

Памятка по безопасному катанию с горок

ВНИМАНИЕ!

В связи с массовым травматизмом детей при катании на тюбингах и санках с горок убедительно напоминаем, что катание в местах, где есть крутые спуски с гор, не предназначенные для катания, ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!!

Памятка по безопасному катанию с горок.

Сложно представить зиму без активного катания, а само катание - без саней.

Чтобы отдых был не только приятным, но и безопасным, стоит внимательно относиться к выбору горки и средствам для катания, которых сейчас выпускается огромное количество – санки, ледянки пластмассовые, ледянки-корыто, снегокаты, надувные санки (у нас их называют по-разному: ватрушки, тюбинги, тобогганы).

Помните, что горки, склоны для катания – это место повышенной опасности, а не просто очередное развлечение на зимней прогулке наряду с лепкой снеговиков и кормёжкой птиц!

С маленькими детьми не стоит ходить на переполненную людьми горку с крутыми склонами и трамплинами. Если горка вызывает у вас опасения, сначала прокатитесь с неё сами, без ребёнка — испытайте спуск.

Если ребёнок уже катается на разновозрастной «оживлённой» горке, обязательно следите за ним. Лучше всего, если кто-то из взрослых следит за спуском сверху, а кто-то снизу помогает детям быстро освобождать путь.

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

Родители!

Научите детей нескольким важным правилам поведения на горке и сами строго соблюдайте требования безопасности:

1. Не съезжать с горки, пока не отошёл в сторону предыдущий спускающийся.
2. Не задерживаться внизу, когда съехал, а поскорее отползть или откатываться 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.
7. 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.
8. Если мимо горки идет прохожий, подождать, пока он пройдет, и только тогда совершать спуск. В последние годы большую популярность приобрели надувные санки. Катание на них – это отдых, который одинаково подходит взрослым и детям. Но, к сожалению, катание на тубинге – это один из самых травмоопасных видов отдыха. В отличие от обычных санок «ватрушки» способны развивать большую скорость и даже закручиваться вокруг своей оси во время спуска. При этом они абсолютно неуправляемы и не оборудованы тормозным устройством. Это тот случай, когда здоровье и жизнь катающихся - дело самих катающихся.

Поэтому, чтобы сделать свой отдых приятным, а спуск на «ватрушке» безопасным, необходимо:

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 ватрушка сильно пружинит.
4. Прежде чем начать спуск по неподготовленной трассе, осмотрите ее на предмет наличия ям, бугров, торчащих кустов, камней, ограждений, представляющих опасность для жизни и здоровья.
5. Санки-ватрушки развивают большую скорость, поэтому на склоне обращайте внимание на других катающихся. Перед началом спуска убедитесь, что перед вами нет никого из катающихся, особенно детей.
6. Не катайтесь на тубинге в состоянии алкогольного опьянения.
7. Кататься на санках-ватрушках следует сидя. Не пытайтесь кататься на «ватрушке» стоя или прыгая как на батуте.
8. Нельзя кататься на тубинге вдвоем с ребенком -невозможно контролировать ситуацию одной рукой удерживая ребенка, а другой, держась за ватрушку.
9. Не привязывайте надувные санки к транспортным средствам: снегокатам, квадроциклам, автомобилям и т.д.

Уважаемые родители!

Не оставляйте детей одних, без присмотра!

Соблюдайте несложные правила катания с горки, вы обезопасите себя и окружающих от возможных травм и повреждений!

Родители! Объясните детям, что необходимо кататься только в строго отведённом для этого месте.

При катании с горки необходимо придерживаться простых правил: не съезжать с горки, пока не отошёл в сторону предыдущий спускающийся; не задерживаться внизу, когда съехал, а поскорее отползть или откатываться в сторону; не кататься, стоя на ногах и на корточках; не съезжать спиной или головой вперёд (на животе), а всегда смотреть вперёд, как при спуске, так и при подъёме; переходить горку поперёк нельзя, а подниматься на горку только в месте подъема.

