Консультация для педагогов:

«Что должен знать воспитатель о правилах безопасности катания детей на санках, коньках, лыжах и горки»

 Зима - прекрасное время года, которое любят и дети, и взрослые. Весёлые зимние прогулки доставляют много радости. Дети с нетерпением ждут, когда можно будет поиграть в снежки, покататься в санках с горы, слепить снеговика. Чтобы зимние прогулки оказались действительно приятными, необходимо позаботится о безопасности.

   Обезопасить детей от неприятных последствий зимних прогулок вам помогут простые правила.

   Одевать ребенка нужно в теплую, но легкую и многослойную одежду (воздух между слоями надолго удержит тепло). Иначе из-за плохой теплорегуляции ребенок может переохладиться и заболеть. Старайтесь выбирать одежду темных цветов, она будет притягивать больше солнечного света.

   В ветреную, морозную погоду не забудьте намазать лицо малышу специальным защитным кремом (лучше это делать за полчаса до выхода на прогулку) .

   Научите ребенка падать: это умение ему пригодится в любое время года, но зимой малыша легче этому обучить. Найдите большой мягкий сугроб и потренируйтесь вместе падать на бок, подгибая колени и наклоняя голову вперед. Приземление на спину или вперед на руки опасно.

   Снежную битву с ребенком лучше не устраивать. Снежок, попавший в лицо, может не только испортить настроение, но и нанести травму. Кидайте снежками в определенную цель или на некоторое расстояние – как можно дальше, например в стену или снежную фигуру.

   Если на улице гололед, будьте особенно внимательны. Лучше во время прогулки крепко держать малыша за руку. Наденьте на него сапожки с нескользкой подошвой. Не позволяйте ребенку одному спускаться по обледенелым лестницам и горкам.

   Не катайте ребенка на санках по ухабам, так как, подскакивая на рытвинах вместе с санками, он может получить травму. На санки кладите матрасик.

***Во время прогулки не оставляйте ребенка без присмотра!***

  Особое внимание следует уделить при катании ребенка на лыжах, коньках и санках. Кататься можно только в специально оборудованных местах.

**Лыжи**

 Лыжи в целом самый безопасный вид зимних прогулок, если ребенок совершает их по равнинной местности. Здесь важно правильно выбрать длину лыж и размер ботинок (они должны быть точно впору ребенку). Однако если ваше чадо обожает кататься на лыжах с крутых горок и делает это пока неуверенно, то ему не избежать падений. В таких случаях, лучше кататься на горнолыжных склонах под присмотром специалистов и тренера.

***Коньки***

 Катание на коньках — более травматичный вид спорта, чем лыжи: оно чревато ушибами и вывихами. Чтобы этого не произошло:

 - не ходите на каток с ребенком в те дни, когда там много людей, — риск получить серьезную травму в этом случае возрастает;

 - не отходите от ребенка ни на шаг, чтобы в случае необходимости поддержать его и предотвратить серьезные травмы;

 - смягчить падения поможет плотная одежда: от ушибов головы спасет мягкая ткань, вложенная в шапку в районе затылка или специальный защитный шлем.

***Санки***

    Катание на санках может быть травматичным, поэтому заранее необходимо проверить техническое состояние санок, наличие и прочность веревки.

    На такую прогулку ребенка нужно одеть потеплее, ведь он не будет много двигаться, когда мама с папой его везут. Помните о том, что, переходя дорогу, малыш должен встать с санок, если у Вас нет возможности толкать санки сзади.

   Если вы запланировали катание с горки, расскажите ребенку о правилах безопасности.

 - На горку необходимо приходить только вместе с родителями.

 - Следует соблюдать очередность при подъеме.

 - Съезжать с горки можно только сидя. Нельзя стоять на санках и лежать лицом вниз.

 - При спуске нужно соблюдать дистанцию: начинать спуск только когда дорожка свободна.

 - После спуска следует быстро освободить дорожку, не задерживая других детей.

 - Нельзя брать на горку посторонние предметы.

 - Бежать с санками навстречу другим детям.

 - Прикладываться языком к металлическим частям санок.

**Категорически запрещается кататься на санках и лыжах, прикрепленных к транспортным средствам!**

   Гололед, частое атмосферное явление зимой, является причиной травм и переломов. Поэтому начните с правильного подбора обуви: предпочтение лучше отдать сапожкам или ботинкам с ребристой подошвой, произведенной из мягкой резины или термоэластопластов, без каблуков. Научите ребенка перемещаться по скользкой улице: нужно не спешить, избегать резких движений, постоянно смотреть себе под ноги. Держать руки в карманах в гололед опасно, при падении не будет времени вынуть их и постараться избежать падения или смягчить его.

### ***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, снегокате, 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.

**Приятных Вам прогулок!**

**Будьте здоровы и берегите своих детей!**