

О безопасности детей при движении на велосипеде

Движение на велосипеде требует от ребенка повышенного внимания и соблюдения следующих правил:

1. Дети до 7 лет обязательно должны кататься под присмотром взрослых.
2. Дети должны использовать средства защиты: велосипедный шлем, велосипедные перчатки, очки, наколенники, налокотники.
3. Велосипед – механическое устройство, как и автомобиль требующее технического ухода. Необходимо проверять основные узлы велосипеда: исправную работу переднего и заднего тормозов, крепление руля и седла, надёжность крепления педалей, отсутствие трещин в сварных швах рамы. Если на велосипеде дисковые тормоза, следует убедиться в исправности гидролиний и степени износа тормозных колодок. Если тормоза V-brake, надо обратить внимание на износ и отсутствие трещин в ободе колеса, не допуская попадания масла на обод и тормозные колодки. Правильная настройка заднего переключателя убережёт ребенка от непредвиденного торможения в результате загиба машинки скоростей в спицы. Если велосипед настроен и проверен, ребенок может выезжать на улицу.
4. Постоянно напоминайте ребёнку о необходимости соблюдения правил дорожного движения, при этом очень важно соблюдать их самим, тем самым, показывая хороший пример.
5. Объясните ребёнку, что категорически запрещается:
 - ездить, не держась за руль хотя бы одной рукой;
 - перевозить пассажиров и груз, мешающий управлению;
 - ездить в темное время суток;
 - превышать скоростной режим (в случае возникновения экстренной ситуации при высокой скорости ребёнок не успевает совершить манёвр, например, торможение или поворот).

Распечатайте и отдайте это ребенку!

Движение на велосипеде требует повышенного внимания и соблюдения несложных правил:

1. Надень защиту! Рекомендуется одевать велосипедный шлем, он убережет тебя от травмы головы; велосипедные перчатки, которые не только создадут комфорт и понизят вибрацию при движении, но и уберегут кисти рук от ссадин при падениях, а если едешь уже достаточно быстро надень очки, для защиты глаз от попадания мусора и мошек, также нужно использовать наколенники и налокотники.
2. Перед поездкой проверь исправность велосипеда.
3. Не забывай о правильной, удобной посадке на велосипеде.
4. Соблюдай правила дорожного движения.
5. На дороге очень полезным окажется зеркало заднего вида.
6. Запрещается ездить, не держась за руль, и перевозить пассажиров.
7. Если тебе исполнилось 14 лет, и отсутствуют велосипедные дорожки, двигайся по крайней правой полосе проезжей части в один ряд или по обочине. При повороте направо убедись, что одновременно с тобой не поворачивает автомобиль, тебя могут прижать к обочине.

8. Учитывая состояние дорожного покрытия, на влажном асфальте длина тормозного пути увеличивается.

9. Пожалуйста, при езде на велосипеде не развивай высокую скорость, не разгоняйся – чем выше скорость движения, тем меньше шансов успеть сманеврировать при возникновении экстренной ситуации.

10. При экстренном торможении резко не нажимай на передний тормоз, иначе возможно падение через руль, тормози больше задним тормозом. Передний тормоз лучше использовать при поворотах, это убережет велосипед от заноса.

11. Если ты решил запрыгнуть на бордюр или любое схожее препятствие, лучше это делать перпендикулярно, а не под острым углом к препятствию, потяни на себя руль и ты на тротуаре.

12. Не делай резких перестроений при движении, ведь другие участники движения к этому могут быть не готовы.

13. Проезжую часть дороги необходимо переходить только по пешеходному переходу, ведя велосипед за руль рядом с собой.

14. При объезде припаркованных автомобилей убедись в отсутствии приближающегося сзади автомобиля и обязательно покажи другим участникам движения о своем намерении совершить манёвр – вытяни левую руку в сторону. Также нужно быть готовым, что в момент объезда автомобиля, водитель неожиданно может открыть дверь, столкновение в этом случае наиболее опасно для здоровья велосипедиста.