

Консультация для родителей «Как выбрать велосипед для ребенка»



Катание на велосипеде является одним из лучших и самых популярных видов активного отдыха для детей, подростков и взрослых, а также одной из форм семейного досуга. Вы можете весело проводить время на свежем воздухе. Но для того, чтобы езда на велосипеде стала для ребенка комфортным и увлекательным занятием, необходимо правильно выбрать велосипед.

Существуют некоторые тонкости покупки велосипеда для детей, которые отличаются от выбора велосипеда ребенка и взрослого.

Первый совет родителям: Избегайте покупать велосипед «на вырост». Размер велосипеда, максимально соответствующий росту ребенка, способствует правильному положению позвоночника во время езды, а значит, она будет максимально удобной и безопасной.

Второй совет при выборе детского велосипеда: определиться с его размером. Если он слишком маленький, то колени малыша будут упираться в руль. Если слишком большой – ребенок не сможет эффективно управлять рулем, так как ему придется сильно тянуться вперед. На медленных скоростях, на которых дети начинают ездить, рулевое управление является важным элементом.

Основные критерии выбора размера детского велосипеда:

- Если ребенок только начинает учиться ездить или пока не очень уверенно удерживает равновесие, то сидя на велосипеде он должен быть в состоянии поставить ноги на пол.
- Более уверенный маленький велосипедист должен дотягиваться до земли кончиками пальцев ног.
- Также важно, чтобы ребенок без труда доставал до рукояток и при этом мог свободно управлять рулем – поворачивать его во все стороны.

В отличие от взрослых байков, где основным критерием является размер рамы, в детских моделях размер определяется диаметром колес.

Как правильно подобрать велосипед?

Детские



Для детей 2-3 лет

Для детей 3-7 лет

Для детей 7-12 лет
уменьшенная копия
взрослого велосипеда

Подбор велосипеда под рост



РОСТ РЕБЕНКА
=
2,5
диаметра колеса

Диаметр колес (дюйм)	Рост (см)	Возраст (лет)
<12	75-95	1-3
12	95-101	3-4
16	101-115	4-6
20	115-128	6-9
24	126-155	9-13

Третий совет: Также при выборе учитывайте, что расстояние в стоячем положении от рамы велосипеда до паховой зоны должно составлять от семи до десяти сантиметров. Чтобы правильно подобрать длину рамы расстояние от руля до кончика седла не должно быть больше расстояния от локтя руки ребенка до кончиков пальцев.

Четвертый совет: При выборе велосипеда обращайте внимание на следующие детали (материал колес и рамы).

Колеса встречаются трех типов:

<i>Пластиковые</i>	<i>Надувные резиновые</i>	<i>Пенорезиновые</i>
в основном используются в детских трёхколёсных моделях, так как не долговечны и достаточно громкие	обеспечивают мягкий ход, в том числе по бездорожью, но при этом периодически приходится подкачивать и следить за целостностью камер	мягкие покрышки не требуют наличия камеры, что освобождает велосипедиста от хлопот по замене после проколов. Но амортизация немного хуже, чем в надувных, поэтому неровности будут ощущаться острее

Тормоза

Тип тормоза стоит подбирать по возрасту ребенка.

- Для малышей лучше отдать предпочтение ножному тормозу, так как рука не успела еще окрепнуть и может не хватить сил, полностью зажать тормоз;
- Для подростков тормоз на руле будет более актуальным;
- Но если не смогли выбрать, что же все-таки необходимо именно вашему ребенку, то приобретайте велосипед с комбинированными тормозами.

Педали

Педали производятся из двух типов материала: металл и пластик. Первый вид, конечно же, прочнее и прослужит дольше, но на малышových моделях такие педали встретишь редко. Важно проконтролировать наличие антискользящего покрытия, чтобы нога не соскальзывала во время езды. Модели с фиксаторами на педалях не самые удачные, поскольку ребенок может не успеть высунуть стопу и упасть.

Сиденье и руль

Чтобы приобретенный транспорт прослужил несколько лет, отдавайте предпочтение моделям с регулируемой высотой руля и сиденья. Форма руля не имеет особого значения, если, конечно, вы не выбираете трюковую модель, а вот сиденье лучше покупать на пружинной основе, такая конструкция позволяет снизить нагрузку на тазобедренную часть.

Вес

Чем меньше вес – тем лучше, но это правило работает с металлическими сплавами, поскольку уменьшенный вес за счет использования пластиковых вставок в раму, колеса и т.п. не сыграют на пользу ездока и долговечности модели.

Безопасность

Не только надежность конструкции отвечает за безопасность вашего чада во время езды, зачастую мелкие и на первый взгляд неприметные детали играют далеко не последнюю роль. Проследите, чтобы на выбранной вами модели присутствовали:

- Мягкие накладки на ручках руля;
- Светоотражатели и катафоты;
- Щиток, который закрывает цепь и звездочку.
- А также проконтролируйте, чтобы на велосипеде где-либо отсутствовали острые грани.

