**Правила безопасности**

**при катании с горок**



Катание с горок — всеми любимое зимнее развлечение. Скорость, свист свежего ветра, буря переполняющих эмоций! Для того, чтобы отдых был не только приятным, но и безопасным, стоит задуматься о соблюдении важных требований.

**Дети должны находиться под присмотром родителей (сопровождающих взрослых)!**

**Правила поведения на зимней горке**

* Подниматься на снежную или ледяную горку следует только в месте подъёма, оборудованном ступенями! Запрещается подниматься на горку там, где навстречу скатываются другие!
* Не съезжать, пока не отошёл в сторону предыдущий спускающийся!
* Не задерживаться внизу, когда съехал, а поскорее отползать или откатываться в сторону!
* Не перебегать ледяную дорожку!
* Во избежание травматизма нельзя кататься, стоя на ногах и на корточках!
* Стараться не съезжать спиной или головой вперёд (на животе), а всегда смотреть вперёд, как при спуске, так и при подъёме!
* Если мимо горки идет прохожий, подождать, пока он пройдет, и только тогда совершать спуск!
* Если уйти от столкновения (на пути дерево, человек т.д.) нельзя, то надо постараться завалиться на бок на снег или откатиться в сторону от ледяной поверхности!
* Избегать катания с горок с неровным ледовым покрытием!
* При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом в службу экстренного вызова (112)!
* При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии, немедленно прекратить катание!

**Внимательно относитесь к выбору горки**

**и средств для катания!**

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: от крутой ледяной до пологой, покрытой свежим снегом.

**Ледянка пластмассовая** – самое простое и дешёвое приспособление для катания с горок зимой. Предназначены они для одиночного катания по ледяным и накатанным снежным склонам. Ледянка в форме тарелки становится неуправляемой, если сесть в неё с ногами.

**Ледянка – корыто**очень неустойчива, при малейшей неровности норовит завалиться на бок. Подлетев на трамплине, можно приземлиться вниз головой. Ледянки не рассчитаны на препятствия, и любой резкий подскок на горке чреват неприятными последствиями для здоровья.

**Обычные** («советские») **санки** отлично подходят для любых снежных склонов. Можно рулить и тормозить ногами, завалиться на бок, чтобы избежать опасного столкновения.

**Снегокат** рассчитан на одного – двух малышей возрастом от 5 до 10 лет. Со снегоката трудно слезть на большой скорости, а скорость это транспортное средство развивает немалую на любом склоне. Тормоза расположены спереди, что повышает риск перевернуться через голову при попытке резко затормозить. Если взрослый едет с высокой горы вместе с ребёнком, посадив малыша спереди, рулить, тормозить и эвакуироваться в случае опасности им будет очень трудно.

**«Ватрушки»**. В последнее время надувные санки всё чаще встречаются на наших горках. Наиболее распространены надувные круги - «санки-ватрушки». «Ватрушка» лёгкая и отлично едет даже по свежему снегу по совсем ненакатанной горке. Лучше всего кататься на «ватрушках» с пологих снежных склонов без препятствий в виде деревьев, других людей и т. п. Как только скорость движения возрастает, «ватрушка» становится довольно опасной. Разгоняются «ватрушки» молниеносно, и скорость развивают выше, чем санки или снегокат на аналогичном склоне, а соскочить с нее на скорости невозможно.

На «ватрушках» нельзя кататься с горок с трамплинами: при приземлении «ватрушка» сильно пружинит. Даже если не слетишь, можно получить сильные травмы спины и шейного отдела позвоночника. Хороший вариант «ватрушки» - маленькая надувная ледянка (примерно 50 см в поперечнике).

**При организации катания детей с ледяных и снежных горок помните: горка – место повышенной опасности,**

**а не просто очередное развлечение на зимней прогулке!**

# Источник: https://62.mchs.gov.ru/deyatelnost/poleznaya-informaciya/rekomendacii-naseleniyu/bezopasnost-v-novogodnie-prazdniki/pravila-bezopasnosti-pri-katanii-s-gorok