



# 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 осмотришься, 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

### Выполний правила безопасности для велосипедистов:

◆ **Используй защитную экипировку** — велослел, 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 велопогулок 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 дернуть 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 **звонok** —  
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

Натяжение цепи,  
переключений  
скоростей (при

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



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

## Как правильно носить велосллем



# ВЕЛОСИПЕДИСТЫ, ДВИГАЙТЕСЬ #НАВСТРЕЧУБЕЗОПАСНОСТИ!



## УСОВЕРШЕНСТВУЙТЕ СВОЙ ТРАНСПОРТ И СВОЮ ЭКИПИРОВКУ

Установите белую фару спереди, красный фонарь или катафот – сзади, оранжевые катафоты – на педали и спицы.

Используйте защитную экипировку и средства пассивной защиты: шлем, наколенники, перчатки, налокотники, световозвращающие элементы.

## ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ НА ЗНАКИ!



Велосипедная дорожка



Движение на велосипедах запрещено



2



## БУДЬТЕ ПРЕДСКАЗУЕМЫ – ПОДАВАЙТЕ СИГНАЛЫ

Остановка: поднятая вверх рука.

Поворот или перестроение направо: вытянутая прямая правая рука в сторону либо вытянутая в сторону и согнутая в локте левая.

Поворот или перестроение налево: вытянутая прямая левая рука в сторону либо вытянутая в сторону и согнутая в локте правая.

3



## ПЕРЕХОДИТЕ, А НЕ ПЕРЕЕЗЖАЙТЕ!

Перед переходом проезжей части по пешеходному переходу спешитесь с велосипеда. Посмотрите налево, затем направо и еще раз налево, убедитесь, что уступают дорогу, и только потом выходите на переход, ведя велосипед рядом с собой.

Движение велосипедистов в возрасте от 7 до 14 лет возможно по тротуарам, пешеходным, велосипедным и велопешеходным дорожкам, а также в пределах пешеходных зон.



С 14 лет: по велосипедной, велопешеходной дорожкам или полосе для велосипедистов. Если полоса и дорожки отсутствуют, то – по правому краю проезжей части или обочине. Если отсутствует все перечисленное, то – по тротуару или пешеходной дорожке.

Взрослому велосипедисту можно: перевозить детей до 7 лет на специально оборудованном месте, перевозить груз до полуметра по длине или ширине.



Велосипедисту нельзя: двигаться по автомагистралям, пользоваться мобильным телефоном без гарнитуры, ехать на велосипеде и не держаться за руль хотя бы одной рукой, поворачивать налево или разворачиваться на дорогах с трамвайным движением и на дорогах, имеющих более одной полосы для движения в данном направлении.

Федеральная целевая программа  
«Повышение безопасности дорожного  
движения в 2013-2020 годах»



БЕЗДТП РФ