**Правила обеспечения безопасности при катании с горок.**

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

 2. Не задерживаться внизу, когда съехал, а поскорее отходить или отползать (откатываться) в сторону.

3. Не перебегать ледяную дорожку. Объясните детям, что переходить горку поперёк нельзя, даже если кажется, что успеете 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 перед собой, 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 и откатиться в сторону от ледяной поверхности.

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

 9. Катание на тюбинге (ватрушке) - это один из самых травмоопасных видов отдыха!!!

10. В отличие от обычных санок, тюбинги способны развивать большую скорость, закручиваться вокруг своей оси во время спуска, являясь при этом практически неуправляемыми. Поэтому не следует перегружать надувные ватрушки. В характеристиках каждой модели указан максимально допустимый для нее вес.

 11. Опасно садиться на санки и тюбинги по несколько человек сразу.

 12. Нельзя прикреплять санки и тюбинги друг к другу «паровозиком», они могут перевернуться.

 13. Кататься рекомендуется на склонах с уклоном не более 20 градусов. Внизу склона должно быть достаточно места для торможения.

14. Ни в коем случае не привязывайте санки и тюбинги к транспортным средствам: снегоходам, автомобилям – это крайне опасно для жизни