

# Катание на тюбингах



Fizinstruktor.ru

Катание на тубингах - захватывающее удовольствие, во время которого человек получает непередаваемые новые ощущения. В народе тубинги обычно называют «ватрушками», «лепешками» и «бубликами», так как они представляют собой круглую надувную камеру, помещенную в специальный чехол, сильно напоминающую все эти виды выпечки. Однако при всех имеющихся преимуществах тубинга, необходимо учитывать тот факт, что «ватрушки» в отличие от санок и ледянок, более травмоопасны. Они не оборудованы тормозным устройством и поэтому абсолютно неуправляемы, что может привести к трагедии во время катания с крутых гор на большой скорости. Поэтому кататься на тубингах разрешается только на специально подготовленных трассах. Мягкие круглые «ватрушки» кажутся только с виду безобидными, а во время катания они набирают высокую скорость, и вот тут начинается риск: ребенок несется на неуправляемой шине и любое препятствие или неровная поверхность впереди может резко изменить траекторию движения или опрокинуть его.





## При катании на тюбинге следует строго соблюдать 5 нельзя

1. Нельзя спускаться на тюбинге с горки, если впереди имеются препятствия. Например, растут деревья, стоят дети, лежит большой кусок льда, камни, доска и т. п;
2. Нельзя скреплять «ватрушки» между собой, привязывать их к машине или снегоходу;
3. Нельзя кататься на тубах втроем или большим количеством людей;
4. Нельзя начать спускаться до того, пока катающиеся впереди люди не скатились с горки полностью;
5. Нельзя кататься на «ватрушке» стоя или лежать на ней при спуске, прыгать или пытаться привстать.





## Покупать или не покупать тюбинг



Катание на тюбинге является популярным видом зимней забавы среди детей и взрослых. Причина этого в том, что надувные «лепешки» обладают следующими преимуществами перед обычными санками и ледянками: высокая скорость и мягкость при катании, небольшой вес, яркий и красочный внешний вид и небольшой объем в спущенном состоянии, что делает их удобным для хранения.



## Мнение детских ортопедов



Стоит десять раз подумать, прежде чем покупать ребенку тюбинг, если даже взрослые получают при катании на них травмы. Лучше кататься на лыжах и санках, чем в "ватрушках" - советуют детские ортопеды, встревоженные резким увеличением количества травм у детей после катания на тюбингах.








## Мнение детских психологов

Детские психологи считают, что детей не следует ограждать от "опасных игр", бесконечные запреты только усугубляют травматизм. С маленьких лет ребенку надо дать возможность падать и ушибаться. Дети, которым постоянно не разрешают кататься с горок на лыжах, санках и тюбингах, не умеют бояться, надеясь, что их родители защитят и спасут в любых ситуациях. Травмироваться можно и во время катания на обычных санках, ледянках, лыжах и кусках картона, если ребенок не знаком с обычными правилами безопасности катания с горки.






## Тюбинг- любимая зимняя забава



Любая зимняя забава - травмоопасна, просто во время принятия решения купить или не покупать ребенку тюбинг, нужно чётко отдавать себе отчёт о возможных рисках и способах их предотвращения. С ребенком младше 7 лет родители должны находиться рядом, при этом надо рассказывать ему о необходимости соблюдения правил безопасного катания с горок: кататься только в строго отведенном для этого месте, перед спуском с горки проверять, что на пути нет людей, а впереди - деревьев. Спуск должен быть плавным - без препятствий и трамплинов. В процессе катания ребенок должен держаться за специальные ремни, расположенные по бокам надувных санок.



Если вы хотите съехать вместе с ребенком на одной "ватрушке" вдвоём, то выберите более пологий склон. Двойная нагрузка снижает устойчивость тюбинга из-за поднятия центра тяжести.



Надувать "ватрушку" надо умеренно, чтобы не допустить её повреждения во время спуска.



**Fizinstruktor.ru**



# Как правильно подобрать тубинг

