

Консультация для родителей

Горки и травмы. И соблюдения правила движения на них.

Вот и зима пришла. Началась любимая зимняя забава – горки. Летом дети горки тоже не забывают, но зимой они особенно любимы и более опасны. Особенно если дополнительное усилие для скольжения ледянки, картонки, а случается даже санки. Часто взрослые, что бы самим отдохнуть, оставляют детей часто малышей, без присмотра, совершенно не думая о последствиях. Катается дитя на горке, что с ним может произойти. Наблюдая такую картину, я подумала, что существуют не сложные правила поведения на горке и для детей, и для взрослых. Практически которые никто не соблюдает. Дети не знают, а взрослые не задумываются, так как пришли тоже отдохнуть вместе с детьми, покататься вместе с ними.

Начался лыжный сезон, катание на санках, на коньках, на ледянках. Сколько возможностей для укрепления здоровья ребенка, для развития силы, ловкости, быстроты реакции! Но есть в бочке меда зимних радостей ложка дегтя: детские травмы.

Одна из главных опасностей, как не удивительно, - безобидные с виду горки во дворах, скверах, стадионах. В общем -то горка, даже залитая льдом, безопасна, ребенок влезает, скатывается, снова взбирается. Пока один ребенок или их несколько и рядом находятся взрослые, все идет хорошо. Но когда детей на горке много да еще разных возрастов, они, скатываясь, подшибают друг друга. Большие наваливаются на маленьких, а маленькие дети не могут сразу выкарабкаться, образуется куча мала. Как правило, под горкой образуется выбоина. Если ребенок попал в ямку, замешкается, на него налетают другие. Бывает, кто-то скатывается на ногах под него. Не подождав, подлетает другой и оба – головой об лед, о жесткий бортик, лицом о чужую обувь....

Когда желающих кататься много, вершина горки нередко превращается в арену борьбы. Забравшиеся на площадку сталкиваются вниз тех, кто поднимается по лестнице, и они нередко летят вниз головой через перила. Даже не высокая горка (до метра высотой) может быть причиной непоправимой беды.

И все же не горка плоха. Плохо то, что никто не следит за соблюдением правил движения на ней. А они есть! И соблюдение этих правил вполне доступно даже трехлетнему малышу.

Вот три основных правила:

1. Дай съехать другому, потом съезжай сам.
2. Не подшибай того, кто скатывается стоя.
3. Не борись, не толкайся на вершине горки.

Во дворе всегда много взрослых, особенно пожилых. Они могут разъяснить эти правила детям. Могут следить за порядком на горке, могут поручать это и самим детям – кто постарше и посерьезней.

Очень важно привить ребятам навыки, обеспечивающие, мягкое, безопасное падение. Как важны они зимой во время катания на санках, лыжах, коньках или просто стоя на ногах по льду!

Самые тяжелые, иногда даже смертельные травмы случаются, когда ребенок, неудачно выбрав место катания, на большой скорости, налетает на дерево, столб, забор и т. п. Но ведь была же секунда другая, когда ясно, что на пути преграда и свернуть едва ли удастся. В этот момент уверенное мягкое падение боком на снег, или с санок, или с лыж, помогло бы избежать беды. Но натренированного навыка нет, спасительный момент упущен, и ребенок падает на спину или кувырком через голову, а это чревато серьезной травмой. Чтобы обеспечить мягкое падение на лыжах, санках надо:

1. Присесть.
2. Напружиниться, как говорят спортсмены сгруппироваться.
3. Наклоняясь в сторону и немного назад, плавно, но решительно приземлиться, тормозя всем телом.

Правила не сложные. Главное, что бы любящие взрослые были внимательны всегда к своим детям, особенно маленьким. Учили их этим правилам и были сами примером в их соблюдении