социальным окружением (старшие дети, незнакомые взрослые).*
- ✓ *Опасности, связанные с домашними и бродячими животными.*
- ✓ *Опасности, связанные с различными предметами, находящимися на площадке (растения, мусор, посторонние предметы и т.д.).*

Действия родителей для безопасного нахождения детей на игровых площадках должны быть направлены в первую очередь на профилактику опасных ситуаций.

### **Общие правила безопасности на детских площадках:**

- Обязательно обеспечить ребенка удобной, соответствующей погоде одеждой и обувью (не одевать слишком холодно, но и не слишком жарко, т.к. в противном случае ребенок вспотеет и простудится).
- Убедиться в отсутствии опасных участков и предметов (торчащих болтов, корней деревьев, камней, острых углов и т.д.).
- Убедиться, что на игровой площадке нет крупного мусора, стекла и других материалов, которые могут навредить ребенку.



- Убедиться в соответствии игрового оборудования возрастным и индивидуальным особенностям и возможностям вашего ребенка (не разрешать ребенку залезать на лесенку в десять раз больше его самого).

- Не позволять ребенку играть на высоте, скатываться с крутых горок и самостоятельно качаться на качелях.

- Обсудить с ребёнком возможные опасные ситуации, привлекая личный опыт, случаи из жизни, но при этом не пугать малыша. Беседовать так, чтобы он усвоил правила безопасного поведения и спокойно соблюдал их. Зная о возможных последствиях, ребёнок будет осторожнее.

- Объяснить ребенку правила поведения в различных социальных ситуациях (при встрече с незнакомым взрослым, ребенком младшего/старшего возраста или сверстником).

- Объяснить ребенку правила поведения при появлении животных (не подходить к собакам/кошкам).

- Рассказать ребенку о представляющих опасность для здоровья мусоре, посторонних предметах.

- Организовать игровую и двигательную деятельность ребенка в безопасной и соответствующей возрасту игровой зоне площадки.

- Обязательно постоянно следить за ребенком.

#### **Правила безопасности на каруселях:**

- Нельзя слезать с карусели, пока она крутится, так как следующее сиденье продолжает двигаться и может сильно ударить тебя, если ты не отбежал.

- Нельзя бежать по кругу, взявшись за одно сиденье, и раскручивать пустую карусель, а потом вдруг резко остановиться — можно получить удар следующим сиденьем.

- Нельзя вставать на сиденье карусели ногами, так как при движении можно потерять равновесие и, падая, удариться лбом.

#### **Правила безопасности на качелях:**

- Если качели очень тяжёлые (например, железные), нельзя спрыгивать на лету, ты можешь не успеть отбежать, и тогда качели ударят тебя прямо в затылок или в спину.

- Если ты любишь сам раскачивать качели, то должен всегда помнить: если их толкнуть сильнее и не поймать, качели попадут прямо тебе в лицо.

- Не бегай рядом с качелями! Может случиться так, что другой ребёнок не успеет затормозить, и вы оба получите травмы.

- Пластмассовые качели на верёвочках тоже небезопасны. Если ты на них сильно раскачаешься, то, наклонившись вперёд, можешь легко перевернуть сиденье своим весом.

- В зимнее время за поручни качелей держись особенно крепко. На руках у тебя обязательно должны быть рукавички или перчатки — они предохранят руки от примораживания к железным поручням.

## Безопасность во время зимних забав

У каждой зимней забавы есть и свои особенности. Зимой дети любят поиграть со снегом. Это могут быть самые разные игры! Главное, чтобы они были безопасными.

### Правила безопасности на горках:

- Осторожно прикасайся к горке, пробуй её на ощупь: в жару железные горки сильно нагреваются и можно обжечься, прикоснувшись к металлическим частям. А зимой можно примёрзнуть к ним. Будь внимательным!
- Постарайся отбежать от горки сразу после спуска. Иначе на тебя попадают все, кто сверху катится за тобой.
- В некоторых дворах горки деревянные. Летом осмотри её внимательно, нет ли на ней сколов, щербин, а то, спускаясь по ней, ты рискуешь получить занозу.
- Зимой с горки лучше скользить на специальных ледянках.

### Правила безопасности на лыжах:

В целом, катание на лыжах – 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.



### **Правила безопасности на коньках:**

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

- Катайтесь на коньках на специально оборудованных катках, опасно кататься на открытых водоемах.
- Не ходите на каток в те дни, когда на нем катается много людей. Риск получить серьезную травму в этом случае крайне велик.
- Падения исключить невозможно, поэтому постарайтесь, чтобы ребенок был одет в плотную одежду.
- Не отходите от ребенка ни на шаг, чтобы в случае необходимости поддержать его и избежать падений.

### **Правила безопасности на санках, ледянках:**

- Прежде чем ребенок сядет на санки, проверьте, нет ли в них неисправностей.
- Кататься на санках с горки нежелательно, лучше на ледянках. Объясните ребенку заранее, что на горке надо соблюдать дисциплину и последовательность.
- Перед катанием внимательно изучите местность. Спуск не должен выходить на проезжую часть, а малышей лучше катать с маленьких пологих снежных горок, причём в немногочисленных местах и при отсутствии деревьев, заборов и других препятствий.
- Нельзя разрешать ребенку кататься на санках, лежа на животе, он может повредить зубы или голову.
- Кататься на санках стоя нельзя! Опасно привязывать санки друг к другу.
- Перевозить ребёнка 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.



## Безопасность на льду

Первое и самое главное правило - не пускайте детей одних на лед! Но в жизни всякое может произойти. Поэтому в целях сохранности вашего чада побеседуйте с ним о правилах поведения на льду.

### Правила безопасности на льду:

- Нельзя выходить на лед, когда на улице темно или плохая видимость по причине тумана или снега.
- Запретите ребенку проверять, насколько прочен лед, ударяя по нему ногами. Лед может оказаться тонким, и ребенок запросто провалится.
- Расскажите ребенку о том, что особенно опасным является лед, который покрыт толстым слоем снега. В таких местах вода замерзает намного медленнее.
- Также опасны те места на льду, где видны трещины и лунки. При наступлении на эти места ногой лед может сразу же треснуть.
- Если по каким-то причинам под ногами затрещал лед, и стала образовываться трещина, ни в коем случае нельзя впадать в панику и бежать сломя голову от опасности. Необходимо лечь на лед и аккуратно перекатиться в безопасное место.

