

- Во время скольжения голова должна быть наклонена немного вперёд, а ноги не должны касаться земли. Руками нужно крепко держаться за ручки, чтобы не вылететь из тюба.
- Во время торможения нельзя использовать руки и ноги, лучше повернуть ватрушку, чтобы избежать столкновения или перевернуть её, чтобы не сломать конечности.

Правила поведения на горке

1. Не съезжать с горки, пока не отошёл в сторону предыдущий спускающийся.
2. Не задерживаться внизу, когда съехал, а скорее отползти или откатываться в сторону.
3. Не перебегать ледяную дорожку. Объясните ребёнку, что переходить горку поперёк нельзя, даже если ему кажется, что он успеет перебежать до того, как кто-то съедет. На льду легко поскользнуться и попасть под ноги съезжающим.
4. Подниматься на снежную или ледяную горку следует только в месте подъема, оборудованном ступенями, запрещается подниматься на горку там, где навстречу скатываются другие.
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 уйти от столкновения (на пути дерево, человек и т. д.) нельзя, то надо постараться завалиться на бок или откатиться в сторону от ледяной поверхности.

8. Если мимо горки идет прохожий, подождать, пока он пройдет, и только тогда совершать спуск.

**НЕ ПОДВЕРГАЙТЕ
ОПАСНОСТИ СЕБЯ И
СВОИХ БЛИЗКИХ!!!**



397903 Воронежская область
г.Лиски, ул. 40 лет Октября, д.16-а
Телефон: +7 (47391) 3-12-75
E-mail: mkdoo.detskiisad2@yandex.ru
сайт: 2liski.detkin-club.ru

МБДОУ «Детский сад №2»

«Техника безопасности при катании на «тюбингах»



Савченко М.В.

г. Лиски, 2021

Сноутюбы, они же тюбы, они же «ватрушки», они же «плюшки» представляют собой снежные санки в виде пластиковой оболочки со вставленной внутрь надувной камерой, которые нужны для катания с горок по снежной, снежно-ледяной или ледяной поверхности. Тюбинг способен развить большую скорость и в этот момент становится практически неуправляемым. Именно поэтому тюрб признан самым травмоопасным зимним развлечением, так как правила безопасности мало кто соблюдает.



Как выбрать подходящее место для катания на «тюбингах»?

- Снежный склон должен быть некрутым, без резких поворотов, его угол должен составлять максимум 20 градусов.
- На трассе должны отсутствовать деревья, кусты, столбы, выступающие камни, ямы, бугры, всё, что может повредить корпус тюбинга.

- В случае, если трасса ледяная, а не снежная, то нужно выбирать тюрбы, учитывая эту особенность – для ледяных трасс делают тюрбы с пластиковым дном, которые на снегу скользят гораздо хуже.
- Если трасса специально оборудована, то на ней должны быть бортики, чтобы «ватрушки» не вылетали за пределы зоны катания. Также на горках должен быть человек, который отвечает за безопасность спуска и за соблюдение интервалов спуска людей.
- У тюрбов есть такая особенность – у них нет системы управления и торможения, следовательно, выбирать трассу нужно, отталкиваясь и от этой особенности тоже.
- Трасса должна иметь возможность длительного торможения в конце спуска.
- Также стоит соблюдать очерёдность и дистанцию, если на трассе не один человек, а несколько.

Что запрещено во время катания на «тюбинге»

- производить спуск с трамплинов, обледенелых или бесснежных участков склона;

- кататься стоя, лёжа, стараться выпрыгнуть из тюрба во время движения;
- разбегаться перед спуском;
- привязывать «ватрушки» к автомобилям, снегоходам и другим транспортным средствам;
- если тюрб одноместный, то использовать его должен один человек, а не несколько, так как это приведёт к перегрузу, что может быть чревато;
- связывать между собой несколько тюрбов.

Техника безопасности при катании на тюбингах

- Главное – держаться за ручки тюрба. Надувные «ватрушки» диаметром меньше 115 см должны иметь две ручки, на остальных от четырёх до шести. Это нужно для того, чтобы удобнее за них держаться в зависимости от выбранной позы.
- Выбирать тюрб нужно под конкретного человека, его параметры и габариты. Слишком большие или слишком маленькие тюрбы с неудобным сиденьем способны увеличить риск получения травмы.
- Чтобы катание было безопасным, необходимо удобно устроиться на сиденье, оно должно быть широким и подходить конкретному человеку.