

Памятка велосипедисту ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Для обеспечения безопасности движения, предупреждения несчастных случаев каждый, кто пользуется велосипедом, должен знать и соблюдать следующие правила движения:

1. Ездить на велосипедах по улицам и дорогам разрешается с 14 лет. Такое правило введено не случайно. Дети младшего возраста, выезжая на улицу, подвергают свою жизнь опасности не только потому, что не знают Правила дорожного движения, но и потому, что они — дети. Попав в поток транспорта или проезжая перекрёсток, они могут растеряться, потерять управление и попасть под колёса идущей рядом машины. К сожалению, такие случаи ещё происходят на улицах наших городов и посёлков.
2. Сначала укажем на главное ограничение, которое установлено для велосипедистов: для детей на этом виде транспорта дорога закрыта до 14 лет!!! Время летит быстро, вам уже 14 лет и можно мчаться на велосипеде по улицам и дорогам. Теперь вы – водитель и должны соблюдать правила дорожного движения. Велосипедист – везде гость, кроме велодорожки, поэтому на тротуаре он должен не беспокоить своими маневрами пешеходов, а на проезжей части – автомобилистов. На дороге установлен лимит – 1 м в крайней правой полосе, дальше этого значения вы показываться не должны, исключением является объезд препятствия. При этом не забывайте всячески сигнализировать о своем намерении (знак рукой).
 - перед перестроением в левую сторону или поворотом налево велосипедист вытягивает в сторону левую руку;
 - перед перестроением в правую сторону или поворотом направо велосипедист вытягивает правую руку в этом направлении;
 - перед торможением надо поднять вытянутую вверх руку.



поворот
налево



поворот
направо



торможение

3. При выезде на улицу со двора велосипедист обязан пропустить транспортные средства и пешеходов и только после этого отправляться в путь.
4. Водитель велосипеда должен иметь при себе документ, подтверждающий знание Правил дорожного движения.

Не разрешается ездить на велосипеде:

- без номерного знака, звонка, с ненадёжными тормозами и рулевым управлением, а в тёмное время суток, кроме того, без зажжённого фонаря (фары) белого цвета спереди и красного фонаря (или светоотражателя) сзади, разговаривать по телефону или слушать музыку;
- по тротуарам и пешеходным дорожкам садов, парков и бульваров;
- на расстоянии более одного метра от тротуара или обочины;
- не держась за руль руками, вперегонки, цепляясь за движущиеся транспортные средства или за другого велосипедиста;
- в непосредственной близости к идущему впереди транспортному средству;

Запрещается перевозить на велосипеде:

- предметы, которые могут помешать управлению им, или выступающие более чем на полметра по длине и ширине за габариты велосипеда;
- пассажиров на раме или багажнике. Для перевозки ребёнка велосипед должен быть оборудован дополнительным сиденьем и подножками.

Уберечься и застраховаться от возможных неприятностей помогает **экипировка**. Во-первых, при вас должен быть **шлем и яркая заметная одежда**, желательно иметь световозвращающие полосы на куртке, рюкзаке, шлеме. Сам велосипед должен быть исправен (руль и тормоза), оснащен хорошим **звуковым сигналом**, ведь на дороге очень шумно, не помешает зеркало заднего вида.

Обязательно наличие световозвращателя красного цвета сзади, белого – спереди, оранжевых – по бокам (чаще на спицах колес). В ночное время их должны заменить яркие фонари соответствующих цветов.

Велошлем снижает опасную нагрузку на голову при падении велосипедиста. Главное в велошлеме – это удобство. Вы должны чувствовать себя в нем комфортно. Шлем не должен падать с головы в случае падения, поэтому он должен плотно обхватывать голову. Кстати, водители автомобилей больше уважают велосипедистов в шлемах.

Большие нагрузки при катании приходятся на руки, которые осуществляют управление велосипедом, переключение передач, торможение. Из-за неровностей дороги на руки передаются вибрации и удары, от постоянного контакта с рукоятками руля на ладонях натираются мозоли, а в случае неправильного хвата руля может возникнуть онемение пальцев или кистей. Пальцы можно поранить ветками деревьев и кустарники. При падениях также можно нанести рукам серьезные травмы. По этим причинам руки велосипедиста должны быть защищены **велоперчатками**.

Чтобы было удобно жать на педали при катании на велосипеде, должна быть удобной и комфортной обувь.

Велосипедист не должен поворачивать налево и разворачиваться на дорогах, имеющих более одной полосы для движения в данном направлении. Запрещается буксировка велосипедов и велосипедистами.

Напоминая о Правилах движения, просим запомнить, что Ваша безопасность на дороге зависит от того, насколько точно Вы эти правила соблюдаете.

ОСТОРОЖНО, ДЕТИ! Велосипедисту приходится ехать у края проезжей части рядом с тротуаром или обочиной, где могут находиться дети. Вот почему, чтобы избежать дорожных происшествий, увидев бегущего, идущего или играющего ребенка рядом с дорогой, нужно постоянно держать его в поле своего зрения. Если есть опасность, что он может оказаться на вашем пути, обратите на себя внимание ребенка звонком и будьте готовы остановить велосипед. Наезд на ребенка даже на велосипеде может причинить ему серьезные повреждения.

Помните, что выполнение всех вышеперечисленных правил дорожного движения для велосипедиста не гарантирует безопасность на 100%, а лишь указывает, как правильно вести себя на дороге, будьте всегда бдительны. Все участники дорожного движения обязаны знать и неукоснительно выполнять требования правил, а также быть взаимно вежливыми на дороге.