



Полезные советы при обучении

1. Обязательно надевайте брюки, даже девочкам, потому что падения на первых порах неизбежны.
2. Если получится надеть перчатки, надевайте, а также наколенники и налокотники.
3. Для сохранения равновесия руль нужно всегда поворачивать в сторону наклона велосипеда.
4. При движении на велосипеде следует смотреть вперед на 5–10 метров.
5. Ступни и колени надо держать параллельно раме велосипеда.
6. Крутить педали нужно плавно, без рывков, не отрывая ног от педалей.
7. Торможение должно быть уверенным, но плавным.

Правила дорожного движения на велосипеде

Объясните ребёнку, что нельзя кататься по дороге, и что переходить дорогу допустимо только пешком, ведя велосипед рядом с собой. Не стоит проверять лужи, ямки, песочные и земляные горки — это грозит непредвиденным падением. Научите малыша показывать поворот рукой и звонить впереди идущим пешеходам.

Желаем успехов!

