

Велопробег – альтернатива пагубным привычкам!

26 сентября ребята МКОУ «Тиличикская средняя школа» приняли участие в региональном этапе Всероссийской акции «Физическая культура и спорт – альтернатива пагубным привычкам» велопробеге «ПДД знай, помни, соблюдай!».

Чтобы активно и с пользой для здоровья провести субботний день, при этом заявив громкое «Нет!» пагубным привычкам, 27 велосипедистов в 12.00. вышли на старт.



Участников велопробега тепло поприветствовала директор школы Алфёрова В.Н. «В добрый путь!» — звучало напутствие стартовавшим, и это действительно так, ведь мы выбираем счастливую жизнь — здоровье и спорт!

Инструктор по физической культуре Булатов А.Н. и инспектор ГИБДД Лелюк Е.Л. провели инструктаж по технике безопасности, напомнили ребятам

правила движения в группе велосипедистов:

1. Соблюдай дистанцию! Всегда следи за обстановкой впереди себя.
2. Двигайся прямолинейно! Не виляй в стороны и не перемещайся внутри колонны. Если хочешь ехать рядом с другом становись рядом с ним еще на старте.
3. Двигайся там, где все! Двигайся по проезжей части – не выскакивай на тротуар
4. Не разговаривай по телефону! Это отвлекает твое внимание, а резкое

торможение одной рукой приводит к падению

5. Тормози и поворачивай плавно! Предупреждая остальных специальными жестами:
 - для указания поворота отведи руку, соответствующую направлению поворота, горизонтально в сторону;
 - перед тем как снизить скорость, подними руку вертикально вверх;
 - если видишь перед собой на дороге препятствие (открытый люк, выбоина), объезжая, обязательно укажи на него рукой;
 - жесты можно дублировать голосом, громко произнося «Стоп!», «Внимание!», «Осторожно!» и т.д.;
 - всегда следи за жестами окружающих, особенно тех, кто движется впереди.



6. Понты оставь дома! Прыжки, езда на заднем колесе, дрифт и прочие выкрутасы здесь не уместны и не безопасны для окружающих тебя людей. Нарушая эти правила, ты ставишь под угрозу свою безопасность и безопасность окружающих.



Основные задачи велопробега - вовлечение новичков в велоспорт и пропаганда здорового образа жизни.

Природа порадовала и предоставила участникам ещё один солнечный денёк для получения изрядного заряда бодрости и хорошего настроения. Несмотря на все трудности, ребята справились со сложной задачей. Участники мероприятия старались приложить все усилия и разбудить в себе второе дыхание, чтобы прийти к финишу.



Главным вознаграждением для школьников в этот день стали общение со своими друзьями, свежий осенний воздух и хорошее настроение. Что может быть лучше для растущего организма?!

Заместитель директора по воспитательной работе Л.В.Слипец