**Инструкция**

**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.