Родители! Не разрешайте детям прыгать в сугробы, так как под слоем снега могут скрываться ямы, камни, арматура и прочие предметы, которые могут причинить травму вашему ребёнку.

Закон Республики Беларусь «О правах ребенка», Кодекс о браке и семье Республики Беларусь предусматривает, что родители обязаны заботиться о физическом, духовном и нравственном развитии детей, об их здоровье, образовании и подготовке к самостоятельной жизни в обществе.

Уважаемые родители! Не оставляйте детей без присмотра! Сопровождайте своих детей на зимних прогулках, особенно если планируется катание на горках. Не будьте равнодушными: обращайтесь внимание на детей, катающихся без присмотра родителей. Им может понадобиться ваша помощь.

Правила безопасности при катании на горке

Зима – это время забав и веселых игр. Катание с горок — всеми любимое зимнее развлечение. Скорость, свист свежего ветра, буря переполняющих эмоций – для того, чтобы Ваш отдых был не только приятным, но

и безопасным, стоит задуматься о выборе как горок, так и санок.

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

Важные правила поведения на горке и требования безопасности:

1. Не съезжать с горки, пока не отошёл в сторону предыдущий спускающийся.
2. Не задерживаться внизу, когда съехал, а поскорее отползть или откатываться 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.
7. 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.

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

Различных средств для катания с горок сейчас выпускается огромное количество, так что можно найти подходящее для того, чтобы получить удовольствие от катания с любой горки:

Ледянки

Кататься на ледянках: безопасность

Особенностями ледянок является то, что они предназначены именно для быстрого спуска с ледяной горы. Покатать малыша по городу, как в санках, на них едва ли удастся. Доводами «за» покататься на ледянках можно назвать:

1. Легкость. Ребёнку не придется взбираться на горку с громоздкими [тюбингами](#) или тяжелыми санками. Ледянки весят очень мало.
2. Красота. Многие модели имеют интересный дизайн и красочные рисунки.
3. Маневренность. Техника спуска с горы очень проста. Прокатившись несколько раз уже можно накопить небольшой опыт маневрирования.
4. Хорошая скорость. Кататься на ледянках можно с ветерком, ведь скользкий пластик практически не встречает трения на своем пути.
5. Безопасность. По мнению многих экспертов, если правильно кататься на ледянке, то этот предмет можно назвать одним из самых безопасных на горке. Во-первых, ребёнок будет близко сидеть к земле, поэтому у него будет больше возможностей затормозить или маневрировать. Во-вторых, в случае необходимости можно всегда скатиться с ледянки в бок, что в ватрушках или снежокатах будет намного сложнее.

Однако чтобы катание на ледянках с горки принесло только позитивные эмоции нужно учесть некоторые требования безопасности.

Как безопасно кататься на ледянке с горки

Ряд простых правил, которые помогут существенно повысить безопасность ребенка во время катания на ледянке:

1. Нельзя кататься на ледянке со склона, который выходит на проезжую часть.
2. Прежде чем кататься на ледянке с горки, следует убедиться, что на пути следования ребёнка не будет трамплинов, кочек, деревьев. Ведь этот детский транспорт не может похвастаться хорошей амортизацией.
3. Ноги во время спуска следует держать полусогнутыми и ни в коем случае не ставить их перед собой на ледянку.
4. Прежде чем разрешить карапузу скатиться с горки, следует убедиться, что трасса свободна, и никто не собирается ее пересекать.
5. Важно предварительно изучить, как нужно правильно скатываться с ледянки на бок в случае непредвиденной ситуации. Ребёнок должен уметь группироваться и сохранять спокойствие.

Эти простые правила помогут ответить на вопрос, как кататься на ледянке правильно. Если им следовать – движение с горки пройдет без травм и с максимальным удовольствием для ребенка.

