Во исполнение поручения Совета Министров Республики Беларусь от 10 января 2019 года №33/353р, касающегося обеспечения безопасности граждан в местах активного отдыха при использовании тюбингов, саней, лыж и иных аналогичных устройств Министерством лесного хозяйства Республики Беларусь поручено лесохозяйственным учреждениям (лесхозам) провести обследование лесного фонда, закрепленного за лесхозами, на предмет выявления мест, необорудованных для катания на тюбингах, санях, лыжах и т.д.

 ***Кататься на ватрушках (тюбингах, санях) можно только на специально подготовленных трассах.  В случае выявления необорудованных для активного отдыха мест на территории лесного фонда, работники лесной охраны обязаны проинформировать местные исполнительные органы с последующим принятием незамедлительных мер по использованию данных объектов.***

 Однако сложно представить зиму без активного катания, а само катание – без саней. Чтобы отдых был не только приятным, но и безопасным, стоит внимательно относиться к выбору горки и средствам для катания, которых сейчас выпускается огромное количество – санки, ледянки пластмассовые, ледянки-корыто, снегокаты, надувные санки (у нас их называют по-разному: ватрушки, тюбинги, тобогганы).

 **Родители!**

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

 **Родители!**

 Научите детей нескольким важным правилам поведения на горке и сами строго соблюдайте требования безопасности:

 1. Не съезжать с горки, пока не отошёл в сторону предыдущий спускающийся.

 2. Не задерживаться внизу, когда съехал, а поскорее отползать 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.

**КАТАНИЕ НА ТЮБИНГЕ**

****

****

 **Катание на тюбинге это один и из самых ТРАВМООПАСНЫХ видов отдыха!!!**

 **Возможная опасность:**

 1. Тюбинги способны **РАЗВИВАТЬ БОЛЬШУЮ СКОРОСТЬ и ЗАКРУЧИВАТЬСЯ ВОКРУГ СВОЕЙ ОСИ ВО ВРЕМЯ СПУСКА!!!**

Как только скорость движения возрастает, ватрушка становится довольно опасной: разгоняются ватрушки молниеносно, и скорость развивают выше, чем санки или снегокат на аналогичном склоне, а спрыгнуть с ватрушки на скорости невозможно. При закручивании тюбинга, человек в нем сидящий перестанет ориентироваться в пространстве.

 2. Тюбинги **АБСОЛЮТНО НЕУПРАВЛЯЕМЫЕ и НЕ ОБОРУДОВАНЫ ТОРМОЗНЫМ УСТРОЙСТВОМ!!! ЛЕТЯЩИЙ НА ВЫСОКОЙ СКОРОСТИ, БЕЗ ВОЗМОЖНОСТИ ЗАТОРМОЗИТЬ ВЗРОСЛЫЙ ЧЕЛОВЕК ПОДОБЕН АВТОМОБИЛЮ, С ОТКАЗАВШИМИ ТОРМОЗАМИ**!!!!

 3. На тюбингах **НЕЛЬЗЯ** кататься с горок с трамплинами при приземлении ватрушка сильно пружинит, можно получить сильные травмы спины и шейного отдела позвоночника.

 4. **НЕЛЬЗЯ ПРИКРЕПЛЯТЬ ТЮБИНГИ ДРУГ К ДРУГУ ВЕРЁВКОЙ**, они могут перевернуться, **В ВЕРЁВКЕ МОЖЕТ ЗАСТРЯТЬ КАКАЯ-ЛИБО ЧАСТЬ ТЕЛА.**

 5. **ОПАСНО САДИТЬСЯ НА ТЮБИНГ ВДВОЁМ И БОЛЕЕ,** из него можно вылететь.

 **Правила безопасности при катании на тюбинге**

 1. Кататься только на специально подготовленных трассах со снежной поверхностью.

 2. Склон для катания должен быть с уклоном не больше 20 градусов. Внизу склона должно быть достаточно места для торможения. **Не следует кататься на тюбингах по склонам, поросшим деревьями.**

 3. Нельзя кататься с горок с трамплинами при приземлении она сильно пружинит.

 4. Прежде чем начать спуск по неподготовленной трассе, осмотрите, нет ли там ее на ям, бугров, торчащих кустов, камней, ограждений, и всего того, что может представлять опасность для жизни и здоровья.

 5. **СТРОГО СОБЛЮДАТЬ ДИСТАНЦИЮ** между спусками по склону**. НАЧИНАТЬ ДВИЖЕНИЕ НА ТЮБИНГЕ СВЕРХУ РАЗРЕШАЕТСЯ ТОЛЬКО ТОГДА, КОГДА ПРЕДЫДУЩИЙ ПОСЕТИТЕЛЬ НА ТЮБИНГЕ ЗАКОНЧИЛ СПУСК!!!**

 6. Кататься на санках-ватрушках следует сидя. Не пытайтесь кататься на тюбинге стоя или прыгая, как на батуте.

 7. Нельзя кататься на тюбинге вдвоем с ребенком: невозможно контролировать ситуацию, когда одной рукой приходится держать ребенка, а другой тюбинг.

 8. Никогда не привязывайте надувные санки к транспортным средствам.

Какие травмы чаще всего получают при катании на тюбинге?

Когда человек теряет ориентир, у него нарушается координация и возникают высокоамплитудные движения в суставах. Отсюда травмы верхних конечностей и шейные миозиты, когда происходит резкий рывок головы, кроме того, можно получить перелом позвоночника.

 Еще варианты травм — это сотрясения мозга, переломы конечностей, перелом костей таза, причем такой, что порой требует оперативного лечения. Наиболее частые травмы, которые получают на ватрушках, требуют госпитализации.

**Уважаемые родители!**

 Не оставляйте детей одних, без присмотра!

Соблюдайте несложные правила катания с горок, и вы обезопасите себя и окружающих от возможных травм и повреждений.

**НЕ ПОДВЕРГАЙТЕ ОПАСНОСТИ СЕБЯ И ДЕТЕЙ.**



