Важно запомнить, что период детства – это период, когда обучение и развитие ребенка наиболее эффективно **через игры**. Создание игровых ситуаций, участие в совместных играх будет очень благотворно влиять как на психику и активную социализацию, так и на физическое развитие.

Попинайте или покидайте мячи, подметите двор или квартиру, протрите пыль, покормите птиц на улице, попускайте мыльные пузыри – совершайте действия, которые потребуют включения ребенка в процесс. Заинтересуйте его и он сам будет хотеть двигаться и ходить.

Поощряйте попытки ребенка стоять, держать равновесие, ходить, играть.

Периодически напоминайте ему, что нужно стоять прямо, ходить самостоятельно (а не висеть).

|  |
| --- |
| **ОБРАЩАЕМ ВАШЕ ВНИМАНИЕ, ЧТО ТРЕНИРОВКА В ПОЛНОСТЬЮ ОДЕТОМ ТРЕНАЖЕРЕ ТРЕБУЕТ ОТ ВАС БЛИТЕЛЬНОСТИ И ОСТОРОЖНОСТИ.**  **ИЗБЕГАЙТЕ СИТУАЦИЙ, КОГДА ВЫ МОЖЕТЕ УПАСТЬ!**  **ПАДЕНИЕ МОЖЕТ БЫТЬ СПРОВОЦИРОВАНО КАК АКТИВНЫМИ ДЕЙСТВИЯМИ САМОГО РЕБЕНКА (ОТТАЛКИВАНИЕ ОТ ЗЕМЛИ, ПРЫЖКИ), ТАК И НЕУСТОЙЧИВОСТЬЮ ВЗРОСЛОГО И ХОЖДЕНИЕ ПО НЕРОВНОЙ ПОВЕРХНОСТИ.** |

**Ходунки – тренажер «АРДОС»**(тренажер предназначен для обучения детей навыкам хождения и передвижения в пространстве в вертикальном положении)

(сертификат соответствия РОСС RU.АГ79.В26294 №0929185)

**Инструкция по эксплуатации**

**тренажера**

**Внимание! Производитель настаивает на предварительной консультации с медицинским работником перед приобретением тренажера!**

**Перед использованием тренажера прочтите инструкцию.**

**Комплектация:**

1. Система «Пояс» для закрепления тренажера на взрослом.
2. Система поддержки ребенка «Костюм».
3. Система крепления плечевая.
4. Специальная обувь для синхронизации шага взрослого и ребенка.
5. Инструкция по применению.

**Регулировка тренажера:**

1. **Регулировка системы поддержки «Костюм».**

- Оденьте «Костюм» на ребенка так, чтобы круговая стропа была ниже уровня подмышек ребенка, а пластиковые застежки (фастексы) располагались спереди.   
- Застегните фастексы и подтяните круговые стропы так, чтобы они плотно облегали ребенка, но не сдавливали грудь слишком сильно. Ребенку должно быть комфортно. Подмышечные стропы предназначены для самых маленьких. Более взрослым детишкам их можно не затягивать вообще.  
- Отрегулируйте натяжение строп поддержки таза таким образом, чтобы перекрестия строп около боковых фастексов оказались на уровне таза ребенка (на уровне тазовой кости). В подвешенном состоянии круговая стропа не должна давить на подмышки.  
- Обратите внимание, что соединяющая стропа между смягчающими накладками на ноги не должна причинять неудобств ребенку (особенно мальчикам).

**3. Регулировка системы «Пояс»**  
- Оденьте пояс так, чтобы фастексы были у Вас спереди.  
- Отрегулируйте плотность облегания пояса до комфортной.  
- Пристегните «Систему» к «Поясу» (обратите внимание, что при весе ребенка более 15 кг, мы рекомендуем заказывать вариант тренажера с усиленными креплениями).  
- Отрегулируйте длину крепежных лямок так, чтобы ребенок мог стоять на полу перед Вами. Если он устанет, то сможет просто расслабиться и повиснуть на тренажере.

