

Азбука безопасности.
Презентация на тему:
«Мой друг велосипед»

Выполнила: Учитель начальных классов
Холопова И. В.
МБОУ Голицынская СОШ №1



Слово «**велосипед**», в дословном переводе с французского, означает «**быстрые ноги**». По сути, это вид транспорта, движущийся с помощью силы человеческих мускул, которая направлена на ножные педали. Обычно у велосипеда два колеса, однако существуют модификации с одним, тремя и даже четырьмя колесами.

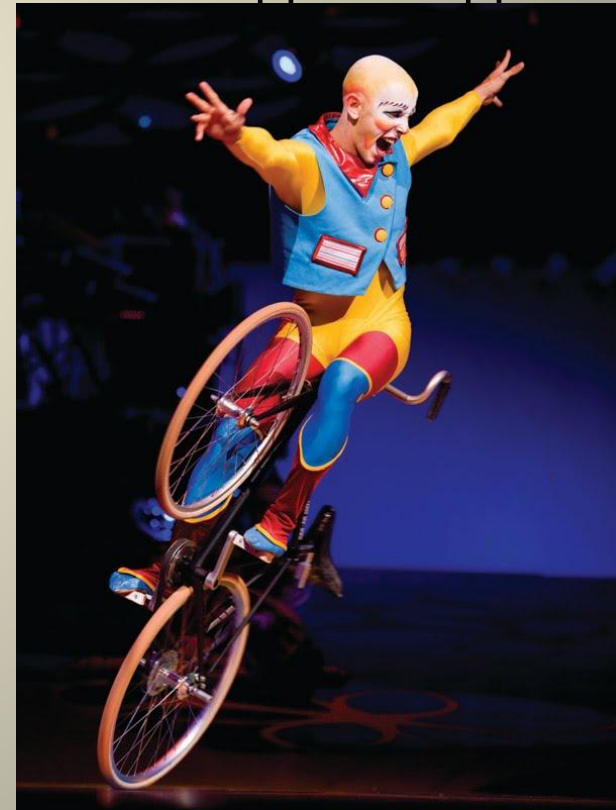


Можно выделить три основные сферы применения велосипеда:

Транспорт — велосипед рассматривается как транспортное средство для перевозки людей и грузов.

Спорт — существуют различные спортивные дисциплины, с особыми требованиями к конструкции велосипеда.

Развлечение, досуг — велотуризм, катание в рекреационных зонах. Детские, подростковые, широкое велосипеды и т. д.



Эксплуатация велосипеда

Велосипед должен содержаться в чистоте.

Срок службы и качественная работа Вашего велосипеда напрямую зависят от состояния его узлов и механизмов. Велосипед можно мыть как вручную, так и бесконтактными аппаратами под давлением напора воды(но не очень сильным, механизмы не любят высокое давление воды).



Так как большинство деталей металлические, необходимо вытереть велосипед после мойки насухо либо если позволяет погода(светит солнышко) после мойки на солнце он быстро высохнет, но это для ленивых, так что лучше вытереть тряпочкой(останется меньше следов и разводов). Так как детали трансмиссии смазаны, вода вряд ли полностью очистит их от смазки и налипшей грязи. Для этих целей подойдут бытовые щетки с жестким ворсом, а также старые зубные щетки.



Чистка и смазка цепи.

Цепь, передние и задние звезды велосипеда наиболее подвержены налипанию грязи, песка и мелкого щебня во время эксплуатации велосипеда. Вся эта грязь мешает нормальной работе трансмиссии и резко увеличивает износ деталей. Для нормальной эксплуатации регулярно чистите цепь и звезды. Для этих целей также можно использовать бытовые и зубные щетки, а не только специальный велосипедный инструмент(инструментом немного быстрее и удобнее).



