

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО БЕЗОПАСНОМУ КАТАНИЮ НА ТЮБИНГЕ (ВАТРУШКЕ)



Фото использовано в качестве иллюстрации.
Открытый источник Яндекс – Картинки.

С наступлением зимы в последние годы большую популярность приобрели зимние забавы, катание на тюбингах (надувные санки, ватрушки). Катание на них – это отдых, который одинаково подходит взрослым и детям. Но, к сожалению, катание на тюбинге – это один из самых травмоопасных видов отдыха. В отличие от обычных санок «ватрушки» способны развивать большую скорость и даже закручиваться вокруг своей оси во время спуска. При этом они абсолютно неуправляемы и не оборудованы тормозным устройством.

Однако в преддверии зимних каникул не стоит забывать о важных правилах безопасности при катании на надувных санках!

1. Не следует перегружать тюбинг. В характеристиках каждой модели указан максимально допустимый для нее вес.
2. Кататься на санках-ватрушках следует сидя. Не пытайтесь кататься на тюбинге стоя или прыгая, как на батуте.
3. Нельзя кататься на тюбинге вдвоем с ребенком: невозможно контролировать ситуацию, когда одной рукой приходится держать ребенка, а другой тюбинг. Небезопасно отпускать ручки во время спуска. А также запрещается тормозить ногами при спуске («плюшка» может сбросить седока).
4. Прежде чем начать спуск по неподготовленной трассе, осмотрите ее на предмет наличия ям, бугров, торчащих кустов, камней. Последние могут серьезно повредить ватрушку проколов или разрезав ее. Также не стоит кататься на надувных санках по песку или щебню.
5. Никогда не привязывайте надувные санки к транспортным средствам.
6. Кататься на тюбингах вместе с владельцем железных санок.
7. Запрещается съезжать с горки «паровозиком», сцепив несколько тюбингов.

Помните, что горки, склоны для катания – это место повышенной опасности, а не просто очередное развлечение на зимней прогулке наряду со строительством снеговиков и кормёжкой птиц! С маленькими детьми не стоит идти на переполненную людьми горку с крутыми склонами и трамплинами. Если горка вызывает у вас опасения, сначала прокатитесь с неё сами, без ребёнка — испытайте спуск. Если ребёнок уже катается на разновозрастной «оживлённой» горке, обязательно следите за ним.

Соблюдая эти несложные правила вы обезопасите себя и окружающих от возможных травм и повреждений.

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)

Алексей СТЕФАНОВ