

УТВЕРЖДАЮ
Начальник главного управления
спорта и туризма Минского
облисполкома

_____ Е.В.Булойчик
(подпись, дата)

Методические рекомендации
по обеспечению безопасности в местах организованного активного
зимнего отдыха

Разработчик:
Инженер по охране труда
ГУ «Минский областной центр физического
воспитания населения»

_____ Кабанчук Е.О.
(подпись, дата)

Методические рекомендации
по обеспечению безопасности в местах организованного активного
зимнего отдыха

Требования к безопасности на открытом ледовом катке.

1. Для активного отдыха на катке рекомендуется одевать теплую спортивную одежду не стесняющую движения. Убрать из карманов посторонние предметы. Снять с себя предметы, представляющие опасность для других отдыхающих.

2. Во время катания избегать резкой смены направления движения, соблюдать безопасный интервал и дистанцию по отношению к другим катающимся.

3. Дети младше 12 лет допускаются на каток только в защитных шлемах и в сопровождении взрослых, которые обязаны ни при каких условиях не оставлять своих детей на катке без присмотра. Родители обязаны перед началом катания объяснить правила поведения своему ребенку и убедиться в том, что ребенок все понял и осознал. На основании этого, взрослые могут пройти на территорию ледового поля и сопровождать ребёнка на общих основаниях.

4. Посетители катка несут личную ответственность за любой ущерб, принесённый другим посетителям, ответственность за здоровье катающихся, несчастные случаи и травмы на катке несет посетитель, законный представитель несовершеннолетнего.

5. О любом происшествии на объектах активного отдыха незамедлительно сообщать работникам, обслуживающим площадки. При несчастном случае или необходимости медицинской помощи звонить в службу приема и размещения и привлекать любого работника экстренных служб для оказания помощи.

Запрещается:

1. Выходить за пределы установленной зоны катания.
2. Использовать неисправный или поврежденный инвентарь.
3. Носить коньки лезвиями вверх или направленными в сторону отдыхающих. 4. Заниматься подвижными играми, если это мешает другим катающимся.

5. Кататься на большой скорости. Если во время катания случилась травма, необходимо обратиться к работникам катка для оказания первой доврачебной помощи или вызова бригады скорой помощи.

6. Выходить на ледовое поле в обуви.

7. Во время массового катания выполнять сложные элементы фигурного катания. Степень сложности элементов определяет работники катка.

8. Проводить индивидуальные занятия частного характера и осуществлять какую-либо тренерскую деятельность.

9. Запрещается долбить, ковырять лёд коньками или другими предметами, бить коньками, а также бросать на лёд любые предметы, выливать жидкость и сыпать какие-либо вещества, применять взрывчатые и легко воспламеняющиеся вещества (в том числе пиротехнические изделия), находиться на льду в период заливки, выходить на ледовое поле без коньков, катание на беговых коньках.

10. На ледовом поле строго запрещено на момент массовых катаний проводить тренировки спортсменов фигурного катания и хоккеистов.

11. Во время массового катания на ледовом поле играть в хоккей и другие игры, создающие помехи комфортному и безопасному отдыху посетителей катка.

12. За опасные ситуации, связанные с нарушением здоровья посетителей (травмы, ушибы и др.), ответственность несет лицо, по чьей вине произошло происшествие.

13. Работники катка вправе отказать клиенту в обслуживании без объяснения причин.

14. Приносить с собой и хранить любые виды оружия.

15. Приходить на каток с животными.

16. Посетителям запрещается пользоваться стеклянной тарой, колющими и режущими предметами на территории физкультурно-спортивного объекта, приносить с собой и осуществлять распитие алкогольных напитков.

17. Выход на лёд в состоянии алкогольного или наркотического опьянения категорически запрещён! Курение на территории катка запрещено!

18. В случае нарушения правил поведения на катке работник катка вправе попросить посетителя немедленно покинуть территорию катка. Поведение посетителя на катке не должно мешать третьим лицам, представлять угрозу безопасности их жизни, здоровью либо, в той или иной форме ограничивать свободу, за вышеуказанные действия посетитель несет ответственность, предусмотренную действующим законодательством.

19. Эксплуатация физкультурно-спортивных объектов, если допуск на них закрыт эксплуатационными службами.

20. Использование на территории неподготовленных для активного отдыха мест.

21. Сорить и оставлять на объектах мусор и пищевые отходы.

22. Посетители ледового катка обязаны соблюдать все правила безопасности и проявлять осторожность во время катания.

БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ И АККУРАТНЫ НА ЛЬДУ!

Требования к безопасности на горке для катания на тубинге:

1. Для активного отдыха на тубинговой горке рекомендуется одевать теплую спортивную одежду, не стесняющую движения. Убрать из карманов посторонние предметы. Снять с себя предметы представляющие опасность для других отдыхающих.

