

Уважаемые взрослые!
Многих серьезных травм можно избежать, если вы будете внимательно следить за своими детьми и заботиться, чтобы их окружение было безопасным!



**БЕЗОПАСНОСТЬ...
ЗИМНИХ ПРОГУЛОК**

РОДИТЕЛЯМ В ПОМОЩЬ

**Безопасность
зимних
прогулок**

Часть 1



Москва/2015

Профилактика детского травматизма зимой

Санки, лыжи, коньки – самые любимые развлечения детей зимой. К сожалению, именно они становятся причиной многих травм.



Здесь возрастает роль взрослых, которые должны научить ребенка правилам поведения, позволяющим избежать получения травм, и усилить контроль за их соблюдением. Именно взрослые должны проконтролировать места, где играют их дети зимой.

Необходимо проверить санки, не повреждены ли они, крепление на лыжах, надежно и правильно прикреплено ли оно к ногам ребенка, а коньки на соответствие размера.

Склон, который выбирается для спуска на санках или лыжах, обязательно должен быть вдалеке от дороги, свободен от палок и корней деревьев. Каждый ребенок должен понимать, что катаясь с закрытыми глазами, можно столкнуться с соседом или деревом, а спуск спиной, снижает возможность управлять санками или лыжами, своевременно и адекватно реагировать на опасность. Особенно опасно цепляться к транспортным средствам, привязывать санки друг к другу, перевернувшись, одни санки потянут за собой другие.

На коньках лучше всего кататься в специально оборудованных местах или катках. Если не удастся избежать зимних игр на замершем водоеме, то дети должны знать основные правила поведения на льду:

- нельзя использовать первый лед для катания, он тонок, непрочен и может не выдержать тяжести человека;

- избегать места близкие к прорубям, спускам теплой воды от промышленных предприятий, рыбачьим лункам и др.;



- опасно выбегать и прыгать с берега на лед;

- не следует испытывать прочность льда ударами ног, можно провалиться.

Игра в снежки, еще одна зимняя забава, которая может привести к повреждениям глаз, поэтому задача взрослых убедить ребенка беречься от попадания снега в лицо и не бросать снежки с ледяной корочкой и обледенелыми кусочками снега в друзей, особенно в голову.

Если ваш ребенок увлекается зимними видами спорта, позаботьтесь не только о его спортивной экипировке, но и о защите: наколенниках, налокотниках, защиты для позвоночника, они помогают в значительной мере уменьшить вероятность получения травм.