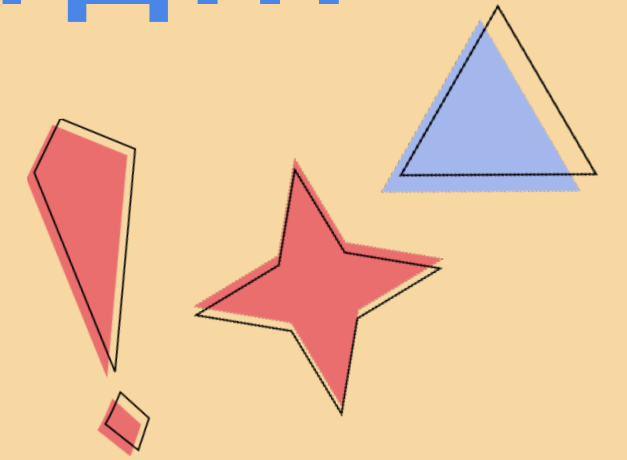




Безопасное поведение на улице: правила, которые помогают избежать травм и ДТП

Улица требует внимания, спокойствия и умения видеть опасность заранее.



Почему подросткам важно знать правила уличной безопасности

В 9 классе подростки чаще передвигаются сами и каждый день сталкиваются с дорожной средой без постоянного контроля взрослых. Ошибки обычно связаны со спешкой, телефоном, наушниками и недооценкой скорости транспорта.

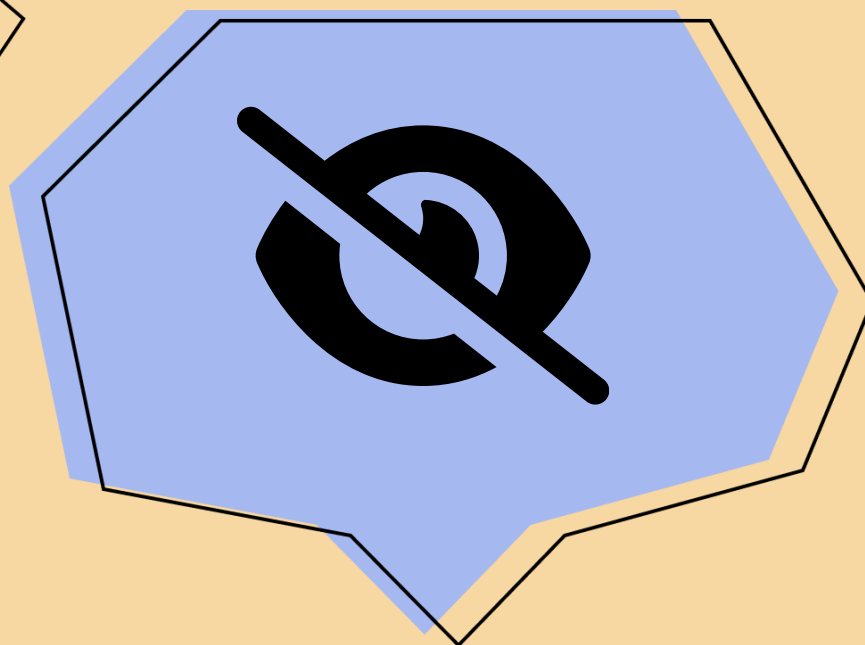
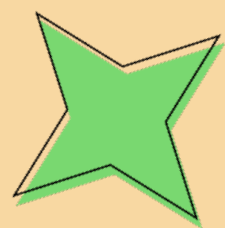


Основные источники опасности на улице



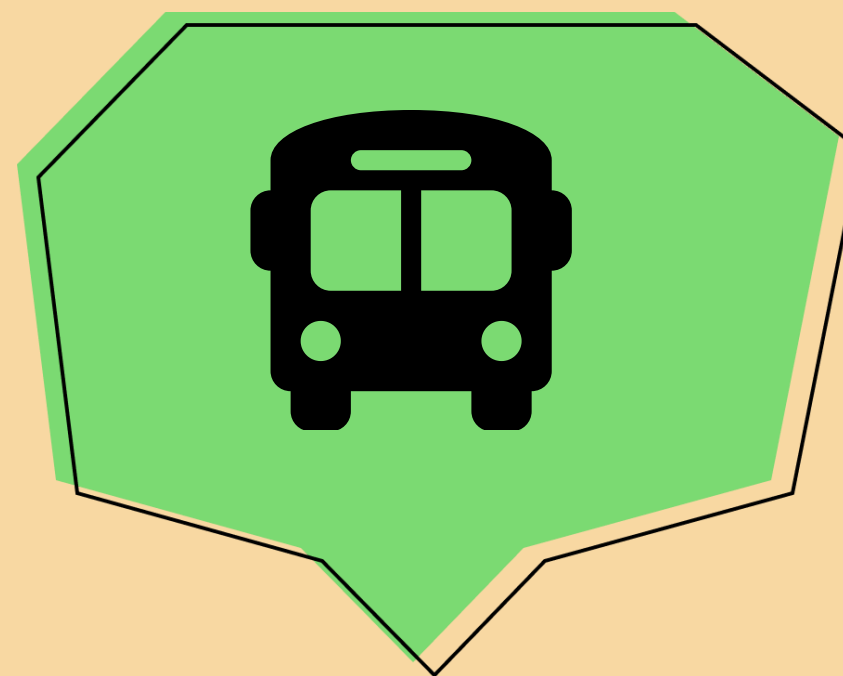
Проезжая часть

Здесь риск создают машины, мотоциклы, велосипеды и самокаты, особенно если пешеход выходит на дорогу без оценки ситуации или торопится перейти в неположенном месте.



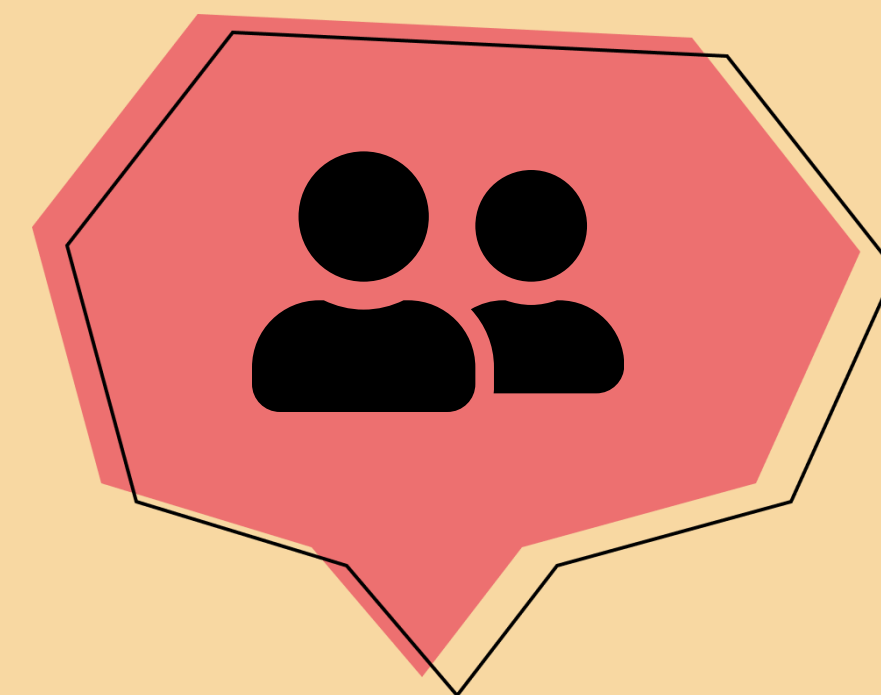
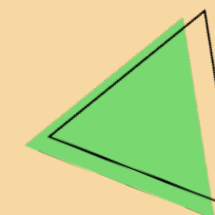
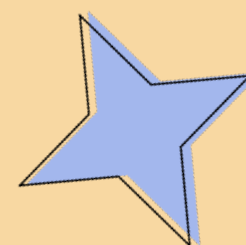
Плохая видимость

Сумерки, дождь, снег, туман и темные участки улицы уменьшают заметность человека. Обзор также закрывают стоящие автомобили, автобусы, кусты и заборы.



Остановка и двор

У остановок, во дворах и на парковках транспорт движется рядом с людьми на малой дистанции. Здесь особенно опасны маневры задним ходом и неожиданный выход из-за препятствий.



