

# Основные правила дорожной безопасности для велосипедистов

Январь 2014г.

Советы родителям

Обратите внимание:

## • КТО ПРИДУМАЛ КОЛЕСО?

Самое древнее колесо было найдено на территории Месопотамии, и сделано оно было около 55 веков назад. Различные грузы до этого транспортировались с помощью того, что ныне известно как санки. Колеса в то время были вырезанными из дерева цельными дисками. Первые колеса со спицами были изобретены на полуострове Малая Азия (самый западный полуостров Азии, ныне принадлежит Турции) в XX веке до н.э. и в том же веке докатились до Европы и до Китая и Индии. Такие колеса использовались только в колесницах для перевозки людей, но в Египте их стали применять и для грузов. Наибольшее распространение колеса и всевозможные повозки получили в Древней Греции, а потом и Риме. В Америке колеса и повозки появились только с приходом туда европейцев.

В этом выпуске:

|                                                   |   |
|---------------------------------------------------|---|
| Советы родителям                                  | 1 |
| Общие правила безопасности при езде на велосипеде | 2 |
| Безопасность велосипедиста на дороге              | 2 |
| Скоростной велосипед и темное время суток         | 3 |
| ДТП с участием велосипедистов                     | 4 |

Не следует забывать, что велосипед – это тоже транспортное средство, причем одно из самых неустойчивых и незащищенных, и даже незначительные столкновения могут повлечь за собой очень серьезные последствия.

Поэтому родителям, прежде чем воплотить мечту ребенка в реальность и приобрести ему велосипед, следует выполнить несколько важных правил и позаботиться о безопасности юного велосипедиста.

Правила дорожного движения Российской Федерации разрешают управление велосипедом по дорогам только подросткам, которым уже исполнилось 14 лет. До этого возраста ездить на велосипеде можно только во дворе, на стадионе, пришкольной территории, в парке либо на специальных площадках.

Поэтому в первую очередь родителям необходимо обратить внимание на район проживания и убедиться в наличии безопасных мест, где ребенок мог бы кататься на велосипеде без риска быть сбитым автомобилем. При этом следует объяснить ребенку, что на придворовых территориях преимущественным правом движения пользуются пешеходы. Кроме того, здесь ездят автомобили (пусть и с небольшой скоростью), гуляют маленькие дети и пожилые люди. То есть, даже в пределах собственного двора юный велосипедист не должен создавать помех другим участникам дорожного движения – этого требуют и элементарные нормы вежливости, и правила дорожной безопасности.

Допуская непоседливость детей, стоит учесть, что в любой момент ребенок может выехать из своего двора и направиться к другу или однокласснику в соседний квартал. Оказавшись на проезжей части в потоке автотранспорта, даже подготовленному человеку сложно сориентироваться в первые минуты движения, а что можно сказать о ребенке – одновременно крутить педали, удерживать руками руль, контролировать ситуацию вокруг себя и помнить о соблюдении мер безопасности. На любое изменение дорожной обстановки при отсутствии опыта и навыков ребенок может растеряться, начать паниковать и действовать неадекватно, и, как следствие, попасть в дорожно-транспортное происшествие. Однако даже подросток, которому уже исполнилось 14 лет, вряд ли осознает всю ответственность, обладает определенными способностями и достаточными психофизиологическими качествами для самостоятельных поездок в городских условиях. Дороги и улицы нашего города не слишком приспособлены для езды на велосипеде: специальные велосипедные дорожки – большая редкость, дорожное движение очень интенсивное, а о вежливости и культуре поведения водителей и вовсе говорить не приходится.





