**При движении на велосипеде необходимо помнить несколько простых, но очень важных правил:**

**Правило первое** – велосипедист должен передвигаться на велосипеде только в шлеме.

В случаи если Вы купили велосипед себе или ребенку исключительно для прогулок, городской неспешной езды по парку в выходные дни или вечернее время, где, по Вашему мнению, нет автомобилей и шлем не нужен, то не стоит забывать, что никто не застрахован от простых падений.

**Правило второе** – неукоснительное соблюдение Правил дорожного движения.

Правила дорожного движения написаны кровью, и их необходимо соблюдать. Если Вы движетесь на велосипеде в транспортном потоке, то повышенная осторожность в сочетании с соблюдением Правил дорожного движения в полной мере обеспечат Вам и окружающим Вас участника дорожного движения безопасность.

**Правило третье** – заблаговременное оповещение участников дорожного движения о предполагаемом совершении маневра.

Необходимо заблаговременно информировать всех участников движения о маневре, который Вы планируете совершить – заблаговременно указывайте направлени, в котором планируете продолжить движение, особенно на перекрестках (показывать необходимо руками согласно Правилам дорожного движения). Так же можно сопровождать информирование окружающих о своем маневрировании звуковыми сигналами, голосом. Обгоняя попутного велосипедиста выкрикивайте, с какой стороны планируете совершить обгон.

**Правило четвертое** – соблюдение дистанции и бокового интервала безопасности.

Важно соблюдать дистанцию до впереди движущегося транспортного средства, другого велосипедиста или пешехода, чтобы обеспечить время для принятия решения в случае критической ситуации.

Также необходимо при движении учитывать и боковые интервалы безопасности, наличие на пути следования различных препятствий (бортовой камень, светофорные колонки, опоры наружного освещения, дорожные знаки и т.п.).

**Правило пятое** – не бойтесь ездить.

В процессе езды на велосипеде обучение происходит само собой. Однако не стоит переоценивать свои навыки и выезжать на улицы с интенсивным движением транспортных средств или пешеходов, необходим постепенный переход от улиц с менее интенсивным движением к более интенсивному. Ваша неуверенность в принятии решений при движении может отрицательным образом сказаться на дорожной ситуации.

**Правило шестое** – наличие на велосипеде света.

В вечернее и ночное время суток предпочтительно использовать на велосипеде мигалки, маячки, фары. Не желательно использовать только катафоты или светоотражающие ленты, так как они работают на расстоянии от 10 до 15 метров, а при езде по городу велосипедиста должно быть видно на расстоянии не менее 50-100 метров.

**Правило седьмое** – наличие яркой одежды, содержащей светоотражающие элементы.

Яркая одежда красиво смотрится и делает Вас более заметным на дороге.

**Правило восьмое** – исключите разговоры в ходе движения.

При езде по дороге в автомобильном потоке, по тротуару не разговаривайте с другими велосипедистами или по мобильному телефону. Уважайте всех участников движения, не создавайте дополнительные трудности для автомобилей и велосипедистов. При желании поговорить съезжайте на тротуар, останавливайтесь в безопасном месте.

**Правило девятое** – «тише едешь, дальше будешь».

Стоит заранее проложить свои маршрут движения, предварительно ознакомившись с опасными и критическими местами, предусмотреть резерв по времени движения для непредвиденных ситуаций. Маршрут лучше прокладывать по велодорожкам (при их наличии) или малоинтенсивным улицам.

Также не стоит забывать, что велосипедисты наравне с водителями автомобилей и иных транспортных средств, а также пешеходами, являются равноправными участниками дорожного движения.

Движение велосипедистов в возрасте от 7 до 14 лет должно осуществляться только по тротуарам, пешеходным, велосипедным и велопешеходным дорожкам, а также в пределах пешеходных зон и желательно в сопровождении взрослых.

Родителям несовершеннолетних следует помнить, что, приобретая ребенку велосипед, они несут ответственность за его безопасность, поэтому прежде чем отправить ребенка на велопрогулку, необходимо напомнить ему о соблюдении Правил дорожного движения, вместе выбрать безопасное место для катания, при этом обеспечив ребенка необходимыми средствами защиты – шлем, наколенники, налокотники, яркая одежда со светоотражающими элементами.