



**Рекомендации родителям по безопасности
детей в зимний период**

Составил: воспитатель Е.С. Саенко

Безопасность ребёнка зимой: важные правила поведения

Зима в России долгая. И, к сожалению, зимняя пора у детей - это не только санки, коньки и веселье, но и высокая вероятность для ребёнка получить травму. Чтобы не попасть в больницу вместо того, чтобы веселиться зимой - просто соблюдайте правила безопасности в зимний период и научите им своего ребёнка.

Базовые правила безопасного поведения зимой:

- гуляйте с ребёнком только в светлое время суток;
- расскажите ему о том, что гулять можно только на открытых и хорошо освещённых улицах, играть на безлюдных пустырях может быть опасно;
- перед прогулкой обязательно напомните, что снег и сосульки грязные, и если их есть - можно заболеть

Правила поведения на улице и на дороге

Внимательность на улице и на дороге уместна всегда. Но зимой -особенно. В холодное время года темнеет рано: в сумерках видимость становится хуже, а очертания предметов (например, автомобилей) могут и вовсе исказиться. Конечно, возможные опасности - не повод запереться дома до лета.

А вот объяснить ребёнку, что нужно делать, необходимо.

- немедленно возвращаться домой, если на улице резко похолодало или заметно усилился ветер;
- держаться подальше от крыш домов, с которых могут упасть сосульки или снежные глыбы;
- переходить дорогу только по пешеходному переходу, предварительно убедившись не только в отсутствии автомобилей, но и в хорошем обзоре дороги - из-за снежных заносов легко не заметить приближающейся машины;
- не ходит по краю тротуара и не останавливаться у самой дороги;
- выбирать для очень активных развлечений, например, игры в снежки, не слишком людные места, чтобы случайно не травмировать маленьких детей или пожилых людей;
- прикрепите к одежде или рюкзаку светоотражающий элемент - так ребёнок будет виден водителям даже в темноте.

Зимой на водоёме

Водоёмы в холодный период года - место повышенной опасности и для детей, и для их родителей. Если отправиться на водоём все же необходимо - соблюдайте проверенные правила безопасности:

- выходить на лёд в одиночку опасно, но и ходить по замёрзшему водоёму большой группой тоже рискованно. Максимально безопасный способ передвижения по льду водоёма - на расстоянии 5-6 метров друг от друга; проверяйте лёд на прочность палкой, а не ногой;
- опасно выходить на лёд, покрытый снегом -легко не заметить трещины и провалы;
- избегайте выходить на лёд, если начался дождь, сильный ветер, метель;
- если лёд под ногами затрещал -сразу возвращайтесь к берегу, лучше всего лёжа, по уже оставленным следам;
- научите ребёнка тому, что, если лёд под ним всё же провалился - первым делом нужно громко звать на помощь. Затем - по возможности ухватиться за лёд, постараться выбраться на поверхность и лёжа добираться к берегу. Объясните ребёнку, что очень важно не делать резких движений и держаться на плаву, даже если выбраться сразу не удалось.

Гололёд и сосульки

Обсудите с ребёнком возможные опасности гололёда: пусть ребенок запомнит, что особенно внимательными нужно быть на дороге - на скользкой проезжей части автомобиль не сможет остановиться мгновенно.

Расскажите детям о том, что нужно обходить стороной застывшие лужи, лестницы и склоны - там вероятность поскользнуться выше, чем на ровной дороге. Покажите своему ребёнку правильную технику передвижения по гололёду: маленькими шагами, с упором на всю подошву.

Каждый раз перед прогулкой напоминайте ребёнку об опасности игр под крышами домов, где велика вероятность падения сосулек.

Покупая зимнюю обувь ребёнку, выбирайте ту, которая будет скользить минимально - с микропористой подошвой.

Прогулки зимой: что нужно знать

Безопасная зимняя прогулка начинается у дверей дома. Подготовьтесь к выходу на улицу с детьми заранее:

- накормите ребёнка питательным блюдом - на морозе тратится гораздо больше энергии, чем в тепле;
- проследите за тем, чтобы ребёнок полностью оделся (застегнул замки, надел шапку и варежки) до того, как выйти за дверь;
- объясните, что во время игр нельзя слишком сильно толкать других детей, особенно тех, кто младше и слабее;
- предупредите ребёнка об опасности прыжков в сугроб, где может скрываться что угодно: осколки, мусор, острые камни.
- научите детей правильно падать: на бок, подгибая колени и стараясь смягчить падение руками. Расскажите, что падение на спину или вперёд на руки, может привести к серьёзным травмам.

Правила безопасного катания на санках:

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

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

- для катания на тюбингах подходят не слишком крутые горки - тюбинги легкие, и ребёнок может не справиться с управлением;
- объясните, что столкновение на «ватрушке» с другими детьми может привести к травмам - пусть скатывается на тюбинге тогда, когда риск столкнуться минимален;
- будьте поблизости с горкой, если ребёнок катается

Обморожение и травмы: первая помощь ребёнку

Родителям часто кажется, что столкнуться с обморожением и травмами могут только беспечные взрослые. Это не так: врачи отмечают, что каждую зиму с различными травмами и симптомами обморожения

поступает большое количество детей из благоприятных семей. Поэтому, 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 обморожение. 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.

- 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.

И помните главное - всегда важно оставаться примером для своих детей! Учите их осторожности, показывайте на своём примере и обеспечивайте безопасность, даже когда вас нет рядом с ними с помощью приложения «Где мои дети».

Давайте беречь наших детей вместе!