**ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ДОРОГАХ ДЛЯ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ**



Весна — прекрасный повод достать велосипед и провести время на свежем воздухе. Велопрогулки помогают держать тело в тонусе и эмоционально разгружаться после учебного дня.

Однако стоит помнить о мерах предосторожности. [Центр](https://xn--80adrabb4aegksdjbafk0u.xn--p1ai/federalnyy-resursnyy-tsentr-po-profilaktike-ddtt/) по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма Института воспитания рекомендует в весеннее время года быть особенно аккуратными, ведь на улице подстерегает множество опасностей: под тающим снегом и заледеневшими лужами могут скрываться глубокие ямы, а гололёд способен привести к вылетам с дороги, переворотам и лобовым столкновениям. Поэтому родители должны напомнить ребёнку о правилах дорожного движения. Грамотный разговор и объяснение всех опасностей снизит риск возникновения аварий.

Рекомендации:

**1.**Стоит напомнить, что велосипеду не место на проезжей части, а на тротуарах нужно в первую очередь думать о прохожих. Поэтому для неопытных водителей подойдут специальные места, где можно кататься свободно.

**2.** Необходимо рассказать ребёнку о правилах ПДД и показать ему дорожные знаки, которые регулируют движение велосипедистов.

**3.**  Во время велопрогулок лучше использовать пассивную защиту: шлем, налокотники, наколенники. Они помогут избежать травм.

**4.** Если ребенок старше 14 лет, стоит изучить и отработать с ним сигналы велосипедистов:

* перестроение или поворот направо — вытянутая правая или согнутая в локте левая рука;
* перестроение или поворот налево — вытянутая левая или согнутая в локте правая рука;
* остановка — любая рука, поднятая вверх.

При повороте лучше использовать вытянутую в сторону руку, этот сигнал понимают все водители, а согнутая в локте рука способна ввести в заблуждение.

Знание правил дорожного движения позволит детям увереннее чувствовать себя на дороге.