Нежелательное внимание

Дополнительную угрозу создают незнакомцы, которые пытаются заговорить, отвлечь или предложить помощь. В такой ситуации важно сохранять дистанцию и идти к людям или взрослым.

Как выглядит безопасный пешеход на улице



Видимый и собранный

Безопасный пешеход идет по тротуару, не спешит и заранее смотрит, где можно перейти дорогу. Он не выходит на проезжую часть без необходимости и держится правой стороны, чтобы не мешать встречному потоку людей.



Без телефона и лишнего шума

Перед переходом такой пешеход убирает телефон и снимает наушники или делает звук тише. Это помогает услышать транспорт, сигнал светофора и вовремя заметить изменения в дорожной обстановке.

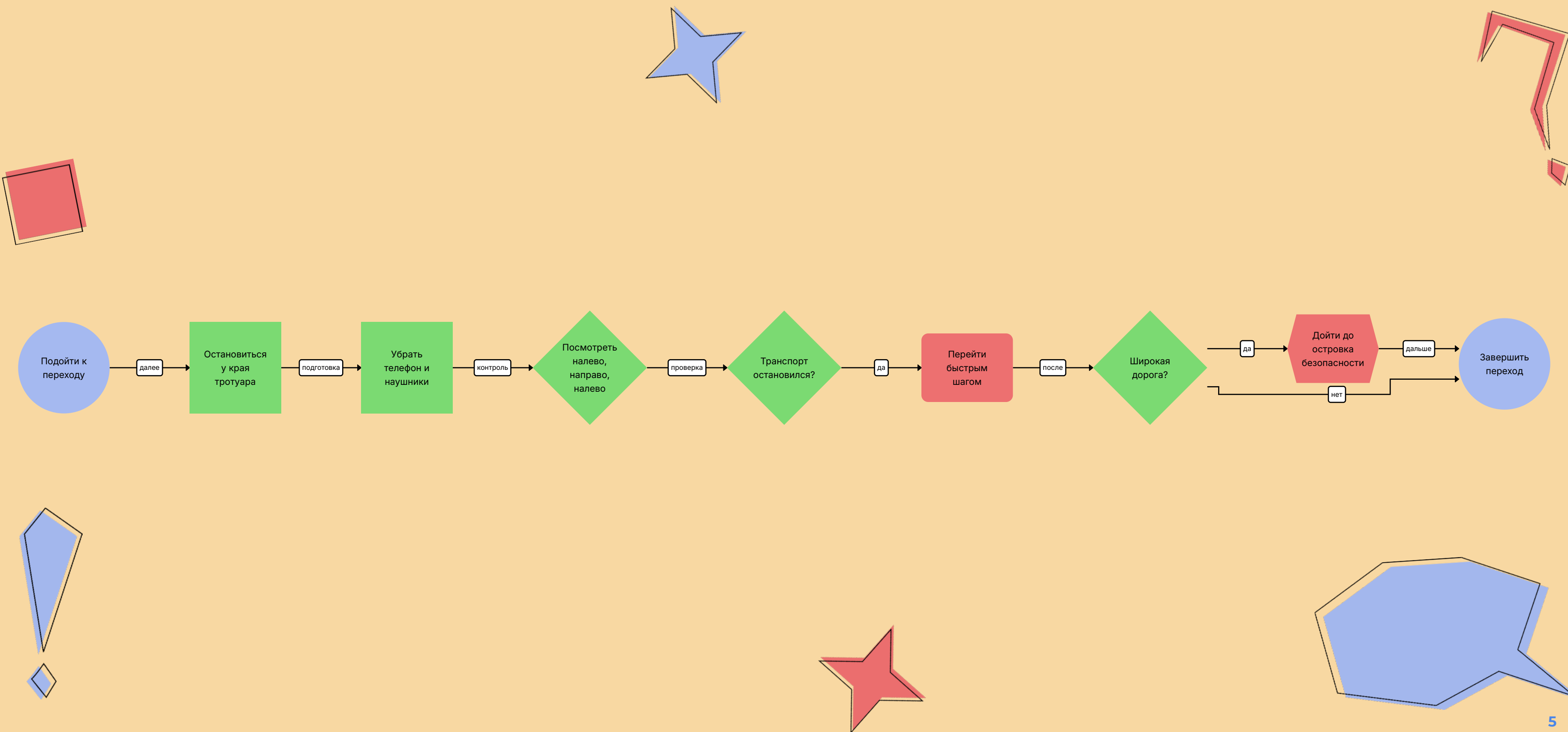


Замечают издалека

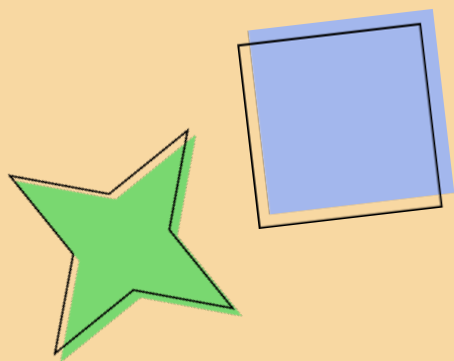
В темное время суток помогают светлая одежда и светоотражатели на куртке, рюкзаке, обуви и рукавах. На изображении уместны пешеходный переход, знак и подросток, которого хорошо видно водителям.

Алгоритм безопасного перехода дороги

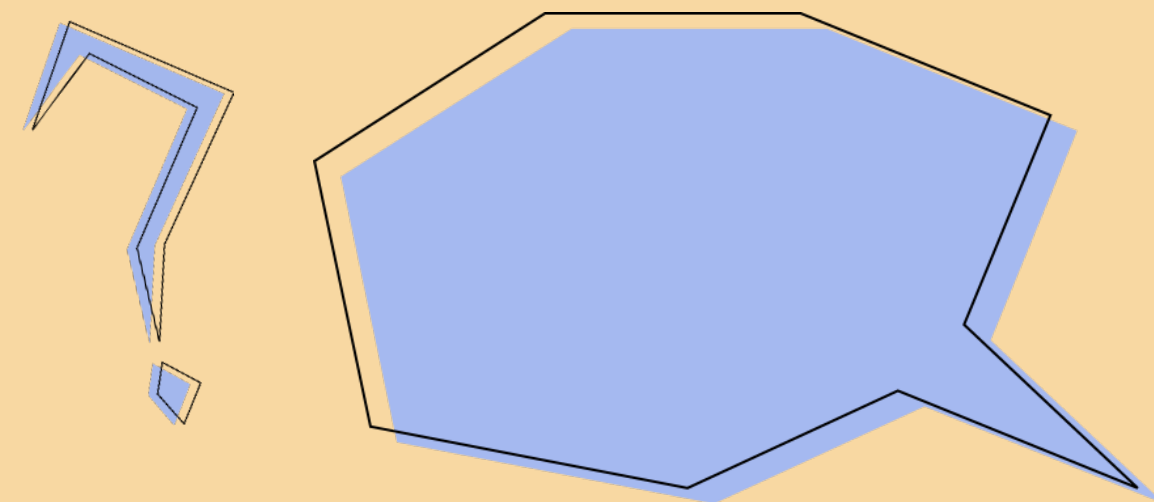
Последовательность действий для перехода через улицу без лишнего риска.



Правила перехода на светофоре и нерегулируемом переходе

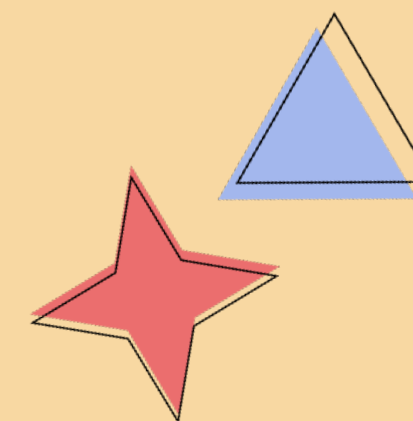
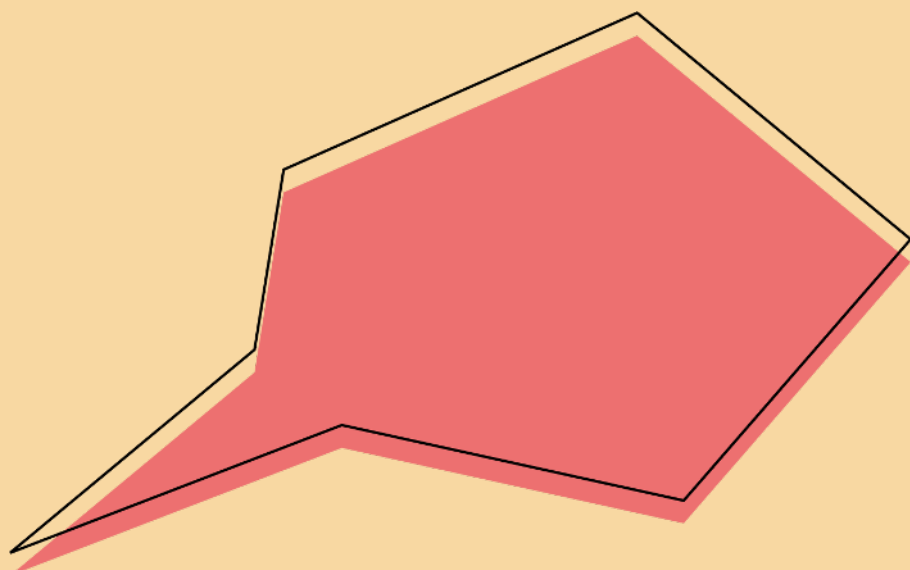


Зеленый сигнал разрешает идти, но не отменяет наблюдение за дорогой: водитель может поздно заметить пешехода или не успеть остановиться, если ехал слишком быстро.

