

Умение рулить и нажимать на педали трехколесного велосипеда во время съезда по наклонной поверхности

Когда ваш ребенок познакомится со спуском по наклонной поверхности на трехколесном велосипеде, вы можете снизить степень своей поддержки. Сначала побуждайте его исправно крутить педали, а когда он научится делать это, займитесь умением рулить.

Для того чтобы крутить педали, ребенку необходимо:

1. сгибать и разгибать ноги в тазобедренных и коленных суставах, толкая вперед то одну, то другую педаль;

2. совершать стопами такие движения, которые позволяют, нажимая на педали, заставлять их вращаться.

Понимание того, как двигать ногами, чтобы велосипед ехал вперед, – задача непростая, но ребенку необходимо разгадать ее. Его ноги по-прежнему важно фиксировать на педалях. Тогда он научится отталкиваться ступней, а не вести упорную борьбу за то, чтобы удержать ноги на педалях.

Трудно дать понять ребенку, что ему нужно делать, чтобы научиться крутить педали самостоятельно. Если вы скажете ему: «Жми ногами!» – и нажмете на его колено, он может в подражание вам нажать на колено своей рукой. Если вы скажете: «Двигай ногами!» – он начнет двигать ногами, но недостаточно сильно. Если вы скажете: «Поехали!» – он может раскачивать свое тело вперед-назад, пытаясь сдвинуть велосипед с места. Эти указания не научат ребенка всему тому сложному движению, которое мы совершаем, крутя педали. Чтобы помочь ему понять, как нужно крутить педали, вам придется перепробовать разные слова и разные действия. Например, когда Иегуда съезжал по наклонной поверхности, мама говорила ему: «Поехали, ножками, поехали!» Он смотрел на свои ноги и пытался работать ими, чтобы ехать дальше. Когда он останавливался, то снова пытался ногами привести в движение велосипед и поехать. Слова «поехали, ножками, поехали» побуждали его сосредоточиться на действии («ехать») и на том, с помощью чего он должен это действие выполнить (на ногах). Он понимал, что ему нужно делать, и, когда мама повторяла эти слова, продолжал двигать ногами.

Когда ваш ребенок оказывается на верхней площадке наклонной поверхности, ему приходится действовать ногами, чтобы инициировать движение велосипеда. Когда он уже движется, то поддерживать движение легче. Если же он остановился, то нужно снова «запустить» велосипед. Ваша задача – побуждать его продолжать ехать вперед, пока он не съедет вниз до конца. Тогда вы можете снова завезти его на вершину горки, чтобы он еще раз съехал вниз. Подъем на горку станет для него возможностью передохнуть, а вы можете развеселить его, двигаясь вверх с большой скоростью.

Умение рулить и нажимать на педали трехколесного велосипеда во время езды по горизонтальной поверхности

Когда вы увидите, что ваш ребенок пытается нажимать на педали во время езды по горизонтальной поверхности или продолжает жать на педали, съехав с горочки, можно практиковаться в умении крутить педали во время езды по горизонтальной поверхности. Теперь ребенку придется производить действия, способные заставить велосипед двигаться вперед. Вы поможете ему делать то, что он в состоянии делать. Когда он застревает, выручьте его. Если ребенок может самостоятельно поддерживать движение, у него будет мотивация делать это.

Если он по горизонтальной поверхности движется медленно и с трудом, чередуйте это занятие с ездой по наклонной поверхности или побуждайте его начинать движение в нижней части горочки, чтобы потом пользоваться