

## Консультация для родителей



*«Осторожно, гололед!»*

*Подготовили воспитатели:  
Горностаева А.В.  
Клюева О.Н.*

## УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Зима – прекрасное время года! Но прогулка по зимней улице таит в себе много опасностей. Одна из них – **гололед**.

Что такое **гололед**?

Если говорить простым языком, то **гололед** – это образование на деревьях, проводах и земле льда. Наиболее часто гололед возникает при чередовании заморозков с оттепелью.

При каких температурах возникает **гололед**?

Наиболее часто гололед наблюдается при температуре воздуха от 0 до -12 градусов Цельсия и при плюсовых значениях: от 0 до +3 градусов по Цельсию

**Гололед** представляет наибольшую опасность в ветреную погоду, а также в темное время суток. Опасность еще заключается в том, что часто лед не виден под слоем свежеснежавшего снега.

Проще **простого в гололед получить ушиб**, или того хуже перелом. Во время гололеда значительно возрастает число обращений взрослых и детей в травмпункты. 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, 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 удастся удержать равновесие. «Падайте без последствий», советуют врачи. Как 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 побыстрее 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!**

Если все-таки Вы получили травму, поскользнулись и упали, если конечность опухла и болит, либо Вы ударились головой и ощущаете головокружение и тошноту, необходимо срочно обратиться 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.

Беседуйте с детьми, объясняйте, как избежать травм, рассказывайте, читайте художественную литературу, покажите мультики на тему безопасности в гололед. Такие мультфильмы есть в сериях «Смешарики» или «Азбука безопасности». Можно поупражняться дома, как правильно вести себя при потере равновесия, чтобы упасть с наименьшими последствиями для здоровья.



Рекомендуем прочитать с детьми. Антонова Л. Крупчан С. «Про безопасность. Зима»

Правилам безопасного поведения детей научат весёлые герои этой книги - маленькие зверюшки, которые попадают в опасные ситуации, чудом спасаются и обещают, что теперь всегда-всегда будут слушаться старших. Читая стихи и рассматривая яркие иллюстрации, малыш усвоит правила дорожного движения, запомнит, как следует вести себя, если попал в беду, как пользоваться бытовыми приборами и как избежать опасности дома, на реке, на дороге. Рекомендуется родителям, воспитателям и всем,

кто хочет весело и с пользой провести время с детьми.

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ! БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ ДЕТЕЙ.  
БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ И ОСТОРОЖНЫ!**