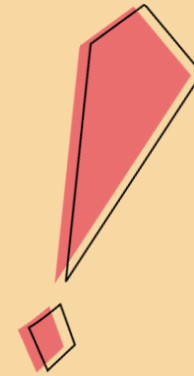
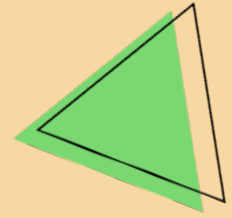


На нерегулируемом переходе начинать движение безопасно только после полной остановки машин и проверки всех полос. Особенно важно смотреть не только на ближайший ряд, но и на соседние полосы.

Через многополосную дорогу нельзя выходить из-за автобуса, грузовика или другого крупного транспорта. Такие машины закрывают обзор и могут скрывать другой автомобиль или движение по соседней полосе.

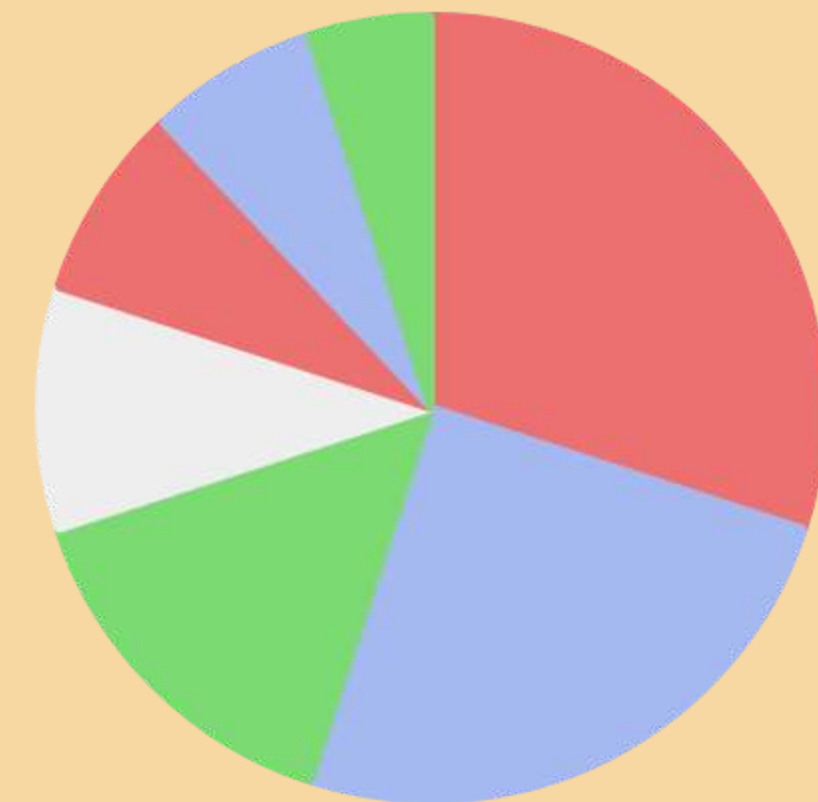
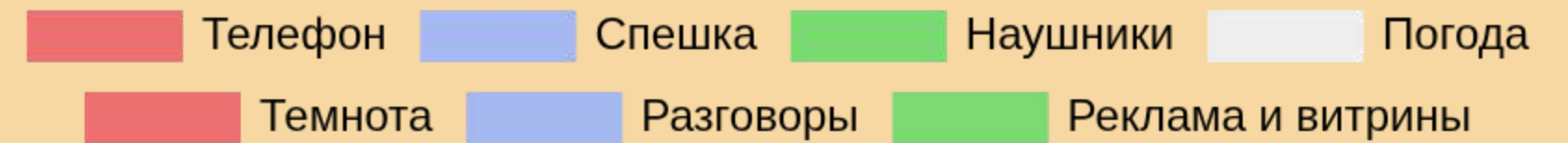
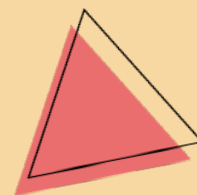
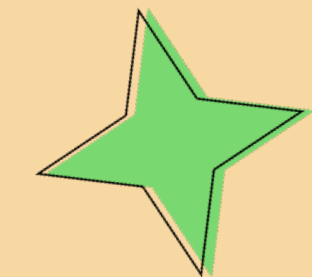


Что чаще всего мешает заметить опасность на улице

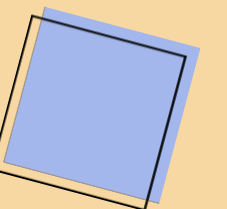


Чем сильнее внимание занято одним действием, тем меньше шансов заметить внезапный маневр транспорта или изменение сигнала.

Главные риски связаны с телефоном и спешкой: они сильнее всего сокращают время реакции и ухудшают контроль обстановки.



Сводная оценка типичных отвлекающих факторов в уличной среде; дата не указана.

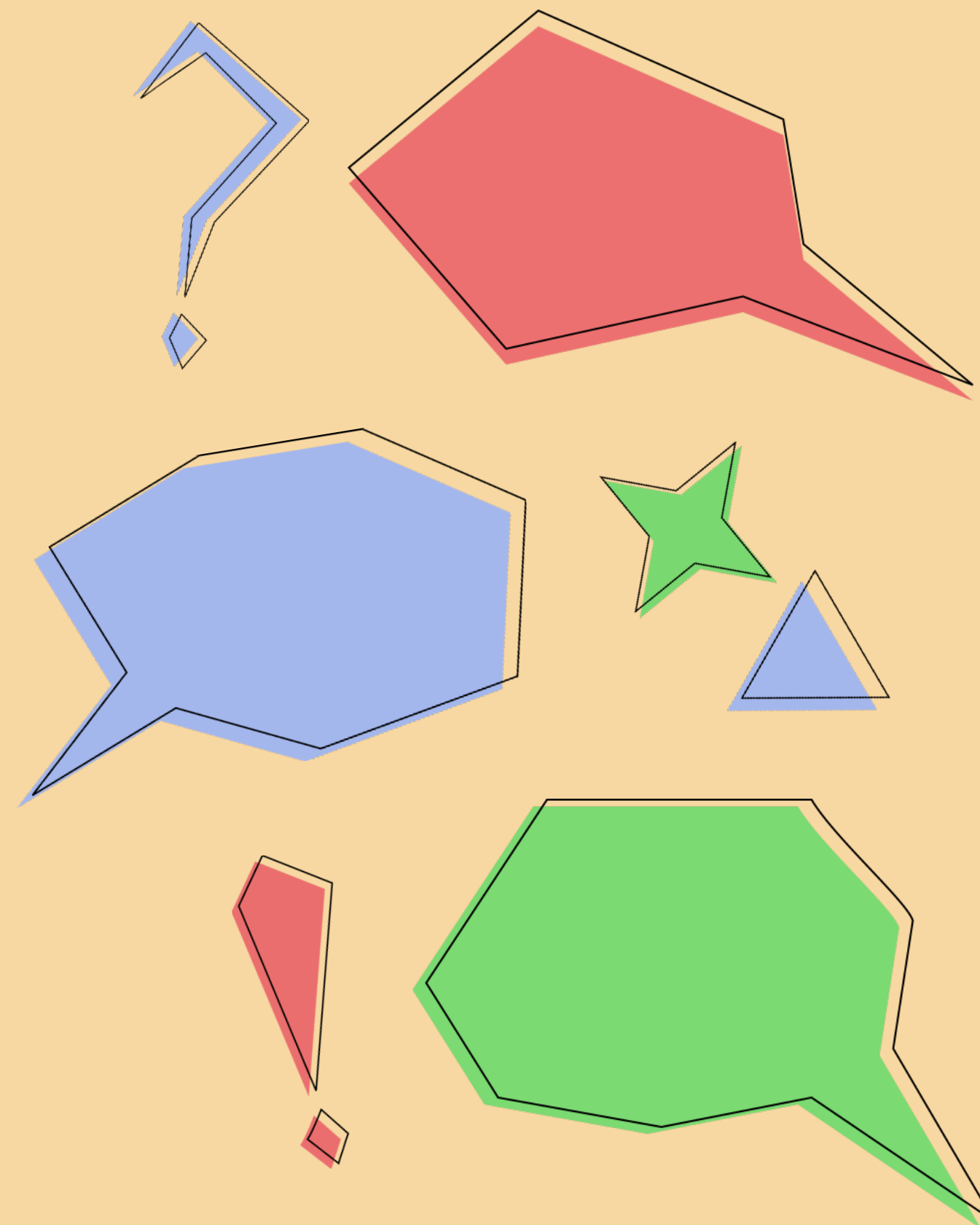
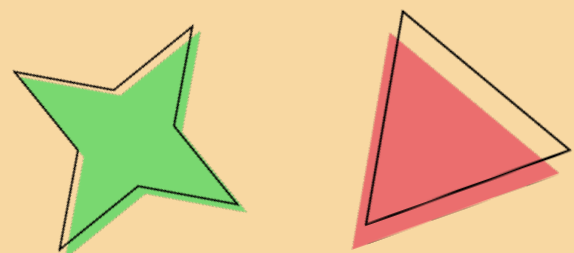


