

**МАДОУ ЦРР – детский сад**

Консультация для родителей  
**«ОСТОРОЖНО - гололед,  
сосульки, наледь»**



**Красноуфимск, 2025**

## **УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ! БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ!**

С наступлением изменчивой февральской погоды часто возникает угроза травм от падения с крыш сосулек, образования на дорогах наледи, гололеда на тротуарах. Во избежание несчастных случаев просим **обращать внимание на огражденные участки тротуаров и ни в коем случае не заходить в опасные зоны.** Травм можно избежать, если знать и соблюдать пять важных правил.

### **ПРАВИЛО ПЕРВОЕ: ДЕРЖИТЕ РЕБЕНКА ЗА РУКУ**

Поведение детей порой бывает просто непредсказуемым, ребенок может внезапно побежать, последствия в условиях гололеда могут быть очень неприятными. Во избежание подобной ситуации лучше **всю дорогу не отпускать руку ребенка.** А перед тем, как собираетесь на улицу, регулярно **повторяйте с детьми правила безопасного поведения на скользкой дороге** – не бегать, не толкаться, не играть, не отпускать руку взрослого.

### **ПРАВИЛО ВТОРОЕ: НЕ СПЕШИТЕ**

Никогда не надо спешить. Рекомендуются передвигаться мелкой, шаркающей походкой. Чем шире шаг, тем больше вероятности упасть.

### **ПРАВИЛО ТРЕТЬЕ: ВЫБИРАЙТЕ БЕЗОПАСНУЮ ОБУВЬ**

Детская и взрослая обувь должна быть удобной и безопасной. В гололедицу лучше носить обувь на нескользящей каучуковой или другой подошве **с глубоким «протектором».** При ходьбе по скользкой поверхности следует **ступать на всю подошву**, слегка расслабляя при этом ноги в коленях.

### **ПРАВИЛО ЧЕТВЕРТОЕ: ВСЕГДА СМОТРИТЕ ПОД НОГИ**

**Под ноги всегда надо смотреть,** а в гололед особенно. Скользкую тропинку, лучше обойти.

### **ПРАВИЛО ПЯТОЕ: НАУЧИТЕСЬ ПРАВИЛЬНО ПАДАТЬ**

Не всегда человеку удастся удержать равновесие. **«Падайте без последствий»**, — советуют врачи. Поэтому следует научиться падать без риска.

Для этого:

Присядьте, меньше будет высота падения.

При падении сгруппируйтесь. Если падаете на спину, постарайтесь прижать подбородок к телу. Нельзя падать на вытянутые руки, можно сломать кисти рук. Чтобы не было сотрясения мозга, избегайте удара затылком.

**Падая, старайтесь завалиться на бок,** так будет меньше травм. Поскользнувшись и упав, не торопитесь подняться. Необходимо осмотреть себя, пошевелить руками и ногами. Если боли нет, можно вставать. Если появились болезненные ощущения, надо постараться определить, чем они вызваны - ушибом, повреждением связок или переломом кости.



Во время прогулок на свежем воздухе с маленькими детьми, находящимися в санках, детских колясках, не оставляйте их без присмотра и не находите с ними в местах возможного падения с крыш глыб льда, снега, сосулек.

### Меры предосторожности при гололёде

Передвигаясь в гололед по улице, **будьте внимательны.**

Подготовьте нескользящую обувь.

**Вытащите руки из карманов,** старайтесь их не напрягать.

При ходьбе расставляйте ноги, слегка наклонившись вперед.

**Передвигайтесь небольшими шагами, наступая на всю ступню.**

Если падения не избежать, старайтесь падать, расслабив и слегка согнув руки.

В случае получения травмы обратитесь в травматологический пункт или пункт неотложной медицинской помощи.

Если несчастный случай все-таки произошел, пострадавшему необходимо оказать первую помощь.

**Будьте внимательны и тогда ваши дети будут здоровы.**

*Информация с открытых интернет источников:*

<https://4svur.tvoyasadik.ru/site/pub?id=1443>

*Картинки с сети интернет*

*Составитель: Тимофеева Л.Н*