

# «Безопасность ребёнка зимой во время прогулки на горке»

Внимательность на улице и на дороге уместна всегда. Но зимой – особенно. Безопасная зимняя прогулка начинается у дверей дома. Подготовьтесь к выходу на улицу с детьми заранее. У каждой зимней забавы свои особенности. Но есть и общие правила безопасности во время детских игр, которые полезно знать ребёнку.

Снегостолы похожи на санки, где вместо полозьев – лыжи. Они хорошо управляемые, но требуют своих мер безопасности:

- Выбирайте для катания с ребёнком плавную горку без крупных препятствий (камней, деревьев) на спуске;
- Научите ребёнка, как управлять снегостолом с помощью руля и тормоза;
- Помогайте поднимать снегостол на вершину горки, если ребёнку тяжело справиться самостоятельно.

В среднем снегостол весит около 6 кг, малышу дошкольного возраста будет сложно им управлять. Начиная с младшего школьного возраста дети справляются со снегостолами довольно уверенно. Выбирая горку для катания ребёнка, обратите внимание на её безопасность. Рядом с горкой не должно быть автодорог и водоёмов. Если вы ведёте кататься маленького ребёнка, то скопление на горке активных подростков — это тоже потенциальная опасность.

## **Что нужно знать детям и родителям — меры предосторожности на горке зимой:**

- напомните ребёнку, что вежливость и культурное поведение приветствуется везде, и на горке тоже: пусть ребёнок уступает младшим и соблюдает очередь катания;
- следите за катанием ребёнка, особенно если он ещё небольшой и на горке много других детей;
- малышу младше 5 лет разрешайте кататься только с пологих горок;
- обувайте ребёнка перед походом на горку в нескользящую обувь;
- кататься ребёнку разрешайте только на средстве катания – снегостол, ледянке, но не на ногах или на корточках.

## **Советы родителям:**

- Прикрепите к одежде ребёнка светоотражающий элемент – даже в темноте его увидит водитель. Сделать своего ребёнка ещё заметнее для участников дорожного движения можно при помощи яркой одежды.
- Научите детей при катании с горки, правильно и безопасно падать – на бок, подгибая колени и стараясь сгруппироваться для смягчения падения. Ни в коем случае нельзя падать на спину или на руки – это может привести к серьёзным травмам.

**Желаем вам приятных прогулок и крепкого здоровья!**