**Консультация для родителей**

**«Небезопасные зимние забавы»**

Зима - прекрасное время года, которое любят и дети, и взрослые. Весёлые зимние прогулки доставляют много радости. Дети с нетерпением ждут, когда можно будет поиграть в снежки, покататься в санках с горы, слепить снеговика. Чтобы зимние прогулки оказались действительно приятными, необходимо позаботится о безопасности. Обезопасить детей от неприятных последствий зимних прогулок вам помогут простые правила.

**Главное, что необходимо помнить родителям, - ребёнок должен постоянно находиться в поле вашего внимания.**

 Одевать ребёнка нужно в тёплую, но лёгкую и многослойную одежду (воздух между слоями надолго удержит тепло). Иначе из-за плохой теплорегуляции ребёнок может переохладиться и заболеть. Старайтесь выбирать одежду тёмных цветов, она будет притягивать больше солнечного света.

 В ветреную, морозную погоду не забудьте намазать лицо малышу специальным защитным кремом (лучше это делать за полчаса до выхода на прогулку).

 Научите ребёнка падать: это умение ему пригодится в любое время года, но зимой малыша легче этому обучить. Найдите большой мягкий сугроб и потренируйтесь вместе падать на бок, подгибая колени и наклоняя голову вперёд. Приземление на спину или вперёд на руки опасно.

 Снежную битву с ребёнком лучше не устраивать. Снежок, попавший в лицо, может не только испортить настроение, но и нанести травму. Кидайте снежками в определённую цель или на некоторое расстояние – как можно дальше, например, в стену или снежную фигуру.

 Если на улице гололед, будьте особенно внимательны. Лучше во время прогулки крепко держать малыша за руку. Наденьте на него сапожки с нескользкой подошвой. Научите ребёнка перемещаться по скользкой улице: нужно не спешить, избегать резких движений, постоянно смотреть себе под ноги. Не позволяйте ребёнку одному спускаться по обледенелым лестницам и горкам.

Особое внимание следует уделить при катании ребёнка на лыжах, коньках и санках. Кататься можно только в специально оборудованных местах.

**Лыжи**

 Лыжи в целом самый безопасный вид зимних прогулок, если ребёнок совершает их по равнинной местности. Здесь важно правильно выбрать длину лыж и размер ботинок (они должны быть точно впору ребёнку).

**Коньки**

 Катание на коньках — более травмаопасный вид спорта, чем лыжи: оно чревато ушибами и вывихами. Чтобы этого не произошло:

 - не ходите на каток с ребёнком в те дни, когда там много людей, — риск получить серъёзную травму в этом случае возрастает;

 - не отходите от ребёнка ни на шаг, чтобы в случае необходимости поддержать его и предотвратить серъёзные травмы;

 - смягчить падения поможет плотная одежда: от ушибов головы спасет мягкая ткань, вложенная в шапку в районе затылка или специальный защитный шлем.

**Санки**

 Катание на санках может быть так же опасным, поэтому заранее необходимо проверить техническое состояние санок, наличие и прочность верёвки.

 На такую прогулку ребёнка нужно одеть потеплее, ведь он не будет много двигаться, когда мама с папой его везут. Помните о том, что, переходя дорогу, малыш должен встать с санок, если у вас нет возможности толкать санки сзади.

 Если вы запланировали катание с горки, расскажите ребёнку о правилах безопасности.

 - На горку необходимо приходить только вместе с родителями.

 - Следует соблюдать очередность при подъёме.

 - Съезжать с горки можно только сидя. Нельзя стоять на санках и лежать лицом вниз.

 - При спуске нужно соблюдать дистанцию: начинать спуск только когда дорожка свободна.

 - После спуска следует быстро освободить дорожку, не задерживая других детей.

 - Нельзя брать на горку посторонние предметы.

 - Бежать с санками навстречу другим детям.

 - Прикладываться языком к металлическим частям санок.

Категорически запрещается кататься на санках и лыжах, прикреплённых к транспортным средствам!

 Приятных вам прогулок! Будьте здоровы и берегите своих детей!