e·GREEN

ŠKOLENÍ PRO UČITELE A KAMPAŇ K BEZPEČNOSTI SILNIČNÍHO PROVOZU

Co-funded by
the European Union

Index

Vnitřní aktivity 3

Venkovní aktivity 7

Tvořivé aktivity 19

Ukázkový harmonogram 29

Materiály k vytisknutí 33

Výukový materiál se skládá ze čtyř hlavních kapitol. Vnitřní aktivity zahrnují tři tematické oblasti představující jak nezbytnou teorii, tak i praktické aktivity k upevnění znalostí. Venkovní aktivity nabízí jedenáct různých činností na hřišti, které vám pomohou uvést teorii do praxe zábavným a bezpečným způsobem. Tvořivé aktivity jsou inspirací pro nápady na aktivity k rozšíření tématu a hlubšímu zamyšlení nad bezpečností na kole a koloběžce. A v neposlední řadě ukázkový harmonogram, který můžete použít jako vzor při sestavování vlastního týdenního rozvrhu. Konkrétní formu si však můžete zvolit sami – vyberte si z uvedených aktivit a vytvořte si lekce, které budou přesně vyhovovat vašim potřebám!

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

VNITŘNÍ AKTIVITY

V této kapitole najdete tři hlavní témata: Základní pravidla silničního provozu a manévry, Plánování cyklotrasy a Bezpečnost a údržba. Ke každému tématu naleznete doporučenou teorii, navrhovaná instruktážní videa a aktivitu k upevnění znalostí. Manuál e-Green, prezentaci e-Green a instruktážní videa zmíněná v teoretické části naleznete na www.egreenproject.eu.

Ať už má vaše lekce jakoukoli formu, doporučujeme na konci nechat několik minut na závěrečné otázky nebo diskusi k upevnění probraného materiálu. Můžete klást otázky, jako například:

- ***Co nového jsi se dnes naučil/a?***
- ***Co se ti (ne)líbilo a proč?***
- ***Co budeš po dnešku při jízdě na kole dělat jinak?***

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

ZÁKLADNÍ PRAVIDLA SILNIČNÍHO PROVOZU A MANÉVRY

Teorie k základním pravidlům silničního provozu

Doporučené materiály:

- Základní pravidla silničního provozu (příručka e-Green, strany 17–28).
- Zdůrazněte důležitost následujícího: Základní manévry (odbočování vpravo a vlevo), přednost v jízdě, značka přednosti v jízdě, značka stop, semafory, policista.
- Můžete využít snímky prezentace e-Green 2–8, včetně videí.

Videa:

- Dopravní značky a jejich význam (video 2)
- Používání jízdních kol a koloběžek ve vyhrazených pruzích (video 3)

Aktivita: Dopravní značky „Kdo jsem?“

Délka: 20 minut

Potřebujete: malé papíry, pastelky, fixy nebo barevné tužky

Instrukce:

- Rozdělte žáky do dvojic.
- Každý žák nakreslí na papír dopravní značku a napíše její název.
- Pak si s partnerem vymění papíry (aniž by se dívali na obrázky) a přiloží si je na čelo (aby byl obrázek viditelný).
- Žáci střídavě kladou otázky. Cílem je, aby každý zjistil, jakou značku má na čele. Mohou používat otázky typu: „Nachází se tato značka obvykle na křižovatce?“, „Říká mi tato značka, kam můžu nebo nesmím jet?“ a tak dále.

Tip: Můžete shromáždit obrázky dopravních značek od všech žáků a vložit je do přilby. Každý žák si pak vytáhne značku, aniž by se na ni díval. Poté pracují ve dvojicích a hádají, o jakou značku se jedná.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

PLÁNOVÁNÍ CYKLOTRASY

Teorie k plánování trasy

Doporučené materiály:

- Plánování trasy (příručka e-Green, strana 62).
- Zdůrazněte klíčové faktory, které je třeba zvážit: hustotu dopravy, stav silnic, potenciální nebezpečí, počasí.
- Můžete využít snímky prezentace e-Green 16–18, včetně videí.

