

Горки: техника безопасности

Выбирая горку для катания ребёнка, обратите внимание на её безопасность. Рядом с горкой не должно быть автодорог и водоёмов. Если вы ведёте кататься маленького ребёнка, то скопление на горке активных подростков — это тоже потенциальная опасность.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ОЖИВЛЕННОЙ ГОРКЕ

1. Запрещается подниматься на горку там, где навстречу скатываются другие.
2. Не съезжать, пока не отошел в сторону предыдущий спускающийся.
3. Не задерживаться внизу, когда съехал, а поскорее отползайте или откатываться в сторону.
4. Если мимо горки идет прохожий, подождать, пока он пройдет, и только тогда совершать спуск.
5. Если уйти от столкновения (на пути дерево, человек и пр.) нельзя, то надо постараться завалиться на бок на снег или откатиться в сторону от ледяной поверхности.
6. Избегать катания с горок с неровным ледовым покрытием.
7. При получении кем-то травмы немедленно оказать ему первую помощь, сообщить об этом в службу экстренного вызова «103».
8. При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии немедленно прекратить катание.

ТИПИЧНЫЕ ТРАВМЫ ПРИ КАТАНИИ С ГОРКИ

- растяжения и разрывы связок
- повреждения локтевого сустава
- повреждения лучезапястного сустава
- повреждения голеностопного сустава

Источник: по данным из открытых источников.

© Инфографика BEATA

Что нужно знать детям и родителям — **меры предосторожности на горке зимой:**

- напомним сыну или дочери, что вежливость хороша везде, и на горке тоже: пусть ребёнок уступает младшим и соблюдает очередь катания;
- следите за катанием ребёнка, особенно если он ещё небольшой и на горке много других детей;
- малышу младше 5 лет разрешайте кататься только с пологих горок;
- **обувайте ребёнка перед походом на горку в нескользящую обувь;**
- разрешайте ребёнку кататься только на средстве для катания — ледянке, ватрушке, снежокате, но не на ногах или на корточках.

Совет родителям. Если вашему малышу меньше 5 лет, не покупайте ему ледянку в форме корытца — такими средствами для катания довольно сложно управлять.