**МДОУ «Детский сад № 158»**

**Консультация для родителей**

**«Правила езды ребенка на велосипеде и самокате»**

 Подготовила: Аверина Т.В.,

 воспитатель группы № 3

Все дети любят ездить на велосипеде и самокате. Катание на самокате и велосипеде положительно сказывается на здоровье и физическом развитии детского организма. Благодаря необходимости поддерживать равновесие во время езды улучшается внимание, концентрация, активно стимулируется вестибулярный аппарат. Физическая нагрузка позволяет тренировать мышцы всего тела и развивать выносливость. А также поднимает детям настроение!

И лишь немногие родители объясняют своим малышам, как ездить по городу на этом транспорте**,** не мешая другим людям и не создавая опасных ситуаций для пешеходов и автомобилистов. От соблюдения правил дорожного движения зависит безопасность всех его участников. Но для того, чтобы избежать травматических ситуаций, важно вместе с ребенком изучить правила безопасности при езде на самокате и велосипеде, в доступной форме провести инструктаж.

Совсем маленьких детей нужно постоянно держать в поле зрения. Для обеспечения максимальной безопасности во время езды важно обеспечить **специальную экипировку**!

***И так, несколько полезных правил:***

**1.** Кататься можно только по безопасной, ровной местности, объезжая ямы и выбоины.

**2**. Условно очертите для ребенка границы территории, на которой можно кататься. Желательно ездить только по велосипедным дорожкам, а если их нет – по тротуарам, не выезжая на территорию проезжей части и не мешая передвижению других участников дорожного движения.

**3**. Для остановки использовать только тормоз, предусмотренный конструкцией самоката и велосипеда, а не пытаться тормозить ногами, чтобы избежать растяжений или ушибов.

**4.** Перед тем как выйти из дома, обязательно проверьте исправность транспортного средства.

**5**. Не желательно кататься в дождливую погоду. При таких условиях устройство утрачивает способность тормозить. К тому же под воздействием воды могут испортиться подшипники, что отрицательно скажется на долговечности транспорта.

**6**. Если прогулка затянулась до темноты, то лучше использовать светоотражатели на одежде и транспорте.

**7**. Научите ребенка держать дистанцию и маневрировать в процессе езды.

**8.** Одежда для поездок должна быть легкой и свободной, не стесняющей движения. Не должно быть ремешков или шнурков, которые могут намотаться на колеса во время езды, что может явиться причиной опасного падения. Не забудьте про шлем!

**9**. Обувь должна быть мягкой, удобной, надежно фиксировать ногу. Нельзя обувать ботинки большего размера или шлепки, которые легко могут слететь с ноги.

 **10**. Нужно помнить, что ездить на велосипеде без рук, или держать транспортное средство одной рукой, или убрав ноги с педалей очень опасно.

***Соблюдение правил безопасности при езде на самокате и велосипеде для детей – это тот необходимый минимум знаний, который каждый родитель должен знать и в доступной форме донести ребенку, чтобы уберечь его от возможных травм и неприятных ситуаций во время катания****.*

 ***Несоблюдение простых правил безопасности подвергает жизнь ребенка опасности. Даже тогда, когда кажется, что дорога абсолютно безопасна.***

 ***Берегите своих детей!***

|  |
| --- |
|  |