**Консультация для родителей**«**Осторожно**, **гололед**!»

**УВАЖАЕМЫЕ** **РОДИТЕЛИ**!

**Что такое гололед?**

Определение этого понятия можно рассматривать как с научной, так и обывательской точек зрения. С научной точки зрения **гололедом** называется отложение льда на тех или иных открытых поверхностях. Происходит это преимущественно с наветренной стороны и путем намерзания капель выпавших переохлажденных осадков, например, дождя и исключительно при низких температурах воздуха. Если говорить более простым языком, то **гололед –** это образование на деревьях, проводах и земле льда, непосредственно связанное с замерзанием дождя, выпавшего на холодную поверхность при отрицательной температуре воздуха. Вот что такое **гололед!**

**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 несколько важных правил.

**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 ЧЕТВЕРТОЕ: 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 удается удержать равновесие. *«Падайте без последствий»*, – советуют врачи. Поэтому следует научиться падать без риска.

Для этого:

* Присядьте, меньше будет высота падения.
* 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.
* Падая, старайтесь завалиться на бок, так будет меньше травм.

Поскользнувшись и упав, человек стремиться быстрее 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.

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ! БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ И ОСТОРОЖНЫ**!





