

Зимняя безопасность

Консультация для родителей

Безопасность при катании на санках

- ✚ Прежде чем ребенок сядет на санки, проверьте, нет ли в них неисправностей. Если санки оснащены ремнями безопасности, то обязательно пристегните ребенка.
- ✚ Если при катании ребенка на санках необходимо перейти дорогу, его необходимо высадить из санок. Не катайтесь с ребенком вместе на одних санках.
- ✚ Расскажите ребенку, что на горках нужно вести себя аккуратно и дисциплинированно, соблюдать очередь при спуске.
- ✚ Убедитесь в безопасности горки сами, перед катанием внимательно изучите местность. Проследите за тем, чтобы горку не перекрывали деревья, кусты, столбы уличного освещения или заборы.
- ✚ Запретите ребенку кататься с горок, которые расположены рядом с дорогой, водоёмом.

Несколько правил катания на тубе

Правильная посадка

Садимся исключительно задней точкой, чтобы спина была на одном борту, а ноги на другом

Голова не должна быть запрокинута назад


На живот ложиться ни в коем случае нельзя

Руки должны обязательно дотягиваться до ручек ватрушки

Ноги должны быть на весу, а не болтаться, цепляясь за землю



Требования к горке

Трасса должна быть просматриваемой, без преград, обрывов и резких поворотов



Кататься лучше на склоне, не превышающем 20 градусов


Кататься желательно по одному (если с ребенком, одной рукой крепко прижимать его к себе)

Тюбинг стремительно завоевывает популярность в нашей стране. Легкие, удобные, яркие надувные санки стали настоящим хитом продаж этой зимы среди любителей активного отдыха.

- ✚ Используйте тюбинги, подходящие по размеру.
- ✚ Катайтесь на специально оборудованных трассах.
- ✚ Выбирайте качественные тюбинги.

Как выбрать сноутюб?

Таблица размеров

Рост: до 100см



Ø85см



Рост: до 140см



Ø95см



Рост: до 175см



Ø110см



Рост: до 200см



Ø125см



Чего нельзя делать, катаясь на тубинге



Кататься на тубингах вместе с владельцами железных санок.



Съезжать с горки «паровозиком», сцепив несколько тубингов.



Садиться компанией на тубинг, рассчитанный на одного.



Съезжать с обледенелых склонов или трамплинов.



Отпускать ручки во время спуска.



Кататься стоя или лёжа на животе.



Тормозить ногами при спуске.