Videa:

- Plánování cesty a nejlepších tras (video 6)
- Respekt k chodcům (video 4)

Aktivita: Naplánujte si trasu

Délka: 30 minut

Potřebujete: mapy (nejlépe mapa okolí, kde si žáci mohou například vyznačit trasu z domova do školy), fixy

Instrukce:

- Požádejte žáky, aby na mapě navrhli bezpečné trasy z bodu A do bodu B.
- Rozdělte se do dvojic/skupin. Žáci naplánují trasu a vyznačí ji na mapě.
- Skupiny představí navrženou trasu a odůvodní svoji volbu.

Tip: Zdůrazněte bezpečnost zvolených tras. Ptejte se například: „Pokud si vyberu tuto trasu, pojedu po cyklostezce, nebo budu muset jet po silnici?“, „Jsou na trase nějaké nebezpečné křižovatky?“, „Je trasa vhodná v každou denní dobu? Nebo za každého počasí?“

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

BEZPEČNOST A ÚDRŽBA

Teorie k bezpečnosti a údržbě

Doporučené materiály:

- Bezpečnostní prvky a úvahy o jízdním kole (příručka e-Green, strana 13).
- Správná údržba kola (příručka e-Green, strana 15).
- Můžete použít snímky prezentace e-Green 9–15 , včetně videí.

Videa:

- Správné používání přilby a bezpečnostních prvků (video 1)
- Základní údržba jízdních kol a koloběžek (video 5)

Aktivita: Tajemný bezpečnostní balíček

Délka: 15 minut

Potřebujete: tašku nebo krabici s různými bezpečnostními pomůckami (přilba, chrániče kolen, chrániče loktů, cyklistické rukavice, reflexní vesta, světla na kolo, odrazky, zvonek, cyklistické boty, cyklistické brýle, lahev na kolo atd.)
a šátek přes oči
Můžete přidat i předměty pro bezpečnou jízdu nevhodné (sluchátka, pantofle či jiná nevhodná obuv, skleněná lahev atd.) nebo naopak předměty potřebné pro údržbu kola (pumpička, klíče, šroubovák, olej na řetěz atd.).

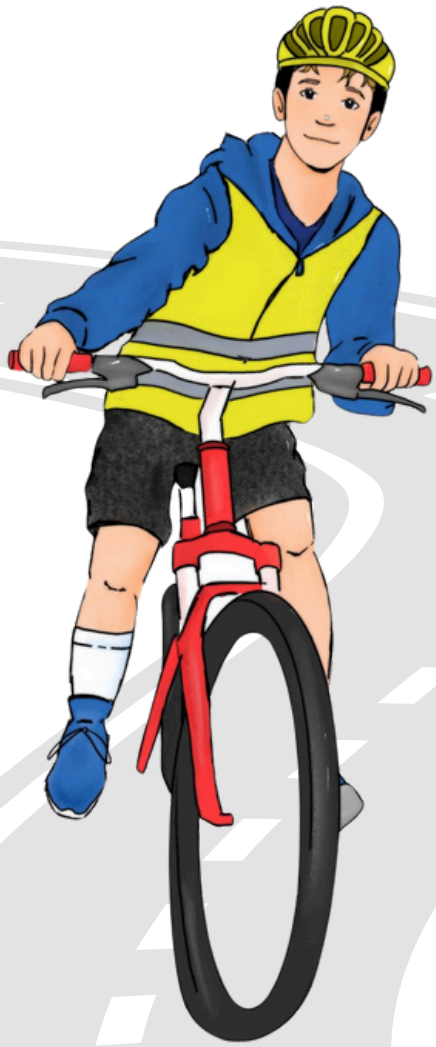
Instrukce:

- Nechte jednoho žáka po druhém přijít před třídu a zavažte mu oči šátkem (nebo alespoň zavřít oči).
- Podejte mu tajemný „sáček“ s předměty. Žák z něj poslepu vytahuje jeden předmět po druhém a podle hmatu hádá, co to je.
- Jakmile uhádne, nechte ho vysvětlit, proč je daná věc důležitá pro bezpečnost silničního provozu (např. „Přilba je důležitá, protože chrání hlavu v případě pádu.“).
- Pokud žák dokáže předmět identifikovat a vysvětlit jeho význam, odloží ho stranou. Pokud si není jistý, můžete mu poskytnout nápovědu, případně předmět odtajnit a vysvětlit jeho funkci.
- Opakujte s dalším žákem. Udržujte svižné tempo, abyste zachovali zaujetí pro hru.

