

Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение детский сад
«МАЯЧОК» комбинированного вида

Памятка для родителей

ОСТОРОЖНО, ГОЛОЛЁД!



*Составитель: старший
воспитатель детского
сада №95 «Росинка»
Е.Н.Дунаева*

***УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!
РАССКАЖИТЕ ДЕТЯМ О ГОЛОЛЕДЕ И
БУДЬТЕ САМИ ОСТОРОЖНЫ!***

С наступлением осени, очень часто заморозки чередуются с оттепелью. А это, как известно, наилучшие условия для гололеда.

Гололед представляет для нас с вами, уважаемые родители, наибольшую опасность, особенно если мы опаздываем на работу, да еще ребенка нужно успеть отвести в детский сад или школу. Проще простого в гололед получить ушиб, или того хуже перелом.

**Но травм можно
избежать если
знать и соблюдать!**



ПРАВИЛО ПЕРВОЕ:

ДЕРЖИТЕ РЕБЕНКА ЗА РУКУ

Поведение детей порой бывает просто непредсказуемым, ребенок может внезапно побежать, последствия в условиях гололеда могут быть очень неприятными. Во избежание подобной ситуации лучше всю дорогу не отпускать руку ребенка. А перед тем, как собираетесь на улицу, регулярно повторяйте с детьми правила безопасного поведения на скользкой дороге – не бегать, не толкаться, не играть, не отпускать руку взрослого.



ПРАВИЛО ВТОРОЕ:

НЕ СПЕШИТЕ

Никогда не надо спешить. Здесь как раз, кстати, поговорка «*Тише едешь, дальше будешь*». Рекомендуется передвигаться мелкой, шаркающей походкой. Чем шире шаг, тем больше вероятности упасть.



ПРАВИЛО ТРЕТЬЕ:

ВЫБИРАЙТЕ БЕЗОПАСНУЮ ОБУВЬ

Третье правило гласит о том, что взрослая и детская обувь должна быть удобной и безопасной. В гололедицу лучше носить обувь на нескользящей каучуковой или другой подошве с глубоким «*протектором*». Кожаные подошвы очень сильно скользят. При ходьбе по скользкой поверхности следует ступать на всю подошву, слегка расслабляя при этом ноги в коленях.

СОВЕТ: У вас гладкая подошва? Наклейте на нее обычный пластырь, и обувь будет меньше скользить.



ПРАВИЛО ЧЕТВЁРТОЕ:

ВСЕГДА СМОТРИТЕ ПОД НОГИ

Под ноги всегда надо смотреть, а в гололед особенно. Скользкую тропинку, лучше обойти.



ПРАВИЛО ПЯТОЕ:

