

Дети при неумелом поведении дома, на улице, в помещении д/с, на игровой и спортивной площадках, могут принести вред своему здоровью.

**ЗДОРОВЬЕ** - это самая главная ценность в жизни человека!

Бюджетное учреждение  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры  
«Няганский реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями»



### «Правила поведения ребёнка на игровых и спортивных площадках».

Пастухов Алексей Николаевич инструктор ЛФК стационарного отделения

Реквизиты учреждения:

Адрес: Тюменская обл.,

ХМАО-Югра, г. Нягань,

Ул. Речная , 191

Тел.:8(34672) 3-31-10 (директор)

8(34672) 9-70-42 (приемная, факс)

8(34672) 3-48-89 (специалист по приему)

Е-mail: [rcdip@yandex.ru](mailto:rcdip@yandex.ru)

Сайт учреждения: [rcгармония.рф](http://rcгармония.рф)



Нягань.  
2020г.

Детские площадки играют большую роль в воспитании и развитии ребенка. Они позволяют физически развиваться детям, помогают формировать личностные качества в процессе общения со сверстниками, обмениваться с ними опытом, заводить новые знакомства и адаптироваться к пребыванию в социуме. Гулять на детской площадке полезно, но бывает и небезопасно. Дело в том, что по статистике причин детского травматизма детские площадки занимают одно из первых мест.

Детям постарше необходимо объяснить некоторые особенности.

- Если качели очень тяжёлые (например, железные), нельзя спрыгивать на лету, ты можешь не успеть отбежать, и тогда качели ударят тебя прямо в затылок или в спину.
- Если ты любишь сам раскачивать качели, то должен всегда помнить если их толкнуть сильнее и не поймать, качели попадут прямо тебе в лицо.
- Не бегай рядом с качелями! Может случиться так, что другой ребёнок не успеет затормозить, и вы оба получите травмы.
- Пластмассовые качели на верёвочках тоже небезопасны. Если ты на них сильно раскачаешься, то, наклонившись вперёд, можешь легко перевернуть сиденье своим весом.
- В зимнее время за поручни качелей держись особенно крепко. На руках у тебя обязательно должны быть рукавички или перчатки — они предохранят руки от примораживания к железным поручням.

На спортивной и игровой площадках установлены турники, «шведские стенки» перекладины, качели которые очень любят дети.

Чтобы с ребёнком не произошло беды, запомните несколько советов для взрослых.

**ВНИМАНИЕ!**

- Не отходите от малыша, если он забирается высоко, — он может посмотреть вниз, но испугаться высоты и отпустить руки. Если вы не успеете подбежать, ребёнок упадёт вниз на спину, а с турника — вниз головой.
- Следите за тем, чтобы площадка вокруг различных приспособлений для лазанья (турников, лестниц и т.д.) была мягкой.
- Обязательно проверяйте, чтобы ворота (футбольные, хоккейные, гандбольные), лестницы-радуги, турники (как и качели) были хорошо закреплены и надёжно вкопаны в землю.
- Чтобы избежать сильных падений, всегда надо смотреть под ноги.

-падения и ушибы могут быть вызваны неудобной обувью, неправильно надетой обувью и одеждой.

-ушибы могут быть вызваны при сильном размахивании рук или ног.

-запрещается сильно размахивать оборудованием предметных игр.

-при работе на спортивных снарядах запрещается нарушать правила безопасности .

- Не оставляйте на площадке детей без присмотра взрослого.
- Не ломайте инвентарь, покрытие и ограждение спортивных площадок;