



## Памятка Велосипедисту!



### ПАМЯТКА ВЕЛОСИПЕДИСТУ

Как уберечься от опасности?  
Ежедневно мы являемся участниками дорожного движения, выступая в качестве пешехода, пассажира или водителя, даже когда катаемся на велосипеде.

#### Простые правила для того, чтобы избежать опасности:

- главный навык для езды на велосипеде – это научиться держать равновесие;
- сев за руль велосипеда ты считаешься водителем и должен соблюдать все правила дорожного движения;
- дети до 14 лет не могут ездить на велосипеде по дороге и даже по обочинам дорог, а также по тротуарам;
- кататься на велосипеде можно только в безопасных местах, вдали от дорожного движения, в парках на специальных велосипедных дорожках, во дворах;
- катаясь на велосипеде, надевайте шлем, чтобы

защитить голову в случае падения.

#### Прежде чем выехать из дома, велосипедист обязан:

- проверить техническое состояние велосипеда;
- проверить руль – легко ли он вращается;
- проверить шины – хорошо ли они накачены;
- проверить, в порядке ли ручной и ножной тормоза – смогут ли они остановить велосипед перед неожиданным препятствием;
- проверить, работает ли звуковой сигнал велосипеда, чтобы ты мог вовремя предупредить людей о своем приближении и не сбить их.

Изучайте и строго выполняйте  
Правила дорожного движения!

#### **Велосипедист, помни!**

**От твоей дисциплины зависит  
твоя безопасность и безопасность  
окружающих тебя людей.  
Желаем тебе счастливого пути!**

## Правила для велосипедиста

До 14 лет велосипедист не имеет права выезжать на проезжую часть. Дети в этом возрасте должны ездить в специально отведенных для этого местах: на детских площадках, на стадионах, в парках, зонах отдыха, по велосипедным дорожкам. На велосипеде должны быть прикреплены светоотражающие катафоты, на одежде велосипедиста – светоотражающие элементы.

Велосипед является транспортным средством, за которым необходимо ухаживать: смазывать, менять испорченные детали. Пользоваться надо только исправной техникой.

Прежде, чем сесть на велосипед, на велосипедисте должна быть обязательно надета защита: шлем, наколенник, налокотник, перчатки велосипедиста.

Ездить по улицам с 14 лет можно только по крайней правой полосе в один ряд, как можно правее. Допускается движение по обочине, если это не создает помех пешеходам.

Перед пешеходным переходом необходимо спуститься с велосипеда и перевести его через проезжую часть вручную.



### Запрещается:

- ездить, не держась за руль хотя бы одной рукой
- буксировать других велосипедистов
- перевозить груз
- перевозить пассажиров
- ездить по дорогам при наличии велосипедной дорожки
- ездить на велосипеде без защиты

### Не рекомендуется:

- использовать звуковой сигнал (звонок) без причины



# БУДЬ ЯРЧЕ НА ДОРОГЕ

## НОСИ СВЕТООТРАЖАЮЩИЕ ЭЛЕМЕНТЫ

На сегодняшний день существует большое количество световозвращателей, таких, как **брелки, наклейки, подвески**, которые необходимо располагать следующим образом:

- при переходе проезжей части в темное время рекомендуется иметь световозвращающие элементы как слева, так и справа;
- значки можно располагать на одежде в любом месте, а вот на рюкзаке и портфеле – сбоку и по центру, сумочку лучше носить в правой руке;
- подвески, браслеты и нарукавные повязки не должны быть закрыты при ходьбе.
- световозвращающими элементами также можно оснастить и детскую коляску, и велосипед, что совсем не будем лишним в обеспечении безопасности для себя и своих детей.

## УВАЖАЕМЫЕ ПЕШЕХОДЫ

ПОМНИТЕ О СОБСТВЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И О ТОМ, ЧТО  
**человеческая жизнь бесценна!**

СВЕТОВОЗВРАЩАЮЩИЕ ЭЛЕМЕНТЫ ДОЛЖНЫ БЫТЬ!

## Виды световозвращателей



Браслеты



Брелоки  
и подвески



Катафоты



Значки



Наклейки



Нашивки



Жилеты

## Носи световозвращатели правильно

На рюкзаке  
или сумке

На одежде

На запястье

На брюках



**Оптимальная высота крепления световозвращателей —**

70–100 см над землёй

(на уровне света автомобильных фар)

**Проверь качество световозвращателя**



Наведи смартфон на световозвращатель и сфотографируй его со вспышкой.

На фото он должен получиться ярким.