



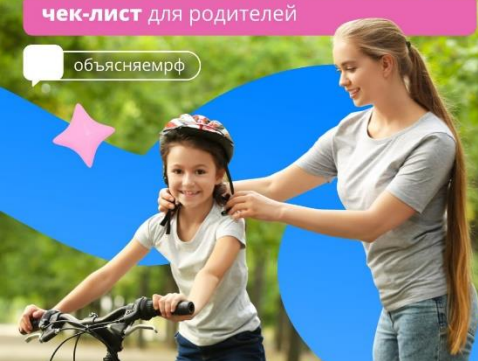
Помимо безобидных ссадин и ушибов, поездки на велосипеде могут закончиться и более серьёзными травмами, если не соблюдать правила дорожного движения. И здесь уже не обойдёшься знакомой с детства фразой: «Ничего, до свадьбы заживёт».

Безопасность юных велосипедистов:

РФ

чек-лист для родителей

объясняемрф



Защита

РФ

Расскажите своему ребёнку, как **важно надевать защитную экипировку** перед поездкой на велосипеде. **Обязательно нужны:**

- ✓ **шлем.** Он должен сидеть на голове ровно, не сваливаться вперёд или назад
- ✓ **элементы экипировки,** защищающие ладони и запястья



Знание ПДД

РФ

Постоянно напоминайте ребёнку, как **важно соблюдать правила** дорожного движения. И сами обязательно будьте примером для детей!

Например:

- ✓ **до 7 лет** дети могут ездить по тротуарам на велосипедах исключительно под присмотром взрослых. От 8 до 13 лет можно кататься в парках, на полянах и по велосипедным дорожкам, но нельзя по дорогам и тротуарам. А **с 14 лет** можно ездить с правой стороны автомобильной дороги, если нет велосипедной дорожки
- ✓ перед пешеходным переходом нужно **вставать с велосипеда и везти его рядом с собой.** Перед этим — посмотреть по сторонам и убедиться, что машины остановились
- ✓ у велосипеда должны быть **светоотражающие элементы и звуковой сигнал**



Места для катания

РФ

Обговорите с ребёнком **безопасный маршрут** для прогулки на велосипеде, роликах, скейте или самокате. Категорически запрещено кататься вдоль проезжей части и тем более по ней.



Опасные манёвры

РФ

Объясните ребёнку, что **категорически нельзя:**

- ✗ ездить, **не держась за руль** велосипеда
- ✗ ездить на самокате **вдвоём**
- ✗ кататься в **тёмное время суток**
- ✗ превышать **скоростной режим**
- ✗ перевозить **пассажиров и груз,** мешающий управлению



Опасные участки

РФ

Помимо дороги, есть и другие опасные места. Напомните детям, что **нельзя подъезжать близко** к ямам, обрывам, бордюрам, люкам, ограждениям и прочим препятствиям на пути.



В карточках рассказываем, как обсудить с ребёнком правила дорожного движения и сделать его поездку на велосипеде максимально безопасной