



Инструкция №2-ДТТ

для воспитанников средней, старшей и подготовительной групп по правилам безопасной езды на самокатах и велосипедах

Ребята!!!!!! Движение велосипедистов в возрасте до 7 лет возможно только вместе с пешеходами (по тротуарам, пешеходным и велопешеходным дорожкам, пешеходным зонам).

Во время движения на велосипеде запрещается:

- управлять велосипедом, не держась за руль хотя бы одной рукой;
- пересекать дорогу по пешеходным переходам.

Кроме того, **катание на самокате** — это отличная тренировка для развития равновесия, пространственного мышления и координации движений. Чтобы нагрузка на нижние конечности распределялась равномерно, нужно периодически менять толчковую ногу, просто напоминайте об этом ребенку. Как правило, научившись маневренности на самокате, вы с легкостью потом пересаживаются на двухколесный велосипед, система обучения очень похожа.

Самокат также хорош и тем, что его легко переносить, и он не занимает много места в квартире, такой транспорт можно взять с собой в поездку.

Основные правила катания на самокате.

- Самое главное — ребятам нужно объяснить, где можно кататься, а где нельзя, напомнить о правилах дорожного движения: не выезжать на проезжую часть, смотреть по сторонам.
- Расскажите ребенку, что может стать препятствием для самоката, почему важно объезжать ямы, камни, торчащие из земли коряги и пр. Почему нельзя отталкиваться, когда ребенок едет с горки.
- Обязательно предостеречь ребенка от возможных падений и травм — надеть шлем, наколенники, налокотники, перчатки.

Безопасность превыше всего!

Инструкцию составил: методист  И.А.Нефедова