

Беседа для детей и их родителей на тему:

«Зимние забавы и безопасность»



Подготовили:
Бершак Ирина Анатольевна, Бершак Юлия Владимировна,
педагоги ДО СОГБУ ДО «Станция юннатов»

Зимние прогулки всегда приносят огромную радость детям. Многие дети с осени начинают с нетерпением ждать снега, чтобы покататься на санках, скатиться с горки на ледянке, покататься снежками и построить снежные башни и лабиринты. Но зимнее время омрачает радость детей и родителей очень распространенными травмами. Обезопасить себя от неприятных последствий зимних прогулок помогут простые и, казалось бы, само собой разумеющиеся правила.

Одежда для зимней прогулки

Собираясь на прогулку, заботливых родителей всегда мучает вопрос: как одеть ребенка, чтоб он и не замерз, и не перегрелся? Надо помнить главное: ребенка не надо кутать! Перегрев не лучше, чем охлаждение. Найдите золотую середину! Кроме того, одежда не должна сковывать движения, она должна быть удобной, легкой и теплой одновременно. Зимняя обувь, как и любая другая, должна быть удобной. Даже теплым, но все равно собирающим снег, ботинкам лучше предпочесть сапожки, в которые можно заправить штаны, изолировав от попадания снега. Проследите, чтобы подошвы были рельефными - ребенок меньше будет скользить по снегу и льду. Чтобы застраховаться от потери варежек или перчаток, пришейте к ним резинку.

Зимние забавы и безопасность

У каждой зимней забавы есть и свои особенности, свои правила безопасности. Катание на лыжах в целом, 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 за городом, либо в том районе города, где движение автотранспорта отсутствует. Если же ребенку нравится кататься на коньках, необходимо иметь в виду следующее: катайтесь на коньках на специально оборудованных катках, опасно кататься на открытых водоемах. Не ходите на каток в те дни, когда на нем катаются много людей. Риск получить серьезную травму в этом случае крайне велик. Падения исключить невозможно, поэтому постарайтесь, чтобы ребенок был одет в плотную одежду. Не отходите от малыша ни на шаг, чтобы в случае необходимости поддержать его и избежать падений.

Катание на санках, ледянках

Для прогулки на санках ребенка надо одеть потеплее. Прежде чем ребенок сядет на санки, проверьте, нет ли в них неисправностей. Кататься на санках с горки нежелательно, лучше на ледянках. Объясните ребенку заранее, что на горке надо соблюдать дисциплину и последовательность. Вам необходимо самим убедиться в безопасности горки, поэтому перед катанием внимательно изучите местность. Спуск не должен выходить на проезжую часть, а малышкой лучше катать с маленьких пологих снежных горок, причём в немногочисленных местах и при отсутствии деревьев, заборов и других препятствий. Нельзя разрешать ребенку кататься на санках, лежа на животе, он может повредить зубы или голову. Кататься на санках стоя нельзя! Опасно привязывать санки друг к другу. Перевозить ребёнка через дорогу можно только в санках, которые

толкаются перед собой. Если у них имеется только веревка-буксир, то ребенка необходимо вынуть. Следует учесть, что по малоснежной дороге с проплешинами асфальта санки едут медленно, поэтому будьте особенно бдительными.

Санки, ледянки, «ватрушки»: в чем опасность?

Начнем с «ватрушек». Они быстро разгоняются за счет своей небольшой массы (скорость может достигать 80 км/ч). Отсутствие тормозов, а также тот факт, что ребенок не имеет точек соприкосновения с поверхностью спуска, говорит о том, что ими практически невозможно управлять. Тюбинг может также закрутиться при спуске, и тогда ребенок перестает видеть, куда летит. Такое положение опасно тем, что малыш не имеет времени при возможной опасности подготовиться к ней, что чревато травмированием. Возможно столкновение с деревом или соседом по спуску. А если «ватрушка» на скорости получит повреждение дна, из нее можно выпасть и также получить травму при падении. В связи с этим тюбинги не рекомендованы для малышей, они предназначены для детей постарше – лет с 10-ти, да и то под наблюдением старших.

Санки также могут представлять собой опасность, ведь подчас детвора катается на них по несколько человек. Если случается падение – возрастает риск травм из-за столкновения друг с другом, а из-за ограниченности места кто-либо может попросту свалиться с них на спуске. Существует и риск переломов, ведь при падении нога ребенка может попасть в пространство между сиденьем и полозьями. Дополнительную опасность создают острые углы, которых в приспособлении достаточно много. Большой вес санок по сравнению с другими приспособлениями для катания и спуска увеличивает риск ушибов и гематом, если они упадут на ребенка во время падения. Остаются также риски столкновений с деревом или другими катающимися.

Ледянки имеют низкую посадку, поэтому ребенок, сидя попой, может получить травму копчика, если попадет на неровную поверхность, с камнями и кусками льда. Маленький ребенок не способен оценить опасность, которую представляет подобная поверхность, поэтому детям до 5 лет катание на ледянках не рекомендовано, разве что вместе со взрослыми.

Санки, ледянки, «ватрушки»: как не травмироваться при катании?

Первое, общее для всех приспособлений для спуска, правило – выбор горки. Чем меньше возле нее деревьев – тем лучше. Маленьким деткам не нужны и трамплины.

Если вы катаетесь на «ватрушке», ваша задача при покупке выбрать изготовленную из качественного материала, что снизит риск ее повреждения. Не привязывайте «ватрушку» к машинам, чтобы прокатиться с ветерком, и не выбирайте слишком крутые склоны, помните о большой скорости, на которой несется тубинг. Поверхность для спуска должна быть ровной – так вы снижаете риск перевернуться и повредить тубинг. Не следует кататься компанией, ведь «ватрушки» имеют ограничения по весу и в случае «перевеса» способны просто треснуть на большой скорости, что приведет к «коллективным» травмам. Не спускайтесь с крутой горки, выбирайте спуск по специально оснащенным тубинговым трассам с уклоном до 20 градусов.

Санки также не рассчитаны на катание толпой, на скорости в случае падения травмы могут получить все. Для детей выбирайте деревянные, а не пластиковые санки, ведь если температура опустится ниже 20°C, они могут треснуть, а осколками пластика легко пораниться. Научите ребенка при езде выставлять ножки вбок с обеих сторон санок. Так он сможет удерживать направление и управлять скоростью. Когда ноги направлены перед собой, они не достают поверхности и управлять санками невозможно.

Ледянки наиболее безопасны на ровной трассе, без камней, торчащих корней и прочих возможных препятствий. Замечательно, если трасса уже будет раскатанной. Кататься нужно с полусогнутыми ногами, причем стоять они должны на земле, а не на самой ледянке. Следите, чтобы ребенок не лежал на животе во время спуска, поскольку при возможном столкновении он ударится именно головой, и тогда не исключены травмы черепа или шеи.

Соблюдая эти несложные правила, вы обезопасите свои развлечения, которые должны всегда приносить только позитив, а не травмы или ушибы.

