

41 ПРАВИЛО БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЕЗДЕ НА ВЕЛОСИПЕДЕ

Согласно Правилам Дорожного Движения велосипедисты моложе 14 лет не имеют право ездить по дорогам за исключением дорог в жилой зоне.

СОСТОЯНИЕ И ЭКИПИРОВКА ВЕЛОСИПЕДА

1. Подбирайте велосипед под себя – под свой рост и вес. Важно, чтобы ехать на велосипеде вам было удобно.
2. Ваш велосипед должен быть оборудован световыми приборами – световозвращающими катафотами (впереди, сзади, на колёсах) или вело фонарями, они должны быть чистыми и правильно настроенными. Благодаря им вы будете заметны всем участникам движения, особенно в темное время суток.
3. Каждый велосипед и деталь, установленная на него, имеют ограниченный срок эксплуатации. Регулярно проверяйте все детали вашего велосипеда на предмет обнаружения трещин, вмятин, деформации и т.д. – это позволит вам застраховать себя от неожиданного выхода из строя вашего велосипеда.

ПОДГОТОВКА И СОСТОЯНИЕ ВЕЛОСИПЕДИСТА

4. Внимательно изучите инструкцию по эксплуатации вашего велосипеда – чем лучше вы знаете, как устроен и как работает ваш велосипед, тем проще вам будет эксплуатировать его.
5. Не ездите на велосипеде после приема медикаментов, нарушающих координацию движений или влияющих на скорость реакции, а также в состоянии переутомления, опьянения.

ЭКИПИРОВКА ВЕЛОСИПЕДИСТА

6. Надевайте яркую одежду со светоотражающими полосками – это сделает вас более заметным на дороге для всех участников движения.
7. Надевайте облегающую одежду для того, чтобы ничего не попадало во вращающиеся части велосипеда и чтобы вы не зацепились за внешние препятствия.
8. Выбирайте обувь с твердой подошвой и грубым протектором, чтобы не скользить по педалям. Никогда не ездите босиком или в сандалиях.
9. Ездите в шлеме. Шлем защитит вас от травм головы при падениях. Шлем должен соответствовать стандартам безопасности и быть удобным.
10. Надевайте защитные очки – они будут беречь глаза от попадания грязи и насекомых. Используйте специальные велосипедные очки, так как обычные стеклянные очки при попадании камней могут разбиться и повредить глаза.

ПОДГОТОВКА К ПОЕЗДКЕ НА ВЕЛОСИПЕДЕ

11. Знайте и соблюдайте правила дорожного движения. Это снизит риск попадания в ДТП и избавит вас от конфликтов с водителями автомобилей.
12. Потренируйте где-нибудь на просторной площадке экстренное торможение – без блокировки колес и потери управляемости.
13. Всегда берите с собой деньги, аптечку, ремонтный комплект для велосипеда, мобильный телефон – все это может пригодиться вам в форс-мажорной ситуации.
14. Перед выездом из дома обязательно проверьте исправность тормозов велосипеда.
15. Избегайте использования предметов, свободно свисающих с руля. Они могут попасть в спицы или спровоцировать непрогнозируемый поворот руля.

16. Все части вашего велосипеда должны быть в исправности, чисты и хорошо смазаны.