Санки



Правила безопасности катания на санках

Катание на санках будет безопасным, если вы познакомите ребенка с этими правилами:

1. Нельзя кататься с горки, которая выходит на проезжую часть улицы или железнодорожное полотно.
2. Для катания на санках выбирайте только горки с пологим спуском, без трамплинов, кочек, деревьев или кустов на пути.
3. Перед тем, как спускаться на санках с горки, обязательно нужно проверить, свободна ли трасса и не собираются ли ее пересекать с другого склона.
4. На санки можно садиться только верхом! Ноги не следует ставить на полозья, их нужно держать полусогнутыми по бокам .
5. Также важно научить ребенка падать на бок, если он не может справиться с управлением. В момент падения он должен сгруппироваться

Снежокат



Снежокат: с какого возраста можно кататься

Управление этим видом транспорта требует повышенного внимания и развитой координации движений. Многие родители отмечают, что их ребёнок уверенно катается с горки, уже начиная с полутора лет, другие же считают, что ранее трех лет садить ребенка на такое устройство – опасно.

Поэтому, прежде чем купить ребёнку такой снежный подарок следует внимательно и объективно оценить его основные навыки. Если малыш собран, хорошо понимает, что от него хотят, не теряется в необычной ситуации и хорошо владеет ручками и ножками, то ему можно смело покупать снежокат. Однако если Вы не уверены, что во время спуска ребёнок будет крепко держаться за руль – движение для него может быть опасным.

Параметры, влияющие на безопасность спуска

Прежде чем, разрешить ребёнку кататься на снежокате, не лишним будет еще раз проанализировать безопасность этого устройства для движения с горки:

1. Максимальный вес. На всех снежокатах четко обозначен максимальный допустимый вес пассажира. Его ни в коем случае не стоит превышать. Чаше всего детские модели имеют маркировку в 50 кг, а подростковые – 100. Поэтому только на последние можно садить сразу нескольких детей.
2. Наличие тормозной системы. Чем она совершеннее – тем лучше, в идеале хорошо, если тормозных педалей больше двух. Хотя кататься детворе можно и с одной тормозной педалью.
3. Безопасность детей. Если ребенку меньше трех лет, то его снежокат обязательно должен иметь специальную спинку или бортики. Так ему будет намного удобнее и безопаснее кататься с горки.
4. Устойчивость. Идеальным вариантом, сточки зрения безопасности, специалисты считают модели с низкой посадкой и широким расстоянием между лыжами. Однако такие снежокаты имеют много нареканий за возможность почувствовать пассажиром каждый бугорок заснеженного склона.
5. Угол поворота. Дети катаются на снежокате с азартом, поэтому во время спуска с горки малыши могут слишком резко повернуть руль. Это чревато риском перевернуться и получить какую-нибудь травму. Поэтому для детей, особенно маленьких, возможность повернуть рычаг управления нужно ограничивать.

Дополнительный комфорт маленькому пассажиру может принести специальный теплый чехол на сиденье. Он также помешает ребёнку переохладиться и простудиться во время зимних забав.

Как безопасно кататься на снежокате

Рекомендуется соблюдать несколько простых правил, которые помогут вашему ребенку благополучно и весело прокатиться по снежному склону на снежокате:

1. Шлем – прежде всего. Это часть экипировки очень важна при спуске с горки, особенно на снежокате. Во-первых, он защитит голову в случае падения, во-вторых,

- предотвратит продувание зимней шапочки ветром, а в-третьих – станет отбойником в случае внезапного появления веточек или снежных комочков.
2. Хорошая трасса. Родителям нужно обязательно внимательно изучить склон, по которому будет ехать кроха. Ведь те незначительные кочки, которые на обычных санках можно даже не заметить, в снегокате может привести к повороту руля и смены направления движения.
 3. Движение по льду. Если по ходу спуска встречается территория с ледяным покровом, то ее следует избегать. Ведь никогда нельзя быть уверенными в толщине ледяного покрова и массивный снегокат вполне может провалиться.
 4. Предупрежден – значит вооружен. Не поленитесь провести простой инструктаж со своим ребенком, прежде чем он сядет за руль снегоката. Объясните ему как им управлять, чего делать не следует, что может случиться во время спуска и ка в этом случае следует поступать. Зная все вышеперечисленное, малыш не растеряется и с удовольствием проведет время на горке.