Безопасность во дворе, на парковке и у подъезда

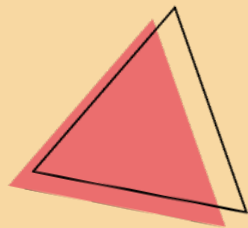
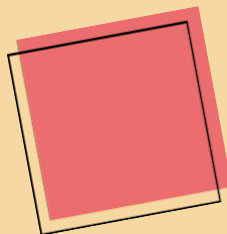
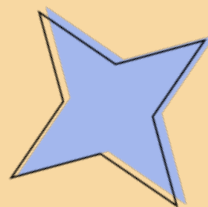
Во дворе автомобили нередко едут задним ходом, а водитель видит не все зоны вокруг машины. Особенно опасно подходить близко сбоку, где легко оказаться вне поля зрения.

Нельзя играть между машинами, выбегать из-за кустов или выскакивать из подъезда, не посмотрев по сторонам. Телефон и наушники в этот момент тоже мешают вовремя заметить транспорт.

Перед выходом из арки или подъезда нужно остановиться и осмотреться. Сначала убедитесь, что рядом нет движущейся машины, а потом выходите спокойно и без резких шагов.



Опасная ситуация и безопасное действие

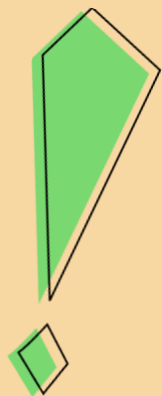
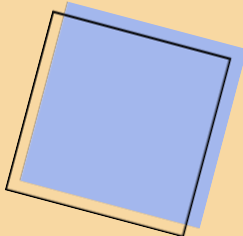
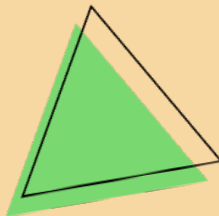


Ситуация	Опасность	Действие
Темнота	Плохо видно	Светоотражатели
Автобус закрыл обзор	Не видна дорога	Ждать видимость
Незнакомец зовет	Может отвлечь	Идти к людям
Скользкий тротуар	Риск падения	Идти медленно

Короткая таблица показывает, как быстро распознать риск и выбрать правильный шаг.

Опасность чаще возникает там, где человек действует автоматически и не проверяет обстановку перед движением.

Правила безопасного поведения на улице; обобщение типичных ситуаций.



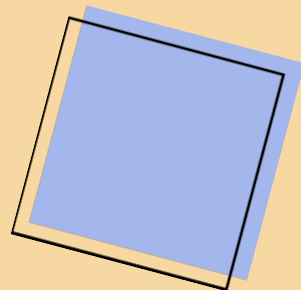
Одежда и аксессуары, которые повышают заметность на улице

Что помогает быть заметнее

Светлая и яркая одежда лучше заметна водителям в сумерках и при слабом освещении. Еще сильнее заметность повышают светоотражающие полосы на рюкзаке, куртке, обуви и шапке.

Что мешает видеть дорогу

Капюшон, большие наушники и вещи, закрывающие боковой обзор, ухудшают контроль за улицей. Из-за них сложнее заметить транспорт сбоку, поэтому безопаснее держать обзор открытым.



Правила поведения рядом с общественным транспортом



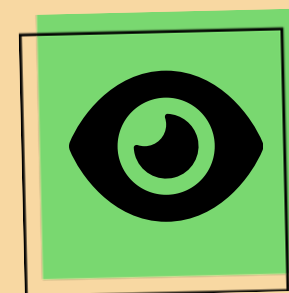
Не подходить к слепым зонам

У автобуса, троллейбуса и маршрутного такси есть участки, где водитель видит пешехода плохо или не видит совсем. Особенно опасно приближаться сбоку, спереди и сзади во время манёвра.



На остановке держаться спокойно

Стойте на безопасном расстоянии от края платформы или проезжей части, не толкайтесь и не выходите вперёд до полной остановки транспорта. Спокойное ожидание помогает избежать падения и резкого контакта с машиной.