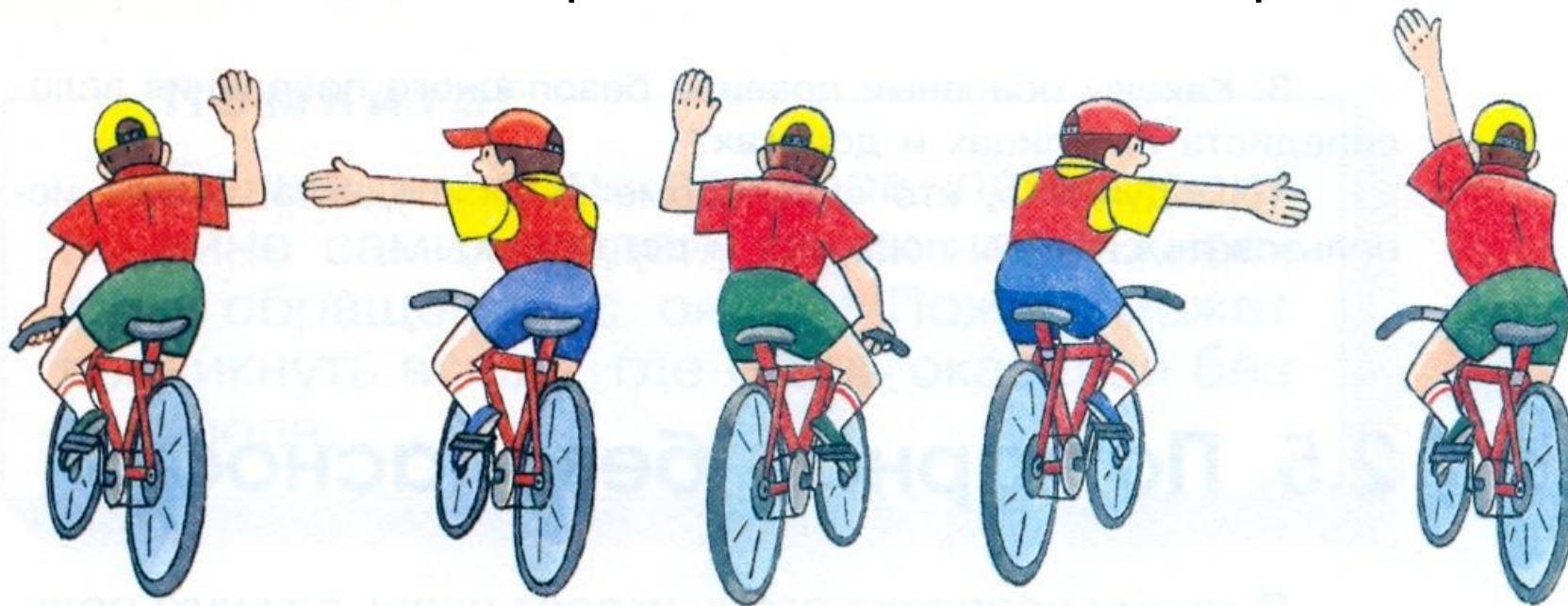
Для чистки цепи можно приобрести специальную машинку, которая поможет чистить цепь, не снимая ее с велосипеда. В нее заливается специальный моющий раствор, керосин или крепкий раствор обычного Fairy. Все эти жидкости применимы и при чистке зубной щеткой.



Далее цепь вытирается насухо и смазывается велосипедной жидкой или аэрозольной смазкой. Нельзя густую автомобильную густую смазку! К ней моментально прилипнут песок и камни, и цепь превратится в напильник. Велосипедные смазки рассчитаны как раз для открытых узлов и при высыхании образуют защитную пленку.



В Правилах дорожного движения сказано, что велосипед — это полноценный вид транспорта, а его водитель, велосипедист, полноценный участник дорожного движения. Поэтому, владелец транспортного средства обязан должное внимание уделять технической исправности своего средства передвижения и соблюдать правила дорожного движения, в том числе заблаговременно подавать сигнал о желании совершить какой-либо маневр.



Сигналы, подаваемые велосипедистом при поворотах и остановке

Итак, **первое правило велосипедиста** — проверка перед каждым выездом исправности тормозов и рулевого управления. Даже золотой велосипед (самый дорогой велосипед в мире) нуждается в ежедневной проверке своих узлов.



Второе правило: проверка крепления руля. Нормальное крепление руля не имеет люфта, соответственно руль должен быть неподвижен при любых механических воздействиях.



Третье правило: проверка надежности крепления подседельного штыря. Если не осмотреть состояние последнего — можно не только получить массу травм, но и потерять координацию движения на дороге, спровоцировав, таким образом, серьезное ДТП (речь идет о езде на велосипеде по шоссе).



Четвертое правило: проверьте состояние рукояток, нажав на них несколько раз и затем отпустив. Рукоятки ни в коем случае не должны упираться на ручки руля



Пятое правило: проверьте состояние колодок тормозов. Ободные тормоза должны плотно прижиматься к колесу всей своей плоскостью. Если у вас гидравлические тормоза — следует произвести проверку на предмет утечки тормозной жидкости.



