

KOLESARSKA PRAVILA

1. Po cesti smeš samostojno kolesariti šele po tem, ko si opravil/a kolesarski izpit.
2. **USTAVI** se, preden zapelješ na cesto z dvorišča, privoza, ulice ali parkirišča! **POGLEJ** na levo, na desno in spet na levo! Ko na cesti ni prometa, zapelji na cesto!
3. **VOZI** ob desnem robu vozišča!
4. **UPOŠTEVAJ** prometne predpise in prometne znake!
5. Zelo prometno križišče prečkaj na prehodu PEŠ ob kolesu, tako kot pešci!
6. Pred vsako spremembo smeri se **PREPRIČAJ**, ali je pot prosta, smer jasno **NAKAŽI**, **POGLEJ NAZAJ** in **UPOŠTEVAJ** vozila, ki vozijo za teboj, in šele nato zavij. Pri zavijanju v levo še posebej **PAZI**!
7. Z roko pravočasno **NAKAŽI** spremembo smeri!

UPOŠTEVAJ NASLEDNJE NASVETE

- Pri kolesarjenju vedno uporabljalj kolesarsko čelado, ki pri padcu ali trčenju uspešno preprečuje poškodbe glave. Čelada se mora udobno prilegati glavi, vendar ne sme polzeti z nje.
- Skrbi za to, da bo tvoje kolo v tehnično brezhibnem stanju (zavore, luči, pnevmatiki, veriga).
- Ne vozi na kolesu nikogar.
- Ne izpuščaj iz rok krmila.
- Ne vozi vzporedno z drugim kolesarjem.
- Ne obešaj se na druga vozila.
- Ne vleci, ne prevažaj in ne potiskaj predmetov, ki bi te lahko ovirali in spravljali v nevarnost tebe ali druge udeležence v prometu.
- Med vožnjo imej noge vedno na pedalih.
- Izbiraj najvarnejše poti do svojega cilja. Izogibaj se zelo prometnih cest in križišč.

Ali si vedel/a:

- da je kolo vozilo, prav tako kot avto, tovornjak in motor?
- da je tudi kolesar "voznik" kadar vozi po cesti?

KOLESARIMO VARNO OD STARTA DO CILJA

IGRA ZA 2 DO 4 OSEBE

Igrica kolesarimo varno od starta do cilja

Za igro potrebuješ kocko in kovance ali gumbe za označevanje položaja.

1. Vsi igralci začnejo na **STARTU**. Kdor vrže najvišjo številko, začne igrati prvi. Gumb ali kovanec pomakni za toliko mest, kot kaže številka na kocki.
2. Če si prišel/a na polje, kjer je besedilo, ga preberi. Kolesarska pravila in nasveti, ki so na levi strani, ti bodo pomagala pri igri.
3. Oseba, ki prva pride na cilj, zmagaja.



NIJZ Nacionalni inštitut
za javno zdravje

Vsebina: Sonja Borštnar
Recenzija: Helga Kuclar
Ilustracije in tehnično oblikovanje: Dunja Furlani-Kofler
Priprava za spletno stran: Andreja Frič
Elektronski vir, objavljeno na spletni strani www.nijz.si