

## Информация для родителей

- Спуск со снежной или ледяной горки не должен выходить на проезжую часть или вести к водоёму с неокрепшим льдом. Нельзя устраивать игры на тонком льду.
- С самыми маленькими детьми лучше кататься и играть в немногочлюдных местах, при этом малыш все время должен быть на виду у родителей, чтобы при необходимости они всегда могли прийти на помощь.
- Выбирая горку, нужно убедиться, что из-под снега вдоль спуска не торчат коряги или камни с острыми краями и что на пути ребёнка не окажется дерева или столба.
- Малыш не должен подниматься на гору там, где спускаются другие ребята. Иначе его могут сбить.



*Зима с её вьюгами и морозами – только на первый взгляд суровое время года. У детишек в это время развлечений хоть отбавляй. Коньки, санки, лыжи, да и просто игра в снежки – эти развлечения любят все. Но оказывается, обычную прогулку или катание с горы можно сделать ещё веселее.*

*Главное – выбрать забаву поинтереснее.*

*Зимние игры без падений не обходятся, а значит, правильно падать следует научить даже самых маленьких. Взрослый объясняет ребёнку, что падать лучше всего стараться на бок, аккуратно смягчая падение руками и подгибая колени. Лучше не приземляться на спину или вперёд на руки. Найдите большой мягкий сугроб и потренируйтесь садиться в него таким образом. Малыш должен не бояться падений, а уметь правильно группироваться и избегать травм.*



Филиал № 4 -  
«Детский сад п. Самары»

# «Зимние забавы» Дети + родители



Воспитатель: Бузакова Е.А  
2025 год

## Дети и взрослые должны помнить:

- Не стоит «обострять» ощущения, катаясь с горки головой вперёд. Иначе в случае падения ребёнок может получить травму головы.
- Кататься на санках по ледяной горке тоже не рекомендуется, гораздо безопаснее использовать для этого специальные ледянки.
- При игре в снежки нужно, прежде всего беречь от «снарядов» лицо.
- Нельзя кидаться снежками с ледяной корочкой и обледенелыми кусочками снега - затвердевшие «боеприпасы» могут ударить не слабее булыжника, и забава закончится травмой.



- Нельзя спускаться с горы, сцепив несколько саней «паровозиком».
- Встретив какое-нибудь препятствие, звенья этой конструкции начнут врезаться друг в друга, и детишки рискуют травмироваться.
- Ребёнка перед подвижным зимним гулянием не нужно одевать слишком тепло.
  - Укутанный малыш очень быстро вспотеет и рискует простудиться.

*Усвоили меры предосторожности - теперь можно идти играть.*



## Выбор лыж и санок.

*Вместе с ребёнком сходите в магазин и купите санки и лыжи.*

**Выбрать санки очень просто –**

**Были бы они по росту,**

**Полоз крепкий и прямой.**

**Нравится? Неси домой!**

*Выбрать лыжи труднее. Выбирайте внимательно, не торопитесь. Лыжи должны быть прямые, с ровной поверхностью. Очень важно выбрать лыжи и палки по росту ребёнка.*

**Перед тем, как встать на лыжи,**

**Посмотри на них поближе –**

**Надо руки вверх поднять**

**И по росту подбирать.**

**Лыжи, палки ты измерил,**

**Кольца, петли все проверил.**

*Ребёнок пусть поднимет руки вверх. Если достал до носка, такие лыжи ему в самый раз, а длина палок – до уровня плеча. Трудно ходить на слишком длинных или коротких лыжах.*

**Быстрый бег не получился,**

**Мальчик в снег вдруг провалился.**

**В чём причина? Очень просто!**

**Лыжи много меньше роста.**

**Малыш шагает по дороге,**

**С трудом переставляет ноги.**

**В чём причина? Очень просто!**

**Лыжи много больше роста.**

