**Памятка для родителей**



**Безопасность ребенка на прогулке в зимний период**

Зимние прогулки всегда приносят огромную радость детям. Многие дети очень любят покататься на санках, скатиться с горки на ледянке, покидаться снежками и построить снежные башни и лабиринты.

Однако не редко зимнее время омрачает радость детей и родителей неприятностями и даже травмами. Обезопасить себя от неприятных последствий зимних прогулок помогут простые правила.

**1. Одежда для зимней прогулки:**

- ребенка не надо кутать, перегрев не лучше, чем охлаждение;

- одежда не должна сковывать движения, она должна быть удобной, легкой и теплой одновременно;

- зимняя обувь должна быть удобной, с рельефной подошвой.

**2. Зимние забавы и безопасность:**

*- Катание на лыжах:* гора для катания не должна быть слишком крутая, ухабистая или леденистая. Кататься следует в безопасных местах.

*- Катание на коньках:* выбирайте специально оборудованные катки, опасно кататься на открытых водоемах. Выбирайте для катания с детьми дни, когда каток наименее загружен людьми. Падения исключить невозможно, поэтому постарайтесь, чтобы ребенок был одет в плотную одежду. Никогда не оставляйте ребенка без присмотра.

*- Катание на санках, ледянках:* выбирайте для таких катаний более теплую одежду. Прежде чем ребенок сядет на санки, проверьте, нет ли в них неисправностей. Для катания с горы безопаснее выбрать ледянку. Объясните ребенку заранее, что на горке надо соблюдать дисциплину и последовательность. Перед катанием внимательно изучите местность. Спуск не должен выходить на проезжую часть. Малышей лучше катать с маленьких пологих снежных горок, причём в немноголюдных местах и при отсутствии деревьев, заборов и других препятствий. Нельзя разрешать ребенку кататься на санках, лежа на животе, стоя. Опасно привязывать санки друг к другу. Перевозить ребёнка через дорогу можно только в санках, которые толкаются перед собой.

*- Игры около дома:* не разрешайте детям играть у дороги. Учите детей, что нельзя выбегать на проезжую часть. Нежелательно играть в сугробах, которые находятся под окнами домов или около подъезда. Обратите внимание ребёнка на сосульки и горы снега, свешивающиеся с крыш домов. Расскажите, чем они опасны и почему такие места надо обходить стороной. Объясните ребенку, что ни в коем случае нельзя заходить в огражденные зоны. Не позволяйте прыгать в сугроб с высоты. Объясните детям, что нельзя брать в рот снег, ледяные корочки, сосульки: в них много невидимой для глаз грязи и микробов, которые могут вызвать болезнь. При игре в снежки расскажите ребенку, что кидаться в лицо нельзя, и кидать нужно без применения усилия. Не позволяйте детям строить глубокие снежные туннели, которые могут обвалиться.



**3. Осторожно, гололед!**

Учите детей, что ходить по обледеневшему тротуару нужно маленькими шажками, наступая на всю подошву. Старайтесь по возможности обходить скользкие места.

Особенно внимательно нужно зимой переходить дорогу - машина на скользкой дороге не сможет остановиться сразу!

**4. Осторожно, мороз!**

Сократите или вовсе исключите прогулку с детьми в сильно морозные, ветреные дни: высока вероятность обморожения.

**5. Зимой на водоеме:**

Не выходите с ребенком на заледеневшие водоемы! Если лед провалился - нужно громко звать на помощь и пытаться выбраться, наползая или накатываясь на край! Барахтаться нельзя! Если получилось выбраться, надо отползти или откатиться от края.