2. Посетители обязаны выполнять требования работника, осуществляющего контроль за состоянием горки и устанавливающим порядок ее эксплуатации.

3. Дети до 14 лет допускаются до катания только в защитных шлемах.

4. Дети до 8 лет в зону катания без родителей не допускаются.

5. Катание на тубинге разрешается только на специально подготовленной для этого трассе.

6. Ответственность за здоровье катающихся, несчастные случаи и травмы на тубинговой горке несет посетитель. Посетители тубинговой горки несут личную ответственность за любой ущерб, принесённый другим посетителям.

7. О любом происшествии на объектах активного отдыха незамедлительно сообщать работникам, обслуживающим площадки. При несчастном случае или необходимости медицинской помощи звонить в экстренную службу и привлекать любого работника для оказания помощи.

Правила катания:

- буксировочный трос с кольцом должен находиться внутри тубинга;

- в движении необходимо держаться за ручки тубинга, ноги держать выпрямленными;

- спуск разрешается начинать только при отсутствии других людей на трассе, помните, что тубинг – неуправляем;

- запрещается покидать тубинг во время движения;

- если Вы неожиданно остановились на трассе – возьмите свой тубинг и как можно быстрее уйдите с траектории движения;

- если Вы вынуждены подниматься по трассе – осторожно идите по её краю, не оказывайтесь на пути движения других катающихся;

- по окончании спуска незамедлительно покиньте зону катания;

Правила подъёма:

- никогда не мешайте осуществлять подъем впереди идущему человеку, ждите своей очереди на безопасном расстоянии;

- запрещается впрыгивать в поднимающийся тубинг, дергать за буксировочный ремень и подтягиваться по нему к рукояти;

- запрещается нахождение людей в зоне подъема;

- после окончания подъема, следует незамедлительно покинуть зону высадки.

Запрещается:

1. Запрещается катание более одного человека на одном тюбинге.
Исключение – родители с детьми до 8 лет.

2. Запрещается сцеплять тюбинги между собой.

3. Запрещается катание на любых предметах, кроме тюбингов.

4. Запрещается катание на тюбинге в положении лёжа на животе.

5. Запрещается катание с предварительным разбегом.

6. Работники, обслуживающие трассу, вправе отказать клиенту в обслуживании без объяснения причин.

7. За опасные ситуации, связанные с нарушением здоровья посетителей (травмы, ушибы и др.), ответственность несет лицо, по чьей вине произошло происшествие.

8. Приносить с собой и хранить любые виды оружия.

9. Приходить на тюбинговую горку с животными.

10. Посетителям запрещается пользоваться стеклянной тарой, колющими и режущими предметами на территории физкультурно-спортивного объекта, приносить с собой и осуществлять распитие алкогольных напитков.

11. Выход на тюбинговую горку в состоянии алкогольного или наркотического опьянения категорически запрещён! Курение на территории тюбинговой горки запрещено!

12. В случае нарушения правил поведения работник вправе попросить посетителя немедленно покинуть территорию горки. Поведение посетителя на тюбинговой горке не должно мешать третьим лицам, представлять угрозу безопасности их жизни, здоровью либо, в той или иной форме ограничивать свободу, за вышеуказанные действия посетитель несет ответственность, предусмотренную действующим законодательством.

13. Эксплуатация физкультурно-спортивных объектов, если допуск на них закрыт эксплуатационными службами.

14. Использование неподготовленных для активного отдыха мест.

15. Использование инвентаря не входящего в разрешенный список.

16. Сорить и оставлять на объектах мусор и пищевые отходы.

17. Посетители тюбинговой горки обязаны соблюдать все правила безопасности и проявлять осторожность во время катания.

БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ И АККУРАТНЫ НА ТЮБИНГОВОЙ ГОРКЕ!

Требования к безопасности лыжных трассах.

