

## **Инструкция № 15**

**о правилах поведения на катке, ледяной горке, а также во время гололедицы.**

### На ледяной горке:

- при катании с горы не прыгать с обочин.
- не кататься с горы, стоя на ногах.
- при подъёме на гору пользоваться ступеньками.
- скатываться через определённый промежуток времени по одному или небольшими группами.

### На катке:

- выбирать ботинки на размер больше размера ноги,
- шнуровать необходимо так, чтобы нижняя и верхняя части ботинка были не сильно затянуты, средняя же наоборот,
- при побледнении кожи, покалывании, чувстве анемия - растереть это место рукой,
- на ледяной площадке не толкаться.

### Во время гололедицы:

- необходимо выбирать место для прогулки и игр более безопасное, где нет льда,
  - выходя из здания гимназии, двигаться по дорожкам, посыпанным песком,
  - не стоять, не играть под навесом, карнизом, с которых свисают сосульки и ледяные глыбы.
- .