

## **Памятка для родителей по обеспечению безопасности детей при катании с горок**

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

1. Не съезжай с горки, пока не отошёл в сторону предыдущий спускающийся.
2. Не задерживайся внизу, когда съехал, а поскорее покинь трассу.
3. Не перебегай 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. Поднимайся на снежную или ледяную горку только в месте подъёма, запрещается подниматься на горку там, где навстречу скатываются другие.
5. Во избежание травматизма, нельзя кататься стоя на ногах и на корточках.
6. Страйся не съезжать спиной или головой вперёд (на животе), а всегда смотри вперёд, как при спуске, так и при подъёме.
7. Спуск не должен выходить на проезжую часть.
8. Если мимо горки идет прохожий, подожди, пока он пройдёт, и только тогда соверши спуск.
9. Кататься только на специально подготовленных трассах со снежной поверхностью.
10. Склон для катания должен быть с уклоном не больше 20 градусов. Внизу склона должно быть достаточно места для торможения. Не следует кататься по склонам, поросшим деревьями.
11. Нельзя кататься с горок с трамплинами — при приземлении ватрушка сильно пружинит.
12. Не привязывайте надувные санки к транспортным средствам: снегокатам, квадроциклам, автомобилям и т.д.
13. Не спускайтесь «паровозиком», не связывайте тюбинги друг с другом. Если один из тюбингов перевернётся, остальные поступят точно таким же образом. В такой «куче» вам вряд ли удастся избежать травм.
14. Опасно кататься на тюбинге вдвоём, вместе с детьми. Детям лучше кататься отдельно на тюбинге, подходящем по размеру. В противном случае придется держать одной рукой ребенка, а другой — тюбинг. При внештатной ситуации вы оба рискуете вылететь. Ребёнок в данном случае рискует сильнее, т.к. плотная посадка у него отсутствует.

### **Уважаемые родители! Не оставляйте детей без присмотра!**

Соблюдайте несложные правила катания с горок, и вы обезопасите себя и окружающих от возможных травм и повреждений. Пусть зимние забавы приносят только удовольствие и заряжают позитивным настроением.