1. Для катания одевать теплую спортивную одежду.
 2. В случае признаков замерзания незамедлительно покинуть трассу.
 4. Ответственность за здоровье, несчастные случаи и травмы на лыжной трассе несет сам катающийся. Посетители трассы несут личную ответственность за любой ущерб, принесённый другим посетителям.
 5. О любом происшествии на объектах активного отдыха незамедлительно сообщать работникам, обслуживающим площадки. При несчастном случае или необходимости медицинской помощи звонить в экстренную службу привлекать любого работника для оказания помощи.
- Запрещается:
1. Кататься за пределами трассы.
 2. Ходить по трассе пешком.
 3. Останавливаться на длительное время на спусках и поворотах трассы.
 4. Двигаться по трассе против движения других лыжников.
 5. За опасные ситуации, связанные с нарушением здоровья посетителей (травмы, ушибы и др.), ответственность несет лицо, по чьей вине произошло происшествие.
 6. Работник трассы вправе отказать клиенту в обслуживании без объяснения причин.
 7. Приносить с собой и хранить любые виды оружия.
 8. Приходить на лыжную трассу с животными.
 9. Посетителям запрещается пользоваться стеклянной тарой, колющими и режущими предметами на территории физкультурно-спортивного объекта, приносить с собой и осуществлять распитие алкогольных напитков.
 10. Выход на лыжную трассу в состоянии алкогольного или наркотического опьянения категорически запрещён! Курение на территории лыжной трассы запрещено!
 11. В случае нарушения правил поведения на лыжной трассе, работник трассы вправе попросить посетителя немедленно покинуть территорию трассы. Поведение посетителя на трассе не должно мешать третьим лицам, представлять угрозу безопасности их жизни, здоровью либо, в той или иной форме ограничивать свободу, за вышеуказанные действия посетитель несет ответственность, предусмотренную действующим законодательством.
 12. Эксплуатация физкультурно-спортивных объектов, если допуск на них закрыт эксплуатационными службами.
 13. Использование неподготовленных для активного отдыха мест.

14. Использование инвентаря не входящего в разрешенный список.

15. Сорить и оставлять на объектах мусор и пищевые отходы.

16. Посетители лыжной трассы обязаны соблюдать все правила безопасности и проявлять осторожность во время катания.

БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ И АККУРАТНЫ!

Правила безопасности во время катания с горки.

1. Для катания со снежной (ледяной) горки допускаются дети с 4-летнего возраста в сопровождении взрослых (родители)

2. Подниматься на снежную (ледяную) горку только в месте подъема, оборудованном ступенями, запрещается влезать на горку там, где на встречу скатываются другие, может произойти несчастный случай.

3. Во время нахождения детей на вершине снежной (ледяной) горки недопустимы толчки, подножки и т.п. действия в этом месте особенно травмоопасны.

4. Во время катания, чтобы не произошло столкновение во время спуска со снежной (ледяной) горки сопровождающей (родитель) должен контролировать расстояние (интервал) между скатывающимися, оно должно быть не менее 1 метра.

5. Со снежной (ледяной) горки следует скатываться ногами вперед.

Правила при катании на сноутюбинге.

1. При выходе на трассу оцените своё физическое и эмоциональное состояние (при наличии хронических и иных заболеваний (опорно-двигательного аппарата, ЦНС, психические и т.д.), катание на сноутюбинге может вызвать обострение либо рецидив).

2. Кататься разрешено только на специально подготовленной трассе.

Специальный склон для сноутюбинга, как правило, представляет собой желоб. При катании с горы уклон трассы должен быть не более 20 градусов, в противном случае разгон сноутюбинга будет слишком сильным. Внизу трассы должно быть достаточно места для торможения, не должно быть деревьев, кустов, столбов и других препятствий.

Запрещается использовать трассы с трамплинами – из-за небольшого веса в полете сноутюбинг может перевернуться.

3. Детям до 12 лет разрешается кататься только в присутствии родителей или ответственных лиц.

4. Детям до 12 лет во время катания рекомендуется наличие шлемов.

5. Запрещается кататься вдвоем на одном сноутюбинге, за исключением катания ребенка до 6 лет с одним взрослым.

6. Запрещается катание в нетрезвом состоянии.

7. Запрещается сцеплять сноутюбинги между собой во время катания.

8. Запрещается кататься на санках (металлических, пластмассовых, деревянных) и ледянках на трассах для сноутюбингов.

9. Спуск можно начинать только при отсутствии других пеших людей на трассе.

10. Спуск разрешается только в положении сидя, крепко держась за ручки, ноги прямые, высоко поднятые.

11. Во время катания необходимо держаться за ручки сноутюбингов, поводок должен находиться во внутреннем отверстии сноутюбинга.

12. Запрещается создавать помехи (тормозить руками, ногами) движению (качению) во время спуска.

13. Запрещается останавливаться (для отдыха, просмотра трассы) на основном направлении трассы.

14. В случае падения или остановки необходимо как можно быстрее освободить трассу.

15. Вставать можно только после полной остановки сноутюбинга.

16. По окончанию движения (качения) на сноутюбинге необходимо незамедлительно покинуть зону выката.

17. Запрещается оставлять сноутюбинг в зоне спуска и выката.

18. Перед каждым катанием проверяйте состояние сноутюбинга.

Запрещено привязывать сноутюбинги к транспортным средствам: снегоходам, автомобилям и т.д.

Если с вами на горку едут дети, объясните им основные правила поведения и не оставляйте без присмотра, чтобы оставшаяся часть времяпрепровождения на природе не тратить на их поиски или не судорожно искать помощь и ехать в больницу.