**Сегодня можно подобрать велосипед для ребенка любого возраста от 1,5-2 лет, но врачи-педиатры рекомендуют начинать активное обучение езде на велосипеде для детей от 5 лет, так как ранее у ребенка еще недостаточно развита моторика и координация. Для начинающих велогонщиков подойдут самые простые модели с небольшой скоростью и по мере роста ребенка велосипед может быть сложнее и быстрее.**

**Велосипед следует выбирать, ориентируясь на рост. Не советуем покупать велосипед на вырост, так как на нем будет неудобно кататься, а зачастуюи не безопасно.**

**"Классическая" классификация детских и подростковых велосипедов такова:**

**1. Велосипеды для детей 1.5-3 лет - диаметр колес 12 дюймов**

**2. Велосипеды для детей 3-5 лет - диаметр колес 16 дюймов**

**3. Велосипеды для детей 5-9 лет - диаметр колес 20 дюймов**

**4. Велосипеды для детей, рост которых перевалил отметку 130 см и подростков - диаметр колес 24 дюйма**

**Как выбрать велосипед для ребенка по росту**

**Попросите ребёнка встать на ровную поверхность, поместив велосипед между ногами. Между рамой и промежностью должно быть свободное расстояние 5-10 см — для того, чтобы можно было легко спрыгнуть с велосипеда, не причинив себе травму в аварийной ситуации.**

**Далее ребенку потребуется сесть на велосипед и поставить ноги на педали - он должен легко дотягиваться до них. Если же это получается с трудом, стоит опустить седло, что поможет обеспечить правильную посадку. В процессе катания ребенок должен дотягиваться до педали, расположенной в самой нижней точке, полностью выпрямив ногу.**

**Необходимо отрегулировать высоту и угол наклона руля, для того, чтобы обеспечить свободное движение коленей и правильную посадку за рулем велосипеда — слишком низкий или слишком высокий руль заставляет корпус неудобно изгибаться, что вовсе не полезно. Итак, следует купить велосипед ребенку по росту максимально удобный и подходящий, чтобы не отбить у того желание кататься, поэтому обязательно поинтересуйтесь у своего сына или дочки, удобно ли им сидеть в седле, не скользят ли ручки на руле и так далее.**

МБДОУ «Детский сад №20 «Ленок»



**Подготовила воспитатель**

**Смирнова Н.В.**

**Вязники**

**2013**



**Ваш ребенок получил долгожданный подарок - велосипед. Радости нет предела. Но не торопитесь выпускать его на дорогу. Подумайте, есть ли у него для этого необходимые знания, опят, умение безопасно ездить?**

**Но многие родители рассматривают приобретение этих транспортных средств, своим детям, не более как игрушки, разрешают выезд на оживлённую автомагистраль даже малышам. Недаром по статистике подавляющее большинство юных велосипедистов, попавших в аварии на дороге недотягивают доразрешающего возраста4-7 лет**!

**ПОМНИТЕ:**

**Велосипед - быстроходный, маневренный вид транспорта.  
Велосипедист ничем не защищен от падении или столкновения с транспортный средством.**

**СОВЕТ:**

**Итак, вы прикатили велосипед из магазина домой. Рассказали своему ребенку, как за одну минуту смазать узлы, подтянуть ослабленную цепь, исправить коварную «восьмёрку».**

**Но не забудьте самое главное**:

**- до 14 лет категорически ЗАПРЕЩАЕТСЯ кататься на велосипеде по улицам и дорогам;**

**- велосипед должениметь исправные тормоза и звуковой сигнал.**

**Если вашему ребенку 14 лет и он может ездить по дорогам, то:**

**при движении в темное время суток и в условиях недостаточной видимости спереди должен быть установлен фонарь белого цвета, сзади - фонарь красного цвета;**

**-двигаться на велосипеде можно только в один ряд и не более одного метра от тротуара или обочины;**

**поворачивать налево или разворачиваться на дорогах с трамвайным движением и на дорогахимеющих более одной полосы для движения в данном направлениине разрешается. Для поворота налево или разворота нужно сойти с велосипеда и вести его руками;**

**-запрещается ездить, не держась за руль и не держа ноги на педалях;**

**-нельзя перевозить пассажиров, кроме ребёнка в возрасте до 7 лет, надополнительном сиденье, оборудованном надёжными подножками.**

