

Уважаемые родители! В городе участились случаи катания детей с несанкционированных горок, в результате которых несовершеннолетние получают тяжелые травмы, в том числе со смертельным исходом.

Предлагаем вам познакомиться с **основными правилами безопасности при катании на «ватрушках», санках и других приспособлениях с горок**, которым вы научите своих детей.

1. Не съезжать с горки, пока не отошёл в сторону предыдущий спускающийся.

2. Не задерживаться внизу, когда съехал, а поскорее отползайте или откатывайтесь в сторону.

3. Не перебегать ледяную дорожку. Объясните ребёнку, что переходить горку поперёк нельзя, даже если ему кажется, что он успеет перебежать до того, как кто-то съедет. На льду легко поскользнуться и попасть под ноги съезжающим.

4. Подниматься на снежную или ледяную горку следует только в месте подъема, оборудованном ступенями, запрещается подниматься на горку там, где навстречу скатываются другие.

5. Во избежание травматизма нельзя кататься, стоя на ногах и на корточках.

6. Стараться не съезжать спиной или головой вперёд (на животе), а всегда смотреть вперёд, как при спуске, так и при подъёме.

6. Если уйти от столкновения (на пути дерево, человек и т.д.) нельзя, то надо постараться завалиться на бок или откатиться в сторону от ледяной поверхности.

7. Если мимо горки идет прохожий, подождать, пока он пройдет, и только тогда совершать спуск.

КАТАНИЕ НА ТЮБИНГЕ

Катание на тубинге это один из самых ТРАВМООПАСНЫХ видов отдыха!!!

Возможная опасность:

1. Тубинги способны **РАЗВИВАТЬ БОЛЬШУЮ СКОРОСТЬ** и **ЗАКРУЧИВАТЬСЯ ВОКРУГ СВОЕЙ ОСИ ВО ВРЕМЯ СПУСКА!!!**

Как только скорость движения возрастает, ватрушка становится довольно опасной: разгоняются ватрушки молниеносно, и скорость развивают выше, чем санки или снегокат на аналогичном склоне, а спрыгнуть с ватрушки на скорости невозможно. При закручивании тубинга, человек в нем сидящий перестанет ориентироваться в пространстве.

2. Тубинги **АБСОЛЮТНО НЕУПРАВЛЯЕМЫЕ** и **НЕ ОБОРУДОВАНЫ ТОРМОЗНЫМ УСТРОЙСТВОМ!!!** **ЛЕТЯЩИЙ НА ВЫСОКОЙ СКОРОСТИ, БЕЗ ВОЗМОЖНОСТИ ЗАТОРМОЗИТЬ** **ВЗРОСЛЫЙ ЧЕЛОВЕК ПОДОБЕН АВТОМОБИЛЮ, С ОТКАЗАВШИМИ ТОРМОЗАМИ!!!!**

3. На тубингах **НЕЛЬЗЯ** кататься с горок с трамплинами при приземлении ватрушка сильно пружинит, можно получить сильные травмы спины и шейного отдела позвоночника.

4. **НЕЛЬЗЯ ПРИКРЕПЛЯТЬ ТЮБИНГИ ДРУГ К ДРУГУ ВЕРЁВКОЙ**, они могут перевернуться, **В ВЕРЁВКЕ МОЖЕТ ЗАСТРЯТЬ КАКАЯ-ЛИБО ЧАСТЬ ТЕЛА.**

5. **ОПАСНО САДИТЬСЯ НА ТЮБИНГ ВДВОЁМ И БОЛЕЕ**, из него можно вылететь.

Правила безопасности при катании на тубинге

1. Кататься только на специально подготовленных трассах со снежной поверхностью.

2. Склон для катания должен быть с уклоном не больше 20 градусов. Внизу склона должно быть достаточно места для торможения. Не следует кататься на тубингах по склонам, поросшим деревьями.

3. Нельзя кататься с горок с трамплинами при приземлении она сильно пружинит.

Уважаемые родители!

Не оставляйте детей одних, без присмотра!

Не используйте горки, имеющие крутой склон и заканчивающиеся обрывом или другими опасными препятствиями.

Ни в коем случае не используйте в качестве горок железнодорожные насыпи и горки вблизи проезжей части дорог.

Соблюдайте несложные правила катания с горок, и вы обезопасите себя и окружающих от возможных травм и повреждений.

НЕ ПОДВЕРГАЙТЕ ОПАСНОСТИ СЕБЯ И ДЕТЕЙ!