

Правила безопасности при катании на коньках

23.12.2014

Зима предоставляет нам массу возможностей для активного отдыха всей семьей: веселые прогулки, катания на лыжах, коньках, сноубордах, катания с горок на санках и на тюбингах-«ватрушках». Погодные условия переменчивы и не всегда позволяют столь разнообразно провести это время года. Тем не менее, количество любителей зимних видов спорта не уменьшается. Чтобы уберечь себя и окружающих от неприятностей, связанных с зимними развлечениями, необходимо соблюдать осторожность и помнить о безопасности.

Важно правильно подобрать коньки: они должны быть не слишком тесными, не слишком свободными. Коньки лучше надевать на носки. Обратите внимание на то, чтобы стельки были расправлены и не скользили. Коньки должны комфортно «сидеть» на ноге и обеспечивать хорошую поддержку голеностопному суставу. Обязательно регулярно затачивайте коньки. Лезвие должно иметь прямую заточку с ровными краями. Сверху на ботинок рекомендуется надевать плотный чехол (вполне подойдут гетры) – он будет фиксировать место шнуровки и не позволит развязавшемуся шнурку сползти вниз под лезвия (это может грозить травмами).

Очень опасно скатываться в незнакомом месте с обрывистых берегов на лыжах, санках или коньках. Даже заметив впереди себя прорубь, лунку или пролом во льду, трудно будет затормозить или отвернуть в сторону. Поэтому для катания на коньках выбирайте только обследованные места с прочным ледяным покровом. Пользоваться площадками для катания на коньках разрешается только после тщательной проверки прочности льда, толщина которого должна быть не менее 12 см., а при массовом катании - не менее 25 см.

Нередко по берегам водоемов расположены промышленные предприятия. Некоторые из них спускают в реки, озера и пруды отработанные теплые воды, которые на большом расстоянии во всех направлениях подмывают лед. Поэтому лед вблизи таких предприятий всю зиму остается тонким и непригодным для катания на коньках.

Управление по ЗАО ГУ МЧС России по г. Москве обращается к родителям с убедительной просьбой - не отпускайте детей на лед (рыбалку, катание на лыжах и коньках) без присмотра.

Адрес страницы: <http://vnukovo.mos.ru/presscenter/news/detail/1491563.html>

[Управа района Внуково](#)