

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЕЗДЕ НА САМОКАТЕ

Катание на самокате положительно сказывается на здоровье и физическом развитии детского организма. Благодаря необходимости поддерживать равновесие во время езды, у ребенка улучшается внимание, концентрация, происходит активная стимуляция вестибулярного аппарата. Физическая нагрузка позволяет тренировать мышцы всего тела и развивать выносливость. Но для того, чтобы избежать травм, важно изучить правила безопасности при езде на самокате.

Основные правила для детей и родителей

Чтобы быть спокойным за ребенка во время езды на самокате, необходимо провести с ним подробный инструктаж по технике безопасности.

Для начала нужно отточить навыки дома, или на безопасной площадке, начиная с езды по прямой линии, а позже осваивая остальные умения: катание по кругу, торможение, развороты.

Необходимо условно очертить границы территории, на которой можно кататься. Стоит сразу объяснить, что на оживленной дороге самокат нужно взять в руки, и переходить ее пешком.

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

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

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.

Маленьких детей нужно постоянно держать в поле зрения.

Для обеспечения максимальной безопасности во время езды, желательно обеспечить специальную экипировку.

Для обеспечения безопасности во время езды на самокате экипировка настолько же важна, как и соблюдение техники безопасности. Защитный костюм состоит из налокотников,

наколенников, шлема на голову и перчаток без пальчиков. Полный комплект также включает специальные шорты с мягкими вставками для защиты копчика и ягодиц при падении.

Одежда для поездок на самокате должна быть легкой и свободной, не стесняющей движения. Не должно быть ремешков или шнурков, которые могут намотаться на колеса во время езды, что чревато опасным падением. Обувь тоже подбирается продуманно: она должна быть мягкой, удобной, и надежно фиксировать ногу. Нельзя обувать ботинки большего размера или шлепки, которые легко могут слететь.

Дополнительные советы для безопасной езды на самокате

Для обеспечения безопасности иногда недостаточно знать общепринятые правила поведения на самокате. Бывают такие ситуации, которые начинающему гонщику трудно предусмотреть. Вот еще несколько полезных советов:

Нельзя кататься на самокате в дождливую погоду, особенно если он оснащен полиуретановыми колесами. При таких условиях устройство полностью утрачивает способность тормозить. К тому же под воздействием воды могут испортиться подшипники, что отрицательно скажется на долговечности транспорта.

Нужно предупредить ребенка, что быстродвижущиеся предметы могут привлекать внимание собак. И, даже если четвероногий друг бросился вслед за ездоком, не стоит пугаться. Нужно аккуратно остановить транспорт, встать ровно и замереть. Животное просто обнюхает незнакомый предмет и уйдет. Не нужно кричать и размахивать руками.

Если прогулка затянулась до наступления темноты, родителям нелишним будет взять с собой фонарик, который можно пристегнуть над передним колесом, чтобы подсветить дорогу.

Правила безопасности на самокате для детей – это тот необходимый минимум знаний, который каждый родитель должен донести ребенку, чтобы уберечь его от возможных травм.

Источник

<https://goodbatut.ru/o-produktsii/stati/33-pravila-bezopasnosti-pri-ezde-na-samokate>