**Памятка для родителей**

**Безопасность ребенка на прогулке в зимний период**

Зимние прогулки всегда приносят огромную радость детям. Многие дети очень любят покататься на санках, скатиться с горки на ледянке, покидаться снежками и построить снежные башни и лабиринты.

Однако не редко зимнее время омрачает радость детей и родителей неприятностями и даже травмами. Обезопасить себя от неприятных последствий зимних прогулок помогут простые правила.

1. **Одежда для зимней прогулки:**

- ребёнка не надо кутать, перегрев не лучше чем охлаждение;

- одежда не должна сковывать движения, она должна быть удобной, легкой и теплой одновременно;

- зимняя обувь должна быть удобной, с рельефной подошвой.

**2. Зимние забавы и безопасность:**

- Катание на лыжах: гора для катания не должна быть слишком крутая, ухабистая или леденистая, кататься следует в безопасных местах;

- Катание на коньках: выбирайте специально оборудованные катки, опасно кататься на открытых водоемах. Выбирайте для катания с детьми дни, когда каток наименее загружен людьми. Падения исключить невозможно , поэтому постарайтесь, чтобы ребенок был одет в плотную одежду. Никогда не оставляйте ребенка без присмотра.

- Катание на санках, ледянках: выбирайте для таких катаний более теплую одежду. Прежде чем ребенок сядет на санки, проверьте, нет ли в них неисправностей. Для катания с горы безопаснее выбрать ледянку. Объясните ребенку заранее, что на горке надо соблюдать дисциплину и последовательность. Перед катанием внимательно изучите местность. Спуск не должен выходить на проезжую часть. Малышей лучше катать с маленьких снежных горок, причем в немноголюдных местах и при отсутствии деревьев, заборов и других препятствий. Нельзя разрешать ребенку кататься на санках, лежа на животе, стоя. Опасно привязывать санки друг другу. Перевозить ребенка через дорогу можно только в санках, которые толкаются перед собой.

- Игры около дома: не разрешайте ребёнка играть около дороги. Учите детей, что нельзя выбегать на проезжую часть. Нежелательно играть в сугробах, которые находятся под окнами домов или около подъезда. Обратите внимание ребёнка на сосульки и горы снега, свешивающиеся с крыш домов. Расскажите, чем они опасны и почему такие места надо обходить стороной. Объясните ребенку, что ни в коем случае нельзя заходить в огражденные зоны. Не позволяйте прыгать в сугробы с высоты. Объясните ребенку, что нельзя брать снег в рот, ледяные корки, сосульки: в них много невидимой для глаз грязи и микробов, которые могут вызвать болезни. При игре в снежки расскажите ребенку, что кидаться в лицо нельзя, и кидать нужно без применения усилий. Не позволяйте детям строить глубокие снежные туннели, которые могут обвалиться.

**3. Осторожно, гололед!**

Учите детей, что ходить по обледеневшему тротуару нужно маленькими шажками, наступая на всю подошву. Старайтесь по возможности обходить скользкие места.

Особенно внимательно нужно зимой переходить дорогу – машина на скользкой дороге не может остановиться сразу!

**4. Осторожно, мороз!**

Сократите или вовсе исключите прогулку с детьми в сильно морозные, ветреные дни: высока вероятность обморожения.

**5. Зимой на водоеме:**

Не выходите 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 отползти или откатиться от края.