Виды велосипедов.

Трехколесные велосипеды

Прекрасно подходят для самых маленьких водителей, поскольку на такой модели из-за конструктивных особенностей не нужно учиться держать равновесие, и можно сконцентрироваться на освоении азов управления и на педалях. Трехколесные велосипеды очень устойчивы, имеют простую, но прочную конструкцию. В классической версии два колеса установлены сзади и одно спереди, в перевертышах все наоборот.



Плюсы

- За счет наличия трех точек опоры ребенок не перевернется даже во время активной езды;
- Маленький вес детского транспорта;
- Красивый яркий дизайн;
- Запас прочности позволяет выдерживать деток весом до 25-35 кг;
- Многие модели дополнены рядом полезных аксессуаров;
- Небольшая стоимость.

Минусы

- Колеса зачастую жесткие и громкие;
- Модели редко складываются, поэтому часто возникает вопрос в хранении и транспортировке.

Четырехколесные велосипеды

Когда ребенок подрастает, трехколесный велосипед становится ему неинтересен – он не так быстро разгоняется, и не слишком маневрен, да и сам становится для него низким и чересчур «детским». На этом этапе стоит переходить с трехколесной модели на четырехколесную. Пара боковых колес небольшого диаметра в данном случае выполняет страховочную функцию, а внешне велосипед напоминает обычную взрослую модель: имеет мягкие резиновые колеса, цепную передачу, тормоз, велосипедную сидуху,

светоотражатели и т.п. Когда ребенок будет чувствовать себя уверенно, можно снять страховочные колеса и учить его держать равновесие на двухколесном велосипеде. Такая модель в среднем приобретается для детей в возрасте от 4 до 7 лет и ростом от 105 до 130 см.



Плюсы	Минусы
<ul style="list-style-type: none"> • Широкий ассортимент и яркий дизайн; • Родителю представлена возможность самостоятельно отрегулировать высоту сиденья и руля; • Страховочные колеса обеспечивают дополнительную безопасность, при этом никак не мешают во время катания; • Уверенность в том, что малыш не упадет, помогает ему быстрее освоить азы равновесия; • Даже в таких видах встречается родительская ручка, но зачастую она долго не требуется – на 2-5 катаний, а после снимается и ребенок осваивает транспорт уже самостоятельно. 	<ul style="list-style-type: none"> • Такой велосипед не так устойчив, как трехколесный, поэтому новичкам не стоит совершать резкие повороты; • Так как рама выполнена уже из металла или сплава, вес в разы больше трехколесных моделей, поэтому ребенку будет сложно самостоятельно переносить транспорт в лифт или по ступенькам; • Перед покупкой стоит задуматься о месте хранения велосипеда, поскольку в таких моделях не предусмотрен механизм сложения; • Лапки в страховочных колесах часто загибаются.

Двухколесные велосипеды

Такой тип велосипеда рассчитан на детей, уже отлично освоивших баланс, и прекрасно катающихся самостоятельно, без помощи и страховки взрослых. Детский двухколесный байк отличается от взрослого в основном только размерами, ну и дизайном. Все-таки для деток в возрасте 7-8 лет представлены модели не только яркого спортивного окраса, но и с изображением любимых мультяшных героев, машин, зверей и т.п.



Плюсы	Минусы
<ul style="list-style-type: none"> • Интересный яркий дизайн; • Встречаются модели со складными рамами и переключателем скоростей; • Широкий выбор среди различных моделей; • Ребенок чувствует себя более уверенным, освоив двухколесный велосипед. 	<ul style="list-style-type: none"> • Такой тип велосипеда может развивать достаточно высокую скорость, поэтому если родитель не уверен в умениях своего чада, то лучше повременить с переходом, и покататься некоторое время на более «младшей» модели.

Пятый совет: Безопасность!

Стоит также обзавестись наколенниками, нарукавниками и шлемом, которые защитят ребёнка при падении. Особенно актуальны они для начинающих велогонщиков.

Безопасность езды ребенка напрямую зависит от того, насколько правильно он сидит на велосипеде, поэтому вы должны не только подобрать для него подходящий транспорт, но и правильно отрегулировать его детали.

Обязательно расскажите своему малышу о возможных опасностях дороги. Проведите с ним несколько уроков с правилами безопасного поведения на дороге, покажите, где можно ездить велосипедистам, научите различать сигналы светофора и понимать дорожные знаки.

Обучение езде на велосипеде – это длительный процесс, который требует сил и времени. Будьте терпеливы и не подгоняйте ребенка – вспомните, что и у вас тоже не сразу все получалось. Постарайтесь помочь малышу преодолеть страх, и неудачи, чтобы в скором времени катание на велосипеде стало его любимым занятием, дарящим море впечатлений, положительных эмоций и пользы.

Удачи вам, уважаемые родители, не жалейте сил и времени на обучение детей и они вырастут здоровыми, физическими подготовленными.