

*Основные правила:*

**!** **ПОМНИТЕ:**

Детям до 14 лет нельзя ездить на велосипеде по дорогам и улицам, только по специальным велосипедным дорожкам и закрытым для транспортных средств площадкам.



д.Турбанка 2021г.

МБДОУ Турбанский  
детский сад»

***Безопасная  
езда на  
велосипеде***



## Экипировка:

**Шлем:** *Нельзя покупать «на вырост»:* сползая на глаза, он лишь обеспечит столкновение с первым же столбом.

**Важно помнить:** во время поездки шлем всегда должен быть застегнут, и под него нельзя надевать шапку, а после удара шлем необходимо заменить.

## Одежда и обувь:

✓ **Обувь должна быть максимально удобной**, не должна жать или, наоборот, болтаться на ноге. Никаких шлепанцев, сандалий!

✓ Брюки не должны быть слишком длинными или слишком широкими, чтобы избежать риска попадания штанины в велосипедную цепь.



➤ **Рама велосипеда должна быть хотя бы на 7 см ниже, чем высота паха стоящего на земле ребенка. Такая мера предосторожности поможет предотвратить опасные травмы паховой области.**

➤ **Высота сиденья должна быть такой, чтобы малыш мог нормально дотянуться прямой ногой до педали в нижнем положении, но при этом ступня его должна стоять на ней средней частью.**

## Запомни:

1. Велосипед – это транспортное средство, а не игрушка. Лихачить на нем, катаясь на тротуарах или велодорожках, **категорически запрещено.**

2. Любое падение с велосипеда может привести не только к появлению ссадин на руках и ногах, но и к травме головы и мозга, которые могут быть очень опасны.

3. Ездить на велосипеде с пассажиром запрещено детям до 14 лет. Железный конь не рассчитан на дополнительный вес пассажира, он будет менее устойчивым, им будет сложнее управлять, что влияет на безопасность движения.