**4. Специальная обувь.**

Обувь тренажера предназначена для надевания на обычную обувь (поверх обуви, в которой Вы и ребенок ходите). Регулировка осуществляется путем затягивания регулировочных ремешков. После прогулки обувь рекомендуется очистить от загрязнений, если такие имеются. При необходимости можно промыть обувь под струей воды. Избегайте сушки обуви на нагревательных устройствах и нагревательных элементах системы отопления. Это может привести к более быстрому износу обуви и порче.

Костюм отрегулирован.

**Теперь запомните очередность одевания костюма:**

1. Пояс на взрослого (или плечевая система крепления)
2. Костюм на ребенка
3. Тапки на взрослого
4. Пристегивание Костюма к Поясу взрослого
5. Тапки на тапки на ребенка

Вы готовы к занятию.

**Снимаем тренажер в обратном порядке.**

**Правила эксплуатации изделия:**

1. Обязательно прочтите инструкцию перед использованием тренажера.
2. Тренажер предназначается для облегчения обучению детей ходьбе.
3. Тренажер предназначен для детей массой до 15 кг в стандартном варианте и до 25 кг в варианте с усиленными креплениями к тазу ребенка.
4. **Перед использованием проконсультируйтесь сомедицинским работником на предмет возможности применения изделия.**
5. Не перегружайте тренажер. Это может привести к его порче.
6. **Перед каждым использованием убедитесь в целостности и надежности всех элементов тренажера: пластмассовыхфастексов, целостность швов и пр.**
7. Оберегайте все элементы тренажера от ударов и любых механических повреждений, от острых и режущих предметов, от чрезмерного теплового воздействия.
8. **Во избежание травм крайне внимательно работайте с тренажером, помните, что в нем ребенок еще больше зависит от Вас.**

**Дополнительные сведения:**

\*Обувь некоторое время может издавать неприятный резкий запах – это следствие недавней механической обработки изделия. Со временем запах исчезнет.

\* Концы строп можно оплавить, если они потеряли форму.

**Гарантийные обязательства:**

Гарантийный срок эксплуатации тренажера составляет 12 месяцев со дня продажи. Гарантийное обслуживание осуществляется при выявлении дефекта, возникшего по вине изготовителя, а также при наличии печати предприятия – изготовителя (ООО «АРДОС») на гарантийном талоне. Предприятие-изготовитель оставляет за собой право на внесение конструктивных изменений и усовершенствований, которые могут быть не отражены в данной инструкции, без согласования с заказчиком. Гарантия не распространяется на дефекты, вызванные:

- механическими повреждениями изделия,  
- неправильной сборкой изделия,  
- небрежной эксплуатацией изделия.

**Этапы обучения ходьбе:**

1. При одетом полностью костюме (костюм и спаренные сандалии) происходит привыкание ребенка к вертикальному положению тела и привыкание к основным шагающим движениям, наработка мышечной памяти.

2. Если ребенок уже освоился, не боится стоять вертикально, умеет самостоятельно шагать, можно:

- Снимать спаренные сандалии. Чтобы приучать к самостоятельным шагам.

- Тренировать его при ослабленных ремнях. Основная нагрузка всегда должна быть на ремни тазовой поддержки. Основная задача верхних ремней - поддерживать ребенка в вертикальном положении (какие и насколько ослаблять - по ситуации). Нужно, чтобы ребенок не висел на ремнях, а пробовал совершать шаги самостоятельно, пробовал стоять. Важно, чтобы чувствовал, что защищен на 100% от падения.

3. Третий этап наступает тогда, когда ребенок уже ходит самостоятельно с небольшой поддержкой. Сандалии уже не нужны. Ребенку важно ощущение безопасности. Ремни его почти не держат. Натяжение верхних ремней можно ослаблять для того, чтобы ребенок учился сохранять равновесие.

Требуется постоянное напоминание ребенку о том, что он ходит самостоятельно, чтоб не расслаблялся и не висел только на костюме. Периодические передышки нужны, но именно передышки, которые сопровождаются этапами обучения и нагрузки.

4. Далее - по ситуации. Тенденция - к ослаблению ремней.

При использовании тренажера следование указанным этапам не обязательно, можно экспериментировать, ориентируясь на ситуацию. Даже более того – очень желательно чередовать тренировки в костюме «АРДОС» с другими тренировками – хождением с самостоятельной поддержкой за руку или за поручень, ползание, прыжки и прочее.