Tip: Pokud do tajemného bezpečnostního balíčku přidáváte předměty nevhodné pro bezpečnou jízdu, vyberte takové, které můžete využít k demonstraci bezpečnosti. Například: „Pantofle nejsou vhodné pro bezpečnou jízdu na kole, protože neposkytují dostatečnou ochranu a oporu nohou, což může vést ke zranění. Z tohoto důvodu se důrazně doporučuje pevná obuv.“

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.



VENKOVNÍ AKTIVITY

Tato kapitola se zaměřuje na činnosti, které je nejlépe provádět na dopravním hřišti. Pokud máte takové hřiště v dosahu, je to nejlepší místo pro trénink. V ideálním případě by hřiště mělo mít křižovatky, dopravní značky, přechody pro chodce nebo dokonce semafory.

Pokud nemáte přístup k dopravnímu hřišti, postačí jakákoli bezpečná venkovní plocha bez aut či jiných hrozeb. V takovém případě můžete dopravní hřiště nasimulovat jasným vyznačením silnic a křižovatek (dopravní kužely, lana položená na zemi, kresba křídou). Dopravní značky si vytiskněte a umístěte podél trasy. Pomocí barevných papírů můžete simulovat i semafory.

Některé aktivity vyžadují kola nebo koloběžky. Zeptejte se žáků, zda si mohou přinést vlastní. Pokud jich nebude dostatek pro všechny naráz, mohou se žáci střídat.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

ABCD TEST – UKÁZKA

Délka: 30 minut

Potřebujete: jízdní kola (pokud máte, můžete přidat i vadná kola)

Instrukce:

- Vysvětlete a předveďte ABCD test (stručný návod je uveden níže).
- Zdůrazněte význam správné údržby kola pro bezpečnou jízdu.
- Nechte žáky, ať si sami zkusí ABCD test provést. V závislosti na tom, kolik kol máte k dispozici, mohou žáci pracovat například ve dvojicích.
- Povzbuzujte žáky, aby se ptali, pokud jim něco není jasné.

Tip: Pro každého žáka můžete vytisknout kontrolní seznam (níže), který mu s ABCD testem pomůže. Žáci si mohou kontrolní seznamy odnést domů a zkontrolovat si vlastní kola.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

SERVIS KOLA

Délka: 45 minut

Potřebujete: kola, nářadí (montážní páky na pneumatiky, pumpičky na kolo, olej na řetěz, hadry, šroubováky, klíče apod.)

Instrukce:

- Připravte několik stanovišť s kolem a školitelem. Na každém z nich se zaměřte na určitou část údržby kola – kontrolu tlaku a huštění pneumatik, mazání řetězu, seřizování brzd atd.
- Žáci se na stanovištích střídají a seznamují se s jednotlivými postupy.
- Stanoviště mohou být praktická nebo pozorovací (v závislosti na věku).

Tip: Připomeňte si ABCD test. Můžete si například ukázat, jak dopadne zkouška pádem, pokud je nějaká součástka uvolněná.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

KŘIŽOVATKA

Délka: 20 minut

Potřebujete: dopravní hřiště (nebo vyznačenou trasu a vytištěné dopravní značky), cedulky s názvy dopravních prostředků

Instrukce:

- Na hřišti vyberte jednu křižovatku.
- Žáci si vyberou cedulku s označením své role v dané situaci (kolo, koloběžka, chodec, auto, autobus, tramvaj atd.), stoupnou si dle libosti na křižovatku a společně budou řešit, jak postupovat podle pravidel silničního provozu.
- Upozorněte je na značení a pravidla přednosti v jízdě.
- Po úspěšném vyřešení situace si žáci vymění role a/nebo pozice a pokračují. Mohou také řešit další křižovatku na hřišti.

