



**Составитель: психолог в социальной сфере
Горячева Е.М.**

КОНТАКТЫ

**Адрес: 601781 Владимирская область,
г. Кольчугино, ул. Победы, д. 20-А.**

Телефон: 8 (49245) 2-38-33

e-mail: kolchug-deti@yandex.ru

Официальный сайт: www.kolchug-srccn.ru



<https://vk.com/id426021156>



<https://ok.ru/profile/560748693748>

**ДЕПАРТАМЕНТ
СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ВЛАДИМИРСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО
ОБСЛУЖИВАНИЯ ВЛАДИМИРСКОЙ ОБЛАСТИ**

**«Кольчугинский социально-реабилитационный
центр для несовершеннолетних»**

Всё что нужно знать о тубинге **(информация для родителей и детей)**



**Возрастное ограничение 8+
Кольчугино, 2021**

У молодёжи появилась новая забава - тюбинг, или, как говорят в народе - «ватрушка», «таблетка». Это круглые надувные санки, окрашенные в яркие цвета. Садятся в «ватрушку», как на стул - откидываются назад и сгибают ноги в коленях. В России катания на «ватрушках» стали массовым любимым развлечением. У молодого поколения юношеский максимализм зашкаливает, при этом у некоторых напрочь отсутствует инстинкт самосохранения. Молодые ребята становятся заложниками собственной бесшабашности, необдуманно выбирая крутые неизведанные склоны. На спуске их ждёт опасность в виде ям, бугров, кочек, деревьев или трамплинов. Поскольку у «ватрушки», в силу её строения, скорость намного выше, чем у обычных санок, то затормозить на склонах почти нереально, к тому же есть вероятность, что она попросту перевернётся. Поэтому выбирать нужно проверенные спуски, лучше всего - специально оборудованные. Ну, а если вам страсть как хочется покататься на незнакомой горе, то оцените крутизну склона и наличие препятствий, особенно деревьев. Иначе вам не избежать переломов.



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. 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 кататься вместе, если же школьник собирается идти кататься на горки один, то перед тем, как он уйдет из дома, ему еще раз надо напомнить о необходимости строго соблюдения правил безопасности катания с горок.

Уважаемые родители!

Не оставляйте детей одних без присмотра!

Соблюдайте несложные правила катания с горок

***и вы обезопасите себя и окружающих от
возможных травм***

и повреждений.

Эксплуатация и хранение

Перед катанием застегните молнию, чтобы лёд, попавший внутрь между камерой и оболочкой, не повредил дно. После катания убирайте из снаряда мусор, чтобы он не повредил ткань оболочки. Не катайтесь по льду - это не только опасно, но и приводит к быстрому износу скользящей поверхности. Перед хранением «ватрушку» необходимо высушить. Хранят её обычно в тёмном месте.

Чтобы оболочка не потемнела, выньте из оболочки камеру. В случае пореза ткани оболочки пользуйтесь клеем для ремонта изделий из ПВХ, помните, что заплатка наклеивается изнутри оболочки. Резиновый клей для ремонта не пригоден. Также может сгодиться «серебряный» скотч. Если вы накачивали или подкачивали ватрушку на холоде, то внеся её в машину или тёплое помещение, следует выпустить часть воздуха из камеры. Если «ватрушка» была сильно надута холодным воздухом, то в тепле камера может лопнуть.



Что это такое?

Тюбинг («ватрушка для катания по снегу», «таблетка», «круг», «плюшка», «пончик») представляет собой надувной круг, пришедший из водных видов отдыха. Не стоит поддаваться стереотипам о том, что данное развлечение присуще только детям. Взрослые тоже не прочь покататься на ватрушке с горки и получить долю хороших эмоций.

Корпус приспособления содержит в себе два слоя, которые включают внешнюю часть (верхнюю оболочку), дно и надувную автомобильную камеру. Производство данных изделий нацелено в первую очередь на безопасность и надежность создаваемого продукта. Тюбинги могут успешно использоваться на 45-градусном морозе без угрозы затвердевания материалов.



Виды

Всего существует два основных вида тюбингов, которые различаются по сезону использования. Это водные (летние) и зимние приспособления.