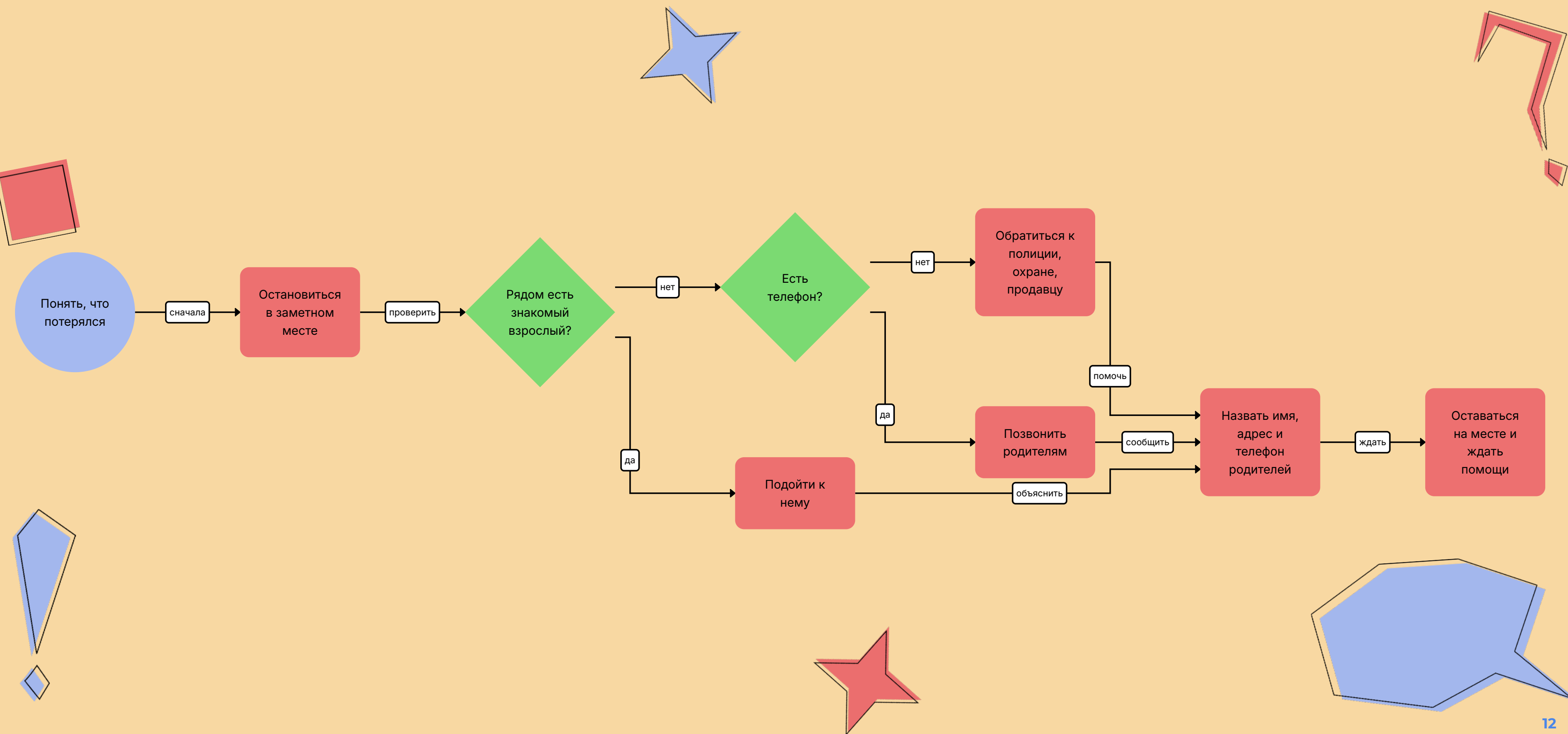


Обходить только там, где всё видно

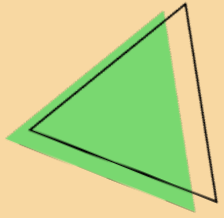
Не обходите транспорт спереди или сзади, если обзор дороги закрыт. Сначала убедитесь, что рядом нет встречных машин, и только потом продолжайте движение к переходу или тротуару.

Действия, если подросток потерялся на улице

Алгоритм безопасного поведения при потере ориентира и отсутствии взрослых рядом

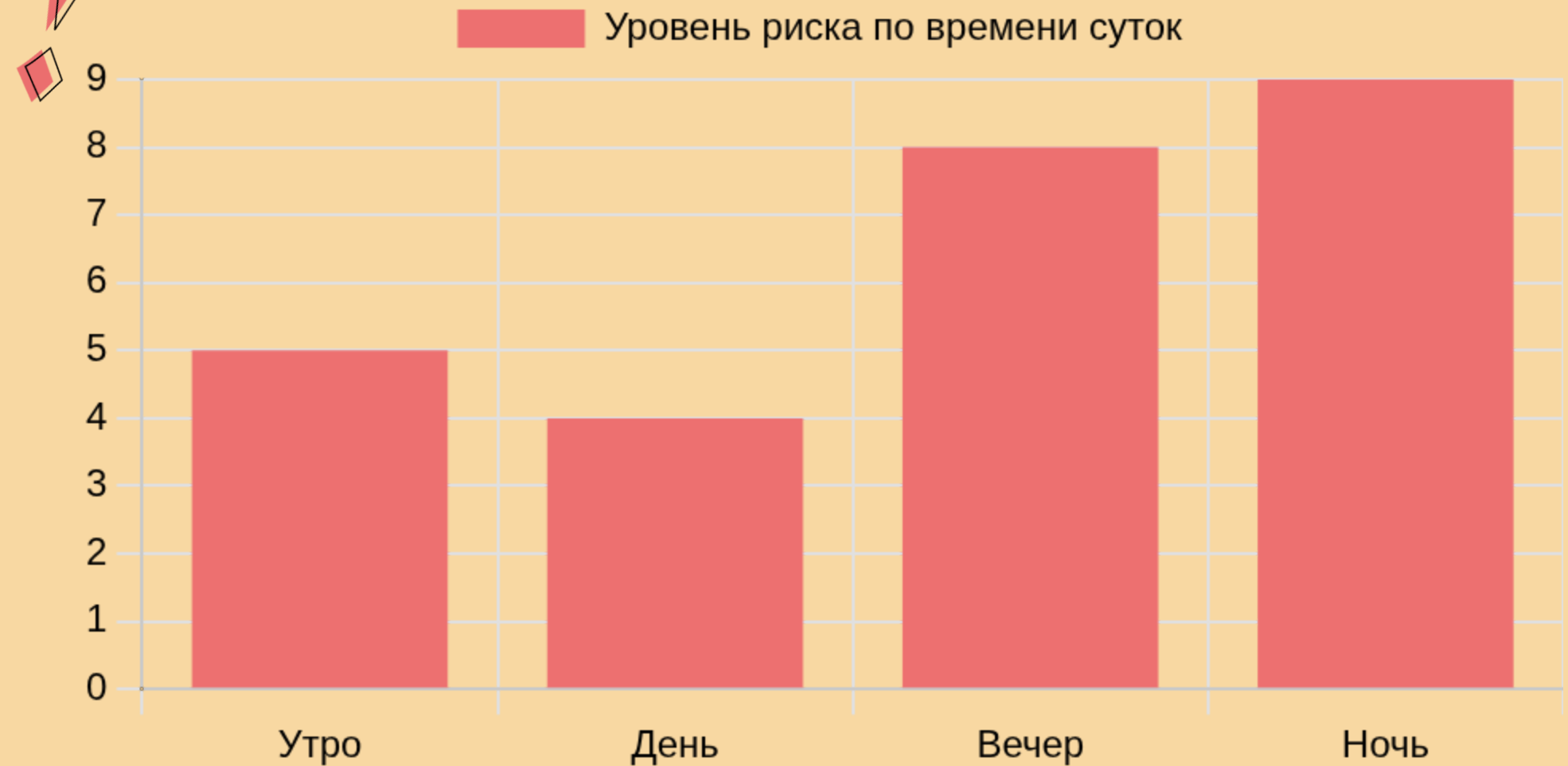
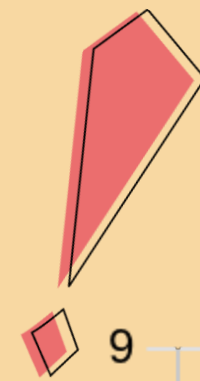
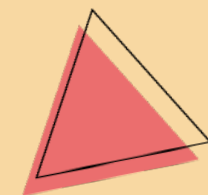
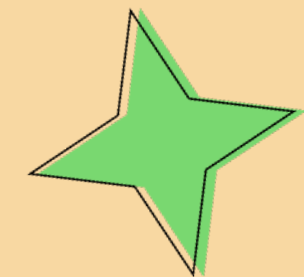


Как меняется риск на улице в разное время суток

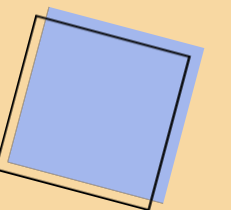


На риск влияют не только свет и поток транспорта, но и усталость, привычка торопиться и выбор маршрута. Особенно важно учитывать знакомые переходы с плохим освещением.

Максимальная осторожность нужна вечером и ночью: в это время заметность пешехода ниже, а ошибка водителя или самого подростка обходится дорожке.



Иллюстративная оценка по описанным факторам риска; не статистические данные.



