

## *Бег через дорогу – враг, особенно зимой!*

### **Уважаемые родители!**

Спросите у своего ребенка: «Чем опасен бег через проезжую часть?».

Что он вам скажет? «Водитель может наехать». Это не совсем верно.

Ближе к истине - «Можно споткнуться (летом), поскользнуться (осенью и зимой) и упасть».

Но это еще не главный ответ. «Можно не заметить машину». Вот это уже самое главное.

Задайте вашему сыну или дочери следующий вопрос: «Как наблюдает тот, кто бежит через дорогу?»

Может ли он смотреть по сторонам?». Не может. И в этом все дело! Поэтому так важно выработать у детей устойчивый навык

**ПРИ ПЕРЕХОДЕ ПРОДОЛЖАТЬ НАБЛЮДАТЬ ЗА ДОРОГОЙ В ОБЕ СТОРОНЫ,  
ВНАЧАЛЕ БОЛЬШЕ НАЛЕВО, ПОТОМ БОЛЬШЕ НАПРАВО.**

Не «Вначале посмотри налево, дойдя до середины – посмотри направо», а именно «Наблюдать в обе стороны!». Ведь улица непрерывно меняется! Стоявшая машина могла поехать, медленно ехавшая – ускорить движение. Следовавшая прямо – неожиданно повернуть.

Наблюдение надо ДУБЛИРОВАТЬ! Как это делать при беге? Никак! Тот, кто бежит, взглядом устремлен вперед и практически не может смотреть по сторонам. Он почти, как слепой... Когда человек идет, то при каждом шаге есть момент, когда обе ноги находятся на земле одновременно.

Польза от перехода ШАГОМ – устойчивость при движении, можно спокойно поворачивать голову и влево, и вправо столько раз, сколько нужно по обстановке.

Чтобы возвести правильные действия вашего ребенка в привычку при переходе проезжей части, отработайте с ним во дворе, в парке, дома несложное упражнение: переход дороги, наблюдая.

Тренируйте движения поэтапно.

Вначале вы показываете ребенку, как нужно действовать: остановиться у края тротуара, посмотреть налево, затем направо и снова налево. Только после этого можно начинать движение, не прекращая наблюдать (с поворотом головы!). До середины проезжей части больше внимания уделяем наблюдению вправо.

Следующий шаг – отработка этих действий вдвоем с ребенком: доведение этих действий до автоматизма.

Заключительный шаг – ребенок переходит дорогу самостоятельно, закрепляя полученные навыки.

Зимой бег через дорогу опасен вдвойне!

Снежный накат и гололед многократно увеличивают тормозной путь. Остановить движущуюся машину становится в десятки раз сложнее! От резкого торможения автомобиль может занести или он пойдет «юзом». И тогда траектория его движения становится и вовсе непредсказуемой.

Значит, только спокойный переход, только шагом, только предельное внимание на дороге!

Натренированная до автоматизма привычка поможет вашему ребенку безопасно перейти дорогу одному, с друзьями или с лыжами в руках.