



# Юным велосипедистам ЗАЩИТИ СЕБЯ

Всегда используй велошлем, налокотники и наколенники.  
Они защитят тебя от травм в случае падений!

Носи световозвращающие элементы (жилет).  
Они сделают тебя заметным для других участников дорожного движения.

Будь предельно осторожен при движении в жилых зонах  
и во дворах. Помни, во дворах тоже ездят автомобили.

Выезжая с дворовой территории, из арки,  
внимательно осмотри, нет ли приближающихся  
автомашин.



Велосипед должен быть оборудован:

- спереди — световозвращателем и фонарём или фарой белого цвета;
- сзади — световозвращателем или фонарём красного цвета;
- с каждой боковой стороны на спицах колёс — световозвращателем оранжевого или красного цвета.

## Где можно ездить на велосипеде?

	До 7 лет	7–14 лет	Старше 14 лет
Парки, скверы, дворы и другие закрытые от движения автотранспорта территории			
Тротуар, пешеходная дорожка			
Пешеходная зона			
Велопешеходная дорожка (на стороне для пешеходов)			
Велопешеходная дорожка (на стороне для велосипедистов)			
Велосипедная дорожка			
Полоса для велосипедистов			
Правый край проезжей части, обочина (при отсутствии велосипедной или велопешеходной дорожки, полосы для велосипедистов)			

\* В случае, если сопровождает велосипедиста младше 14 лет, либо при перевозке ребёнка в возрасте до 7 лет на дополнительном сиденье.

\*\* В случае, если сопровождает велосипедиста младше 7 лет.

## Запомни: если тебе нет 14 лет, выезжать на велосипеде на проезжую часть дороги НЕЛЬЗЯ!

### Сигналы, подаваемые велосипедистом

Перед началом движения, поворотом и торможением подавай соответствующие сигналы рукой.  
Перед любым манёвром убедись в его безопасности и не создавай помех другим участникам движения.

#### Поворот налево

Сигналу левого поворота соответствует вытянутая в сторону левая рука либо правая, вытянутая в сторону и согнутая под прямым углом вверх.



#### Сигнал торможения

Сигнал торможения подаётся поднятой вверх левой или правой рукой.



#### Поворот направо

Сигналу правого поворота соответствует вытянутая в сторону правая рука либо левая, вытянутая в сторону и согнутая под прямым углом вверх.



### По пешеходному переходу — только пешком!

При переходе проезжей части дороги сойди с велосипеда и переходи по «зебре», ведя велосипед рядом с собой и подчиняясь правилам для пешеходов.



Держи свой велосипед в исправном состоянии.

Перед выездом проверь исправность руля, тормоза и звукового сигнала, а также хорошо ли накачаны колёса и надёжно ли закреплено сиденье. Всегда вози с собой насос и ремкомплект.

**Помни: на неисправном велосипеде кататься нельзя!**

# Памятка юному велосипедисту



## Где могут двигаться велосипедисты?

	До 7 лет	7-14 лет	Старше 14 лет
Парки, скверы, дворы и другие закрытые от движения транспорта территории	+	+	+
Тротуар, пешеходная дорожка	+	+	+*
Пешеходная зона	+	+	+*
Велопешеходная дорожка (на стороне для пешеходов)	+		+*
Велопешеходная дорожка (на стороне для велосипедистов)		+	+
Велосипедная дорожка		+	+
Велосипедная зона			+
Полоса для велосипедистов			+

\* В случае, если сопровождает велосипедиста младше 7 лет

## Выполняй правила безопасности для велосипедистов:

◆ **Используй защитную экипировку** — велошлем, перчатки, наколенники, налокотники. Они уберегут тебя от травм в случае падения.

◆ **Выбирай яркую, удобную одежду**, не стесняющую движения, и обувь, которая надёжно фиксирует ногу. Шлёпанцы и другая обувь без задника для велопрогулок не годится, так как может слететь с ноги. А широкие штанины брюк или длинная юбка могут попасть в цепь.

◆ **Носи световозвращающие элементы**, чтобы быть заметным в любое время суток.

◆ **Пересекай проезжую часть строго по пешеходному переходу**, на зелёный сигнал светофора и спешившись.

◆ **При движении откажись от использования гаджетов**: прослушивания музыки в наушниках, разговоров по мобильному телефону и т.п.

◆ **Крепко держи руль**. Любая неровность на дороге может резко дёрнуть руль в сторону, и он может выскочить из рук.

◆ **Внимательно следи за дорогой**: ямы, кочки, решётки водостока, бордюры могут стать причиной потери контроля над велосипедом и, как следствие, падения и травм.

◆ **Заранее притормаживай** перед препятствиями, не оставляй это на последний

# Памятка юному велосипедисту

**Собираешься прокатиться?  
Проверь велосипед!**

Исправность  
**тормозов**

**Руль** — хорошо  
ли закреплён

Работает ли **ЗВОНОК** —  
вдруг потребуется  
предупредить идущих  
впереди людей

Спереди: световоз-  
вращателем и фонарём  
или фарой белого цвета

**Сиденье** — крепко  
ли закреплено

Сзади: световозвращателем  
и фонарём или фарой  
красного цвета

**Шины** —  
хорошо ли  
накачены

С каждой боковой стороны на  
спицах колёс: световозвращателем  
оранжевого или красного цвета

**Натяжение цепи,**  
переключений  
скоростей (при



**Помни: на неисправном велосипеде передвигаться НЕЛЬЗЯ!**

# Как правильно носить велосллем