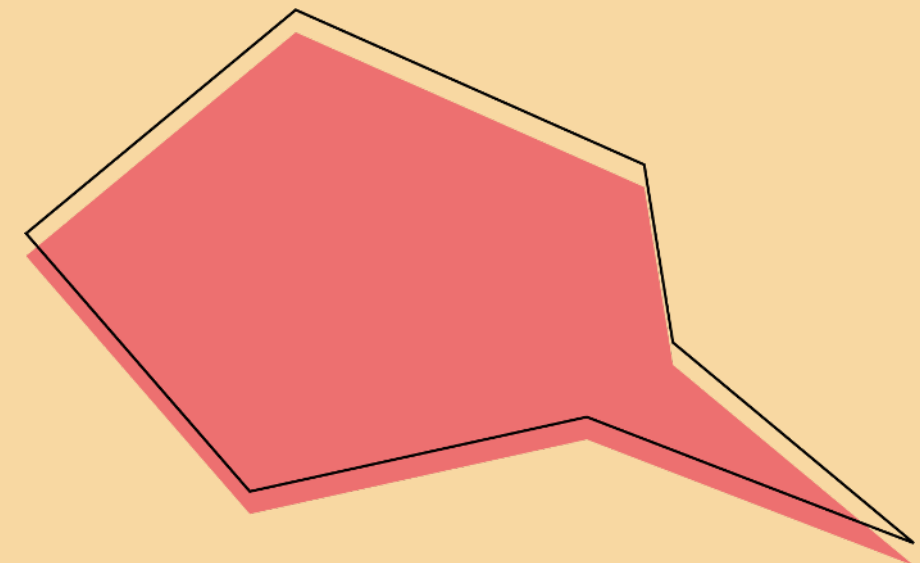
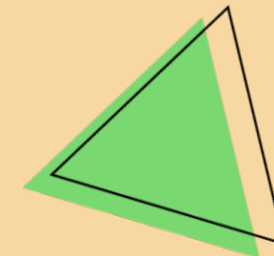
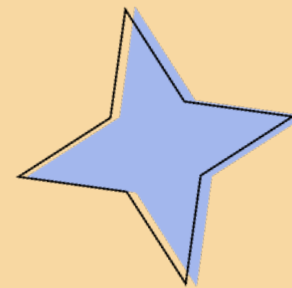
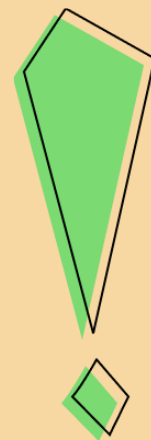
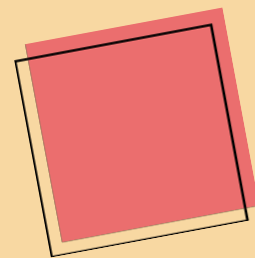
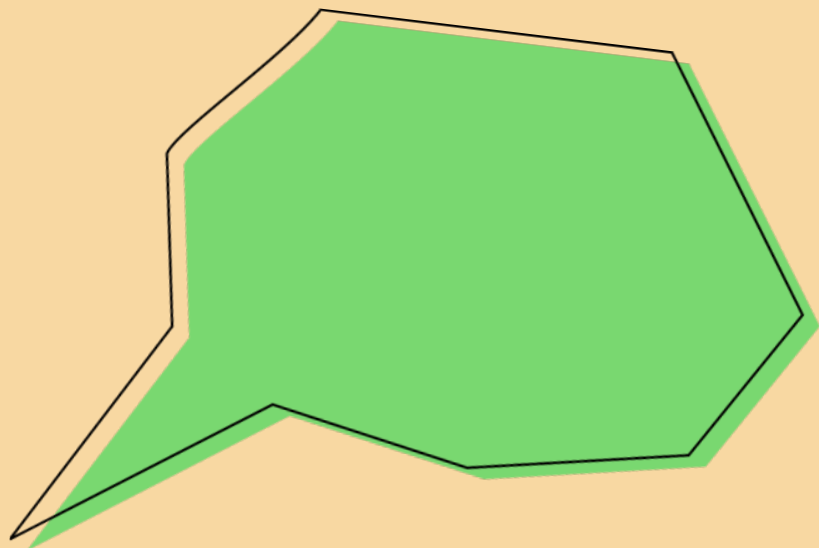
Опасные привычки, которые выглядят обычными

Переход на красный свет из-за спешки кажется мелочью, но в этот момент пешеход становится самым уязвимым участником движения и теряет контроль над ситуацией на дороге.

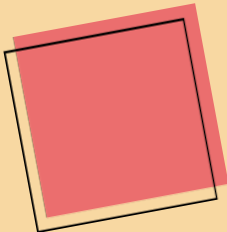
Просмотр сообщений на ходу отвлекает от сигналов, машин и поворотов транспорта. Человек замечает опасность позже и не успевает остановиться или изменить направление движения.

Резкий выход на проезжую часть за другом, мячом или из-за разговора часто происходит без оценки скорости машин. Такая привычка особенно опасна возле дворов, парковок и остановок.

Поездка на самокате или велосипеде без внимания к дороге создаёт риск падения и столкновения. Даже короткая невнимательность может привести к травме или ДТП.

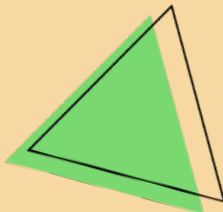


Что полезно иметь при себе по дороге

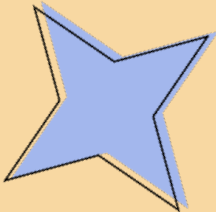


Предмет	Зачем нужен	Когда важен
Смартфон	Связь	Новый маршрут
Светоотражатель	Заметность	Вечер и туман
Зонт	Защита	Дождь и осень
Карта пути	Ориентир	Незнакомое место

Составлено по правилам безопасного поведения на улице

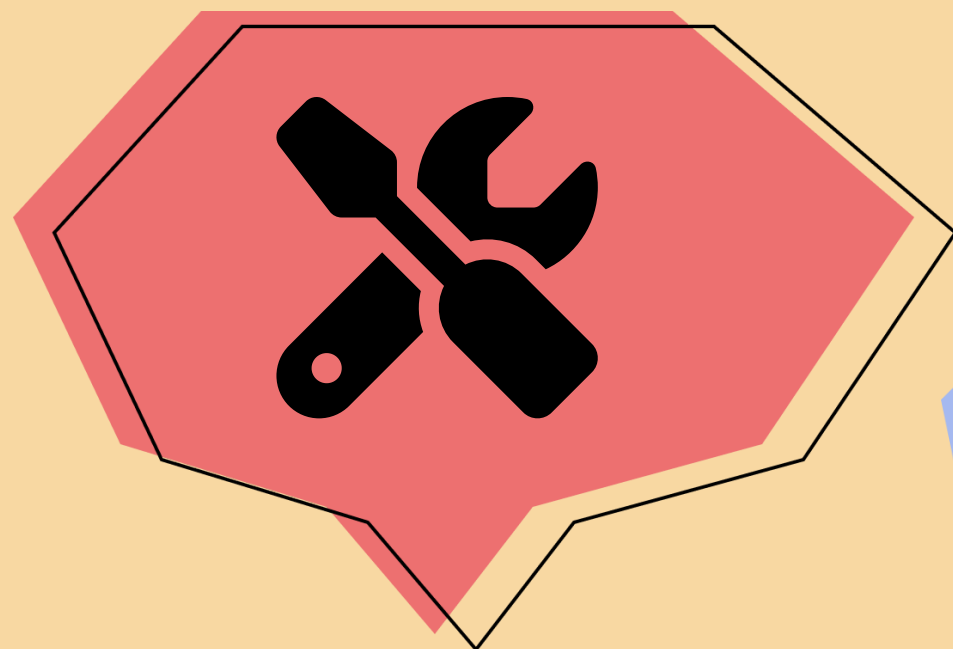


Небольшой набор заранее подготовленных вещей помогает чувствовать себя увереннее и быстрее реагировать на изменение обстановки.



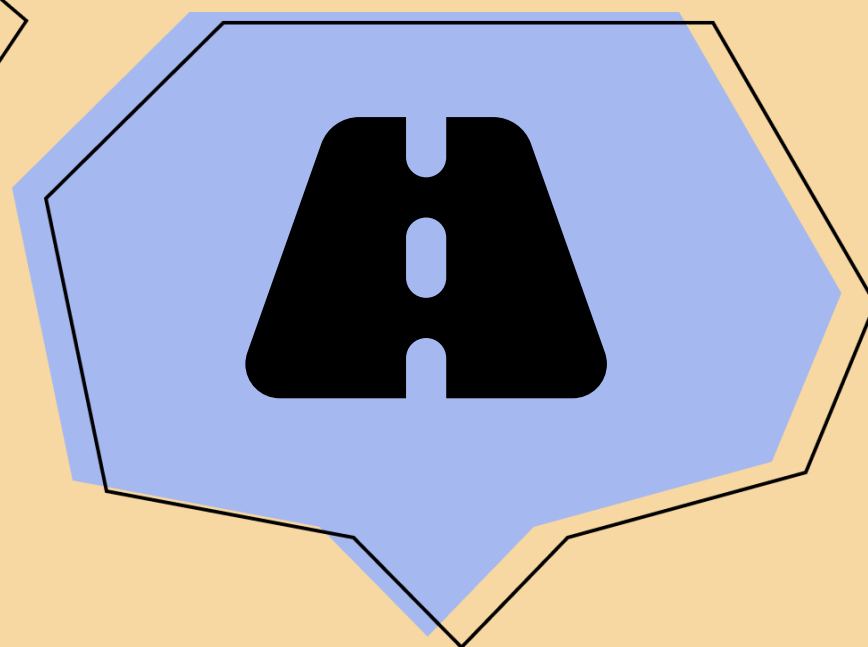
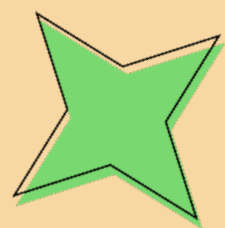
Готовность к дороге снижает спешку и число случайных ошибок: чем меньше неожиданностей, тем легче сохранить внимание и выбрать безопасное действие.