Зимние

Хоть тюбинг и пришел из водных развлечений, зимой ему тоже можно найти достойное применение. Зимние отличаются от своих водных (летних) собратьев в первую очередь материалом изготовления. Для зимних версий ватрушек используется ПВХ, обладающий высокими показателями сопротивления холоду, с особым глянцевым покрытием, которое обеспечивает равномерное скольжение. Светящееся покрытие делает тюбинг заметным, что позволяет отыскать его в сугробах зимним вечером. Ватрушки выпускаются в круглом или овальном исполнении. Такое решение позволяет не терять всей конструкции в эргономичности, а также грамотно распределить нагрузку по надувной автомобильной камере.

Некоторые модели зимних надувных бубликов выпускаются в комплекте со спинками для более комфортного сидения на них.

Правила безопасности при катании на тюбинге.

1. Кататься только на специально подготовленных трассах со снежной поверхностью.
2. Склон для катания должен быть с уклоном не больше 20 градусов. Внизу склона должно быть достаточно места для торможения. Не следует кататься на тюбингах по склонам, поросшим деревьями.
3. Нельзя кататься с горок с трамплинами при приземлении она сильно пружинит.
4. Прежде чем начать спуск по неподготовленной трассе, осмотрите, нет ли там ее на ям, бугров, торчащих кустов, камней, ограждений, и всего того, что может представлять опасность для жизни и здоровья.
5. Строго соблюдать дистанцию между спусками по склону. Начинать движение на тюбинге сверху разрешается только тогда, когда предыдущий закончил спуск!
6. Кататься на санках-ватрушках следует сидя. Не пытайтесь кататься на тюбинге стоя или прыгая, как на батуте.
7. Нельзя кататься на тюбинге вдвоем с ребенком: невозможно контролировать ситуацию, когда одной рукой приходится держать ребенка, а другой тюбинг.
8. Никогда не привязывайте надувные санки к транспортным средствам.

При выборе также стоит обратить внимание на то, есть ли в комплекте трос или хотя бы крепление для него. Гораздо удобнее везти ватрушку за собой в горку, чем нести на руках или постоянно толкать. Немаловажным критерием является и посадочное место надувного круга. Точнее, его размеры. Для этого стоит узнать внутренний диаметр круга. Чем он больше, тем удобнее будет поездка на тубинге.

Стоит также обратить внимание и на специальные ручки, за которые держится сидящий. Их наличие существенно облегчает управление несущимся тубингом и гарантирует безопасность катающегося.



Также можно встретить и такие экземпляры, которые оснащены светодиодной или неоновой подсветкой, которая украсит вечер разноцветными огнями и позволит увидеть тубинг издалека.

Водные

Тубинги могут использоваться не только зимой, но и летом. В этом случае трассой для катания станет не снежный спуск, а водная гладь. Надутая автомобильная камера, обтянутая крепким чехлом с ручками и стропами, является отличным плотом, который спокойно выдерживает даже упитанного взрослого человека на поверхности воды. Однако не стоит думать, что зимние надувные сани подходят и для воды. Это не совсем так, потому что они обладают несколько иной конструкцией.



Выбираем размеры

Для того чтобы правильно выбрать модель тюбинга по размеру, для начала нужно определиться с тем, для кого именно покупается изделие. Понятие «размер тюбинга» характеризует диаметр чехла, которым обтягивается надутая камера, потому что та всегда меньше. Существуют детские бублики, а также их подростковая и семейная вариации. Последняя предназначена для двух взрослых, двух детей или ребенка со взрослым.

Размер лучше всего подбирать по росту будущего пользователя. Так, для детей ростом до одного метра лучше всего подойдет диаметр от 60 до 85 сантиметров, если ребенок ростом от 100 до 140 сантиметров, нужно купить тюбинг диаметром 85-100 см, а для людей от 140 см и выше станет прекрасным выбором бублик размером от 110 см.



Как правильно выбирать?

Помимо вышеописанного выбора по размеру и выдерживаемому весу, существует еще ряд критериев, по которым можно подобрать подходящий тюбинг. Неоспоримым фактом является то, что тюбинг в процессе эксплуатации подвергается большому износу из-за трения и высокого давления. Поэтому при выборе стоит обращать внимание на материал, из которого изготавливается ватрушка.

Первый вариант – дно из укрепленной ПВХ-ткани. Будучи обработанным, этот материал позволяет быстро набрать скорость и равномерно распределяет скольжение по всей конструкции. Также ее неоспоримым плюсом является возможность использования на снежных трассах. Второй вариант – дно из пластика. Он так же прочен и легок, однако его минусом является то, что он используется только на ледяных горках.