## **Общие правила безопасности при езде на велосипеде**

На дороге, управляя велосипедом, Вы такой же участник дорожного движения, как и автомобилисты. Поэтому нужно подчиняться требованиям дорожной разметки, сигналам светофоров, дорожным знакам и т.д. Контролируйте свою скорость, она должна быть минимальной, если дорога скользкая или водитель малоопытен в езде на велосипеде. Запомните правила подачи сигналов при поворотах и остановке. Придерживайтесь правого края дороги. Не стоит брать с собой друга на велосипед и ехать вдвоем, если сам велосипед не предусмотрен для удвоенной нагрузки. Самое главное – надевайте шлем. Он защитит Вас при падении от травмы головы. Он должен соответствовать общепринятым стандартам и быть удобным лично для Вас. Наденьте защитные очки и, не помешает надеть велоодежду. Не стоит при езде на велосипеде слушать музыку через наушники, это будет отвлекать Вас от происходящего вокруг. Внимательно смотрите на дорогу, т.к. даже решетка водостока может спровоцировать многочисленные травмы. Следует преодолевать опасные участки, направив велосипед под прямым углом. Если Вы боитесь, что Вы не сможете преодолеть опасность на дороге, к примеру, крутую яму, лучше пройдите это место пешком. На дорогах рядом с машинами стоит быть особенно внимательным. Помните, что велосипедисты на дороге самые незаметные. Следует соблюдать дистанцию с движимыми и недвижимыми объектами для остановки, учитывать свой тормозной путь и состояние дороги. Не нужно ездить без рук на руле. Воспользуйтесь ручками на руль, так называемыми грипсами, которые помогут Вам в управлении. Не вешайте ничего на руль, посторонние предметы на нем могут нечаянно попасть в спицы или стать причиной неожиданного поворота руля. Если велосипедистов едет много, то им следует двигаться по одному в колонне. Не садитесь на велосипед после приема каких-либо медикаментов, которые могут нарушить вашу координацию или скорость реакции. Даже если Вы знаете ПДД, то не факт, что остальные участники движения на дороге знают правила движения велосипедистов, поэтому будьте все время на чеку. Старайтесь не ездить на велосипеде во время дождя, и не погружать велосипед частично или полностью в воду. Попадание влаги на Ваше устройство может немало сократить жизнь элементам велосипеда, или же полностью вывести из строя. Например, если взять подшипники, то попадание на них влаги провоцирует появление ржавчины на их поверхности, что выведет их из строя. Поэтому, как только влага попала на подшипники, нужно непременно обратиться в веломастерскую. Во влажную или дождливую погоду тормоза работают менее эффективно, чем по сухой погоде. Поэтому учитывайте увеличение тормозного пути. Во время влажной погоды уменьшается сцепление с дорогой и видимость, при поворотах снижайте скорость. Езда ночью вообще опасна для любого вида транспорта, а для велосипедов особенно. Поэтому, если Вам все-таки пришлось выехать ночью, сделайте все, чтобы быть максимально заметным в темноте. Это фонари на велосипеде, светоотражатели, яркая одежда и все, что сможет сделать Вас заметнее на дороге. Велосипед, и все детали на нем, как и любое другое устройство, имеет свой срок эксплуатации, который зависит от нагрузок, условий эксплуатации, применяемых материалов, конструкции и от частоты обслуживания. Ваш велосипед, скорее всего, не предназначен для спусков с крутых гор, выполнения трюков и других экстремальных приемов с велосипедом. Поэтому, поломки, которые связаны с неправильной эксплуатацией транспортного средства, не будут обслуживаться по гарантии.

## **Безопасность велосипедиста на дороге**

Велосипед, как и любой другой вид транспорта, является источником опасности для водителей, пассажиров и окружающих. Прежде чем выехать велосипедисту на дорогу, ему нужно учесть ряд правил, которые помогут избежать аварий на дороге. Их мы и разберем. Для начала нужно проверить техническую исправность транспортного средства, т.е. велосипеда. Если ваш железный друг исправен, ваша безопасность на дороге находится на уровне 70%. Первыми нужно проверить тормоза, их работоспособность, и они должны быть отрегулированы. Затем руль, проверьте, насколько прочно он закреплен. Просмотрите колеса: целы ли спицы, не пропускают ли камеры воздух, целы ли покрышки. Потом – переключатели, их нужно отрегулировать. Цепь, каретка, втулки должны быть смазаны и работать без постороннего шума. И наконец, сиденье. Оно должно быть отрегулировано по анатомическому строению водителя. Вся эта процедура не займет у Вас слишком много времени и особых знаний здесь не требуется, но если Вы все же не знаете, как отрегулировать устройство – обратитесь в специальную мастерскую. После того, как вы проверили техническую исправность велосипеда, стоит подумать и о специальной экипировке. Существует специальная велоодежда. В ней Вам не будет холодно зимой, и Вы не сильно вспотеете летом, плюс еще ряд заметных преимуществ. Если же у Вас нет такой специальной одежды, не расстраивайтесь, одевайте что есть. Но при этом наденьте лучше что-то облегающее, чтобы не развивалось по ветру и не зацепилось за посторонние предметы при движении на дороге. Подберите лучше яркую одежду, например, оранжевую, красную, желтую. Чем ярче Ваша одежда, тем больше Вы заметны на дороге, и, соответственно, в большей безопасности. Если у Вас при себе имеется рюкзак, то и его следует подобрать яркого цвета. В ночное время лучше, чтобы на Вас были специальные светоотражающие значки, с ними Вас легко увидят на дороге. Это же касается и рюкзака. Позаботьтесь о Ваших руках, наденьте велоперчатки. Не стоит пренебрегать таким методом безопасности, как шлем.