Шестой закон: проверьте, нормальное ли давление в шинах. Если вы чувствуете, что оно не соответствует норме — подкачайте шины.



Седьмое: если вы планируете осуществить велокросс в темное время суток, обязательно проверьте работу осветительных приборов и качество отражателей.



Восьмое, последнее правило: проверьте наличие ремонтного набора для велосипеда. Он может



Экипировка велосипедиста состоит из велосипедного шлема, защитных очков, велоперчаток, «дышащей» спортивной куртки,



Велосипедный шлем действительно эффективно предохраняет голову велосипедиста в случае падения или задевания на ходу чего-либо. В некоторых странах велошлемы являются обязательным атрибутом велосипедистов.



Защитные очки прежде всего защищают глаза велосипедиста от попадания пыли, мелких камней и насекомых.



Велосипедные перчатки похожи на гимнастические или тренировочные перчатки — они имеют защитные подушки на ладонях, обеспечивающие правильное распределение давления и надежный хват руля.

Велоперчатки беспалые.



Велосипедные шорты или велосипедные штаны выполняют несколько функций — уменьшают трение и сопротивление воздуха, содержат мягкую вставку для более комфортного сидения на узком велосипедном седле. Кроме того, использование именно велосипедных шорт или штанов полностью исключает попадание штанины между передними звездочками и цепью велосипеда.



Кроссовки используют практически любые, если велосипед оборудован обычными бесконтактными педалями. В случае наличия контактных педалей необходимо использовать велосипедные кроссовки с соответствующими разъемами.



Наколенники и налокотники надевают только начинающие велосипедисты или дети. такая экипировка не рекомендуется для серьезных поездок, потому что сковывает движения и сама по себе может травмировать конечности при длительной езде.



Велосипед, на котором вы собираетесь двигаться по улицам города или посёлка, станицы или села, между населёнными пунктами, хоть и малоскоростной вид транспорта, но всё же к велосипедисту уже применимо определение – водитель и к нему предъявляются определённые возрастные ограничения, которые зафиксированы в пункте 24.1 «Правил дорожного движения РФ»: «Управлять велосипедом при движении по дорогам разрешается лицам не моложе 14 лет, а мопедом – не моложе 16».



отвечает умный, подготовленный и опытный ездок – вы сами.

-Уделяйте пристальное внимание всему, что видите и слышите вокруг.

-Не слушайте музыку через наушники.

-Устанавливайте зрительный контакт с водителем моторизованного транспортного средства, который может повлиять на траекторию вашего движения.

-На случай непредвиденной опасности держите руки на тормозных рычагах.

-Будьте готовы быстро покинуть дорогу и/или среагировать.

-Действуйте уверенно и утверждайте право на свой участок дороги.

Рядовому участнику похода о походном строе знать не обязательно, но организатор обязан знать правила организации езды в группе. Маленькие группы по 5 - 7 человек обычно без проблем едут группой. В такой группе все видят друг друга — можно крикнуть и все остановятся. Если группа насчитывает больше десятка велосипедистов, то велосипедисты разбиваются на отдельные группки. Вот для таких больших групп и важно соблюдение порядка, так как лидер просто физически не может уследить, а сама группа может занимать участок дороги в несколько километров.



Руководитель не обязан быть самым выносливым и самым быстрым — он должен быть самым умным и опытным велосипедистом. Лидер должен хорошо ориентироваться в местности, желательно чтобы у него был GPS -навигатор . Он не должен задавать темп езды, превышающий среднюю скорость всей группы.



Также на перекрёстках нужно дожидаться всю группу, чтобы кто-то случайно не отстал и потом не знал куда ехать дальше. Чтобы всей группе не останавливаться на перекрёстках, можно назначить дежурного, который на поворотах будет указывать отставшим куда поехала основная часть группы, а потом опять нагонять главную

группу



Но самая важная роль отводится замыкающему. Замыкающий едет самым последним. В его обязанности входит оказание помощи велосипедистам, у которых сломался велосипед или травмировавшимся велосипедистам. Он должен уметь оказать первую медицинскую помощь как велосипеду, так и велосипедисту. У него должен быть при себе ремонтный набор и медицинская аптечка



Замыкающий должен быть одет в яркую велоодежду, чтобы его видели издалека и знали, что вся группа в строю. У него должен быть свисток. Конечно можно позвонить по мобильному телефону, скинуть СМСку, но свисток самый простой безотказный бесплатный способ связи с группой.

