

ПАМ'ЯТКА

ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС СТРИБКІВ НА БАТУТІ

- ◆ Забороняється стрибати на батуті без нагляду дорослого.
- ◆ Не можна стояти, сидіти на рамі, спиратися на неї руками.
- ◆ Батути мають розташовуватись на безпечній відстані один від одного.
- ◆ На батуті може в певний момент часу займатися лише одна дитина.
- ◆ Стрибаючи, слід орієнтуватися на центр батута, триматися за ручку в належному місці (на її згині, а не за край).
- ◆ Під час стрибка необхідно контролювати відстань до краю батута.
- ◆ Приземлюватися слід на ноги, злегка розставлені в сторони.
- ◆ Інерцію стрибка треба “гасити” за рахунок приземлення на злегка зігнуті в колінах ноги.
- ◆ Стрибки на батуті необхідно чергувати з відпочинком, щоб уникнути втоми і втрати концентрації уваги.
- ◆ Не можна стрибати на мокрому або забрудненому батуті.
- ◆ Під час стрибків заборонено вживати їжу.
- ◆ Не можна класти сторонні предмети на поверхню батута під час стрибків.
- ◆ Не слід застосовувати батут як трамплін для стрибка на інший об'єкт.
- ◆ Перед спуском з батута треба спочатку припинити стрибки. Сходити з нього треба спокійно.