Разрешать спускаться с горки можно только ребёнку, который уверенно сидит на модели и имеет хорошую координацию движений. Хороший снегокат имеет низкую посадку, совершенную тормозную систему и ограничитель поворота руля. При движении следует особенно обратить внимание на наличие шлема, ровность снежной трассы, и вероятность движения по льду.

Тюбинг "Ватрушка"



Что такое ватрушка, тюбинг

Прежде всего, следует уяснить особенности этих детских транспортных средств. Ватрушка, она же тюбинг, по форме напоминает собой камеру с колеса автомобиля, со специальным покрытием по обоим бокам. Также она имеет специальные крепления, за которые ребенок может держаться руками во время спуска. Благодаря специальному покрытию может развить огромную скорость. При этом управлять тюбингом довольно проблематично, поэтому кататься на ватрушке следует максимально осторожно и в специально отведенных местах. Наполненная воздухом камера снижает риск травмы при падении, за счет амортизации.

Преимущества катания на ватрушке:

- относительно мягкий спуск на любой трассе;

- специальные ручки позволяют удобно держаться;
 - при изготовлении используется нитки, а не клей;
 - подниматься в гору намного легче с наполненной воздухом камерой, чем с тяжелыми санками.
-

Где кататься на тюбинге

Прежде всего, следует определиться, где можно кататься на тюбинге:

- специальные склоны, с гладкой, ровной поверхностью;
- трассы для езды на тюбингах, со снежной поверхностью.

Важно помнить, что даже на оборудованных трассах не следует кататься при плюсовой температуре: снег может неравномерно таять, что вызовет определенные трудности при спуске.

Где кататься на тюбинге точно не стоит:

- склоны в лесу, необорудованные трассы;
- трассы, в которых встречаются «проблемные места» с камнями, песком, торчащими из-под земли корнями;
- заледенелые склоны, замерзшие поверхности рек и других водоемов;
- склоны, в которых присутствуют даже небольшие трамплины.

Важно правильно определить высоту склона, для детей следует выбирать самые пологие склоны, для подростков можно выбрать что-то и покруче.

Как правильно кататься на ватрушке, тюбинге

Чтобы развлечения на горке прошли весело и беззаботно, следует придерживаться нескольких простых правил:

1. Кататься только в специальных местах. Угол наклона трасс должен быть не больше 20-30 градусов, ее поверхность должна быть покрыта снегом. Следует внимательно просмотреть все протяженность трассы, чтобы там не встречались никакие посторонние предметы. Любое препятствие, встреченное тюбингом на большой скорости, может привести к его вылету за пределы трассы. Во время движения ватрушка может начать движение вокруг своей оси, об этом нужно обязательно предупредить ребенка. На склоне не должно быть других людей, спускающихся вниз.
2. Только один пассажир. Как бы ни казалось на фото весело кататься с горки на ватрушке, на самом деле это очень опасно. Риск вылететь с ее поверхности во время движения возрастает в разы. Важно глубоко сажать ребёнка в надувной транспорт, не допуская касания ножек поверхности склона.
3. Безопасность при спуске. Во время движения следует крепко держаться за специальные крепления по бокам туба, не прыгать на нем. Съезжать нужно только сидя, важно правильно подобрать ватрушку по своему весу.

4. Тюбинг – самостоятельный транспорт. Нельзя связывать несколько моделей между собой, привязывать туб к автомобилю или снегокату. Для коллективных спусков лучше приобрести многоместную ватрушку.
5. Правильный уход. Важно своевременно очищать поверхность тюбинга от песка и других загрязнений. После возвращения домой камеру ватрушки нужно обязательно немного приспустить, чтобы воздух при расширении в теплом помещении ее не разорвал.
6. Секреты хранения летом. Чтобы тюбинг дольше сохранял свои свойства, его оболочку следует хранить в полиэтиленовом пакете. Для этого внутреннюю камеру следует сдуть и вынуть, а чехол аккуратно сложить на лето.

Ватрушки развивают большую скорость и мягко преодолевают препятствия, но управлять ими немного проблематично. Важно правильно выбрать подходящую трассу для спуска и помнить правила безопасности во время движения с горки.