Статистика знает много случаев, когда именно шлем спасал жизнь человеку при аварии. Так же есть еще ряд предметов, которые обезопасят Вас – это налокотники и наколенники. Можно взять и защиту от роликовых коньков, не обязательно брать специальные. Обязательно следует взять с собой стандартные медицинские средства для оказания первой помощи, это зеленка, бинт, перекись водорода и йод. Отправляясь в путь на велосипеде, почитайте, как пользоваться этими медикаментами. Много времени у Вас это не займет, а вот жизнь, Вашу или чью-то, спасти сможет. Для большей безопасности и ориентира на дороге, следует установить хотя бы одно зеркало заднего вида, слева. Так Вы будете видеть, что происходит у Вас за спиной. Если Вы пользуетесь велосипедом часто, то, скорее всего когда-нибудь Вам придется ехать на нем и ночью. Поэтому не поленитесь и установите на транспортном средстве два фонаря, спереди – белого цвета, сзади – красного. И последнее, для уверенной езды на дороге нужно знать правила дорожного движения, как вести себя и как следовало бы вести себя другим участникам движения. Дабы исключить непонимание на дороге, нужно точно знать, кто и как поведет себя в различных ситуациях на дороге. Тем более, нужно знать правила, чтобы в случае возникновения ДТП не платить за всех и вся, знать, кто что нарушил, и кто еще кому должен оплачивать ущерб. В итоге, хотелось бы сказать: не экономьте время и средства на Вашей же безопасности, не спешите на дороге, внимательно смотрите что впереди Вас, объезжайте авто с запасом места и будьте осторожны.



## **Скоростной велосипед и темное время суток**

Ездить на таком транспорте, как велосипед в темное время суток либо в условиях плохой видимости весьма опасно. По статистике, только 10% велосипедистов ездят ночью и 3% постоянно совершают ночные поездки. К сожалению, 40% несчастных случаев с велосипедистами происходит именно в ночное время. При столкновении велосипедиста с любым транспортным средством, первый всегда оказывается пострадавшим и минимум, что он может получить – тяжелая травма. Так что, езда в ночное время не рекомендуется! Если вы все решите поехать куда – либо в ночное время суток, то не забудьте о том, что: Световозвращатели на вашем велосипеде должны быть в рабочем состоянии! Они должны быть прикреплены в необходимом положении и их должно быть видно в темное время. Не забывайте очищать и мыть их от грязи и время от времени ремонтировать либо заменять на исправные. Передняя и задняя фары вашего велосипеда также должны быть в рабочем состоянии. Не помешает, брать с собой передний фонарь или можно применить галогенные лампы. Задний фонарь служит габаритным огнем, на велосипеде. В момент плохой видимости на дороге, он послужит маяком для других водителей, чтобы они случайно не наехали на вас. Немаловажно, также, приобрести очки с желтыми линзами. Они стоят от 500 р. Они прекрасно подчеркнут контраст, что поможет большей безопасностью на дороге ночью. Если ваши осветительные приборы питаются от аккумуляторов, то перед выездом необходимо убедиться, исправны ли они, и заряжены ли полностью батареи. Главным достоинством осветительных приборов с питанием от аккумуляторов является то, что они могут светиться и оставаться видимыми и тогда когда велосипед не движется. Никогда не стоит ездить дольше времени разряда вашей батареи, так как можно вообще остаться без освещения. **Скоростной велосипед.** Современные горные велосипеды насчитывают от 18 до 27 скоростей. Не лишним будет спросить: а зачем так много? Это ж надо все запомнить. Но, на самом деле, все не так уж и сложно! В том месте, где находятся педали, стоят 3 звезды на лавных звездах, а на задней кассете – от 6 до 9 звезд. Например, если на велосипеде спереди 3 главные звезды, а сзади на кассете – 7, то, необходимо, лишь произвести такой расчет:  $3 \times 7 = 21$  скорость. Получается, что скорость рассчитывается путем умножения передних трех, постоянных звезд на задние звезды. Но, на самом деле, на велосипеде меньше скоростей. Как было сказано выше, впереди находятся 3 звезды, самая маленькая из которых расположена ближе к раме: она то и является первой, а самая большая и далеко находящаяся от рамы – третья. Ну, и, звезда, расположенная посередине – вторая. Допустим, сзади располагаются 7 звезд, которые по аналогии рассчитываются по величине и расположенности к раме: первая звезда – большая, а последняя – маленькая. На скоростном велосипеде скорости необходимо переключать так, чтобы от каждой из звезд, находящихся спереди, работало только 2-3 параллельные ей звезды. По сути, получается, что скоростей всего девять! Спереди 1, сзади 1-2-3; Спереди 2, сзади 3-4-5; Спереди 3, сзади 5-6-7. Если спереди цепь расположена на первой звезде, то сзади она будет расположена на 1, 2 и 3 звездах, а если спереди цепь расположена на второй, то сзади она будет располагаться на 3, 4, 5, ну, а если же она расположена на третьей, то сзади будет – на 5, 6 и 7 звездах! Точно также можно рассчитать скорость у велосипедов с 18, 24 и 27 передачами. В случае небрежного отношения к велосипеду и его скоростям, например, если скорость переключать, как попало, то цепь заденет до переднего переключателя, а это станет причиной быстрой поломки транспорта.



