

Консультация

« Правила безопасности при катании на снежной (ледяной) горке»

Зима -прекрасное время для веселых подвижных игр на свежем морозном воздухе, к которым относится и катание со снежных (ледяных) горок. Можно получить большое удовольствие от этого развлекательного вида отдыха, необходимо лишь соблюдать определенные правила и требования.



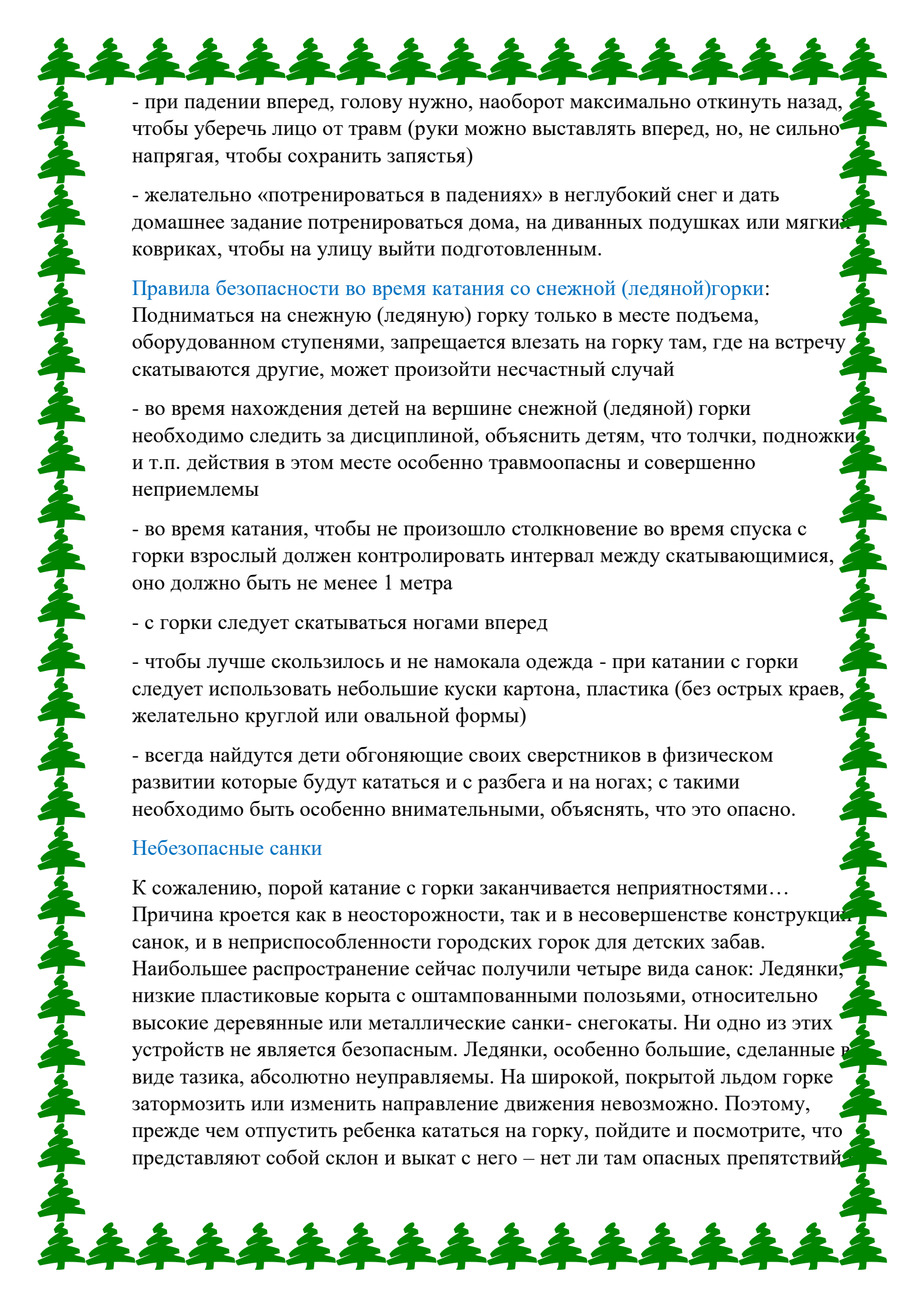
Требования безопасности к снежной (ледяной) горке

