

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ НА ЛЫЖАХ

Выполнила ученица 9Д класса
Ильюк Ев

ЛЫЖИ

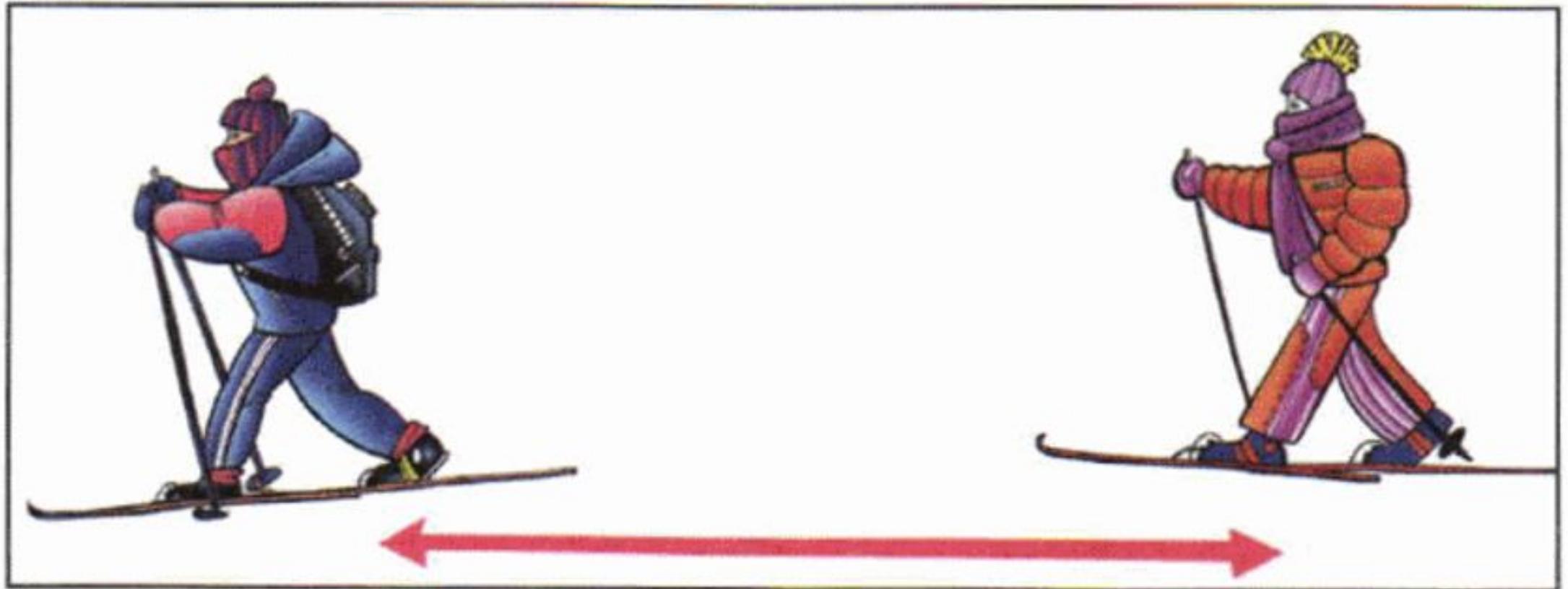
Это крайне веселое, но вместе с тем и опасное занятие

Во время катания на лыжах обязательно соблюдать правила безопасности, чтоб не покалечиться или еще чего похуже



ИНТЕРВАЛ

Соблюдать интервал между катающимися: при передвижении на лыжах по дистанции — 3–4 метра, при спусках — не менее 30 метров.



