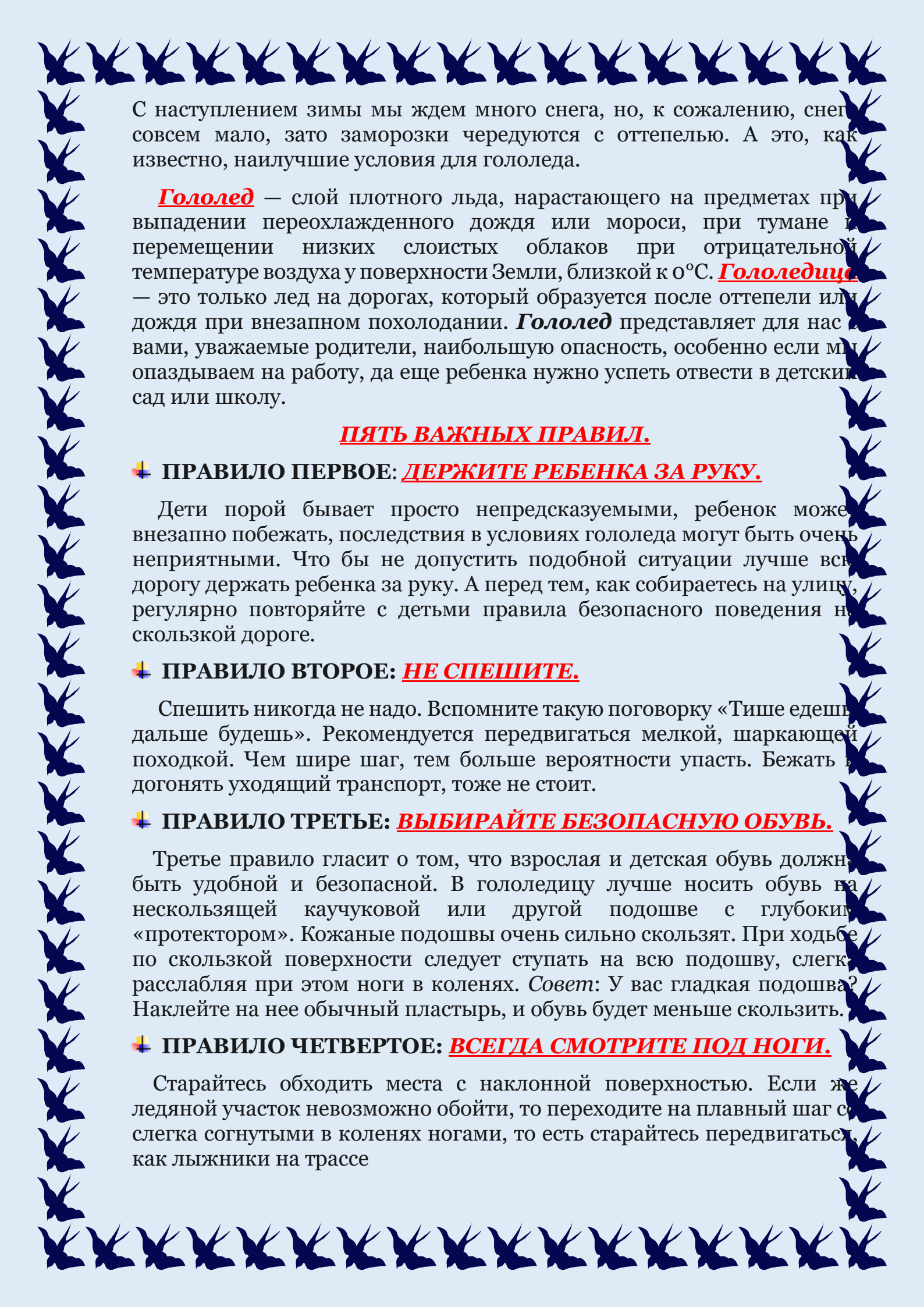


Консультация для родителей:
«Осторожно, гололёд!»





С наступлением зимы мы ждем много снега, но, к сожалению, снега совсем мало, зато заморозки чередуются с оттепелью. А это, как известно, наилучшие условия для гололеда.

Гололед — слой плотного льда, нарастающего на предметах при выпадении переохлажденного дождя или мороси, при тумане и перемещении низких слоистых облаков при отрицательной температуре воздуха у поверхности Земли, близкой к 0°C. **Гололедница** — это только лед на дорогах, который образуется после оттепели или дождя при внезапном похолодании. **Гололед** представляет для нас, вами, уважаемые родители, наибольшую опасность, особенно если мы опаздываем на работу, да еще ребенка нужно успеть отвести в детский сад или школу.

ПЯТЬ ВАЖНЫХ ПРАВИЛ.

✚ ПРАВИЛО ПЕРВОЕ: ДЕРЖИТЕ РЕБЕНКА ЗА РУКУ.

Дети порой бывает просто непредсказуемыми, ребенок может внезапно побежать, последствия в условиях гололеда могут быть очень неприятными. Что бы не допустить подобной ситуации лучше всю дорогу держать ребенка за руку. А перед тем, как собираетесь на улицу, регулярно повторяйте с детьми правила безопасного поведения на скользкой дороге.

✚ ПРАВИЛО ВТОРОЕ: НЕ СПЕШИТЕ.

Спешить никогда не надо. Вспомните такую поговорку «Тише едешь дальше будешь». Рекомендуется передвигаться мелкой, шаркающей походкой. Чем шире шаг, тем больше вероятности упасть. Бежать и догонять уходящий транспорт, тоже не стоит.

✚ ПРАВИЛО ТРЕТЬЕ: ВЫБИРАЙТЕ БЕЗОПАСНУЮ ОБУВЬ.

Третье правило гласит о том, что взрослая и детская обувь должны быть удобной и безопасной. В гололедницу лучше носить обувь на нескользящей каучуковой или другой подошве с глубоким «протектором». Кожаные подошвы очень сильно скользят. При ходьбе по скользкой поверхности следует ступать на всю подошву, слегка расслабляя при этом ноги в коленях. *Совет:* У вас гладкая подошва? Наклейте на нее обычный пластырь, и обувь будет меньше скользить.

✚ ПРАВИЛО ЧЕТВЕРТОЕ: ВСЕГДА СМОТРИТЕ ПОД НОГИ.

Старайтесь обходить места с наклонной поверхностью. Если же ледяной участок невозможно обойти, то переходите на плавный шаг со слегка согнутыми в коленях ногами, то есть старайтесь передвигаться, как лыжники на трассе



✚ ПРАВИЛО ПЯТОЕ: **НАУЧИТЕСЬ ПРАВИЛЬНО ПАДАТЬ.**

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

1. Присядьте, меньше будет высота падения.
2. 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.
3. Падая, старайтесь завалиться на бок, так будет меньше травм.

Поскользнувшись и упав, человек стремится побыстрее подняться. Но не стоит торопиться. Сначала надо осмотреть себя, пошевелить руками и ногами. Если боли нет, можно вставать. Ну а если появились болезненные ощущения, надо постараться определить, чем они вызваны - ушибом, повреждением связок или переломом кости.

ПОМНИТЕ -проезжая часть скользкая и торможение транспорта затруднено, возможны заносы. При наличии светофора - переходите только на зеленый свет, так как ребенок в дальнейшем копирует все ваши действия. В гололед выбирайте более безопасный маршрут и выходите из дома заблаговременно.

***Уважаемые родители – будьте бдительны,
соблюдайте меры предосторожности при
гололеде!***