- форма спуска (желоба) снежной (ледяной) горки должна быть вогнутой, с краями высотой не менее 10-и сантиметров
- длина спуска (желоба) снежной (ледяной) горки должна быть в соотношении 1:6 (т.е. если при высоте снежной (ледяной) горки 1 метр длина спуска не менее 6 метров)
- сторона подъема не снежную (ледяную горку) должна быть некрутой, в ней должны быть вырублены ступени не более 20 сантиметров в высоту и не менее 20 сантиметров в глубину
- вершина снежной (ледяной) горки должна быть оборудована защитными перилами (барьерами), препятствующими падению
- перед катанием внимательно осмотреть: на снежной (ледяной) горке вдоль спуска не должно быть острых кусков льда, травмоопасных и посторонних предметов.

Правила безопасности перед катанием со снежной (ледяной) горки .

Зимние игры не обходятся без падений, поэтому, необходимо научить правильно падать:

- падать желательно на бок с перекатом на спину (падая на бок, на спину – подбородок нужно прижать к груди, чтобы сохранить голову)



- при падении вперед, голову нужно, наоборот максимально откинуть назад, чтобы уберечь лицо от травм (руки можно выставлять вперед, но, не сильно напрягая, чтобы сохранить запястья)

- желательно «потренироваться в падениях» в неглубокий снег и дать домашнее задание потренироваться дома, на диванных подушках или мягких ковриках, чтобы на улицу выйти подготовленным.

Правила безопасности во время катания со снежной (ледяной) горки:

Подниматься на снежную (ледяную) горку только в месте подъема, оборудованном ступенями, запрещается влезать на горку там, где на встречу скатываются другие, может произойти несчастный случай

- во время нахождения детей на вершине снежной (ледяной) горки необходимо следить за дисциплиной, объяснить детям, что толчки, подножки и т.п. действия в этом месте особенно травмоопасны и совершенно неприемлемы

- во время катания, чтобы не произошло столкновение во время спуска с горки взрослый должен контролировать интервал между скатывающимися, оно должно быть не менее 1 метра

- с горки следует скатываться ногами вперед

- чтобы лучше скользило и не намокала одежда - при катании с горки следует использовать небольшие куски картона, пластика (без острых краев, желательно круглой или овальной формы)

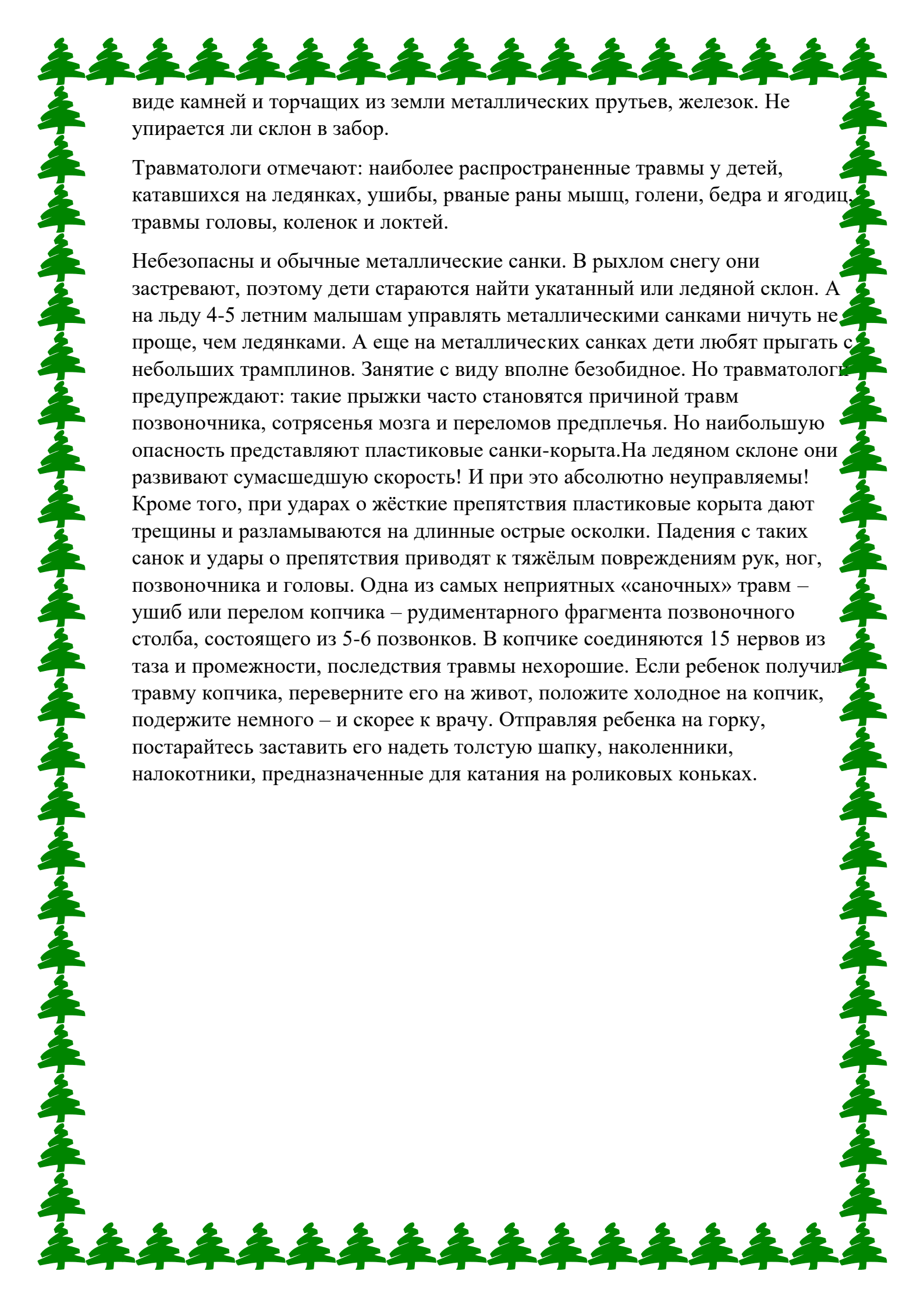
- всегда найдутся дети обгоняющие своих сверстников в физическом развитии которые будут кататься и с разбега и на ногах; с такими необходимо быть особенно внимательными, объяснять, что это опасно.