УПРАВЛЕНИЕ ВЕЛОСИПЕДОМ

17. Не катайтесь в наушниках. Вы должны слышать все, что происходит вокруг.
 18. Внимательно следите за дорогой: не опускайте голову и не «уходите в себя».
 19. При движении крепко держите руль. Помните, что любая неровность дороги может резко дернуть руль в сторону, и он может выскочить из рук. В движении не убирать с руля велосипеда обе руки одновременно.
 20. Держите пальцы на тормозах, чтобы при возникновении малейшей сложной ситуации суметь быстро затормозить.
 21. Не разговаривайте по телефону во время езды, даже если у вас гарнитура hands-free. Для разговора лучше остановитесь. Во время даже короткой стоянки отойдите вместе с велосипедом в сторону, чтобы не мешать другим участникам движения.
 22. Всегда контролируйте вашу скорость движения. Сопоставляйте ее с состоянием дороги и возможным поведением других участников движения.
 23. Не перевозите пассажиров, особенно если они закрывают вам обзор. Присутствие на велосипеде второго лица может помешать вам поддерживать равновесие. Перевозите детей только с использованием специального детского сидения и только в случае, если ваш велосипед рассчитан на это.
 24. Избегайте езды в сырую погоду – в это время тормоза работают с меньшей эффективностью, поэтому принимайте во внимание увеличение тормозного пути. Помните, что в условиях мокрой погоды снижается видимость и сцепление с дорогой – при поворотах снижайте скорость.
 25. Если ваш велосипед не предназначен для прыжков, выполнения трюков, спусков с крутых гор или любых других экстремальных способов катания, не рискуйте. Эксплуатируйте ваш велосипед правильно.
- ### **ДВИЖЕНИЕ ПО ДОРОГАМ**
26. Если есть возможность, пользуйтесь специальными велодорожками.
 27. Подчиняйтесь сигналам светофоров, требованиям дорожной разметки, дорожных знаков. Ездите только в разрешенном направлении по улицам (дорогам) с односторонним движением.
 28. Притормаживайте перед перекрестками, не выскакивайте на перекресток из-за машин, как только загорелся зелёный свет, так как есть риск столкнуться с машиной, заканчивающей движение на желтый свет.
 29. Держитесь подальше от автотранспорта, будьте готовы к его неожиданным маневрам на дороге: поворотам, торможениям, подрезаниям.
 30. При объезде припаркованных машин старайтесь держать дистанцию с запасом на полностью открытую дверь.
 31. Всегда внимательно следите за дорогой: рытвины, решётки водостока, мягкие и глубокие обочины могут стать причиной аварий и, как следствие, травм. Преодолевать железнодорожное полотно или решетки водостока нужно осторожно, направляя велосипед под углом 90°.
 32. Перед препятствиями на дороге сбрасывайте скорость и притормаживайте заранее, не оставляйте это на последний момент.

33.Если вам надо объехать препятствие на дороге, то не забывайте сначала обернуться и посмотреть, не обгоняет ли вас сзади автомобиль (или другой велосипедист). Если у вас нет уверенности в состоянии дороги, лучше преодолейте препятствие, или такой участок дороги, спешившись.

34.Не ездите на велосипеде по автомагистралям с интенсивным движением автомобилей. Если вы едете по автодороге, будьте особенно внимательны, передвигайтесь как можно ближе к правому краю проезжей части либо по обочине, никогда не пользуйтесь полосой встречного движения.

35.Несколько велосипедистов должны двигаться в колонну по одному. Без крайней необходимости не обгоняйте велосипедиста справа.

36.Соблюдайте необходимую для остановки дистанцию до подвижного или неподвижного объекта во избежание столкновения с ним. Принимайте во внимание состояние дороги и вероятность того, что подвижный объект может экстренно затормозить.

37.Если вы едете по тротуарам и пешеходным дорожкам, двигайтесь осторожно – это территория пешеходов.

38.При движении по дорогам следует заблаговременно показывать руками специальные знаки для других участников движения. Так вы предупредит других участников движения о том, что вы собираетесь делать:

- поворот направо (или перестройка в правый ряд) – вытянутая в сторону правая рука
- поворот налево (или перестройка в левый ряд) – вытянутая в сторону левая рука
- остановка, торможение – поднятая вверх левая или правая рука
- опасность (яма, разбитое стекло, лужа) слева – опущенная вниз левая рука
- опасность справа – опущенная вниз правая рука

39.Даже если вы уверены в своей правоте (например, при движении по главной дороге), уступайте дорогу – не все участники могут знать правила дорожного движения так же хорошо как вы.

40.Будьте готовы к встрече с пешеходами, переходящими дорогу в неположенных местах, детьми, выбегающими на дорогу, к ямам и выбоинам, кирпичам и палкам, стеклам и масляным пятнам – ко всему, что может создать опасность для вашего движения.

41.Избегайте скоплений людей: после футбольных матчей, праздников, концертов, рынков и т.п. Толпа – это практически гарантированные неприятности.

По материалам СМИ

Жизнь и здоровье детей в руках родителей!

**Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав
Белоярского района**

Наш адрес: г. Белоярский,
ХМАО - Югра, Тюменская область, Центральная ул., д. 16
Тел. (34670) 6-21-56; 6-21-57



7+

**Комиссия по делам несовершеннолетних
и защите их прав Белоярского района**



Сигналы, подаваемые велосипедистом при поворотах и остановке:
1,2,5 –поворот направо;
3-остановка, торможение
4-поворот налево

**Памятка для детей и их родителей
по безопасному поведению на дорогах**

г. Белоярский
2019