

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ!

Правила безопасного катания на роликах, велосипеде и самокате

Лето – отличное время года для катания на роликах, велосипеде или самокате. Но необходимо соблюдать определенные правила безопасного катания, чтобы прекрасная прогулка не закончилась в травмопункте.

Помните, необходимо:

1. Не разрешайте ребенку выходить на улицу с велосипедом, самокатом или роликами без сопровождения взрослого.
2. Надевать защитный шлем, перчатки, щитки на руки и голени, наколенники и налокотники. Асфальт и тротуарная плитка очень твердые, и падение на них может завершиться переломом или сильным ушибом, а падают поначалу все, и даже профи не всегда могут победить гравитацию.
3. Научите ребенка правильно группироваться при падении. Такое умение позволит сделать ваши ролле - и велопрогулки менее травмоопасными, от встреч с твердыми поверхностями не застрахован никто.
4. Объясните, что крутой склон, неровности на дороге и проезжающий транспорт – все это представляет серьезную опасность!
5. Двигаясь по тротуару, ехать очень медленно, аккуратно объезжая пешеходов и предупреждая их о своем приближении. Для велосипедистов езда по тротуарам, вообще-то запрещена законом, но в большинстве случаев – это единственный способ безопасного передвижения в отсутствие специальных дорожек.
6. Выучить правила дорожного движения. По закону, велосипедист – равноправный участник движения, как и автомобилист, и должен подчиняться правилам ПДД. Например, важно знать, как правильно показывать рукой, что хотите повернуть, как надо пересекать регулируемые перекрестки, по какой стороне дороги ехать. А вот роллеры приравнены к пешеходам и не должны появляться на проезжей части.
7. Быть предельно внимательным, чтобы ничего не застало врасплох и не заставило потерять равновесие, и отправиться на «свидание» с асфальтом. Таким фактором могут стать и машина, выезжающая из двора, и выскочивший под колеса ребенок или собака, и просто громкий звук.

