**СРЕДСТВА ЗАЩИТНОЙ ЭКИПИРОВКИ**еде, самокате, роликах

Лето - это прекрасная пора для катания на велосипеде, самокате и роликах как для взрослых, так и для детей. Но чтобы прогулка прошла успешно и не закончилась травмами, следует соблюдать несколько правил для безопасного катания. Прежде всего это касается детей, которые чаще получают травмы, синяки или ссадины во время катания.

**Защитная экипировка**

Прежде всего, покупая ребенку его собственное транспортное средство для прогулок, подумайте о приобретении [комплекта защиты](https://www.decathlon.ru/komplekt-zawity-basic-det-_e1-id_8373901.html?utm_source=decablog&utm_medium=social&utm_campaign=aksessuary-dlya-bezopasnogo-kataniya-rebenka-na-velosipede-samokate-rolikah). Если ребенок катается на роликах или самокате, вам понадобится полный комплект, что включает в себя наколенники, налокотники и щитки для запястий. Асфальт или плитка - твердые, - и любое падение может закончится травмой, поэтому так важно защитить колени и локти от возможных переломов.

**Шлем для катания**

Шлем - обязательный аксессуар, особенно если ваш ребенок только учится кататься. Для роликов и самокатов подойдет [закрытый шлем](https://www.decathlon.ru/shlem-b100-det-_e1-id_8398415.html?utm_source=decablog&utm_medium=social&utm_campaign=aksessuary-dlya-bezopasnogo-kataniya-rebenka-na-velosipede-samokate-rolikah) в форме чаши. Такая форма закрывает затылок и область вокруг ушей, ведь при катании ребенок чаще всего падает назад.

Для катания на велосипеде [шлем](https://www.decathlon.ru/C-220393-velosipednye-shlemy?utm_source=decablog&utm_medium=social&utm_campaign=aksessuary-dlya-bezopasnogo-kataniya-rebenka-na-velosipede-samokate-rolikah) имеет продолговатую форму и небольшой козырек для защиты лба.

**Велоперчатки**

Для катания на  велосипеде желательно использовать [перчатки](https://www.decathlon.ru/C-220392-veloperchatki), чтобы ребенку было удобнее держаться за руль и управлять велосипедом. Это также добавит ребенку уверенности и защитит его ладони от ссадин.

**Фонарик и светоотражающие аксессуары**

Если ребенок катается в вечернее время, то позаботьтесь о наличии [фонарика](https://www.decathlon.ru/C-254275-velofary-i-velofonari?utm_source=decablog&utm_medium=social&utm_campaign=aksessuary-dlya-bezopasnogo-kataniya-rebenka-na-velosipede-samokate-rolikah) у него на велосипеде или самокате, чтобы он хорошо видел дорогу, по которой катается, и не наткнулся на ямку или бордюр. В случае с роликами можно использовать налобный фонарь, который крепится на шлем. Для темного времени суток используйте [светоотражающие аксессуары](https://www.decathlon.ru/narukavnik-500_e1-id_8215322.html?utm_source=decablog&utm_medium=social&utm_campaign=aksessuary-dlya-bezopasnogo-kataniya-rebenka-na-velosipede-samokate-rolikah), чтобы ребенка могли видеть другие участники дорожного движения.

**Обувь для катания**

Убедитесь, чтобы обувь вашего ребенка была удобной, а также закрытой, чтобы избежать порезов, ссадин и ушибов. Для катания на самокате или скейтборде лучше всего выбирать специальную [обувь](https://www.decathlon.ru/C-158949-kedy) с толстой подошвой для лучшего сцепления с доской и предотвращения травм голеностопа.

Все эти аксессуары помогут защитить вашего ребенка от ненужных травм и сделать его катание безопасным.

Не забывайте также о правилах катания на велосипеде, самокате, роликах и правильном выборе места для катания, чтобы прогулки проходили успешно и были наполнены только положительными эмоциями!

**ВЕЛОСИПЕД**



**РОЛИКОВЫЕ КОНЬКИ**





**ГИРОСКУТЕРЫ, СИГВЕИ**





**МОНОКОЛЁСА**





**СКЕЙТБОРД**

