**Консультация для родителей « Безопасность ребенка на прогулке в зимний период».**

**Значение прогулки в развитии детей дошкольного возраста.**

Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития дошкольника. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

На прогулке дети играют, много двигаются. Движения усиливают обмен веществ, кровообращение, газообмен, улучшают аппетит. Дети учатся преодолевать различные препятствия, становятся более подвижными, ловкими, смелыми, выносливыми. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус.

Прогулка способствует умственному развитию, так как дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем мире.

Требования к одежде детей: в любое время года одежда и обувь должны соответствовать погоде на данный момент и не должны способствовать перегреванию или переохлаждению детей. Чтобы дети охотно собирались на прогулку, воспитатель заранее продумывает ее содержание, вызывает у детей интерес к ней с помощью игрушек или рассказа о том, чем они будут заниматься. Если прогулки содержательны и интересны, дети, как правило, идут гулять с большой охотой. Но обязательно нужно познакомить детей и с опасностями, которые могут случиться. Поэтому нужно познакомить детей с правилами безопасности:

**Катание с горки.**

**Правила поведения на горке.**

1. Подниматься на снежную или ледяную горку следует только в месте подъема, оборудованном ступенями, запрещается подниматься на горку там, где навстречу скатываются другие.

2. Не съезжать, пока не отошёл в сторону предыдущий спускающийся.

3. Не задерживаться внизу, когда съехал, а поскорее отползать или откатываться в сторону.

4. Не перебегать ледяную дорожку.

5. Во избежание травматизма нельзя кататься, стоя на ногах и на корточках.

6. Стараться не съезжать спиной или головой вперёд (на животе, а всегда смотреть вперёд, как при спуске, так и при подъёме.

7. Если мимо горки идет прохожий, подождать, пока он пройдет, и только тогда совершать спуск.

8. Если уйти от столкновения (на пути дерево, человек т. д.) нельзя, то надо постараться завалиться на бок на снег или откатиться в сторону от ледяной поверхности.

9. Избегать катания с горок с неровным ледовым покрытием.

10. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом в службу экстренного вызова 112.

11. При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии, немедленно прекратить катание.

**Катание на санках и ледянках.**

1. Прежде чем ребенок сядет на санки, проверьте, нет ли в них

неисправностей.

2. Объясните ребенку заранее, что на горке надо соблюдать дисциплину и

последовательность.

3. Нельзя разрешать ребенку кататься на санках, лежа на животе, он может

повредить зубы или голову.

4. Кататься на санках стоя нельзя! Опасно привязывать санки друг к другу.

5. Перевозить ребёнка через дорогу можно только в санках, которые

толкаются перед собой. Если у них имеется только веревка

буксир, то ребенка необходимо вынуть. Следует учесть, что по малоснежной дороге с проплешинами асфальта санки едут медленно, поэтому будьте особенно бдительными.

**Зимние забавы «Игры около дома».**

Не разрешайте детям играть у дороги. Учите детей, что нельзя выбегать на проезжую часть.

Нежелательно валяться и играть в сугробах, которые находятся, например, под окнами домов. И, конечно, не позволяйте прыгать в сугроб с высоты. Неизвестно, что таит в нем пушистый снежок: под свежевыпавшим снегом может быть все что угодно: разбитые бутылки, камень либо проволока, может там оказаться и мусор, который кто-то не донес до помойки – да все что угодно!

При игре в снежки расскажите ребенку, что кидаться в лицо нельзя, и вообще кидать нужно не с силой! И не позволяйте детям строить глубокие снежные туннели, которые могут обвалиться!

**«Катание на конька и лыжах».**

Катание на лыжах более безопасный вид досуга. Чтобы сделать его ещё более безопасным, при прогулке на лыжах нужно исключить крутые, ухабистые и ледяные горки. Постарайтесь

исключить все возможные опасные ситуации. Самое безопасные катание на лыжах это прогулка по парку, лесу и т. д.

В отличие от лыж, занятие коньками сопряжено все же с определенным риском.

Необходимо иметь в виду следующее:

1. Катайтесь на коньках на специально оборудованных катках, опасно

кататься на открытых водоемах.

2. Не ходите на каток в те дни, когда на нем катается много людей. Риск

получить серьезную травму в этом случае крайне велик.

3. Падения исключить невозможно, поэтому постарайтесь, чтобы ребенок

был одет в плотную одежду.

4. Не отходите от малыша ни на шаг, чтобы в случае необходимости

поддержать его и избежать падений.

Опасности, подстерегающие нас в зимний период.

**ГОЛОЛЕД.**

Учите детей, что ходить по обледеневшему тротуару нужно маленькими шажками, наступая на всю подошву, а лучше его обойти с другой стороны. Особенно внимательно нужно зимой переходить дорогу - машина на скользкой дороге не сможет остановиться сразу!

**МОРОЗ.**

В сильный мороз лучше всего исключить прогулки по улице. Высока вероятность обморожения.

**Водоем зимой.**

Не выходите с ребенком на заледеневшие водоемы! Если лед провалился - нужно громко звать на помощь и пытаться выбраться, наползая или накатываясь на край! Барахтаться нельзя! Если получилось выбраться, надо откатиться от края.

**КАК И КОГДА ОБУЧАТЬ ДЕТЕЙ БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ?**

1. Лучше начинать как можно раньше: всё, что мы познаём в раннем возрасте, остаётся в нашей памяти на всю жизнь;

2. Регулярно проводите беседы;

3. Очень важно, чтобы ребенок понял, почему нужно строго выполнять правила безопасности;

4. Ребёнок должен чётко усвоить, чего нельзя делать;

5. Будьте для ребёнка образцом;

7. Для обучения безопасности используйте все «подручные средства»:

сказки, стихи, иллюстрации, мультфильмы; всякие, удобные для обучения, случаи, примеры из жизни.

**Уважаемые родители!**

Помните, что вовремя проведенная с ребенком беседа, может предотвратить несчастный случай! Многое зависит от Вас!