

«О мерах безопасности в зимний период»

Одежда для зимней прогулки.

Собирая ребёнка на прогулку, необходимо помнить главное: одежда не должна сковывать его движения, она должна быть удобной, легкой и теплой одновременно. Поскользнувшись, в неудобной одежде ребёнку будет сложнее удержать равновесие. Кроме того, капюшоны, мохнатые воротники и зимние шапки также мешают обзору.

Даже теплым, но все равно собирающим снег, ботинкам лучше предпочесть сапожки, в которые можно заправить штанины, изолировав от попадания снега. Проследите, чтобы подошвы были рельефными - меньше будет скользить по снегу и льду.

Зимой мы носим не самые яркие одежды, и часто мы даже не понимаем, к каким последствиям это может привести на дороге. Поэтому зимняя одежда должна быть «видимая», а также иметь световозвращающие аксессуары.

Зимние забавы и безопасность.

1. Катание на лыжах.

Катание на лыжах - наименее безопасный вид зимних прогулок. Однако, обратите внимание, может быть горка, на которой Вы собираетесь кататься, слишком крутая, ухабистая или леденистая? Постарайтесь исключить все возможные опасные ситуации. Разумеется, кататься следует в парковой зоне, либо в том районе посёлка, где движение автотранспорта отсутствует.

2. Катание на коньках: катайтесь на коньках на специально оборудованных катках, опасно кататься на открытых водоемах, старайтесь не ходить на каток в те дни, когда на нем катаются много людей. Риск получить серьезную травму в этом случае крайне велик. Соблюдайте правила поведения и технику безопасности на катке.

3. Катание на санках, ледянках: прежде, чем сесть на санки, необходимо проверить, нет ли в них неисправностей. На горке надо соблюдать дисциплину и последовательность. Перед катанием необходимо внимательно изучить местность - спуск не должен выходить на проезжую часть, нужно убедиться в отсутствии деревьев, заборов и других препятствий. Нежелательно кататься на санках, лежа на животе, можно повредить зубы или голову. Кататься стоя на ногах нельзя!

4. Зимние игры: нельзя играть у дороги и выбегать на проезжую часть. Нежелательно валяться и играть в сугробах, которые находятся, например, под окнами домов или около подъезда. Опасно прыгать в сугроб с высоты - неизвестно, что таит в нем пушистый снежок, под свежеснеженным снегом может быть все что угодно: разбитые бутылки, камень либо проволока, может там оказаться и мусор, который кто-то не донес до мусорки.

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.

Осторожно, сосульки! Важно обратить внимание на сосульки и горы снега, свешивающиеся с крыш домов. Такие места надо, обходить стороной. Ни в коем случае нельзя заходить в огражденные зоны. Всегда обращать внимание на огороженные участки тротуаров и ни в коем случае не заходите в опасные зоны. Если во время движения по тротуару вы услышали наверху подозрительный шум – нельзя останавливаться, поднимать голову и рассматривать, что там случилось. Возможно, это сход снега или ледяной глыбы. Бежать от здания тоже нельзя. Нужно как можно быстрее прижаться к стене, козырек крыши послужит укрытием.

Осторожно, гололед! По обледеневшему тротуару нужно ходить маленькими шажками, наступая на всю подошву. Стараться по возможности обходить скользкие места. Особенно внимательно нужно зимой переходить дорогу - машина на скользкой дороге не сможет остановиться сразу! Научите ребенка перемещаться по скользкой улице: нужно не спешить, избегать резких движений, постоянно смотреть себе под ноги. Ноги должны

быть слегка расслаблены и согнуты в коленях, корпус при этом чуть наклонен вперед. Держать руки в карманах в гололед опасно, при падении едва ли будет время их вынуть и ухватиться за что-нибудь. Огромную опасность в гололед представляют ступеньки, по возможности избегайте их, если это невозможно, то ногу при спуске по лестнице необходимо ставить вдоль ступеньки, в случае потери равновесия такая позиция смягчит падение. Объясните ребенку, что внимание и осторожность - это главные принципы поведения, которых следует неукоснительно придерживаться в гололед.

Осторожно, мороз! Обморожения чаще всего наступают незаметно, без боли, поэтому необходимо обращать внимание на цвет румянца у ребенка (нормальный румянец – нежно-розового цвета, если он стал неравномерный, с ярко-красными или белыми пятнами - это обморожение), проверять чувствительность кожи лица, постоянно шевелить пальцами рук и ног. Если высока вероятность обморожения, необходимо сократить или вовсе исключить прогулку в морозные дни.

Осторожно, тонкий лед!

- нельзя использовать первый лед для катания, молодой лед тонок, непрочен и может не выдержать тяжести человека;
- избегать места близкие к прорубям, спускам теплой воды от промышленных предприятий, рыбацким лункам и др.;
- опасно выбегать и прыгать с берега на лед, когда неизвестна его прочность;
- не следует испытывать прочность льда ударами ног, можно провалиться.
- Не выходите 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 откатиться от края.

Главные правила поведения на дороге зимой.

- Удвоенное внимание и повышенная осторожность! Часто ребенок видит, что машина приближается, но надеется проскочить, но на скользкой дороге водитель не успевает затормозить, поскольку увеличивается тормозной путь автомобиля. Пересекать проезжую часть дороги необходимо исключительно по пешеходному переходу ни в коем случае не перебежать, следует быть предельно внимательными. Обязательно соблюдать правила дорожного движения.
- Переходите только по подземным, надземным или регулируемым переходам. А в случае их отсутствия — при переходе увеличьте безопасное расстояние до автомобиля.
- Яркое солнце, как ни странно, тоже помеха. Яркое солнце и белый снег создают эффект бликов, человек как бы «ослепляется». Поэтому нужно быть крайне внимательным.
- В снежный накат или гололед повышается вероятность заноса автомобиля, и, самое главное — непредсказуемо удлиняется тормозной путь. Поэтому обычное (летнее) безопасное для перехода расстояние до машины нужно увеличить в несколько раз.
- Количество мест закрытого обзора зимой становится больше. Мешают увидеть приближающийся транспорт: сугробы на обочине, сужение дороги из-за неубранного снега, стоящая заснеженная машина. Значит, нужно быть крайне внимательным, вначале обязательно остановиться и, только убедившись в том, что поблизости нет транспорта, переходить проезжую часть.

Зимой к списку травм добавляется еще и риск «приклеиться». Постарайтесь доходчиво объяснить ребенку, что в мороз нельзя лизать языком и притрагиваться мокрыми руками к железным конструкциям, можно «приклеиться», не стоит проводить эксперименты.

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