Tip: Cedulky s názvy rolí najdete na konci tohoto materiálu, nebo si je žáci mohou sami vyrobit.
Ke znázornění jednotlivých rolí lze použít i kostýmy a rekvizity – jejich přípravu můžete zařadit do přípravných hodin. Tím si žáci lépe uvědomí význam, charakter a vizuální aspekty značení silnic a jejich uživatelů.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

CYKLISTICKÁ VÝZVA

Délka: 30 minut

Potřebujete: dopravní hřiště (nebo vyznačená trasa a vytištěné dopravní značky), kola a koloběžky, stopky

Instrukce:

- Na jednosměrné trase vyznačte různé dopravní situace (ostrá zatáčka, značka stop, přechod pro chodce atd.).
- Nechte žáky mezi sebou závodit. Platí však, že za porušení pravidel silničního provozu (nezastavení na stopce, nesprávné signalizování při odbočování na křižovatce atd.) se připočítává čas. Vyhrává nejrychlejší.

Tip: Trasu můžete navrhnout jako okruh a nechat žáky závodit v týmech. Jakmile jeden z týmu okruh dokončí, začíná další. Jednak procvičíte pravidla silničního provozu, a zároveň podpoříte týmového ducha. Vyhrává nejrychlejší tým.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

ZAMRZLÉ SEMAFORY

Délka: 5 minut

Potřebujete: barevné papíry (červený, žlutý, zelený)

Instrukce:

- Žáci se volně pohybují, dokud školitel neukáže barevnou značku:
  - zelená = pokračujte (jděte nebo předstírejte jízdu na kole)
  - žlutá = pomalá chůze (předstírejte brždění)
  - červená = stop.
- Žáci, kteří se pohybují na červenou, obdrží trest (např. 10 dřepů).
- Obtížnost můžete postupně zvyšovat rychlejší změnou signálů.

Tip: Tato aktivita slouží k pochopení významu semaforů pro bezpečnost. Pokud chcete simulovat semafory v jiné aktivitě (křižovatka nebo interakce v dopravě), můžete aktivitu využít k procvičení respektování semaforů.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

PŘIPRAVTE SE!

Délka: 30 minut

Potřebujete: ochranné pomůcky (přilby, vesty, chrániče), dopravní hřiště (nebo vyznačená trasa), kola a koloběžky

Instrukce:

- Podle toho, kolik ochranných pomůcek máte k dispozici, připravte stanoviště vždy se dvěma přilbami, dvěma vestami, dvěma sadami chráničů a jedním školitelem na každém z nich.
- Rozdělte žáky rovnoměrně na stanoviště a nechte je vyzkoušet, jak si ochranné pomůcky nasadit .
- Školitel zkontroluje správnost (např. přilba sedí vodorovně, těsně přiléhá, přezka je zapnutá).
- Jakmile je žák správně vybaven, může projet krátkou značenou trasu. Zpět na stanovišti vrátí ochranné pomůcky. Mezitím už si další žák nasazuje druhou sadu pomůcek.

Tip: Tuto aktivitu můžete proměnit v týmovou soutěž (každé stanoviště je tým) a udělat štafetu. Nezapomeňte zdůraznit, že správné nasazení ochranných pomůcek je důležitější než rychlost.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

TANEC S PŘILBOU

Délka: 10 minut

Potřebujete: přehrávač hudby, přilbu pro každého žáka (nejlépe vlastní)

Instrukce:

- Nejprve žákům rychle připomeňte, jak má přilba správně sedět:
  - vodorovně na hlavě, ne našikmo
  - pásky tvoří pod ušima písmeno V
  - řemínek pod bradou přiléhá (měl by se pod něj vejít jeden prst)
  - přilba se nesmí kymácet.
- Pusťte hudbu a nechte žáky s přilbami na hlavě volně tančit .
- Zastavte hudbu a dejte pokyn ke kontrole přilby, například:
  - Zkontroluj si přezku!
  - Sedí ti rovně?
  - Drží pevně na hlavě?
  - Zkontroluj svého kamaráda!
- Žáci musí ztuhnout, zkontrolovat si přilbu (nebo přilbu spolužáka) a v případě potřeby ji upravit.
- Pusťte hudbu a po chvíli opakujte s novým pokynem.

