

## ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ ЮНОМУ ВЕЛОСИПЕДИСТУ?



**ВЕЛОСИПЕД** – транспортное средство, которое имеет по крайней мере два колеса и приводится в движение как правило мускульной энергией лиц, находящихся на этом транспортном средстве, в частности при помощи педалей или рукояток.

**ВЕЛОСИПЕДИСТ** – лицо, управляющее велосипедом.

**ДО 7 ЛЕТ** – передвигаться только по тротуарам, пешеходным или велопешеходным дорожкам.

**С 7 ДО 14 ЛЕТ** – разрешено движение по тротуарам, пешеходным и велопешеходным дорожкам, велосипедным дорожкам, в жилых зонах, обозначенных специальными знаками.

**С 14 ЛЕТ** – разрешено движение по крайнему правому ряду проезжей части дороги, но только при отсутствии велосипедных и велопешеходных дорожек.

## ВОДИТЕЛЯМ ВЕЛОСИПЕДА ЗАПРЕЩАЕТСЯ



- ездить, не держась за руль хотя бы одной рукой;
- перевозить пассажиров, кроме ребёнка в возрасте до 7 лет на дополнительном сиденье, оборудованном надёжными подножками;
- перевозить груз, который выступает более чем на 0,5 м по длине или ширине за габариты, или груз, мешающий управлению;
- двигаться по дороге при наличии рядом велосипедной дорожки;
- поворачивать налево или разворачиваться на дорогах с трамвайным движением и на дорогах, имеющих более одной полосы для движения в данном направлении;
- двигаться по автомагистралям;
- двигаться по дороге в тёмное время суток (и/или в условиях недостаточной видимости) без включенного переднего белого фонаря.

## СИГНАЛЫ ПОДАВАЕМЫЕ ВЕЛОСИПЕДИСТОМ:



Поворот направо: вытянуть правую руку полностью в сторону направления поворота или левую руку вытянуть в сторону и согнуть в локте под прямым углом вверх (как будто отвечаете на уроке)



Поворот налево: вытянуть левую руку полностью в сторону направления поворота или правую руку вытянуть в сторону и согнуть в локте под прямым углом вверх.



Чтобы остановиться нужно заранее поднять вверх левую руку.



**НА ПЕШЕХОДНОМ ПЕРЕХОДЕ ТОЛЬКО СПЕШИВАТЬСЯ!**

# Упражнения по катанию на велосипеде для старших дошкольников

- ▶ Делать повороты направо и налево в указанном месте.
- ▶ Ездить по кругу (с маленьким радиусом) с поворотами налево и направо.
- ▶ Ездить «змейкой».
- ▶ Быстро и точно реагировать на различные сигналы.
- ▶ Соблюдать при катании избранное направление: прямолинейное, с различными поворотами.
- ▶ Ездить быстро и медленно, произвольно и по указанию воспитателя менять темп катания.
- ▶ Ездить держась за руль одной рукой, одновременно доставать подвешенный предмет.
- ▶ Проезжать по узкой дорожке (отмеченной на асфальте)
- ▶ Ездить по дорожке с различным грунтом, по дороге с неровностями.
- ▶ Свободно ориентироваться в пространстве, придерживаться правил уличного движения.
- ▶ Сохранять при катании заданную дистанцию в отношении едущего впереди и сбоку.
- ▶ Быстро и точно реагировать на сигналы светофора и регулировщика.
- ▶ Уметь точно показывать сигналы велосипедиста.

