

КАК ХОРОШО ЗИМОЙ ЛЕТЕТЬ С ГОРКИ, ДА НА САНКАХ, ДА С ВЕТЕРКОМ! ЛЮБИМАЯ ЗАБАВА ДЕТСТВА. СЕЙЧАС НА СМЕНУ САНКАМ ПРИШЛИ ТЮБИНГИ, ИМЕНУЕМЫЕ В ПРОСТОНАРОДЬЕ «ВАТРУШКИ». ХОТЬ НАЗВАНИЕ У НИХ И ВКУСНОЕ, БЕЗОПАСНЕЕ ОТ ЭТОГО ОНИ НЕ СТАНОВЯТСЯ. СЕГОДНЯ НАША ПАМЯТКА ПОСВЯЩЕНА ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ КАТАНИИ НА ТЮБАХ.

ВНИМАНИЕ! КАТАНИЕ НА ТЮБИНГЕ ЭТО ОДИН ИЗ САМЫХ ТРАВМООПАСНЫХ ВИДОВ ОТДЫХА!!!

- 1. ТЮБИНГИ 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 ТЮБИНГА, ЧЕЛОВЕК В НЕМ СИДЯЩИЙ ПЕРЕСТАНЕТ ОРИЕНТИРОВАТЬСЯ В ПРОСТРАНСТВЕ.**
- 2. ТЮБИНГИ АБСОЛЮТНО НЕУПРАВЛЯЕМЫЕ И НЕ ОБОРУДОВАНЫ ТОРМОЗНЫМ УСТРОЙСТВОМ!!! ЛЕТАЩИЙ НА ВЫСОКОЙ СКОРОСТИ, БЕЗ ВОЗМОЖНОСТИ ЗАТОРМОЗИТЬ ВЗРОСЛЫЙ ЧЕЛОВЕК ПОДОБЕН АВТОМОБИЛЮ, С ОТКАЗАВШИМИ ТОРМОЗАМИ!!!!**
- 3. НА ТЮБИНГАХ 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 САДИТСЯ НА ТЮБИНГ ВДВОЁМ И БОЛЕЕ, ИЗ НЕГО МОЖНО ВЫЛЕТЕТЬ.**





ОСТОРОЖНО! ТЮБИНГ

ТЮБИНГ пользуется огромной популярностью как у детей, так и у взрослых. Мягкие, круглые санки кажутся абсолютно безобидными, но на самом деле ТЮБИНГ – самый опасный и непредсказуемый вид зимнего отдыха.

При спуске с горы на надувных санках (тюбах, сноутюбах) риск получить тяжёлую травму значительно выше, чем при катании на обычных санках. Это связано с тем, что надувные санки могут развивать очень большую скорость за счёт специального покрытия. Кроме этого у них нет тормозов и они лёгкие и практически неуправляемы, а во время спуска могут вращаться вокруг своей оси.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ



Катайтесь на специально оборудованных трассах для тюбинга. Если их нет, то угол спуска с горы должен быть не более 20°, и на пути не должно быть кустов, деревьев, ям, бугров. Внизу должно быть достаточно места для торможения, и не должно быть водоёмов, дорог, лыжных трасс. Большую опасность представляют трамплины, даже самые маленькие — из-за небольшого веса надувные санки в полете легко переворачиваются.



Не перегружайте тюбы. Прочитайте инструкцию, где указан максимально допустимый вес. Выбирайте надувные санки по размеру. Расстояние от ног до земли должно быть около 10 см.



Катайтесь только по одному. Не сажайте с собой детей, так как невозможно одной рукой управлять, а другой держать ребёнка. Причём у ребёнка риск вылететь выше, чем у взрослого.



Перед катанием проверьте состояние тюба. Между камерой и чехлом не должно быть мусора, льда и других посторонних предметов. Камера должна быть хорошо накачена и не деформирована. Проверьте швы и места крепления ручек к чехлу на прочность.



Не привязывайте надувные санки к автомобилю или снегоходу, не соединяйте их друг с другом «паровозиком».



Во время спуска держитесь за ручки и не пытайтесь тормозить ногами или руками. Катайтесь только сидя!



Не катайтесь в состоянии алкогольного опьянения. Даже при лёгкой степени опьянения очень сложно оценить степень риска. Горка кажется невысокой, скорость небольшой, а люди на склоне и внизу очень далеко.



Перед спуском убедитесь, что трасса абсолютно свободна. Минимальная дистанция между надувными санками – 50 метров. По окончании спуска следует сразу же уйти из зоны катания, а при падении как можно быстрее освободить спуск. Не поднимайтесь обратно по склону, где катаются люди, или близко к нему.



Не отпускайте кататься одних детей дошкольного возраста, а школьников научите правилам безопасного поведения. Используйте средства защиты – шлемы, наколенники, налокотники. Показывайте детям, как правильно кататься.



Безопасное катание на горках

! Важно знать!

Катания на ледянках и тюбингах входят в число самых травмоопасных видов развлечений, т.к. контролировать скорость и направление движения на спуске невозможно. Поэтому **важно знать и соблюдать правила** катания на санках, тюбингах, надувных ватрушках и проч.



Кататься лучше на склоне, не превышающем 20 градусов

Спускаться следует только с покатых горок, без трамплинов, вдали от дорог, столбов, деревьев и иных искусственных или естественных препятствий.

Перед тем, как выйти на горку, рекомендуется использовать надёжное защитное снаряжение: наколенники, налокотники, шлем.

Обувь должна быть прочной и без высокого каблука.

Садиться на санки, тюбинги или ледянки нужно как на стул, откидываясь назад и согнув ноги в коленях. Нельзя прыгать на снаряды с разбегу, лежать и стоять на них, а также кататься друг за другом или друг на друге



Родители!

С маленькими детьми не стоит идти на переполненную людьми горку. Если горка вызывает у вас опасения, сначала прокатитесь с неё сами, без ребёнка – испытайте спуск. **Обязательно следите за ребёнком во время катания.** Лучше всего, если кто-то из взрослых следит за спуском сверху, а кто-то снизу.

Расскажите ребёнку, что на горках нужно вести себя аккуратно и дисциплинированно, соблюдать очередь при спуске.

Научите малыша правильно падать: во время падения нужно стараться повернуться на бок, согнув и поджав колени.

Катание на несанкционированных горках запрещено!