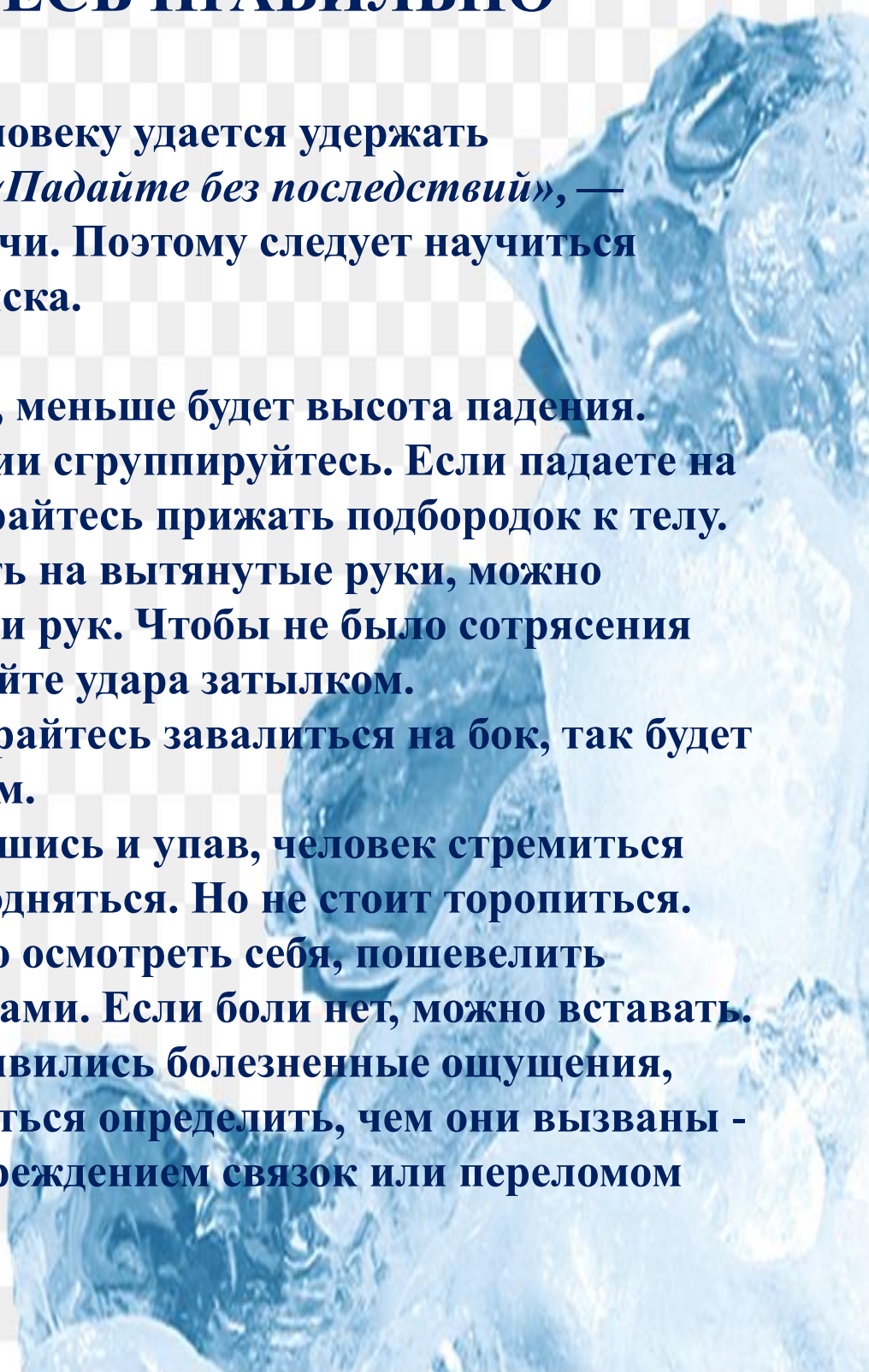
НАУЧИТЕСЬ ПРАВИЛЬНО ПАДАТЬ

Не всегда человеку удастся удержать равновесие. *«Падайте без последствий»*, — советуют врачи. Поэтому следует научиться падать без риска.

Для этого:

1. Присядьте, меньше будет высота падения.
2. При падении сгруппируйтесь. Если падаете на спину, постарайтесь прижать подбородок к телу. Нельзя падать на вытянутые руки, можно сломать кисти рук. Чтобы не было сотрясения мозга, избегайте удара затылком.
3. Падая, старайтесь завалиться на бок, так будет меньше травм.

Поскользнувшись и упав, человек стремиться побыстрее подняться. Но не стоит торопиться. Сначала надо осмотреть себя, пошевелить руками и ногами. Если боли нет, можно вставать. Ну а если появились болезненные ощущения, надо постараться определить, чем они вызваны - ушибом, повреждением связок или переломом кости.



ПОМНИТЕ

- Помните и не забывайте, что под снегом может быть лед.
- Если конечность опухла и болит, срочно к доктору в травмпункт.
- Упав на спину, не можете пошевелиться, срочно звоните в «Скорую помощь».

Переходя через дорогу, соблюдайте правила дорожного движения, не переходите улицу и не перебегайте перед близко идущим транспортом.

ПОМНИТЕ - проезжая часть скользкая и торможение транспорта затруднено, возможны заносы.

При наличии светофора - переходите только на зеленый свет. так как ребенок в дальнейшем копирует все ваши действия.

В гололед выбирайте более безопасный маршрут и выходите из дома заблаговременно.

**– БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ,
СОБЛЮДАЙТЕ
МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНО
СТИ ПРИ ГОЛОЛЕДЕ!**

Используемые источники:

1. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2016/08/07/konsultatsiya-dlya-roditeley-ostorozhno-gololed>;
2. https://vk.com/wall-77347102_38051
3. <https://ped-kopilka.ru/blogs/lyubov-viktorovna-kuznecova/buklet-dlja-roditelei-ostorozhno-gololed.html>

