

Зима – самое любимое время отдыха для многих детей и родителей.

Любители покататься отправляются на снежные горки, но, к сожалению, такое развлечение часто несет не только удовольствие, но и приводит к травмам. Чтобы избежать травм при катании с горки, необходимо сначала осмотреть скат, проверить на отсутствие стекла, камней, арматуры и т.п. Голые места на скате также опасны, т.к. приводят к резкому торможению, в результате которого ребенок может вылететь из санок. Кроме того, необходимо

проверить, не выходит ли скат на проезжую часть, на водоём с тонким льдом. Желательно, чтобы горка была обустроена



барьерами, особенно на площадке, где садятся на санки. Опасно скатываться с горки, лежа на животе, или стоя.

С горок безопаснее скатываться с ледянками или мягкими «ватрушками». Малышам лучше кататься на тех горках, где катаются его сверстники. Необходимо следить, чтобы дети соблюдали очередность при катании, дабы избежать

столкновений с уже съехавшими. Важно детям показать, что после спуска надо сразу уходить в сторону, а подниматься только по ступенькам, не толкаясь и дожидаясь своей очереди.

Более безопасными санками являются те, у которых полозья невысокие, но широко расставленные.

Кататься на коньках лучше всего начинать с возраста 4 – 5 лет. Кататься лучше на специально подготовленных площадках, желательно в то время, когда меньше катающихся, это сократит риск столкновений. При катании на коньках важно подбирать коньки точно по размеру, лучше надевать коньки на шерстяные носки. Шнуровать коньки нужно достаточно крепко, чтобы коньки сидели на ноге плотно. Это позволяет избежать вывихов и растяжений голеностопных суставов. Во время катания не отходите далеко от детей, чтобы подстраховать малышей от падений.

При катании на лыжах необходимо также проверить площадку для катания, быть осторожными с лыжными палками.

Опасно строить длинные туннели в снегу, т.к. они могут обвалиться.

Не разрешайте детям прыгать в сугробы с высоты.

Во время игр в снежки не разрешайте бросать их в лицо.

Не позволяйте детям брать в рот сосульки, снег.

Одеваться нужно по погоде. При первых признаках обморожения следует зайти в теплое помещение. Нельзя растирать обмороженное место снегом.

Объясните детям, что нельзя ходить под крышами домов, балконами, где свисают сосульки и лежат снеговые шапки.

Во время перехода по льду и катании на водоемах следует ходить только на проверенных участках, где нет трещин, выступившей воды, просверленных лунок. Особенно опасно быть на льду в период оттепели, в начале и конце зимы. Если лед провалился, нужно громко звать на помощь и пытаться выбраться, наползая или накатываясь на край. Затем надо отползти или откатиться от края в сторону, откуда вы пришли.



При переходе через дорогу нужно быть осторожными, переходить

только тогда, когда горит зеленый свет светофора, а на пешеходном переходе вас пропускают автомобили. На детей необходимо надевать яркую одежду со светоотражающими элементами. Не разрешайте детям играть рядом с проезжей частью.

Новогодние и рождественские праздники могут принести не только приятные незабываемые впечатления, но и неприятности. Чтобы их избежать, важно следовать следующим правилам: елка не должна загоразивать выход из помещения, должна быть установлена прочно, стоять на некотором расстоянии от стен, штор, телевизора и компьютера. При украшении ёлки необходимо использовать исправные электрогирлянды фабричного производства. Не оставляйте включенными электрические гирлянды без присмотра.

Нежелательно применять игрушки из ваты, бумаги, т.к. бумажные, целлулоидные и игрушки с ватой, высохшая хвоя могут легко загореться от свечи, бенгальского



огня, спички. Не разрешайте детям самостоятельно включать ёлочную иллюминацию и находиться одним в помещении. В помещении небезопасно использовать бенгальские огни, фейерверки, свечи. Для затемнения не следует использовать ставни на окнах. Не надевайте детям костюмы из ваты, бумаги, картона, марли. Если вы почувствовали неприятный запах, заметили искрящиеся лампочки, перегретые провода, необходимо отключить гирлянду. Если ёлка всё же загорелась, то надо уронить её на пол, плотно накрыть её покрывалом. При пожаре звонить по телефону 01, по мобильному 112.

Пиротехнику нужно покупать в специализированных магазинах, проверив срок годности, лицензию. Зажигать могут только взрослые. Фейерверками следует пользоваться не ближе 30 метров от домов, деревьев и других пожароопасных объектов, а лучше зажигать в специально отведенном месте. Не направляйте пиротехнику на людей, не бросайте под ноги. Нельзя наклоняться над зажженным фитилем. Фитиль горит 3-5 секунд. При использовании фейерверков нельзя курить.

**Безопасных зимних каникул!**

# Безопасная Зима

**Рекомендации  
родителям**

