

Консультация для родителей «Правила безопасного катания на санках»



Приходит настоящая снежная зима, а вместе с ней и время традиционных зимних развлечений. Что может быть лучше: собраться всей семьей, усадить детей на санки, найти горку повыше и покататься «с ветерком»!

В то же время родителям не надо забывать, что катание детей на современных санках, тубингах, ледянках — занятие небезопасное. Нужно внимательно изучить самим и объяснить детям основные правила «вождения» транспортных средств и поведения на зимних склонах. Катание на санках — приятное и полезное развлечение. Пусть оно будет еще и безопасным.

Дети могут кататься дни напролет, с утра до вечера. При этом катание на санках является достаточно опасным занятием, хотя на первый взгляд оно выглядит абсолютно безобидным. Катание на санках может стать причиной таких травм у ребенка, как рваные раны, ушибы, сотрясение головного мозга. Но не нужно паниковать! Чтобы избежать негативных последствий катания, достаточно соблюдать несложные правила безопасности.

В первую очередь будьте внимательны при выборе санок: они должны соответствовать возрасту ребенка. Санки для маленьких детей должны быть

максимально устойчивыми, поэтому желательно, чтобы расстояние между полозьями было широким, а сами санки были невысокими. А чтобы во время катания ножки ребенка не попали под полозья и не травмировались, санки должны быть оснащены подножкой. Для того чтобы ребенку было теплее, можно на санки положить матрасик. Проверьте, нет ли на горке, с которой собираетесь подтолкнуть санки с ребенком, камней, металлических предметов и других вещей, в которые могут врезаться санки.

Детям до четырех лет желательно кататься на горках, где мало людей. Лучше, если это будет некрутой склон, на котором нет толпы школьников. Если ваши санки оснащены ремнями безопасности, то обязательно пристегивайте ребенка ими, это позволит избежать ранений ребенка в том случае, если санки перевернутся.

Ребенку старше четырех лет уже может захотеться кататься с больших горок. Поэтому не забудьте рассказать ребенку о том, что он может повредить зубы или голову, если лежа на животе на санках наедет на кочку. В таком положении управлять санками достаточно сложно. Не разрешайте ребенку прыгать с трамплинов на санках, так как это может привести к травме копчика в результате жесткого приземления. Объясните ребенку, что очень опасно кататься с горки, которая внизу заканчивается проезжей частью!

Важно научить малыша правильно падать. Во время падения нужно стараться перевернуться на бок, согнув и поджав колени. Ни в коем случае нельзя падать на спину или на вытянутые вперед руки.

Кроме всего прочего необходимо соблюдать еще несколько правил:

- ребенок и взрослый не должны кататься вместе на одних санках;
- когда дети катаются на санках, за ними должен присматривать взрослый;
- перед катанием наденьте на ребенка налокотники, наколенники и шлем;
- прежде чем ребенок сядет на санки, проверьте, нет ли в них неисправностей.

Одежда и экипировка для катания на санках. Лучшая одежда для катания на санках — это «дутые» штаны и курточки. Обязательно надеть меховую шапку или мягкий платок под вязаную шапочку. Ткань хотя бы частично погасит удар при падении. Горнолыжный шлем при катании с горок — не рисовка и не дань моде, а необходимость. Шлем обязательно стоит надеть во время катания на тюбинге. Неплохо будет, если отправляясь на горку ребенок наденет также наколенники и налокотники, предназначенные для катания на роликовых коньках.

Обувь должна быть прочная и удобная, на специальной прорезиненной подошве. При падениях с санок часто страдает голеностоп, поэтому надевайте на ребенка зимние ботинки с высоким и плотным голенищем. Чтобы избежать переохлаждения или обморожения рук, наденьте на малыша

толстые перчатки. На горку с собой родителям можно взять запасные сухие варежки, носки, шарф.

Игры с санками.

Санний городок

1. В команде участники делятся на две группы и строятся друг напротив друга (мальчики – девочки). Санки у мальчиков – поставить правое колено на санки и, отталкиваясь левой ногой, доехать до девочек, передать им санки. Задание повторяется. Прибывший игрок уходит в конец колонны.
2. Команды строятся колоннами лицом к финишу на расстоянии 15–20 м от него. В центре проводится линия. Напротив каждой команды находится по 2 кубика. Первый участник садится на санки, а второй участник везет его. Доехав до кубиков, участник на санках берет их в обе руки, едут до конечной остановки, где участники меняются. Когда участники возвращаются, кладут кубики обратно и т. д.

Эстафета на санках

Команды строятся лицом к финишу на расстоянии 15–20 м от него.

Участник каждой команды имеет свой цветной флажок.

Один участник садится в санки на колени, держа флажок в руке, а второй участник везет его до конечной остановки, где они меняются местами.

Черепашки

Участники игры строятся попарно.

По команде участники садятся на санки спиной друг к другу. Передвигаясь ногами, надо докатиться до конечной остановки (18–20 м, а обратно вернуться к команде бегом, катя санки.

Желаю вам успеха!