**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 научиться соблюдать правила безопасной езды на велосипеде.

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

С самых ранних лет необходимо 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.

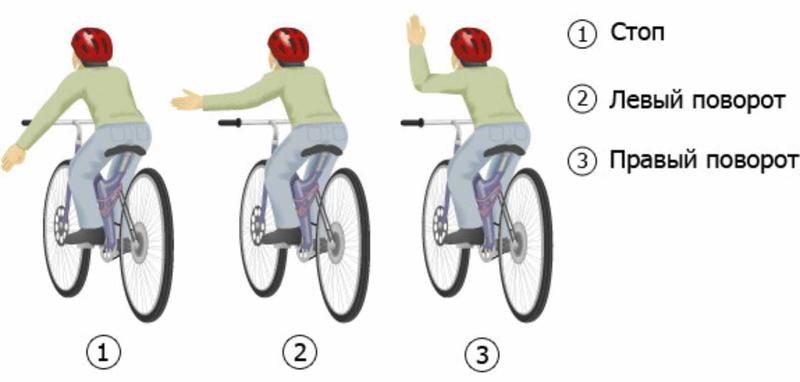
**Язык велосипедиста**

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

— вытянутая левая рука — поворот налево;

 — левая рука, изогнутая в локтевом суставе и направленная вверх — поворот направо;

— опущенная левая рука – остановка.



**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.

**Нюансы экипировки 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**