Tip: Povzbuďte žáky, aby intenzivně tančili a bavili se. Přilba by měla zůstat neustále ve správné poloze. Do hry můžete přidat i vlastní užitečné povely.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

PŘEKÁŽKOVÁ DRÁHA

Délka: 30 minut

Potřebujete: dopravní kužely, křídu, pěnové vodní nudle, malé rampy, vytištěné dopravní značky, kola a koloběžky

Instrukce:

- V bezpečném venkovním prostředí si vybudujte trasu simulující skutečné jízdní situace: kličkování mezi kužely, jízda v přímém směru, zastavování u značek, jízda do zatáček.
- Umístěte dopravní značky na různá místa a nejprve vysvětlete, co která značka znamená. Žáci musí během jízdy dodržovat pokyny udávané značkami (např. zastavit na značce stop, jít po přechodu pro chodce atd.).
- Aktivitu absolvujte jednotlivě nebo ve skupinách, zaměřte se na kontrolu a bezpečnost.

Tip: Využijte tuto aktivitu k procvičení jízdy na kole. Můžete přidat další prvky, jako je používání signálů rukou nebo chůze s kolem v úzkých prostorách.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

SIGNALIZACE ZMĚNY SMĚRU

Délka: 5 minut

Potřebujete: jakákoli rekvizita představující řídítka jízdního kola (např. kartonová trubka, dlouhé pravítko, napnutý šátek nebo švihadlo) – rekvizity vybírejte s ohledem na bezpečnost

Instrukce:

- Připomeňte, jak na kole signalizovat odbočování vpravo a vlevo.
- Nechte žáky předstírat jízdu na kole tím, že chodí po prostoru a před sebou drží „řídítka“.
- Střídejte povely „vpravo“ a „vlevo“. Po vydání povelu musí žáci zastavit a ukázat správné znamení rukou.
- Kdo nezastaví nebo dá špatné znamení, dostane trest (např. 10 dřepů).

Tip: Tuto aktivitu můžete využít k procvičování signalizačních manévrů pro jiné aktivity (křižovatky a interakce v dopravě).

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

POMALÝ ZÁVOD

Délka: 30 minut

Potřebujete: vyznačená trasa (křídou, páskou), kola, stopky

Instrukce:

- V bezpečném venkovním prostředí si vytyčte trasu.
- Cílem závodu je… být co nejpomalejší!
- Nechte žáky jet co nejpomaleji, aniž by zastavili nebo se dotkli země.
- Při dotyku země nohou se od času odpočítává penalizace 10 sekund.

Tip: Využijte tuto aktivitu k procvičení rovnováhy a sebekontroly při jízdě na kole. Trasu si můžete naplánovat jako okruh a závodit v týmech. Nejpomalejší tým vyhrává!

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

DOPRAVNÍ INTERAKCE

Délka: 45 minut

Potřebujete: dopravní hřiště (nebo vyznačená trasa a vytištěné dopravní značky), kola a koloběžky

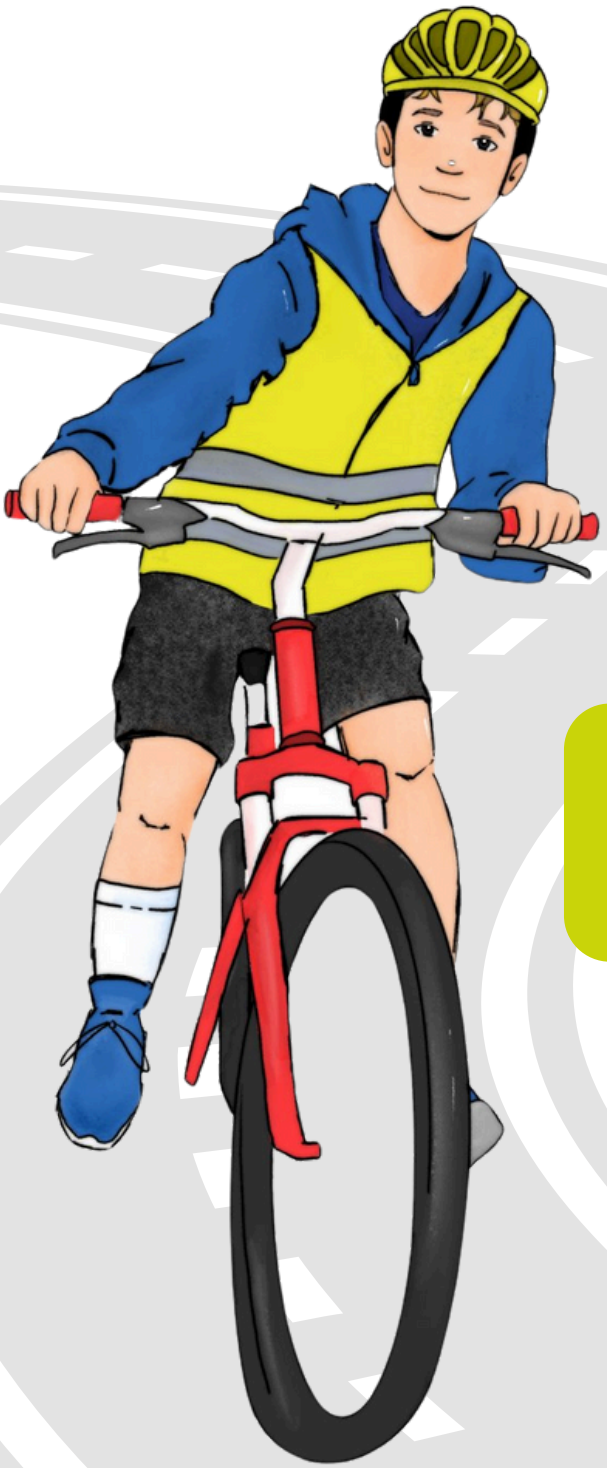
Instrukce:

