Консультация для родителей "Осторожно, гололед!!!"



**«Осторожно, гололед!»**

С наступлением зимы мы ждем много снега, но, к сожалению, заморозки чередуются с оттепелью. А это, как известно,  наилучшие условия для гололеда. Гололед представляет  наибольшую опасность, особенно если мы опаздываем на работу, да еще ребенка нужно успеть отвести в детский сад. Проще простого в гололед получить ушиб, или того хуже перелом.

Что же такое гололед и гололедица?

**Гололедица** — это только лед на дорогах, который образуется после оттепели или дождя при внезапном похолодании.

**Гололед** — слой плотного льда, нарастающего на предметах при выпадении переохлажденного дождя или мороси, при тумане и  отрицательной температуре воздуха у поверхности Земли.

        Гололед значительно опаснее, замерзающий дождь покрывает всю поверхность дороги .Гололедица превращает города в большой каток. Поскользнуться и упасть можно на каждом шагу.

Но травм можно избежать, если знать и соблюдать пять важных правил.

**Правило первое: держите ребенка за руку**

Поведение детей порой бывает просто непредсказуемым, ребенок может внезапно побежать, последствия в условиях гололеда могут быть очень неприятными. Во избежание подобной ситуации лучше всю дорогу не отпускать руку ребенка. А перед тем, как собираетесь на улицу, регулярно повторяйте с детьми правила безопасного поведения на скользкой дороге – не бегать, не толкаться, не играть, не отпускать руку взрослого.

**Правило второе: не спешите**

Никогда не надо спешить. Здесь как раз, кстати, поговорка «Тише едешь, дальше будешь». Рекомендуется передвигаться  мелкой, шаркающей походкой. Чем шире шаг, тем больше вероятности упасть.

Бежать и догонять уходящий транспорт, тоже не стоит. Лучше подождать следующую маршрутку или автобус, чем получить травму.

**Правило третье: выбирайте безопасную обувь**

Третье правило гласит о том, что взрослая и детская обувь должна быть удобной и безопасной. В гололедицу 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**

Под ноги всегда надо смотреть, а в гололед особенно. Скользкую тропинку, лучше обойти.

**Правило пятое: научитесь правильно падать**

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 стремиться побыстрее подняться. Но не стоит торопиться. Сначала надо осмотреть себя, пошевелить руками и ногами. Если боли нет, можно вставать.

**Помните**

**Переходя через дорогу, соблюдайте правила дорожного движения, не переходите улицу и не перебегайте перед близко идущим транспортом. ПОМНИТЕ - проезжая часть скользкая и торможение транспорта затруднено, возможны заносы.**

**При наличии светофора - переходите только на зеленый свет. В гололед выбирайте более безопасный маршрут и выходите из дома заблаговременно.
В случае падения на проезжей части дороги, постарайтесь быстрее подняться и отойти на безопасное место, если не можете подняться - попросите прохожих оказать вам помощь, если их нет, то постарайтесь отползти на край дороги в безопасное место.**

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