



## *Помни! Зимние забавы бывают опасны.*

Зима — пора для зимних забав и игр в снегу. Любимым развлечением и детей, и взрослых остаются катание с горок.

Высокая скорость и свежий ветер буквально вызывают бурные эмоции, оставляя самые яркие воспоминания о зимнем отдыхе. Стоит задуматься над тем, чтобы сделать его максимально безопасным как для детей, так и для их родителей.

**Снегокат** — это одно из самых популярных зимних развлечений для детей и взрослых, которое позволяет насладиться скоростью и адреналином спуска с горы. Однако, чтобы катание на снегокате было безопасным и комфортным, необходимо знать и соблюдать определенные правила. В этой статье мы расскажем о правилах безопасности и основах управления снегокатом.

### **Правила безопасности на снегокате**

1. Выбор подходящего места для катания: перед началом катания необходимо выбрать подходящее место, где нет препятствий, ям и других опасностей.
2. Использование защитного снаряжения: для защиты от травм необходимо использовать шлем, наколенники и налокотники.
3. Соблюдение дистанции: во время катания необходимо соблюдать дистанцию между снегокатами и другими участниками движения.
4. Правильное положение тела: при катании на снегокате нужно сидеть ровно, ноги должны быть на подножках, а руки — на руле.



### Как управлять снегокатом

Управление снегокатом не требует особых навыков или опыта, однако необходимо знать несколько основных правил и рекомендаций.

Во-первых, перед началом движения убедитесь, что вы правильно сидите на снегокате — ноги на подножках, руки на руле, спина прямая.

Во-вторых, перед тем как начать движение, проверьте тормоза и рулевое управление, чтобы избежать неприятных сюрпризов на ходу.

При движении старайтесь сохранять равновесие и не делать резких движений рулем. Повороты следует выполнять плавно, без резких рывков. Торможение осуществляется нажатием на тормозную педаль или рычаг.

Соблюдая эти простые правила, вы сможете получить максимум удовольствия от катания на снегокате без риска для своего здоровья и безопасности.



**С малышом младше 3 лет не стоит идти на оживлённую горку, с которой катаются дети 7-10 лет и старше.**

**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. **Лучше всего, если кто-то из взрослых следит за спуском сверху, а кто-то снизу помогает детям быстро освобождать путь.**

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

### **Правила поведения на оживлённой горе:**

1. Подниматься на снежную или ледяную горку следует только в месте подъёма, 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 отползать или откатываться в сторону.
4. Не перебегать ледяную дорожку.
5. Во избежание травматизма нельзя кататься стоя на ногах и на корточках.
6. Стارаться 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.
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.
9. Избегать катания с горок с неровным ледовым покрытием.
10. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом в службу экстренного вызова **112**.
11. При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии, немедленно прекратить катание.

Различных средств для катания с горок сейчас выпускается огромное количество, так что можно найти подходящее для того, чтобы получить удовольствие от катания с любой горки: от крутой ледяной до пологой, покрытой свежим снегом.

## **ВНИМАТЕЛЬНО ОТНОСИТЕСЬ К ВЫБОРУ ГОРКИ И СРЕДСТВ ДЛЯ КАТАНИЯ.**

**Горка — место повышенной опасности, а не просто очередное развлечение на зимней прогулке наряду со строительством снеговиков и кормёжкой птиц!**

Автор: Михалькова А.Р.

