**j0436153[1]ПАМЯТКА ВЕЛОСИПЕДИСТУ**

Любимым средством передвижения для мальчишек стал велосипед. **ВЕЛОСИПЕДИСТ** – это водитель, управляющий транспортным средством, который должен знать правила дорожного движения.

Правилами дорожного движения предусмотрено: управлять велосипедом можно только при достижении 14 лет.

**ВЕЛОСИПЕД** – неустойчивое транспортное средство, не защищенное от ударов извне, не рассчитанное на перевозку пассажиров. Согласно п. 26.7 Правил дорожного движения, велосипедисту запрещается:

• ездить по тротуарам, пешеходным дорожкам;

• ездить, не держась за руль;

• перевозить пассажиров, груз, который выступает более чем на 0,5 метра по длине и ширине за габариты велосипеда;

• поворачивать налево или разворачиваться на дорогах с трамвайным движением и на дорогах, имеющих более одной полосы для движения данном направлении;

• запрещается буксировка велосипедов и велосипедами.

Лучшее место для езды – спортивные площадки, уголки парка.

Совершенствуя мастерство, помните о культуре поведения на дороге, о безопасности окружающих

**КАК ПРАВИЛЬНО ЕЗДИТЬ НА ВЕЛОСИПЕДЕ**

В автомобильных катастрофах часто страдают не только те кто находится в машине, но и пешеходы, велосипедисты, прохожие. На дорогах нашей страны ежегодно гибнет более 30 тыс. человек, сотни тысяч получают травмы и увечья. При этом значительную часть пострадавших составляют дети.

В последнее время широкое распространение получили модные и удобные средства передвижения – скейт-борды, роликовые коньки, велосипеды. По сути, это самые настоящие скоростные транспортные средства, полноправные участники уличного движения, только в действие они приводятся не пламенным мотором, а силой ног.

Хочется напомнить юным водителям и их родителям, что выезжать на проезжую часть на велосипеде можно только с 14 лет. На дороге вы – водитель и, следовательно, обязаны выполнять все правила дорожного; движения. Обращаем ваше внимание на соблюдение требований дорожных знаков, правил проезда перекрестков, подачи сигналов о перестроении.

Ездить на велосипеде нужно в надежно застегнутом защитном шлеме. Ваш двухколесный друг должен иметь исправные тормоза и катафоты (отражающие элементы сзади и спереди). На велосипеде нельзя ездить вдвоем: так им сложнее управлять и поддерживать равновесие. Особенно внимательны будьте в темное время суток или в сумерки, когда плохо видно и потому аварии случаются чаще. Велосипед должен быть оснащен фарой. Очень опасно, управляя любым транспортным средством, слушать музыку. Во-первых, это отвлекает внимание, а во-вторых, можно не услышать предупреждающие сигналы и попасть в аварию. Собираясь кататься на роликовых коньках или скейт-борде, наденьте не только шлем, но и налокотники, наколенники, защитите руки. Так вы убережетесь от тяжелых травм в случае падения или столкновения с препятствием.

Не увлекайтесь скоростным или фигурным катанием – оно может обернуться большими неприятностями. Столкнетесь с пешеходом, велосипедистом, врежетесь в столб, торговый павильон, дерево и тому подобное, развлекайтесь таким образом лучше на специально оборудованных площадках, не забывайте: чем выше скорость, тем больше тормозной путь. Не сразу удается остановиться и при неустойчивом положении тела.

Как себя вести при падении?

• Не торопись вставать.

• Осмотрите себя – нет ли кровотечений, неестественного положения рук или ног (возможны переломы).

• Прислушайтесь к себе: не кружится ли голова, не тошнит ли (возможно сотрясение головного мозга).

• В случае серьезных травм попросите прохожих вызвать «Скорую помощь».

**Помните:** внимательность и собранность на дороге – залог безопасности и здоровья.