**Безопасное катание с горки**

Зимняя пора радует нас своими развлечениями - катание с горки, катание на лыжах, коньках, игры в снежки. Забавные и активные занятия на улице не должны стать причиной травм. ***Будьте осторожны сами и научите этому своих детей.*** Катание на горке - самое безопасное, казалось бы, занятие. Однако и здесь существуют подводные камни, о которых нужно знать.

**Катание с горки: безопасность ската**

По возможности сходите и сами проверьте, на какой именно горке катаются ваши дети. Горка не должна упираться в забор или проезжую часть. На протяжении всего ската из ее поверхности не должны торчать палки, арматуры или камни.

**Катание с горки: безопасность средств катания**

Обратите внимание на то, на чем катаются ваши дети с горки. Средств для этого предостаточно - ледянки, санки, снегокаты. По большому счету ни одно из перечисленных средств не является безопасным для катания с горки, потому что практически невозможно управлять их траекторией движения или скоростью. Кстати, при катании на ледянках-корытах или санках развивается огромная скорость, которая зачастую и является причиной различных травм. Самым безопасным средством являются небольшие ледянки или куски картона, на которые нужно садиться.

**Катание с горки: разумное поведение**

Научите ребенка правильному поведению на горке. Дисциплина и последовательность - залог безопасного катания.

• Перед скатыванием необходимо убедиться, что предыдущий человек уже скатился и у него будет достаточно времени отойти на безопасное расстояние.

• После того, как ребенок скатился с горки, нужно как можно быстрее встать и отойти в сторону во избежание столкновения с катящимся человеком.

**Катание с горки: правильная одежда**

Одежда должны быть непромокаемая, обязательно наличие рукавичек. Шапка должна быть достаточно толстая, она смягчает удары, которые наверняка случатся.

Катание с горки всегда возвращает взрослых в беззаботное детство, дарит ощущение полета и радости. Будьте аккуратны и зимние забавы принесут вам только хорошие впечатления.