Относитесь к своему транспорту с вниманием!

## ДТП с участием велосипедистов



Каждый год количество велосипедов на дорогах увеличивается. Поэтому водителям автомобилей нужно быть предельно внимательным, если они увидели на дороге велосипедиста. На дороге велосипедистам следует ехать только по правой стороне, им нельзя ездить по пешеходным дорожкам и тротуарам. Можно ехать по обочине, если Вы не будете мешать пешеходам.

Нельзя на велосипеде перевозить груз, который значительно выступает за пределы велосипеда или мешает управлению. Перевозить можно только детей до 7 лет, и то только если у Вас есть дополнительное специальное сиденье, а к нему подножки. При совершении ДТП с участием водителя автомобиля и велосипедиста, виновным считается водитель автомобиля, т.к. он считается источником большой опасности для велосипедиста. Если же водитель автомобиля не виноват, то ему самому придется искать доказательства своей невиновности. Обычно, велосипедист движется со скоростью около 18-40 км/час. При этом тормозной путь у велосипеда, едущего со скоростью 25 км/час, будет примерно 8 метров. При одной и той же скорости у велосипеда будет больший тормозной путь, чем у автомобиля, особенно при влажной погоде. Наверно стоит разобрать самые частые ситуации на дороге, которые могут привести к ДТП с участием велосипедистов. Около 20 % всех ДТП с участием велосипедистов получаются из такой ситуации: авто поворачивает направо, при этом не пропуская велосипедиста, который едет вдоль обочины. Здесь есть два варианта — водитель просто не увидел велосипедиста, или же водитель посчитал, что велосипедист сможет мгновенно остановиться, как пешеход. Еще часто случается ДТП, если кто-то, сидящий в автомобиле, открыл дверь машины, а велосипедист не смог вовремя среагировать и объехать. Часто такие аварии заканчивались летальным исходом для велосипеда и его хозяина. По правилам, водитель припаркованного авто должен убедиться, когда открывает дверь, что открытая дверь не кому не помешает и не создаст опасности для других участников движения. Часто велосипед сталкивается с автомобилем, когда велосипед едет по главной дороге, а авто по второстепенной. Чтобы избежать подобной аварии водителям автомобилей следует помнить, что если он находится на второстепенной дороге, то обязан пропустить все транспортные средства, включая и велосипеды. Так же имеет место и такая ситуация: велосипед движется прямо, а встречному автомобилю нужно повернуть налево, и при этом он не пропускает велосипедиста. И может быть летальный исход, для велосипедиста, конечно же. В этом случае водителям авто нужно помнить, что совершая поворот налево, он должен пропустить всех, в том числе и велосипедистов. Неоднократно случалась авария, когда автомобиль попросту наезжает на велосипед сзади. Здесь нужно смотреть по ситуации, может сам водитель велосипеда спровоцировал ДТП из-за того, что объезжал препятствие. Поэтому дистанция между транспортными средствами так важна. И наконец, последний случай, который хотелось бы рассмотреть. Это ситуация, когда велосипедист едет по центру дороги, или слева, что, кстати, запрещено ПДД, а автомобиль, едущий сзади, пытается обогнать его справа. При этом водитель велосипеда может испугаться, услышав звук авто сзади и, может даже неосознанно, дернуться вправо, прямо под колеса. Чтобы избежать этого, велосипедистам следует соблюдать правила, а автомобилистам — как можно осторожней объезжать велосипед, сохраняя достаточную боковую дистанцию. ***В итоге нужно сказать, что – всегда возите с собой аптечку и паспорт, соблюдайте ПДД, будьте внимательны и не совершайте аварийных ситуаций.***



Автор составитель: Трофимюк Елена Анатольевна, преподаватель-организатор ОБЖ,  
МОУ "Нововилговская средняя школа №3" Прионежского муниципального района Республики Карелия  
Адрес школы: 185506, Республика Карелия, Прионежский район, п. Новая Вилга, ул. Школьная, д.3  
Телефон (факс): (8142)786-821 - секретарь. e-mail: sc.vilga@onego.ru