Безопасность при катании на велосипеде и самокате



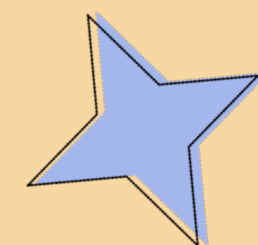
Проверить исправность

Перед поездкой убедитесь, что тормоза работают, колёса на месте, а управление не мешает движению. Неисправное средство передвижения повышает риск падения даже на коротком пути.



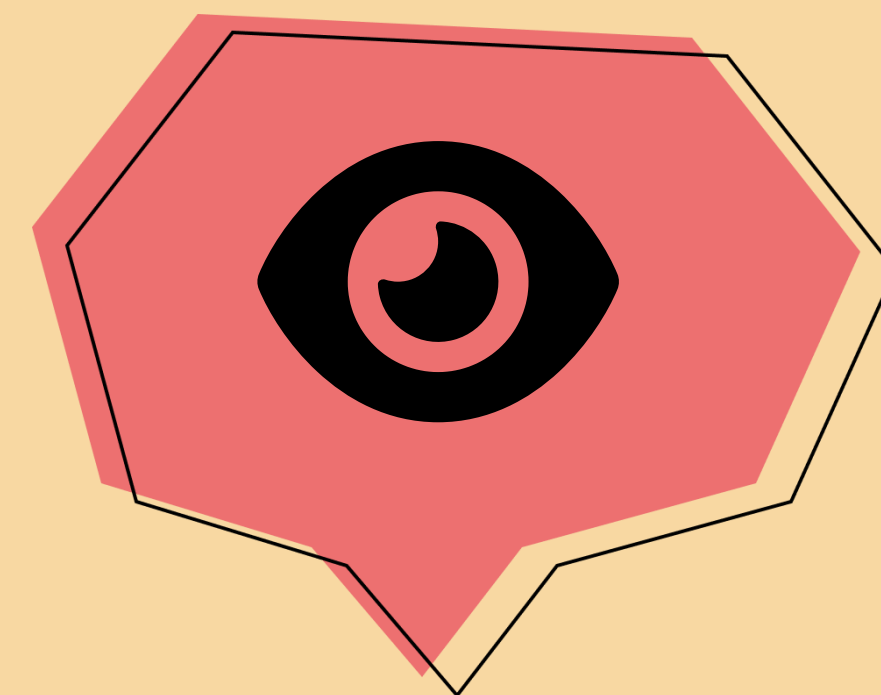
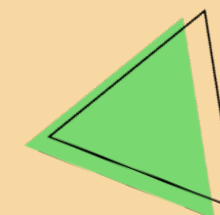
Ехать там, где разрешено

Используйте только безопасные и разрешённые места для движения. На тротуаре важно не мешать пешеходам, не делать резких манёвров и заранее предупреждать о своём приближении.



Перед переходом спешиться

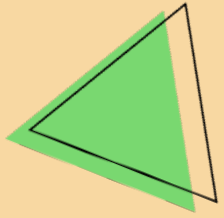
Пересекать проезжую часть верхом опасно: скорость и обзор снижаются, а реакция становится хуже. Спешитесь, пройдите дорогу рядом с велосипедом или самокатом и только потом продолжайте путь.



Следить за обстановкой

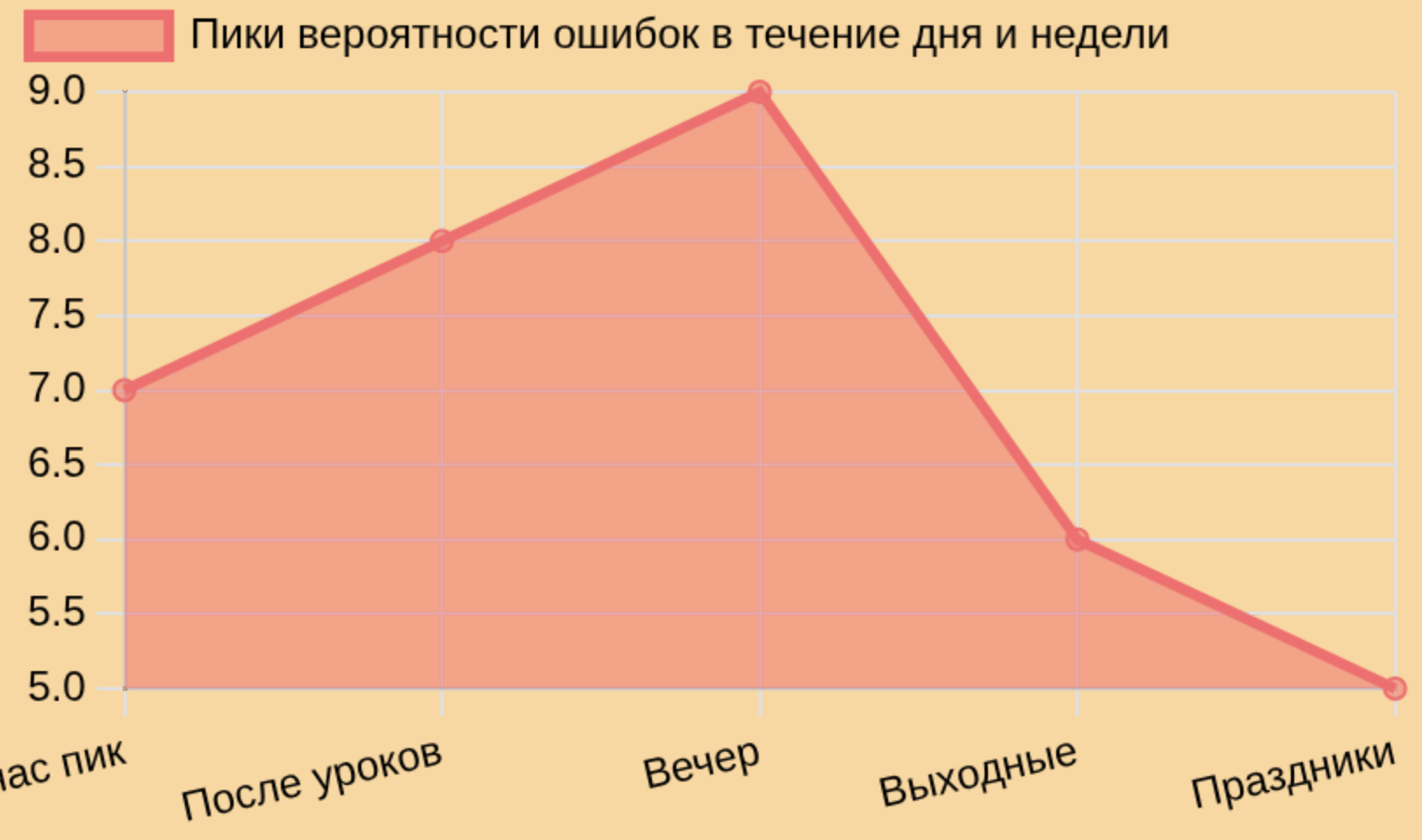
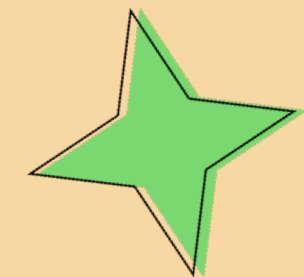
Двигайтесь так, чтобы видеть транспорт, пешеходов и возможные помехи. Не отвлекайтесь на телефон и не надейтесь, что другие обязательно уступят дорогу.

Когда вероятность ошибок на улице выше всего

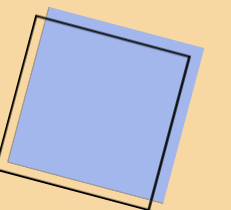
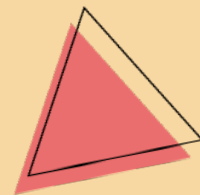


Наиболее напряжённые периоды часто совпадают с возвращением из школы, секций и кружков, когда подростки устают и стремятся быстрее добраться домой.

Самый высокий риск связан с вечером и временем после уроков: именно тогда спешка, усталость и плотный поток людей чаще всего снижают внимание.