- Krátce ukažte žákům trasu (kudy jezdí cyklisté, kde se pohybují chodci, kde je přechod, jaké jsou na trase značky, kde je neoznačená křižovatka a platí přednost v jízdě atd.).
- Rozdělte žáky do dvou skupin. Jedna si vezme kola a koloběžky a projíždí se po hřišti. Druhá skupina představuje chodce a simuluje různé typy kontaktů s cyklisty.
- Po 15 minutách aktivitu ukončete a skupiny vyměňte.
- Přestávku můžete využít k tomu, abyste žákům položili otázky typu: „Cítíte se v silničním provozu bezpečně?“ nebo „Co by pomohlo ke zlepšení situace?“ Cílem je zvýšit schopnost reagovat a řešit případné problémy.

Tip: Můžete také někoho zapojit do role policisty. V tom případě ho označte reflexní vestou a na začátku aktivity všem vysvětlete, co bude policista dělat. Může například řídit křižovatku, hlídkovat na semaforech, aby nikdo nejel na červenou, nebo udělovat pokuty za porušení pravidel silničního provozu (stačí kousek barevného papíru).

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.



TVOŘIVÉ AKTIVITY

V této kapitole najdete nápady na kreativní aktivity a hry, které lze využít k vytvoření komplexního programu zaměřeného na bezpečnost při jízdě na kolech a koloběžkách. Tyto aktivity jednak přispívají k probíraným tématům, a zároveň pomáhají upevňovat nabyté vědomosti, prohlubovat reflexi a zvyšovat povědomí o bezpečnosti cyklistů při pohybu v silničním provozu.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

NÁSTĚNNÁ MALBA

Typ: kreativní aktivita, projekt, zvyšování povědomí

Délka: 2–3 hodiny (nebo několik kratších sezení)

Potřebujete: roli papíru nebo velké kartonové listy, fixy, barvy, štětce, lepidlo, vystřihovací figurky atd.

Instrukce:
Spolupracujte jako třída na vytvoření rozsáhlé nástěnné malby na téma bezpečnosti při jízdě na kole nebo koloběžce. Rozdělte obraz na části (bezpečnostní prvky, signalizace rukou, dopravní značky, viditelnost, servis kola atd.). Každá skupina přispěje svou částí. Obraz se během týdne rozroste a stane se krásným exponátem, který zvyšuje povědomí o bezpečnosti.

Tip: Je na vás, jak k obrazu přistoupíte. Může to být jednoduše mozaika témat, nebo můžete nakreslit mapu *Bezpečného města* s oblastmi jako *Helmové návrší*, *Signalizační náměstí* atd. Nebo ji pojednejte jako obří skládačku. Nakreslete obrázky, napište chytlavá hesla k bezpečnosti, nalepte fotografie. Obraz pak můžete vystavit ve třídě, na chodbě, nebo uspořádat výstavu s dalšími výtvory (plakáty, maskoti).

