ВЕЛОСИПЕД — РАДОСТЬ, А НЕ РИСК: КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЁНКА

Каждый год растёт число травм у детей на велосипедах. Чаще всего причина — простые упущения: отсутствие шлема, езда по проезжей части без навыков, катание в темноте без светоозвращателей.

3 ГЛАВНЫХ ПРАВИЛА

ШЛЕМ ОБЯЗАТЕЛЕН

Он снижает риск тяжёлой травмы головы в разы. Подберите шлем по размеру и убедитесь, что ремешки надёжно зафиксированы.

ТОЛЬКО ПО ТРОТУАРАМ, ВЕЛОДОРОЖКАМ И В ПАРКАХ

Детям до 14 лет выезд на проезжую часть запрещён Правилами дорожного движения. Безопасная среда помогает ребёнку уверенно освоить навыки управления велосипедом.

ДОБАВЬТЕ ВИДИМОСТЬ

Световозвращающие элементы на одежде и велосипеде, фонарь спереди и катафот сзади — обязательно, даже днём. Это делает ребёнка заметнее для окружающих в любое время суток.



РОЛЬ РОДИТЕЛЕЙ

- Покажите на своём примере: если вы сами не надеваете шлем, ребёнок будет делать так же.
- Пройдите вместе «учебный маршрут» по двору и парку, отработайте торможение, повороты и объезд препятствий.
- Перед каждой поездкой проверяйте велосипед: тормоза, руль, колёса и цепь должны быть исправны.