НЕЛЬЗЯ ВЫСТАВЛЯТЬ ЛЫЖНЫЕ ПАЛКИ

На них может напороться предшествующий
или следующий человек



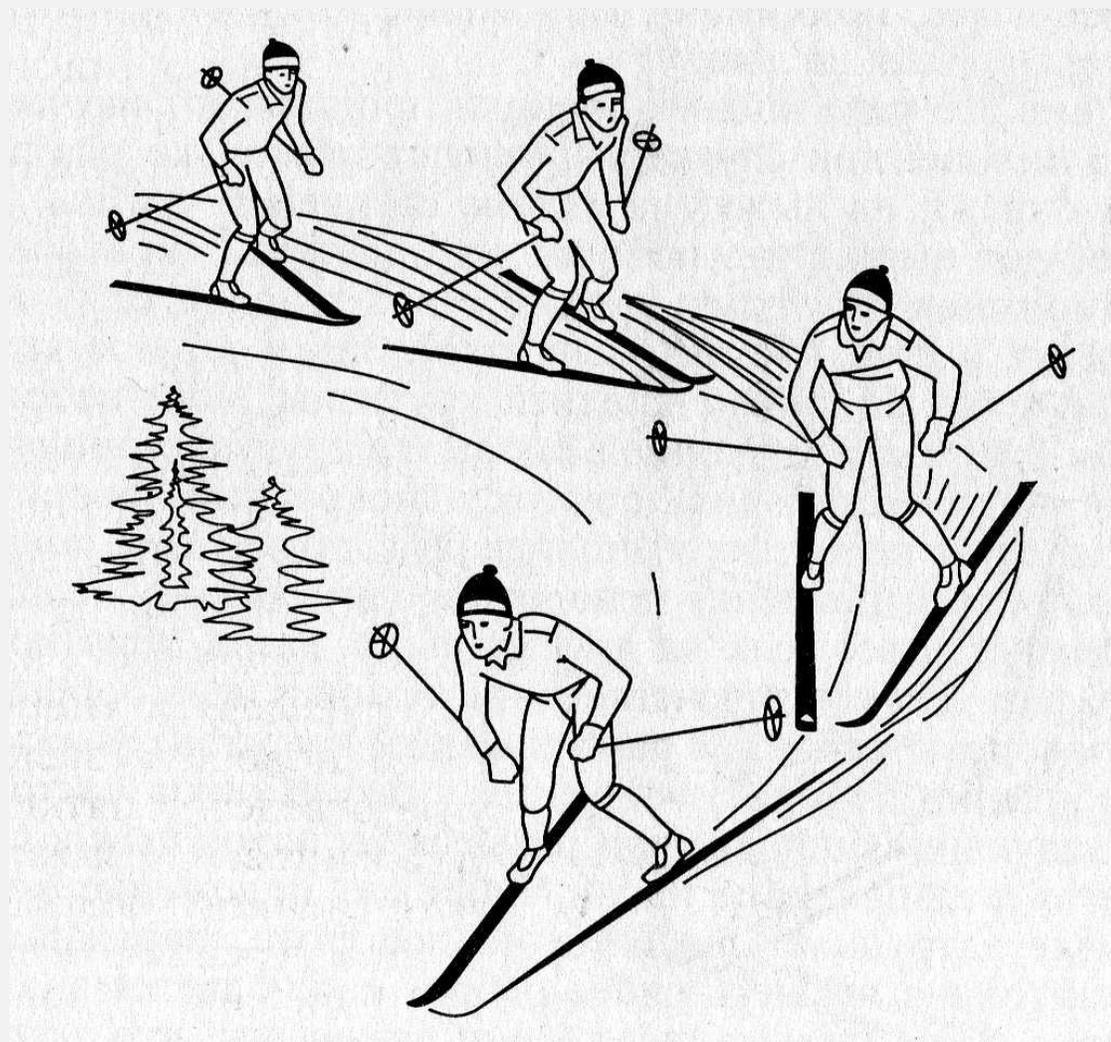
НЕЛЬЗЯ РЕЗКО ОСТАНАВЛИВАТЬСЯ

В вас могут врезаться
предшествующие
лыжники.

Стоит отойти или плавно
остановиться.



**СЛЕДУЕТ
ДВИГАТЬСЯ
ТОЛЬКО ПО
ЛЫЖНЕ**



**ЕСЛИ СТАЛО
ХОЛОДНО
СЛЕДУЕТ
ПРЕКРАТИТЬ
КАТАНИЕ**



СЛЕДУЕТ ПОЛУЧАТЬ УДОВОЛЬСТВИЕ

Катание на лыжах -
это прекрасно, это
весело, это здорово

