

Катание на самокате 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. Но для того, чтобы избежать травматических ситуаций, важно вместе с ребенком изучить правила безопасности при езде на самокате, 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:

1. Кататься можно только по безопасной, ровной местности, объезжая ямы и выбоины.
2. Условно очертите для ребенка границы территории, на которой можно кататься. Стоит сразу объяснить, что на оживленной дороге детский 3 х колесный самокат нужно взять в руки, и переходить ее пешком.
3. Для остановки использовать только тормоз, предусмотренный конструкцией самоката, а не пытаться тормозить ногами, чтобы избежать растяжений или ушибов.
4. Перед тем как разрешить ребенку кататься на улице, необходимо отточить с ним прием группировки на случай падения. Для безопасного приземления в опасной ситуации необходимо согнуть локти и колени (которые предварительно прикрыты защитными элементами, локти при этом должны быть прижаты к туловищу. Если вовремя не сгруппироваться, можно получить перелом конечности.

Для школьного уголка безопасности

Виды средств индивидуальной мобильности (СИМ)

Если тебе подарили одно из этих устройств, будь внимателен!

Соблюдай правила безопасности!

Передвигаясь на средствах индивидуальной мобильности, ты считаешься ПЕШЕХОДОМ!

Катайся в безопасных местах: там, где нет движения транспорта

Носи средства пассивной защиты (шлем, наколенники, налокотники) и светоотражатели

Чтобы перейти дорогу, нужно сплестись, взять устройство в руки и перейти дорогу по пешеходному переходу пешком, подчиняясь правилам для пешеходов

ЗАПОМНИ: Выезжать на проезжую часть дороги на этих устройствах НЕЛЬЗЯ!

Сидеть со спортивными элементами

Всегда держитесь двумя руками за руль самоката

Во время движения не пользуйтесь телефоном и планшетом

Всегда спускайтесь на пешеходном переходе!

САМОКАТ

МОНОКОЛЕСО

ГИРОКУТЕР

ЭЛЕКТРОСАМОКАТ

КОЛЕСОВЫЕ КОМПАКТИ

СЕГВЕЙ

ЭЛЕКТРОСКЕЙТБОРД

СКЕЙТБОРД

ЭЛЕКТРОСКЕТТЕР