**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**городского округа Саранска**

**«Центр развития ребёнка – детский сад №90»**

**Консультация для родителей:**

**"Профилактика детского травматизма при гололеде".**

****

**г.о. Саранск**

*Зима – время повышенного травматизма. Причиной часто служит гололед, раннее наступление темноты, скользкая обувь. Ухудшение состояния проезжей части сказывается на увеличении частоты дорожных происшествий и росте числа пострадавших. Наиболее частые повреждения при этом: черепно-мозговая травма, переломы костей конечностей, сочетанная травма.*

При наступлении зимы, с выпадением первого снега частота обращений за помощью в медицинские учреждения по поводу травм увеличивается в 2-3 раза. В зимний период преобладают ушибы и переломы костей, вывихи.

**Профилактика детского травматизма в зимний период**

Дети ведут себя очень активно и зимой, и летом. Однако именно в зимний период значительно возрастает число травм, особенно в период школьных каникул, когда дети больше располагают свободным временем, чаще находятся на улице и остаются без присмотра взрослых.

Врачи-травматологи утверждают: значительное число травм зимой происходит из-за неумения правильно кататься на санках, лыжах, коньках.

**Если вы решили доверить, ребенку самостоятельно спуститься с горки на санках, расскажите ему, что:**

·         спускаться следует только с ровных, пологих горок, без трамплинов, кочек, деревьев или кустов на пути;

·         перед спуском нужно проверить, свободна ли трасса, не собираются ли ее пересекать с другого склона;

·         на сани садятся только верхом, держась за веревочку. Ноги не ставят на полозья, держат с боков полусогнутыми;

·         чтобы повернуть на ходу, достаточно спустить ногу на снег с той стороны, в которую хочешь повернуть сани;

·         чтобы затормозить, надо опустить на снег ноги и резко поднять передок санок;

·         научите его падать: в момент падения он должен уметь группироваться, собираться в комочек, так, чтобы ушиб приходился на как можно большую площадь.

Категорически запретите ребенку кататься с горок, выходящих на проезжую часть улицы или железнодорожное полотно, и разъясните, насколько это опасно для жизни.

**Лыжи и коньки** - непростые виды развлечения. Этому надо учить. Необходимы знания техники: умение ставить ногу, держать корпус, регулировать ритм дыхания, знание правил безопасности падения. Для этого есть тренер и опытные преподаватели. К врачу-травматологу попадают, в основном, дети ничему не обученные и ничего не умеющие.

Родителям важно не только обучить ребенка безопасному катанию на лыжах, коньках, санках, но и не забыть обеспечить всеми необходимыми средствами защиты (налокотники, наколенники, шлемы и т.д.) при занятиях зимними видами спорта.

**Чтобы избежать травм и обморожений** взрослым следует правильно подобрать зимнюю обувь для детей. Она должна быть удобной, теплой и главное - с крупной ребристой подошвой.

**Еще одна частая зимняя травма – повреждение глаз.** Крепко слепленный и метко запущенный снежок может лишить ребенка зрения. Поэтому объясните ребенку, что во время снежного боя лучше находиться подальше от его эпицентра. А в случае попадания снежка в глаз, ребенка необходимо показать врачу-офтальмологу.

В период зимних каникул и новогодних праздников самые любимые детские развлечения – **фейерверки и петарды.** На рынок новогодних праздников поступают многообразные пиротехнические средства, которые очень далеки от невинной игрушки и беззаботного проведения праздника. Первая вспышка и взрыв ослепляет и глушит. К тому же, петарда может разорваться совсем не в том месте, где планируется. Если стрелять с руки, можно остаться без конечностей, получить ожоги рук и лица. Исходя из этого, стрельбу пиротехникой можно разрешать только подросткам старше 14 лет и только под наблюдением взрослых, соблюдая строгие правила безопасности. Запуская петарду, нельзя стоять под деревом, у стены, рядом с товарищами, стрелять с руки, направлять траекторию полета в сторону прохожих, животных, построек. Нельзя запускать петарды в помещении.

**В зимний период, чтобы снизить вероятность падения, нужно соблюдать некоторые правила:**

·         в гололедицу ходить нужно по-особому - как бы немного скользя, словно на маленьких лыжах. Идти желательно как можно медленнее на чуть согнутых в коленях ногах;

·         очень важно не держать руки в карманах (с фиксированными руками возрастает вероятность не только падения, но и перелома);

·         поскользнувшись, надо успеть сгруппироваться, быть готовым к падению;

·         лучше всего падать на бок, ни в коем случае не стоит приземляться на выпрямленные руки.