**Правила безопасного катания на САМОКАТЕ, ВЕЛОСИПЕДЕ, СКЕЙТЕ И РОЛИКАХ**

Каждый ребенок любит кататься на самокате, велосипеде, скейте или роликовых коньках. А знаете ли Вы, что для таких прогулок тоже есть правила личной безопасности

**Правила безопасной езды на самокате**

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

ВНИМАНИЕ!

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

!Перед переходом через проезжую часть остановись, сойди с самоката или велосипеда. Пройди пешеходный переход, держа самокат или велосипед за руль.

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

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

РЕБЯТА, ЗАПОМНИТЕ!

Нельзя кататься в непосредственной близости от других велосипедистов, роллеров, скейтеров и «самокатеров», особенно, если еще мало опыта – легко налететь друг на друга и упасть вместе.

Важно научиться правильно группироваться при падении. Такое умение позволит сделать ваши ролле- и велопрогулки менее травмоопасными, ведь, как уже было сказано, от встреч с твердыми поверхностями не застрахован никто.

ОБЯЗАТЕЛЬНО ВОЗЬМИТЕ С СОБОЙ:

* налокотники
* наколенники
* шлем на голову
* перчатки без пальчиков

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

**Правила безопасного катания на велосипеде, скейте и роликах**

**Запомните:**

– Кататься на велосипеде, самокате, роликовых коньках можно внутри дворов, в парках, на специально оборудованных площадках, на стадионах.

– Даже если катаешься во дворе, будь предельно внимательным.

– Перед переходом через проезжую часть остановись, сойди с самоката или велосипеда. Пройди пешеходный переход, держа самокат или велосипед за руль.

– Необходимо объезжать ямы, лужи, люки (можешь случайно травмироваться).

– Катаясь, необходимо уважительно вести себя по отношению к прохожим: вовремя подавать звуковой сигнал, соблюдать меры предосторожности (сбавлять скорость, объезжать людей животных, других участников движения).

– Замедлять движение на поворотах и при маневрах, когда совершается объезд недвижимых преград на пути (деревья, лавочки).

!!!Знание необходимых правил личной безопасности поможет вам избежать травм и неприятных ситуаций во время катания.