

# Осторожно, гололед!



Автор: Ю.В. Ромачева, воспитатель,  
МАДОУ «МАЯЧОК» детский сад №110  
комбинированного вида.

Подходит к концу самое суровое время года – зима. Наступает долгожданная весна. В этот период погода преподносит свои сюрпризы: оттепели сменяются заморозками, дуют сильные, выдувающие ветра. В конце зимы – начале весны можно часто наблюдать такое природное явление, как гололед. Гололед представляет большую опасность для людей разного возраста. В силу своих возрастных особенностей часто в период гололеда получают травмы дети разных возрастных категорий.

Гололед – это появление наледи на поверхности тротуара, земли, связанное с резкой сменой теплых и холодных температур. Очень часто гололед возникает после потепления, когда теплый воздух проходит над холодной поверхностью земли.

Гололед на улицах и дорогах города становится причиной травм пешеходов. Если вы во время гололеда идете с ребенком, то советуем вам придерживаться некоторых простых правил.

**ОДЕЖДА И ОБУВЬ:** одежда ребенка не должна сковывать движения, закрывать обзор дороги. Объясняйте детям, что не рекомендуется прятать руки в карманы (при падении они помогут сохранить равновесие). Детскую обувь следует подбирать удобную, с ребристой, не скользящей подошвой. На подошву и каблуки необходимо приклеить лейкопластырь или поролон (сейчас для детей выпускают обувь с противоскользящими устройствами на подошве). Также перед выходом можно натереть подошву наждачной бумагой.



**ПОХОДКА:** всегда держите ребенка за руку. Поведение ребенка очень часто бывает непредсказуемым: он может побежать, вырвать руку. Во время гололеда это часто приводит к бедам и непоправимым последствиям. Разъясните ребенку, что нужно всегда смотреть себе под ноги, избегать скользких участков тротуара, дороги, не суетиться, идти мелкими, шаркающими шагами, ступать на всю площадь подошвы. При передвижении ноги не напрягать, не прятать руки в карманы, расслабить их. При возможности держаться за забор, ограждение. При пересечении проезжей части каждый раз вспоминайте с детьми правила дорожного движения: во время гололеда автомобиль на обледеневшей дороге не может быстро затормозить. Ожидайте общественный транспорт в специально отведенных местах, не стойте близко к обочине, автомобиль может занести.



**НАУЧИТЕ РЕБЕНКА ПРАВИЛЬНО ПАДАТЬ:** (дома, на мягком покрытии научите ребенка правильно группироваться при падении). Если ребенок все-таки поскользнулся, то лучше при падении успеть сгруппироваться (руки согнуть в локтях, голову втянуть в плечи, спину выпрямить, ноги согнуть в коленях). Постараться упасть на бок. В момент касания земли перекатиться, чтобы смягчить силу удара. Объясните ребенку, что нельзя падать на вытянутые руки, это может привести к перелому кистей рук, падение на копчик может спровоцировать травму или перелом позвоночника. Чтобы не было сотрясения мозга, избегать удара затылком.

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК УПАЛ?

- не поднимайте резко ребенка, оцените его самочувствие;
- осмотрите ребенка, попросите пошевелить пальцами, руками, ногами;
- осмотрите место ушиба;
- при необходимости обращайтесь в травмпункт.



УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ! ЗАПОМНИТЕ, ЧТО СОБЛЮДАЯ  
ОСТОРОЖНОСТЬ И ПРЕДУСМОТРИТЕЛЬНОСТЬ, ВЫ  
СОХРАНЯЕТЕ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВЬЕ СВОЕГО РЕБЕНКА!