



Зимние забавы

Словарь: забавы, развлечение, игры, коньки, санки, лыжи, палки, клюшка, шайба, каток, горка, лыжник, хоккей, снежки, снеговик, ком, играть, забавляться, лепить, кататься, веселые, задорные, снежный, радостный, санный, хоккейный, лыжный...

❖ На прогулке спросите у ребенка, какое время года сейчас, в какие игры дети играют зимой, что нужно для зимних игр. Понаблюдайте за играми детей и сами поиграйте с ребёнком (можно слепить снеговика, покататься с горки, поиграть в снежки, построить снежную крепость....).

❖ Попробуйте вместе составить небольшой рассказ о зимних забавах. Взрослый может начинать фразу, а ребёнок её заканчивать.

❖ Игра «Назови ласково»

Санки – саночки, ком..., горка..., снег....

❖ Игра «Один – много»

Снеговик – снеговики, комок..., горка..., снежинка..., клюшка..., шайба...



Консультация "Зимние травмы"

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

Предпочтение необходимо отдавать обуви с ребристой подошвой. Если у Вашего ребёнка на сапогах или ботинках подошва гладкая, обратитесь в обувную мастерскую и попросите приспособить обувь к зимнему времени.

В домашних условиях иногда советуют наклеивать на подошву обычный пластырь, но надолго его, конечно, не хватит. Особенно важно, чтобы обувь была удобной, не натирала.

В гололёд надо быть осторожным, избегать скользких мест.

ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМАХ

Главное, о чём следует помнить, -- нельзя заниматься самолечением и оттягивать визит к врачу до последнего.

Растяжение связок

Симптомы – резкая боль при движении, припухлость, кровоподтёки.

Что делать? Наложить повязку (эластичный бинт), обеспечив неподвижность сустава, и обратиться к врачу. Для уменьшения отёка можно наложить на больное место смоченную в холодной воде ткань или пузырь со льдом (но не более чем на 1-2 часа). Можно принять обезболивающее.

Вывих

Симптомы – сильная боль, отёк, неподвижность, изменение формы сустава.

Что делать? Не старайтесь самостоятельно вправить вывихи, это может привести к болевому шоку у пострадавшего и дополнительным повреждениям. Нужно обеспечить неподвижность и покой повреждённого сустава: руку подвесить на бинте, шарфе, ремне, на ногу наложить шину (например, плоские доски) или прибинтовать её к другой ноге.

При вывихе бедра – положить пострадавшего на здоровый бок, не давая двигаться. Для уменьшения боли – приложить к повреждённому месту пузырь со льдом или холодной водой, дать обезболивающее.

В случае крайней необходимости, когда нет возможности вызвать врача – больного нужно транспортировать в больницу самостоятельно, соблюдая особую осторожность.





Зимние забавы

Словарь: забавы, развлечение, игры, коньки, санки, лыжи, палки, клюшка, шайба, каток, горка, лыжник, хоккей, снежки, снеговик, ком, играть, забавляться, лепить, кататься, веселые, задорные, снежный, радостный, санный, хоккейный, лыжный...

- ❖ На прогулке спросите у ребенка, какое время года сейчас, в какие игры дети играют зимой, что нужно для зимних игр. Понаблюдайте за играми детей и сами поиграйте с ребёнком (можно слепить снеговика, покататься с горки, поиграть в снежки, построить снежную крепость....).
- ❖ Попробуйте вместе составить небольшой рассказ о зимних забавах. Взрослый может начинать фразу, а ребёнок её заканчивать.
- ❖ **Игра «Назови ласково»**
Санки – саночки, ком..., горка..., снег....
- ❖ **Игра «Один – много»**
Снеговик – снеговики, комок..., горка..., снежинка..., клюшка..., шайба...

