



## «Зимние забавы должны быть безопасны»

Некоторые родители считают, что с ними ничего не может случиться, катаясь на санках. И что Вы, уважаемые родители, считаете санки самым безобидным зимним «транспортом». Любимое зимнее развлечение детей (а подчас и взрослых) – катание с гор. Это занятие, приносящее массу удовольствий, к сожалению, часто приводит к травмам разной степени тяжести. **Детские санки** — не автомобиль, и ДТП им не угрожает. Но и на ледяной горке опасностей хватает. Бывает, что санки переворачиваются, ломаются, наезжают на соседа или «таранят» ближайшее дерево. По свидетельству травматологов, самыми распространенными травмами у детей, катающихся на санках, являются сотрясения мозга, а также рваные раны мышц голени, бедра и ягодиц. В лучшем случае, ваш малыш рискует отделаться ушибами или легким испугом. Первое, что поможет детишкам обеспечить безопасное катание, это правильный выбор зимнего транспорта, всегда учитывайте возраст малыша.

Прежде чем посадить ребенка на санки и отправить его с горы вниз, проведите тщательную «инспекцию» склона горы на предмет резких поворотов, гвоздей, камней и железок, торчащих из-под снега, а также убедитесь, что на снегу нет проталин - то есть, не проглядывает голая земля. Наехав на нее, ваш ребенок просто «катапультируется», и хорошо, если рядом не будет других детей. Спуститесь с горы и посмотрите, не выходит ли дорога на проезжую часть или на водоем, где лёд не слишком крепкий. Существует риск, что, потеряв управление, ребенок в азарте за считанные секунды выскочит на опасную территорию. Малышам, которым не исполнилось четырех лет, на шумной и многолюдной горке не место. Выбирайте небольшой пологий склон, где катаются дети его возраста.

Если один ребенок еще не скатился с горки, а второй уже отправляется ему вслед, столкновение неминуемо, а это уже может привести к травме – тем более, если речь идет о маленьком ребенке, который не в состоянии сам остановить санки. Научите ребенка подниматься на горку в стороне от того места, где с нее скатываются остальные дети.

И помните: санки, ледянки, снежокаты, попав на пригорочек или участок со льдом, иногда меняют заданную траекторию и, если поблизости есть дерево, вполне могут въехать в него. Особое внимание обратите на то, чтобы конец горки не выходил на проезжую часть дороги.

**Катание на коньках** – несомненно, полезное для здоровья ребёнка занятие. Коньки нужно подбирать точно по ноге. Другая существенная опасность при катании на коньках – провалиться под лёд или в полынью. Особенно опасно ходить по льду в период оттепели, в начале и конце зимы. на водоемах в зимний период. Минимальная толщина льда, способная выдержать вес взрослого человека, должна составлять не менее 7 см. Для сооружения катка и пешей переправы необходим более прочный слой – 12-15 см, для проезда автомобиля – от 30 см. Прочность покрытия можно определить на глаз, при условии отсутствия снега. Так, наиболее крепкий лед имеет синеватый либо зеленоватый оттенок, а его поверхность ровная, без пузырьков воздуха. Чтобы узнать, выдержит ли лед ваш вес, необходимо осторожно на него наступить. Если образуются мелкие радиальные трещины, а покрытие слегка хрустывает, то по такому льду ходить уже можно, однако следует соблюдать при этом предельную осторожность. Ударом ноги проверять прочность не следует, лучше использовать для этой цели бревно либо же лыжную палку. Если после сильного удара выступит вода, то от переправы в этом месте лучше отказаться. Правила поведения на тонком льду в таком случае советуют вернуться к берегу, ступая по своим же следам.