*Консультация для родителей.*

Безопасность во время зимних прогулок.

Зима - прекрасное время года, которое любят и дети, и взрослые. Весёлые зимние прогулки доставляют много радости. Дети с нетерпением ждут, когда можно будет поиграть в снежки, покататься в санках с горы, слепить снеговика. Чтобы зимние прогулки оказались действительно приятными, необходимо позаботится о безопасности.

Обезопасить детей от неприятных последствий зимних прогулок вам помогут **простые правила.**

**Одевать ребенка** нужно в теплую, но легкую и многослойную одежду (воздух между слоями надолго удержит тепло). Иначе из-за плохой теплорегуляции ребенок может переохладиться и заболеть. Старайтесь выбирать одежду темных цветов, она будет притягивать больше солнечного света.

**В ветреную**, морозную погоду не забудьте намазать лицо малышу специальным защитным кремом (лучше это делать за полчаса до выхода на прогулку) .

**Научите ребенка падать:** это умение ему пригодится в любое время года, но зимой малыша легче этому обучить. Найдите большой мягкий сугроб и потренируйтесь вместе падать на бок, подгибая колени и наклоняя голову вперед. Приземление на спину или вперед на руки опасно.

**Снежную битву с ребенком лучше не устраивать**. Снежок, попавший в лицо, может не только испортить настроение, но и нанести травму. Кидайте снежками в определенную цель или на некоторое расстояние – как можно дальше, например, в стену или снежную фигуру.

**Если на улице гололед, будьте особенно внимательны**. Лучше во время прогулки крепко держать малыша за руку. Наденьте на него сапожки с нескользкой подошвой. Не позволяйте ребенку одному спускаться по обледенелым лестницам и горкам.

**Не катайте ребенка на санках по ухабам**, так как, подскакивая на рытвинах вместе с санками, он может получить травму. На санки кладите матрасик.

**Во время прогулки не оставляйте ребенка без присмотра!**

**Особое внимание** следует уделить при катании ребенка на лыжах, коньках и санках. Кататься можно только в специально оборудованных местах!!!