

# 3 czerwca Światowy Dzień Roweru

Rower nie zawsze wyglądał tak jak dzisiaj. Pierwszy rower powstał ponad 200 lat temu. To całkiem dawno temu.

Wtedy nie nazywał się nawet jeszcze rower. Ludzie nazywali go maszyną do biegania. Dopiero później ludzie wymyślili taki rower, jaki znamy dzisiaj.

Dzisiaj jest dużo rodzajów rowerów.

Są rowery do szybkiej jazdy i wygodne rowery na wycieczki.

Są również rowery o trzech kołach i rowery na których mogą jechać 2 osoby.

Są również rowery miejskie.

Na rowerze miejskim siedzimy wyprostowani.

Gdy siedzimy wyprostowani, dobrze widzimy, co dzieje się na ulicy.

Takimi miejskimi rowerami jeżdżą mieszkańcy i mieszkanki Amsterdamu.

Amsterdam to stolica Holandii.

Holandia to państwa w Europie.

Amsterdam to miasto, w którym bardzo dużo ludzi jeździ rowerami.

Dlatego w całym Amsterdamzie jest bardzo dużo ścieżek rowerowych.



Pamiętaj, jedź bezpiecznie rowerem.

Jeśli są ścieżki rowerowe, jedź ścieżkami dla rowerów.

Jeśli musisz jechać po chodniku, pamiętaj, że pieszy ma na nim pierwszeństwo.

Pieszy to znaczy osoba, która idzie. Pierwszeństwo to znaczy, że ty na rowerze musisz przepuścić osobę, która idzie.

Jeśli chcesz skręcić w prawo lub lewo, wyciągnij rękę w bok. Wyciągnij rękę w tę stronę, w którą chcesz skręcić.

Możesz jeździć w kasku.

W kasku będziesz bardziej bezpieczny. Jeśli się przewrócisz, głowa będzie cię mniej boleć.

Jeśli jedziesz gdy jest ciemno, twój rower powinien być dobrze oświetlony. Powinien mieć światło z przodu i z tyłu. Dzięki takim światłom kierowcy samochodów zobaczą cię na drodze i bezpiecznie cię wyprzedzą.



A jeśli jesteś pieszym, chodź chodnikami.

Nie chodź ścieżkami dla rowerów.  
Ścieżki dla rowerów są dla ludzi jeżdżących na rowerach.

Wielkość roweru dobieramy do swojego wzrostu.

Żeby dobrze dobrać wielkość roweru, mierzymy długość swojej nogi od wewnętrznej strony.

Długość nogi możesz zmierzyć miarką krawiecką.

Znając długość swojej nogi, będziesz mógł dobrać wielkość roweru do siebie.

Jazda rowerem jest bardzo przyjemna.

Jesteśmy na świeżym powietrzu i jest to dla nas bardzo zdrowe.



# Pytania

A ty czy lubisz jeździć rowerem?

Gdzie lubisz jeździć rowerem?

Czy jeździsz w kasku czy bez?

Czy twój rower ma światła z przodu i z tyłu?

Czy jeździsz sam czy z kimś na wycieczki rowerowe?