

detkityumen.ru

Правила обеспечения безопасности при катании с горок

Внимательно относитесь к выбору горки и средств для катания. Горка – место повышенной опасности!

Ни в коем случае не используйте в качестве горок железнодорожные насыпи и горки вблизи проезжей части дорог!

Чтобы избежать несчастного случая на горке, ознакомьтесь с несколькими правилами.

- 1. Выбор места для катания.** При выборе места для катания с горы важно выбрать безопасную зону. Безопасность горки обеспечивается ее наклоном, удаленностью от дороги, достаточным местом для остановки, безопасной зоной подъема на горку, отсутствием на пути деревьев, заборов, игровых площадок, других препятствий, отсутствием поблизости не полностью замерзших водоемов.
- 2. Дети под присмотром.** Дети должны постоянно находиться под присмотром взрослых, но важно уделять дополнительное внимание, когда они занимаются потенциально опасной деятельностью, такой как катание с горок. Взрослые должны следить за тем, чтобы все участники безопасно катались на горках, и не допускать излишне рискованного поведения.
- 3. Используемое оборудование.** Убедитесь, что все оборудование, используемое для катания на горках, безопасно и в хорошем рабочем состоянии. Кроме того, не следует использовать для катания с горы не предназначенные для этого предметы (крышки мусорных баков, подносы, брезент и др.). Снегокаты с рулевым управлением являются самым безопасным выбором среди санок.
- 4. Использование защиты.** Рекомендуется использовать шлемы, в том числе для катания на санках, особенно детям младше 12 лет. Санки могут развивать скорость более 20-25 км/ч, и если катающийся падает или врезается куда-то, последствия могут быть значительными и даже смертельными.
- 5. Положение при катании.** Всегда катайтесь с горки в положении «лицом вперед». Лежа на животе человек более склонен к травмам головы, а также такое положение не позволяет контролировать свое движение.
- 6. Время катания.** Катание с горы при плохом освещении увеличивает вероятность столкновения с невидимым препятствием. Катание в дневное время - это простой способ предотвратить травмы.
- 7. Одежда для катания.** Многие травмы, возникающие во время катания с горки, являются результатом воздействия холода. Одевайтесь тепло, прежде чем отправиться на склоны. Избегайте шарфов, незакрепленных аксессуаров или другой одежды, которая может попасть под движущиеся санки/лыжи и создать опасность.

Правила поведения на оживлённой горе

1. Подниматься на снежную или ледяную горку следует только в месте подъема, оборудованном ступенями, запрещается подниматься на горку там, где навстречу скатываются другие.
2. Не съезжать, пока не отошёл в сторону предыдущий спускающийся.
3. Не задерживаться внизу, когда съехал, а поскорее отползть или откатываться в сторону.
4. Не перебегать ледяную дорожку.
5. Во избежание травматизма нельзя кататься, стоя на ногах и на корточках.
6. Стараться не съезжать спиной или головой вперёд (на животе), а всегда смотреть вперёд, как при спуске, так и при подъёме.
7. Если мимо горки

идет прохожий, подождать, пока он пройдет, и только тогда совершать спуск.</p><p> 8. 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.</p><p> 9. Избегать катания с горок с неровным ледовым покрытием.</p><p> 10. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом в службу экстренного вызова.</p><p> 11. При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии, немедленно прекратить катание.</p>

по данным комитета организации планирования и проведения мероприятий ГО и ЧС</p><p> департамента безопасности жизнедеятельности</p><p> Администрации города Тюмени

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/category135/category150/4811/