

## Велосипед – основные правила безопасности

С установлением теплых и солнечных дней увеличивается количество детей, подростков и взрослых, использующих двухколесные транспортные средства для передвижения и катания на улицах, дорогах, парках города Москвы. К сожалению, статистика свидетельствует о ежегодном травмировании детей при езде на велосипедах. Чтобы избежать этого, необходимо велосипедисту не только знать правила дорожного движения и правила использования велосипеда, но и выполнять эти правила. В общепринятых правилах дорожного движения есть раздел, посвященный езде на велосипеде. Итак, необходимо запомнить, что детям до 14 лет ездить на велосипеде по дорогам и улицам запрещено! Почти все это знают, но не все это правило выполняют. Есть еще одно правило, которым многие пренебрегают – езда на велосипеде внутри дворов, там, где разрешено движение автомобилей. Необходимо помнить, что тем, кому не исполнилось 14 лет можно ездить на велосипеде по специальным велосипедным дорожкам и закрытым для транспортных средств площадкам.

Велосипед - транспортное средство, следовательно, к нему относятся пункты правил дорожного движения, относящиеся к транспортным средствам. Пешеход – лицо, находящееся вне транспортного средства на дороге, либо на пешеходной или велопешеходной дорожке. К пешеходам приравниваются лица, ведущие велосипед. Водитель велосипеда не является пешеходом во время движения. Все велосипедисты должны знать правила дорожного движения для транспортных средств и пешеходов. Большая часть правил дорожного движения распространяется на велосипедистов, особенно раздел № 24 «Правил дорожного движения».

### ***Основные правила для тех, кто пользуется велосипедом.***

#### 1. Техническое состояние велосипеда

Водитель транспортного средства обязан:

- перед выездом проверить и в пути обеспечить исправное техническое состояние транспортного средства в соответствии с «Основными положениями по допуску транспортных средств к эксплуатации» и обязанностями должностных лиц по обеспечению безопасности дорожного движения;

- запрещено движение велосипеда, у которого есть неисправности рабочей тормозной системы или рулевого управления.

#### 2. Сигналы поворота

Водитель обязан:

- перед началом движения, перестроением, поворотом (разворотом) и остановкой подавать сигналы световыми указателями поворота соответствующего направления, а если они отсутствуют или неисправны – рукой;

- при выполнении маневра не должны создаваться опасность для движения, а также помехи другим участникам дорожного движения;



- сигналу левого поворота (разворота) соответствует вытянутая в сторону левая рука, либо правая, вытянутая в сторону и согнутая в локте под прямым углом вверх, опущенная вниз левая рука означает остановку;

- сигналу правого поворота соответствует вытянутая в сторону правая рука либо левая, вытянутая в сторону и согнутая в локте под прямым углом вверх;

- сигнал торможения подается поднятой вверх левой или правой рукой;

- водитель велосипеда должен подавать сигналы поворота перед началом движения, перестроением, поворотом и остановкой. Поскольку световыми указателями поворота велосипеда не оборудуются, сигналы необходимо подавать рукой.

При использовании этого правила может показаться, что выполнение данного маневра может вызвать затруднения или проблемы, однако на практике это не так. Достаточно лишь немного потренироваться на ровной поверхности.

Обратите внимание, что во время подачи сигнала поворота нельзя, во-первых, нажимать на ручку тормоза, во-вторых, въезжать в ямы. И то и другое может привести к падению.

В процессе езды на велосипеде важно научиться ездить медленно. Не стоит удивляться, именно - медленно. Ведь в нашем городе не всегда удаётся ездить быстро. Да и за городом, на пересечённой местности или в лесу также необходимо ездить не спеша. И еще надо знать, что удерживать равновесие на велосипеде тем труднее, чем медленнее ты едешь.

### **Основные рекомендации по правилам безопасности при езде на велосипеде**

1. Всегда надевайте шлем при езде на велосипеде. Использование шлема защитит Вас от травм головы. Шлем должен соответствовать стандартам безопасности и быть удобным.

2. Рекомендуются надевать защитные очки и специальную велоодежду.

3. Никогда не слушайте плеер или радиоприёмник через наушники во время езды. Это отвлекает вас от происходящего на дороге, что может быть очень опасно.

4. Участник движения, управляющий транспортным средством, обязан выполнять все требования правил дорожного движения, подчиняться сигналам светофоров, требованиям дорожной разметки, дорожных знаков. 5. Всегда контролируйте скорость движения. Скорость движения должна зависеть от состояния дороги и опыта велосипедиста.

6. Правильно подавайте сигналы рукой при повороте, торможении и остановке.

7. Держитесь правой стороны дороги, никогда не пользуйтесь полосой встречного движения.

8. Не катайтесь вдвоём на велосипеде (геометрия рамы которого и компоненты не предназначены для удвоенной нагрузки).

9. Всегда внимательно следите за дорогой: рытвины, решётки водостока, мягкие и глубокие обочины могут стать причиной аварий и, как следствие, травм. Преодолевать железнодорожное полотно или решётки водостока нужно осторожно, направляя велосипед под углом 90°.

10. На автодорогах нужно быть особенно внимательным. Нельзя забывать о том, что велосипедисты менее заметны на дороге, чем автомобили и мотоциклисты. Использование габаритных сигналов, звонков и велоодежды со специальными отражающими полосками снизит возможность опасных ситуаций на дороге.

11. Всегда соблюдайте необходимую для остановки дистанцию до подвижного или неподвижного объекта.

12. Не следует ездить, не придерживая руль руками. Лучше использовать грипсы (ручки на руле), которые помогут предотвратить потерю управления велосипедом даже при малейших неровностях дорог.

13. Следует избегать использования предметов, свободно свисающих с руля, т.к. они могут попасть в спицы или спровоцировать непрогнозируемый поворот руля.

14. Несколько велосипедистов должны двигаться в колонну по одному.

15. Не следует ездить на велосипеде после приема медикаментов, нарушающих координацию движений или влияющих на скорость реакции.

16. Категорически запрещается цепляться за любое проезжающее мимо транспортное средство - это очень опасно!

17. Не стоит демонстрировать другим свою «ловкость» и ездить на велосипеде, держась за руль одной рукой или совсем «без рук».

18. Будьте предельно внимательны, так как не все участники дорожного движения обладают большим опытом и хорошо знают правила движения велосипедов.

*Авторы-составители: Субботна Т.В., Зубков В.Г.*

*<http://www.gibdd.ru/r/77/news/>*

*<http://www.dddgazeta.ru/school/zebramania/>*