

## Памятка для родителей о безопасности детей при катании на велосипеде

### Уважаемые родители!

Прежде чем разрешить ребёнку кататься на велосипеде, скейте, роликовых коньках, самостоятельно проинструктируйте их о Правилах дорожного движения и правилах поведения на улицах и дорогах.

Убедитесь, что ребёнок способен самостоятельно ездить на велосипеде, самостоятельно контролируйте, как он ездит и где.

Четко определите для ребенка места, где он может играть (парк, площадки для игр, безопасные дворы, стадионы и т.д.) и места, где играть нельзя, а надо быть особенно внимательным (тротуары, пешеходные переходы, проезжая часть).

Катание на велосипеде требует повышенного внимания и соблюдения **следующих правил:**

1. Дети обязательно должны кататься под присмотром взрослых.
  2. Используйте средство защиты: велосипедный шлем, велосипедные перчатки, очки, наколенники, налокотники.
  3. Велосипед – механическое устройство, как и автомобиль требующее технического ухода. Не забывайте проверять основные узлы велосипеда: исправную работу переднего и заднего тормозов, проверить крепление руля и седла, надёжность крепления педалей, убедиться в отсутствии трещин в сварных швах рамы. Если на велосипеде дисковые тормоза убедитесь в исправности гидролиний и степени износа тормозных колодок. Если у Вас тормоза V-brake, обратите внимание на износ и отсутствие трещин в ободе колеса, не допускается попадание масла на обод и тормозные колодки. Правильная настройка заднего переключателя убережёт Вас от непредвиденного торможения в результате загиба машинки скоростей в спицы. Если велосипед настроен и проверен, можно выезжать на улицу.
  4. Постоянно напоминайте ребёнку о необходимости соблюдения правил дорожного движения, при этом очень важно соблюдать их самим, тем самым, показывая хороший пример.
  5. При объезде припаркованных автомобилей необходимо убедиться в отсутствии приближающегося сзади автомобиля и обязательно показать другим участникам движения о своем намерении совершить манёвр – это вытянуть левую руку в сторону. Также нужно быть готовым, что в момент объезда автомобиля, водитель неожиданно может открыть дверь, столкновение в этом случае наиболее опасно для здоровья велосипедиста. При повороте направо необходимо убедиться, что одновременно с ребёнком не поворачивает автомобиль, велосипедиста могут прижать к обочине. Следует учитывать состояние дорожного покрытия, на влажном асфальте длина тормозного пути увеличивается.
5. Объясните ребёнку, что **категорически запрещается:**
- ездить, не держась за руль;
  - перевозить пассажиров и груз, мешающий управлению;
  - ездить в тёмное время суток;
  - превышать скоростной режим (в случае возникновения экстренной ситуации при высокой скорости ребёнок не успевает совершить манёвр, например, торможение или поворот)

**Вместе сохраним здоровье детей!**