**Безопасность дошкольников. Ребёнок и самокат**

**Самокат**— это простая конструкция из подставки для ног, двух (трёх или четырёх) колес и руля по типу велосипедного.

**Физическое развитие**.

Катание на самокате даёт физическую нагрузку среднего уровня. Оно способствует тренировке всех групп мышц, развитию координации. У ребенка учащается дыхание и сердцебиение, происходит насыщение крови кислородом и питание всех тканей организма.

**Социализация.**

Малышу на самокате проще найти друзей. Так он с раннего возраста обретает навыки общения, социализируется. Детки постарше устраивают соревнования в самокатном спорте. Ребенок ощущает себя частью коллектива и принадлежность к группе спортсменов на самокатах.

**Недостатки**.

Опасность. Как и любой спортивный инвентарь, самокат может представлять угрозу для малыша. Ребенок может упасть и травмироваться, не справиться с управлением и угодить под автомобиль. Чтобы минимизировать риск, стоит провести обучение и инструктаж по технике безопасного катания.

**Техника безопасного катания**

 Чтобы самокат доставлял только радость, следует соблюдать правила безопасности:

•ребенок должен четко знать, где кататься нельзя;

•сначала необходимо освоить прямую езду, езду кругами и зигзагами, навыки владения рулем, торможения;

•научить ребенка ездить по ровной поверхности и объезжать препятствия.

•выпускать кататься на улицу ребенка можно только после отработки техники падения;

•строго запрещено катание рядом с автомагистралями;

•детям следует кататься только под присмотром взрослых;

•для катания желательно купить специальную экипировку.

**Самое главное, что дети должны усвоить, что при падении не стоит заботиться о сохранности самоката, нужно сгруппироваться, а не хвататься за руль.**