

# Памятка для детей и их родителей

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОЙ ЕЗДЫ НА ВЕЛОСИПЕДЕ

Велосипед - друг, хорошо знакомый с детства. Что может быть проще? Умеешь ездить - садись и езжай! Так и есть, только следует помнить, что велосипед, это, прежде всего, транспортное средство, при использовании которого обязательно соблюдать правила эксплуатации и поведения на дороге. Халатность и попустительство может привести к травмам, или, даже, печальному исходу. Важно научить детей соблюдать правила безопасной езды на велосипеде. С первых минут освоения этого транспорта нужно рассказывать ребенку о важных аспектах движения в доступной форме.



Первые детские велосипеды на трех колесах и беговелы кроха начинает осваивать с двух лет. Лет с четырех ребенок пересаживается на двухколесный транспорт. Велопрогулки осуществляются в безопасных местах (*скверы, парки, тротуары*) и под присмотром родителей.

Позже наступает время, когда взрослые перестают сопровождать ребенка на велосипедных прогулках. Перед тем, как отпустить чадо в самостоятельное путешествие, важно, чтобы ребенок выполнял все правила безопасного движения на интуитивном уровне и обладал достаточным мастерством вождения детского велосипеда.

### *Знания о безопасной езде на велосипеде ребенка в 2-14 лет:*

С самых ранних лет ребенок должен иметь первые познания правил дорожного движения. Они должны состоять из нехитрых постулатов:

- объезжать движущиеся объекты (*людей, животных, других участников движения*);
- замедлять движение на поворотах и при маневрах, когда совершается объезд недвижимых преград на пути (*деревья, лавочки и пр.*);

- избегать выезда на проезжую часть;
- объезжать ямы, лужи, канализационные люки;
- переходить дорогу только в сопровождении взрослых, обязательно спешившись.



### *Знания о безопасной езде ребенка на велосипеде с 14 лет:*

С этого возраста ребенок имеет право быть участником дорожного движения. Соблюдение ПДД жизненно необходимо:

- велосипедист должен соблюдать установленные правила и следовать указаниям дорожных знаков;
- помнить о дистанции относительно движущихся впереди объектов;
- если на дороге выделена зона движения велосипедистов (*велодорожка*), велосипедист должен ехать по ней;
- групповая езда осуществляется цепочкой, друг за другом;

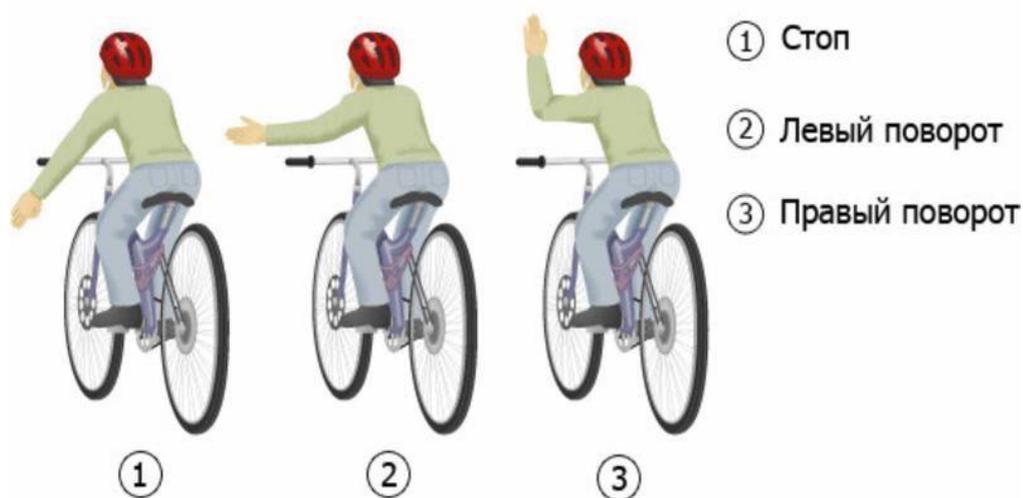
- ребенок должен быть внимательным к стоящему транспорту (*внезапное открытие дверей, резкий старт*);

- в зоне передвижения людей спешиваются и везут велосипед рядом.

### **Язык велосипедиста:**

Чтобы другие участники движения были информированы о передвижении велосипедиста, ребенку стоит запомнить специальные сигналы:

1. Опущенная левая рука – остановка;
2. Вытянутая левая рука - поворот налево;
3. Левая рука, изогнутая в локтевом суставе и направленная вверх - поворот направо;



### **Важные предосторожности для безопасного передвижения детей на велосипеде:**

- во время движения нельзя слушать плеер и, тем более, разговаривать по телефону;

- внимательно следить за происходящим вокруг: движение транспорта, пешеходов, возможные помехи и препятствия;

- всегда учитывать: скорость, опыт вождения, качество дорожного покрытия;

- уметь и быть готовым резко тормозить.

Особенно это актуально, когда ребенок или подросток не обладает достаточным мастерством езды на детском велосипеде.

### *Езда в дождь:*

Влага ухудшает техническое состояние велотранспорта и снижает срок службы деталей, потому поездок в дождь лучше избегать. Нюансы движения:

- плохое сцепление с дорогой;
- тормоза работают значительно хуже, что делает тормозной путь длиннее;
- ухудшается видимость;
- поворот осуществляется только на минимальной скорости.

### *Движение на велосипеде в темное время суток и при пониженной видимости:*

- обязательно зажженная фара спереди, фонарь сзади;
- световозвращатели - чистые и правильно закрепленные;
- светлая одежда, оснащенная светоотражателями - жизненно важно быть ребенку видимым для других участников движения.

### *Экипировка юного велосипедиста:*

Выбор одежды по принципу безопасности при движении (чтоб не зацепилась за руль, цепь и пр.), лучше использовать спортивную или специальную одежду;

- обязательны светоотражающие полоски;
- минимальная необходимая защита- надежный шлем, который следует заменять после



серьезных падений (даже при внешней целостности, ведь может быть нарушена внутренняя конструкция);

- защитные очки.

### **Перед выездом на велосипеде:**

Проверка готовности транспортного средства к движению - часть правил безопасного движения ребенка на велосипеде. Перед выездом нужно осмотреть техническое состояние велосипеда на предмет следов от повышенных нагрузок: *трещин, деформаций, вмятин, потертостей, отслоений краски.*

Стоит обязательно проверить: *исправность руля и фары, работу звукового сигнала и тормоза, наличие и чистоту световозвращателей, давление в шинах, центровку колес, натяжение спиц и цепи, наличие и регулировку зеркала заднего вида, соответствие высоты сидения росту велосипедиста - при нижнем положении педалей нога должна быть слегка согнута.*

**Все эти простые правила жизненно необходимы и должны быть доведены до автоматизма. Важно помнить, что истинно насладиться ездой поможет только безопасность!**