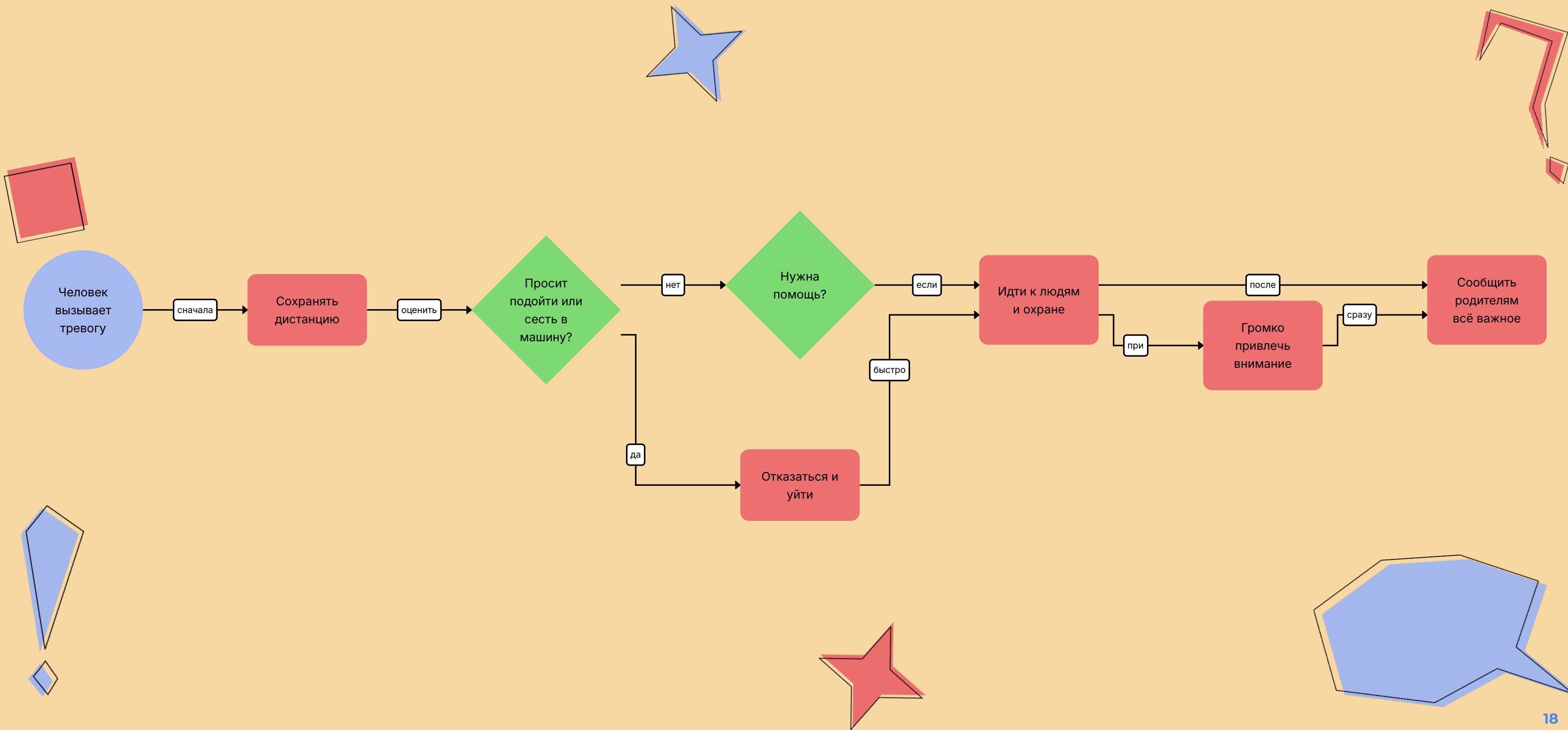


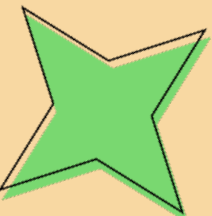
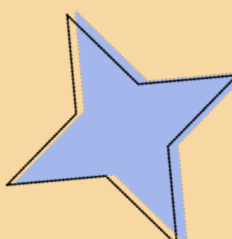
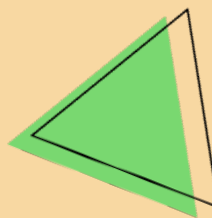
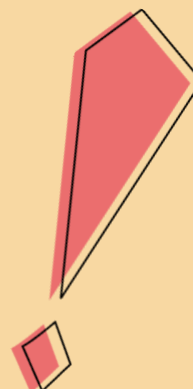
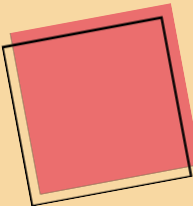
Иллюстративная оценка по описанным факторам риска; не статистические данные.



Как действовать при опасном поведении взрослых или незнакомцев

Алгоритм личной безопасности при навязчивом или подозрительном поведении на улице



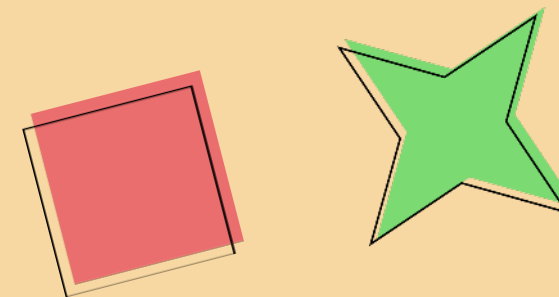
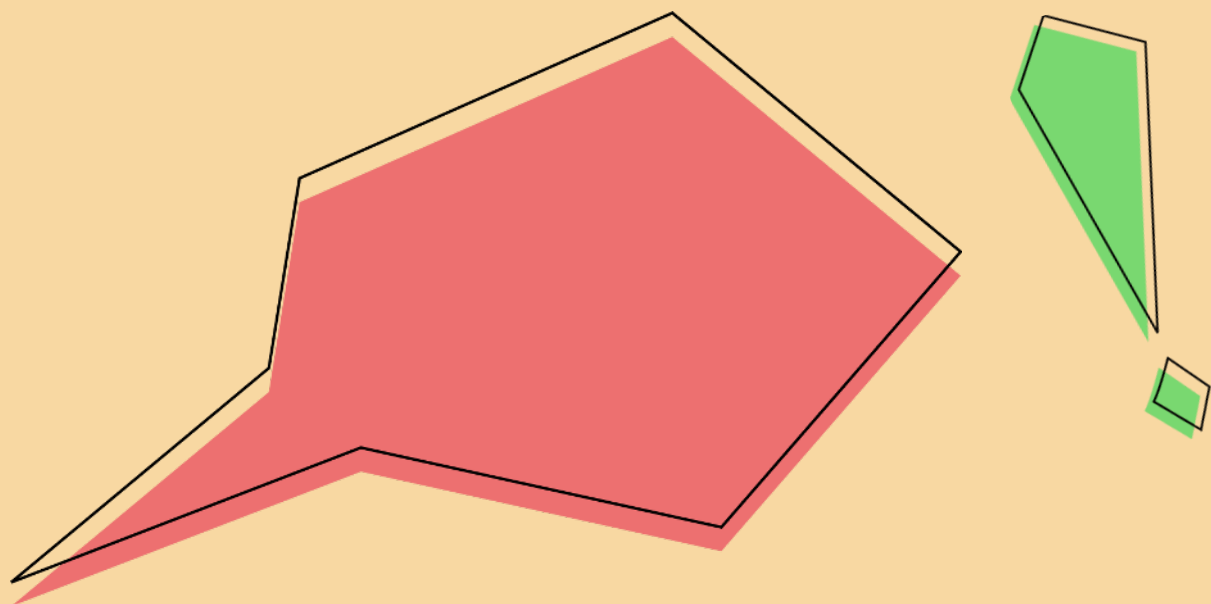


5

**коротких проверок
помогают не забыть
важное и снизить риск
ошибок на улице.**

Составлено по правилам безопасного поведения на улице

Перед выходом достаточно
быстро проверить маршрут,
заряд телефона,
светоотражатели, одежду и
информацию для близких — это
занимает меньше минуты, но
экономит внимание в дороге.



Безопасность на улице — это ежедневная привычка

Когда подросток внимательно смотрит по сторонам, не спешит и держится заметным для водителей, риск резко снижается. Эти простые действия работают каждый день и в любой ситуации.

