

Консультации для родителей Зимние забавы и детская безопасность

*Старший воспитатель
МБДОУ «Детский сад №58»
Козулина И.А.*



У каждой зимней забавы свои особенности. Но есть и общие правила безопасности во время детских игр, которые будет полезно знать ребёнку:

- нельзя снимать шапку и шарф, даже если появилось обманчивое ощущение тепла или другие дети сочли одежду «немодной»;
- расскажите ребёнку, что если он почувствовал, что замерзает или промочил ноги — нужно немедленно возвращаться домой и сразу же переодеться в сухую одежду;
- если по каким-то причинам замерзший ребёнок не может сразу зайти в теплое помещение, пусть не прекращает двигаться, чтобы стимулировать кровообращение;
- любые игры должны проходить подальше от проезжей части.

Катание на лыжах, снегокатах



Лыжи и снегокаты — один из самых безопасных зимних развлечений. Под контролем взрослых дети учатся кататься на лыжах уже с 4-5 лет.

[Как выбрать лыжи ребёнку: по росту, возрасту и уровню подготовки.](#)

Правила безопасности для юных лыжников и их родителей:

- для катания выберите не очень крутую горку, желательно в парке или в таком месте, где нет автомобильного движения;
- надевайте на ребёнка защитный шлем, если планируете кататься на общих горках, где существует риск столкнуться с другими лыжниками;
- оденьте ребёнка в яркий костюм — так он будет заметен на склоне;
- если ребёнок 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.

Совет родителям. Отправляясь с ребёнком на склон, захватите запасные перчатки, воду и перекус.



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

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

Снегокаты весят в среднем около 6 кг, малышу дошкольного возраста будет сложно ими управлять. Начиная с младшего школьного возраста дети справляются со снегокатами довольно уверенно.

Катание на коньках: поведение на льду

Главное условие безопасного катания на коньках — выбор специально оборудованной для катания площадки. В первый раз ставить ребёнка на лёд можно уже в 3 года. Другие правила поведения на льду:

- всегда надевайте на ребёнка 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 ребёнку в случае необходимости;
- в первый раз на катке ограничьтесь хождением с одного края катка до другого боковым приставным шагом;
- научите ребёнка технике правильного падения: группироваться и падать на бок.



Совет родителям. [Выбирайте коньки](#) на полразмера-размер больше, чем обувь ребёнка.

Горки: техника безопасности



Выбирая горку для катания ребёнка, обратите внимание на её безопасность. Рядом с горкой не должно быть автодорог и водоёмов. Если вы ведёте кататься маленького ребёнка, то скопление на горке активных подростков — это тоже потенциальная опасность.

Что нужно знать детям и родителям — меры предосторожности на горке зимой:

- напомните сыну или дочери, что вежливость хороша везде, и на горке тоже: пусть ребёнок уступает младшим и соблюдает очередь катания;
- следите за катанием ребёнка, особенно если он ещё небольшой и на горке много других детей;
- малышу младше 5 лет разрешайте кататься только с пологих горок;
- обувайте ребёнка перед походом на горку в нескользящую обувь;
- разрешайте ребёнку кататься только на средстве для катания — ледянке, ватрушке, снежокате, но не на ногах или на корточках.

Совет родителям. Если вашему малышу меньше 5 лет, не покупайте ему ледянку в форме корытца — такими средствами для катания довольно сложно управлять.

Санки, ледянки и тюбинг: что нужно знать



Санки, ледянки и тубы 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 тубы. 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:

- если ребёнку меньше 5 лет — выбирайте горку для катания без крутого спуска;
- напомните ребёнку, что во время спуска нужно крепко держаться за санки руками;
- расскажите ребёнку, что нельзя спускаться на санках стоя, лежа или сидя против движения.

Меры предосторожности при катании на «ватрушках» (тюбинг):



- для катания на тубах подходят не слишком крутые горки — тубы легкие, и ребёнок может не справиться с управлением;
- объясните ребёнку, что столкновение на «ватрушке» с другими детьми может привести к травмам — пусть скатывается на тубе тогда, когда риск столкнуться минимален;
- будьте поблизости с горкой, если пришли покататься на «ватрушке» с маленьким ребёнком.

Ледянкой ребёнок может научиться управлять в 3 года, санками — с 4 лет, «ватрушкой» — с 6 лет.



Обморожение и травмы: первая помощь ребёнку

Родителям часто кажется, что столкнуться с отморожением и травмами могут только беспечные взрослые. Это не так: врачи отмечают, что каждую зиму с различными травмами и симптомами обморожения поступают дети из благополучных семей, которые были недостаточно внимательны во время прогулок. Научитесь оказывать первую помощь при обморожениях и травмах — и вы сможете, если понадобится, помочь ребёнку в экстренной ситуации, не впадая в панику.

Первая помощь при травмах

Если ребёнок 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 покоем, а после — прогреванием. В любом случае, наблюдайте за состоянием ребёнка: если самочувствие ухудшилось — обратитесь к врачу.

Не раздумывая вызывайте скорую помощь, если:

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

Не раздевайте ребёнка и не накладывайте шину, чтобы дополнительно к травме не получить еще и отморожение. Исключение — сильное кровотечение, которое в ожидании врача нужно остановить тугой повязкой.

Признаки обморожения и первая помощь

Обморожение, вопреки распространённому 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;
- если вовремя не принять меры — появляются волдыри.

Если вы заметили у ребёнка признаки обморожения — сразу ведите его в помещение. Пострадавшую часть тела поместите в теплую воду, после — разотрите кожу для восстановления чувствительности.

Что делать, если прилип язык на морозе?



Если ребёнок, несмотря на предупреждения, всё же лизнул железо или другой металл, срочно принимайте меры:

- успокойте ребёнка, 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.

Безопасность зимой — это очень важно. Но дети всегда остаются детьми. Постарайтесь не превращать объяснения правил безопасности в скучные нотации: действуйте ненавязчиво, привлекая мультфильмы, сказки и тематические игры.

Вот список полезных мультфильмов для детей, посмотрев которые можно обговорить с ребёнком поведение главных героев, их действия в опасных ситуациях и ошибки, которые могли стоить им жизни. Обязательно сохраняйте список себе и делитесь им с другими родителями! Давайте беречь наших детей вместе.