

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

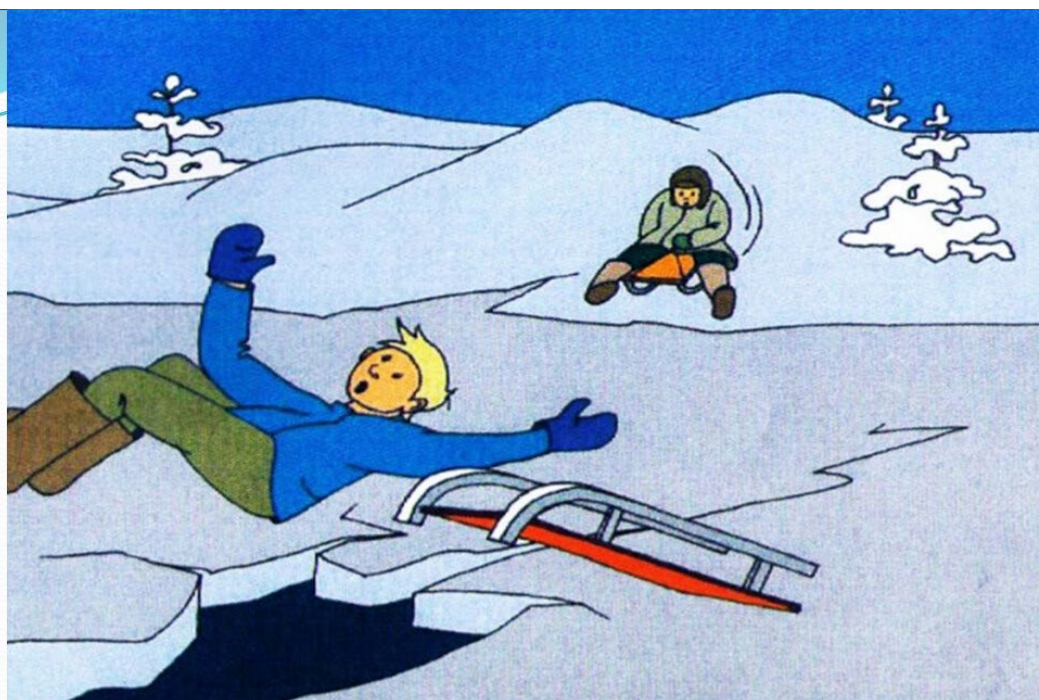
Трасса должна быть просматриваемой, без преград, обрывов и резких поворотов



Кататься лучше на склоне, не превышающем 20 градусов



Кататься надо по одному



Никогда не скатывайтесь на санках с горки на лед

Санки - рассчитаны на одного-двух малышей возрастом от 4 до 10 лет. Обычные санки подходят для снежных склонов. Можно рулить и тормозить ногами. Чтобы избежать опасного столкновения лучше всего завалиться на бок. Для катания с горок предпочтительнее санки. Несмотря на всю их жесткость, есть возможность контролировать направление движения.



Позволяют принять анатомически правильную позу, по сравнению с другими средствами для катания, что снижает вероятность травм.

Возможная опасность:

- следить за тем, чтобы ребенок не запутался ногой в полозьях во время движения или слезая с санок.

Снежокат - рассчитан на одного-двух малышей в возрасте от 5 до 10 лет.

Возможная опасность:

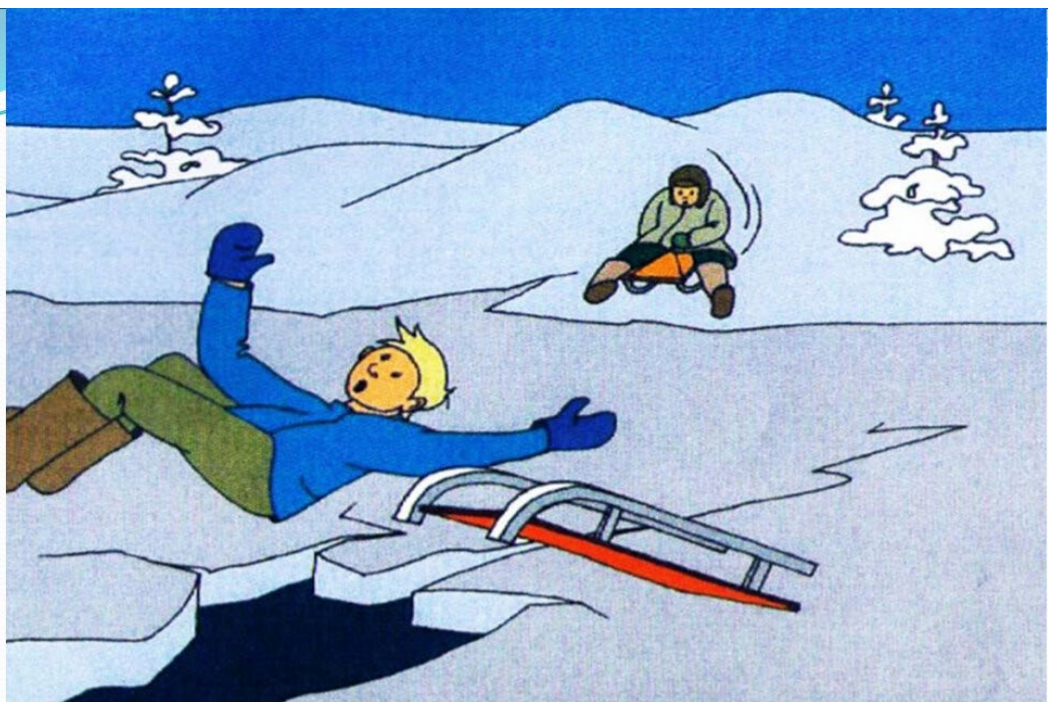
- снежокаты могут цепляться передним полозом за препятствия (корень дерева, бугорок снега) и переворачиваться;
- со снежоката трудно слезть на большой скорости, а скорость он развивает немалую на любом склоне и быстро разгоняется;
- тормоза расположены спереди, что превышает риск перевернуться через голову при попытке тормозить;
- если взрослый едет с высокой горы вместе с ребенком, посадив малыша спереди, рулить, тормозить и эвакуироваться, в случае опасности, им будет очень трудно.





Безопасное катание на горках

- 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.
- Катайте ребенка с маленьких пологих горок.
- Запретите ему кататься с горки стоя.
- Запретите ребенку кататься с горок, которые расположены рядом с дорогой, водоемом.
- Научите малыша правильно падать: во время падения нужно стараться перевернуться на бок, согнув и поджав колени.



Никогда не скатывайтесь на санках с горки на лед