Небезопасные санки

К сожалению, порой катание с горки заканчивается неприятностями...

Причина кроется как в неосторожности, так и в несовершенстве конструкции санок, и в непригодности городских горок для детских забав.

Наибольшее распространение сейчас получили четыре вида санок: Ледянки, низкие пластиковые корыта с оштампованными полозьями, относительно высокие деревянные или металлические санки- снегокаты. Ни одно из этих устройств не является безопасным. Ледянки, особенно большие, сделанные в виде таза, абсолютно неуправляемы. На широкой, покрытой льдом горке затормозить или изменить направление движения невозможно. Поэтому, прежде чем отпустить ребенка кататься на горку, пойдите и посмотрите, что представляют собой склон и выкат с него – нет ли там опасных препятствий



виде камней и торчащих из земли металлических прутьев, железок. Не упирается ли склон в забор.

Травматологи отмечают: наиболее распространенные травмы у детей, катавшихся на ледянках, ушибы, рваные раны мышц, голени, бедра и ягодиц, травмы головы, коленок и локтей.

Небезопасны и обычные металлические санки. В рыхлом снегу они застревают, поэтому дети стараются найти укатанный или ледяной склон. А на льду 4-5 летним малышам управлять металлическими санками ничуть не проще, чем ледянками. А еще на металлических санках дети любят прыгать с небольших трамплинов. Занятие с виду вполне безобидное. Но травматологи предупреждают: такие прыжки часто становятся причиной травм позвоночника, сотрясения мозга и переломов предплечья. Но наибольшую опасность представляют пластиковые санки-корыта. На ледяном склоне они развивают сумасшедшую скорость! И при это абсолютно неуправляемы! Кроме того, при ударах о жёсткие препятствия пластиковые корыта дают трещины и разламываются на длинные острые осколки. Падения с таких санок и удары о препятствия приводят к тяжёлым повреждениям рук, ног, позвоночника и головы. Одна из самых неприятных «саночных» травм – ушиб или перелом копчика – рудиментарного фрагмента позвоночного столба, состоящего из 5-6 позвонков. В копчике соединяются 15 нервов из таза и промежности, последствия травмы нехорошие. Если ребенок получил травму копчика, переверните его на живот, положите холодное на копчик, подержите немного – и скорее к врачу. Отправляя ребенка на горку, постарайтесь заставить его надеть толстую шапку, наколенники, налокотники, предназначенные для катания на роликовых коньках.