

## Эх, прокачусь!

За что мы любим зиму? Прежде всего, за забавы и игры в окружении сверкающего под солнцем снега. Волшебные зимние месяцы дарят детям ни с чем несравнимую радость развлечений на свежем морозном воздухе. Зима предлагает любителям активного отдыха множество неповторимых, захватывающих развлечений. Однако, ни для кого не секрет, что самым любимым и самым доступным остается катание с гор на санках. Но насколько безопасно такое катание?

На первый взгляд это, безобидное, активное занятие может стать причиной травм, поэтому необходимо усвоить некоторые правила безопасного катания на санках.

В первую очередь, стоит с вниманием отнестись к выбору горки, на которой будет кататься ребенок: она не должна заканчиваться автомобильной дорогой, забором или водоемом.

Выбирайте плавный склон, который выходит на площадку без деревьев, камней и прочих препятствий.

Одевать малыша лучше всего в «дутые» синтепоновые куртки и штаны, поскольку эта легкая одежда не позволит ребенку сильно вспотеть, а при падении сможет максимально смягчить удар.

Обувь для катания на санках выбирайте удобную и прочную, со специальной прорезиненной подошвой. Руки ребенка должны защищать толстые перчатки, а голову – шапка.

И, конечно, для того, чтобы зимнее занятие приносило только радость и удовольствие, необходимо обязательно соблюдать правила безопасного катания на санках:

- не позволяйте маленькому ребенку (до 5 лет) самостоятельно съезжать на санках. При катании на санках ребенок должен крепко держаться руками;

- детские санки должны быть оборудованы спинкой и ремнями безопасности;

- постелите что-нибудь мягкое на посадочное место и спинку, при этом рекомендуется как можно чаще менять положение ребенка в сиденье, чтобы он не простудился;

- если в ваших санках предусмотрена съемная ручка-толкатель, при катании с горки ее лучше снять;

- если вы намерены катать ребенка на санках с использованием буксировочного троса, постарайтесь делать это аккуратно, без резких рывков и поворотов, чтобы сани не перевернулись;

- дети в возрасте от 5 лет уже могут кататься на санках самостоятельно, при этом обязательно необходимо соблюдать дистанцию между своими и едущими впереди санями;

- нельзя связывать несколько санок между собой;

- запрещается съезжать на санках, стоя на ногах или коленях, лежа на животe, а также сидя против движения;

- нельзя долго находиться на проезжей части склона, а также подниматься по ней. После съезда нужно встать с санок, оглянуться назад и отойти в сторону;

- если столкновение саней неизбежно, лучше выпрыгнуть из них и правильно упасть. При этом падать лучше на бок, перекатившись на спину, прижав подбородок к груди, чтобы сберечь голову.

На сегодняшний день ребята давно придумали множество альтернатив классическим санкам. В ход идут фанерки, картонные коробки, пластмассовые доски и все популярнее становятся надувные санки-ватрушки, или как их еще называют, тубинг. Но вопрос? Насколько они безопаснее?

Конструкция надувных санок достаточно простая. Внутри специальной оболочки вставлена автомобильная камера. Оболочка имеет прекрасное скольжение, не впитывает влагу, очень прочная. Камера внутри санок ватрушек амортизирует неровности склона и делает спуск более комфортным. Обладая большим количеством преимуществ по сравнению с другими приспособлениями для катания с гор, надувные санки, бесспорно, завоевали сердца детей и взрослых.

Однако, приобретая тубинг себе или ребенку, важно помнить, что "ватрушка" – устройство коварное. Используя ее, нужно не забывать о том, что она может развивать скорость до 40 километров в час и неожиданно закручиваться вокруг своей оси. При этом несется она без тормозов и управлению не поддается.

Такое катание безопасным не назовешь. Особенно если на пути есть неровности и деревья. На таком приспособлении объехать стоящее на пути дерево, не удастся. Стоит отметить, что и на обычной доске это не просто. Поэтому стоит выбирать склоны без препятствий, и чтобы впереди вас не ждала «опасность» в виде проезжей части, пешеходной дорожки, речки и т.д.

Кататься на надувных санках рекомендуется на склонах с уклоном не больше 20 градусов. Внизу склона должно быть достаточно места для торможения. Также не следует кататься на тубингах по склонам, поросшим деревьями.

Перед началом спуска убедитесь, что перед вами нет никого из катающихся, особенно детей.

Кататься на «ватрушках» следует сидя. Не пытайтесь прыгать на ней как на батуте.

Соблюдение этих простых правил сделает Ваш отдых безопасным и запоминающимся! И помните, не оставляйте детей без присмотра!

*Информирует Гомельский городской отдел по ЧС*