

ПАМЯТКА

О правилах пользования велосипедом, самокатом

Летние каникулы – отличное время для катания на роликах, велосипеде или самокате. При этом необходимо соблюдать определенные правила безопасного катания, чтобы увлекательная прогулка не закончилась травмой и необходимостью обращаться в медицинское учреждение:

1. Надевать защитный шлем, перчатки, щитки на руки и голени, наколенники и налокотники. Асфальт и тротуарная плитка очень твердые, и падение на них может завершиться сильным ушибом или переломом. К тому же надо отметить, что, когда только обучаются катанию, то падают все: и даже «профи» не всегда могут победить земное притяжение. Кататься без защиты – признак не крутизны, как кажется многим новичкам и, в частности, подросткам, желающим похвастаться перед сверстниками, а банальной безответственности за свое здоровье и отсутствия чувства самосохранения.

2. Не ездить на неисправном транспорте. Неисправный велосипед, самокат или ролики не гарантируют, что важная деталь не отвалится прямо во время движения, а «водитель» не полетит вверх тормашками вместе с «железным конем».

3. Не кататься в непосредственной близости от других велосипедистов, роллеров, скейтеров и «самокатеров», особенно, если еще мало опыта – легко налететь друг на друга и упасть вместе.

4. Следует научиться правильно группироваться при падении. Такое умение позволит сделать ваши ролле- и велопрогулки менее травмоопасными, ведь, как уже было сказано, от падения и ударов о твердые поверхности не застрахован никто.

5. Крепить на одежду светоотражающие элементы при езде в темное время суток или при плохой погоде: так одинокую фигуру лучше видно другим участникам движения, в частности, автомобилистам, что снижает вероятность столкновения и получения травм.

6. Не нарушать правила обращения с транспортным средством: не ездить вдвоем на одноместном велосипеде или самокате, не отрывать руки от руля во время движения, не нарушать допустимый предел скорости и т.п. Чем меньше опыт, тем аккуратнее следует вести себя во время езды. В противном случае падение или поломка транспорта вам практически обеспечены.

7. Выполнять «финты» только на предназначенной или подходящей для этого площадке, но никак не на проезжей части, тротуаре или детской площадке, где играют малолетние малыши. Этим вы обезопасите и себя от незапланированных приземлений, а невольных свидетелей ваших «выкрутасов» - от попадания под колеса.

8. 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.

9. Двигаясь по тротуару нужно 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.

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

Движение велосипедистов старше 14 лет возможно:

- по велосипедной, велопешеходной дорожкам или полосе для велосипедистов;
- по правому краю проезжей части;
- по обочине;
- по тротуару или пешеходной дорожке.

Кроме того, есть и несколько исключений:

- по проезжей части можно ехать, если ширина велосипеда или груза превышает 1 метр;
- по проезжей части можно ехать, если движение осуществляется в колоннах;
- по тротуару или пешеходной дорожке можно ехать, если Вы сопровождаете велосипедиста возрастом до 14 лет или перевозите ребенка в возрасте до 7 лет.

Согласно п. 24.5 Правил дорожного движения при движении по проезжей части велосипедистам важно помнить следующее:

- ✓ при движении велосипедистов по правому краю проезжей части велосипедисты должны двигаться только в один ряд.
- ✓ допускается движение колонны велосипедистов в два ряда в случае, если габаритная ширина велосипедов не превышает 0,75 м.

11. Водители электрических самокатов должны следовать правилам дорожного движения, уступать дорогу пешеходам и другим участникам движения. Для безопасной езды необходимо соблюдать следующие правила:

- *Проверьте самокат перед поездкой.*

Убедитесь, что тормоза работают. На обеих ручках есть рычаги: левый – это задний тормоз, а правый – передний. Нажмите на каждый рычаг и проверьте, что они останавливают движение колёс.

Проверьте рычаг газа на правой ручке – он не должен западать и заедать.

Посмотрите на заряд аккумулятора. В приложении Яндекс Go можно увидеть, на какое время и на какое расстояние хватит зарядки аккумулятора. Если самокат разрядится в дороге, припаркуйте его и напишите в поддержку.

- *Управляйте самокатом правильно.*

Следуйте базовым правилам, чтобы избежать непредсказуемых и опасных ситуаций:

- поставьте ноги в устойчивую позицию – одну ногу ближе к рулю, а вторую чуть позади;
- держите руль двумя руками для сохранения равновесия и быстрого торможения;
- разгоняйтесь постепенно, чтобы не потерять управление;
- тормозите плавно и заранее.

➤ *Один самокат – один человек*

Во время поездки на самокате не должно быть больше одного человека. Это важно, т.к. самокат может сломаться из-за перевеса или управлять самокатом будет сложнее из-за неправильного распределения массы – высокий риск потерять равновесие. Штраф за нарушение – 800 рублей.

➤ *Соблюдайте скорость до 25 км/ч*

25 км/ч – максимальная скорость для перемещения на самокате. А во дворах она не должна быть выше 20 км/ч. Штраф за нарушение – 800 рублей.

➤ *Медленные зоны*

Медленные зоны – участки дороги, где скорость движения на самокатах ограничена до 15 км/ч. Это могут быть зоны в парках, жилых кварталах, рядом со школами и транспортными узлами. Также есть небезопасные места, где движение на самокате совсем запрещено. Чтобы объехать такие зоны, рекомендуем заранее построить маршрут.

➤ *Передвигайтесь по велодорожкам*

Если велодорожек нет, можно ездить: по пешеходным дорожкам, по тротуарам, по обочинам, по правому краю проезжей части, на которой скорость ограничена до 60 км/ч.

На пешеходных дорожках и тротуарах приоритет движения будет у пешеходов. На велодорожке – у тех, кто двигается на самокате.

На пешеходном переходе везите самокат рядом. По ступенькам и через бордюры – тоже пешком. Не превышайте скорость потока, чтобы случайно не задеть пешеходов. Штраф за нарушение – 800 рублей.

➤ *Сосредоточьтесь на дороге*

Всё внимание уделите управлению самокатом:

- не пользуйтесь телефоном и наушниками – из-за них можно не заметить пешеходов, велосипедистов, автомобили;
- смотрите по сторонам, когда поворачиваете и меняете маршрут;
- уступайте дорогу пешеходам и подстраивайтесь под скорость потока, не обгоняйте и не подрезайте других участников движения;
- соблюдайте дистанцию, чтобы успеть среагировать на неожиданные препятствия;
- используйте звуковой сигнал только в аварийных ситуациях.

➤ *Используйте шлем и светоотражающие элементы*

В шлеме безопаснее, а со светоотражающими деталями вас заметят в тёмное время другие участники движения.

Планируйте маршрут заранее. Стройте маршрут по велодорожкам, чтобы избежать узких тротуаров и подземных переходов.

➤ *Избегайте поездок в дождь*

Дорога в дождь скользкая, и есть риск потерять управление, поэтому поездку лучше отложить. Если дождь небольшой, снизьте скорость и избегайте резких поворотов и луж.

12. Предельная внимательность при управлении транспортным средством это необходимое условие для того, чтобы никакая ситуация не застала врасплох, не заставила потерять равновесие, и отправиться на «свидание» с асфальтом. А причинами могут стать и машина, выезжающая из двора, и выскочивший непонятно откуда ребенок, собака или просто громкий звук.