

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОЙ ЕЗДЫ НА ВЕЛОСИПЕДЕ!

Запомни, что велосипед - это транспортное средство. А человек, который управляет транспортным средством, является водителем!

- Дети должны кататься под присмотром взрослых;
- Перед поездкой нужно проверить давление в шинах, натяжение цепи, работу тормозов и руля;
- Собираясь на велопогулку, нужно обязательно надеть велошлем, велосипедные перчатки, наколенники, налокотники. Это обезопасит тебя при падении;
- До 14 лет можно кататься только по тротуарам, пешеходным и велосипедным дорожкам, а также в пределах пешеходных зон, не создавая препятствий для движения пешеходов;
- В темноте используй световозвращающие элементы на одежде и велосипеде;
- При переходе через дорогу велосипедист должен слезть с велосипеда и перейти дорогу пешком.

При езде на велосипеде детям категорически запрещается:

- Пересекать дорогу по пешеходным переходам, находясь на велосипеде;
- Ездить без шлема;
- Везти пассажиров на багажнике или на раме;
- Ездить на велосипеде без рук, или держать транспортное средство одной рукой, или убрыв ноги с педалей.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ САМОКАТА!

- До 14 лет передвигаться на самокате можно по тротуарам, пешеходным и велопешеходным дорожкам;
- При движении по пешеходным дорожкам скорость СИМ не должна превышать 20 км/ч;
- Необходимо использовать защитную экипировку: велошлем, наколенники, налокотники;
- Чтобы перейти дорогу, нужно спешиться, взять самокат в руки и перейти дорогу по пешеходному переходу;
- Если электросамокатом или другим СИМ будет пользоваться ребенок младше семи лет, то ему можно передвигаться по тротуарам, пешеходным и велопешеходным дорожкам.

Запрещено:

- В любом возрасте **НЕЛЬЗЯ** выезжать на самокате на проезжую часть дороги.

Вспомни основные правила пешеходов:

- Самое безопасное место для перехода - оборудованное светофором. Начинать переходить улицу можно только при зеленом сигнале светофора;
- Переходить дорогу нужно только по пешеходным переходам - «зебрам» - или на перекрестках. Не забывай, что идти через проезжую часть следует строго под прямым углом, потому что только так ты можешь полностью контролировать движение машин;
- Выйдя на проезжую часть, не отвлекайся на разговоры, не пользуйся сотовым телефоном;
- Даже на дорогах, где редко проезжает транспорт, во дворах домов, нужно быть всегда внимательными и не забывать о своей безопасности;
- Ходить следует только по тротуарам, придерживаясь правой стороны;
- Если тротуара нет, можно идти по обочине или по краю проезжей части, только обязательно **НАВСТРЕЧУ** движению транспортных средств.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РОЛИКОВЫХ КОНЬКОВ!

- Кататься на роликах можно в парках, во дворах и на специально отведенных для катания площадках;
- Обязательно надевайте защитную экипировку - шлем, перчатки без пальцев, наколенники, налокотники. Это обезопасит вас от ушибов и ссадин;
- Особенно важно, чтобы роликовые коньки плотно сидели на ноге. Стопа не должна двигаться внутри конька;
- При катании на роликах очень важно всегда наклоняться чуть вперед (при падении вы спровоцируете правильное падение);
- Запомни, что правильное падение на роликах - это падение вперед на руки и на колени!

ЗНАТЬ ПРАВИЛА ДВИЖЕНИЯ - БОЛЬШОЕ ДОСТИЖЕНИЕ!

Запрещается:

- Кататься на роликах по проезжей части;
- Пользоваться во время движения мобильным телефоном, наушниками и другими гаджетами.