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

KŘÍDOVÁ STEZKA

Typ: kreativní aktivita, venkovní, osvětová

Délka: 20–45 minut

Potřebujete: křídy, zpevněná plocha (školní dvůr, chodník)

Instrukce:
Pomalujte chodníky kolem školy křídami. Nakreslete dopravní značky, napište bezpečnostní hesla nebo si vyznačte cyklostezku! Ukažte světu, co se tento týden učíte! Můžete pracovat samostatně a vytvořit velkou mozaiku z jednotlivých obrázků a hesel, nebo můžete pracovat ve skupině a psát jedno heslo, kde každý žák ztvární jedno písmeno.

Tip: Nezapomeňte během této aktivity dbát na bezpečnost. Nedovolte žákům kreslit na silnici a ujistěte se, že neblokují chodník pro kolemjdoucí.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

BEZPEČNOSTNÍ MASKOT

Typ: kreativní aktivita, týmová práce, zvyšování povědomí

Délka: 45–60 minut

Potřebujete: cokoli pro tvoření – barevné papíry, nůžky, lepidlo, staré časopisy, zbytky látek, fixy, plsť, chlupaté modelovací drátky, karton atd.

Instrukce:
Pracujte ve skupinách a vytvořte svého maskota bezpečnosti! Jak vypadá? Je to člověk, zvíře nebo něco jiného? Jaké bezpečnostní prvky nosí? Jaké pravidlo vám připomíná? Co jeho motto? A má nějakou bezpečnostní superschopnost? Představte ho ostatním!

Tip: Maskoti mohou zdobit vaši třídu nebo dokonce celou školu!

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

BEZPEČNOSTNÍ PLAKÁT

Typ: kreativní aktivita, zvyšování povědomí

Délka: 45–60 minut

Potřebujete: papír, fixy, pastelky

Instrukce:
Navrhněte vlastní plakáty s tématem bezpečnosti silničního provozu. K tvorbě přistupujte libovolným způsobem: *Noste přilbu!*, *Jak se starat o kolo*, *Jak dát znamení při odbočování?*, *Rozhlédněte se na obě strany!*, *Nejdůležitější značky* nebo cokoli jiného. Váš výtvor může mít podobu informačních plakátů, komiksů nebo dokonce memů! Buďte kreativní – čím originálnější plakát, tím zapamatovatelnější bude jeho sdělení!

Tip: Plakáty můžete výzdobit třídu nebo celou školu! Na konci tohoto materiálu najdete také několik otázek k zamyšlení, které si můžete vytisknout a pověsit mezi vytvořené plakáty.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

BINGO

Typ: kreativní aktivita, hra

Délka: 30–45 minut

Potřebujete: karty na bingo (níže), pastelky, žetony nebo fixy

Instrukce:
Zahrajte si bingo s dopravními značkami! Nejdříve vyplňte kartičky tak, aby v každém políčku byla jiná dopravní značka (stop, dej přednost v jízdě, zákaz vjezdu, zákaz vjezdu jízdních kol, cyklostezka, vyhrazený jízdní pruh, přechod pro chodce, semafor, kruhový objezd, jednosměrka atd.). Nakreslete značky – nemusí být perfektní, stačí rozeznatelné. Pak si zahrajte bingo! Školitel postupně vyvolává dopravní značky. Pokud řekne takovou, kterou máte na kartě, zaškrtněte ji. Kdo první spojí řádek, sloupec nebo úhlopříčku, zakřičí BINGO! a vyhrává.

Tip: Při hraní binga můžete místo názvu značky uvádět její význam (např. „Musíte zastavit!“ nebo „Tady přecházíte ulici!“). Nechte žáky vysvětlit význam značek, které si označili.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

TVOŘTE A HÁDEJTE

Typ: kreativní aktivita, hra

Délka: 20 minut

Potřebujete: papír, fixy, pastelky

Instrukce:
Nechte studenty, aby si vytvořili vlastní dopravní značky a zároveň vysvětlili jejich význam. Školitel poté vyvolává názvy nebo významy značek. Žák, který ji má, ji zvedne.

Tip: Nové dopravní značky pak můžete během týdne použít jako součást tematické výzdoby tříd nebo školy.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

BEZPEČNOSTNÍ ŠARÁDY

Typ: hra

Délka: 15–20 minut

Potřebujete: připravené kartičky s náměty (můžete je napsat společně na začátku aktivity; např. každý napíše 3 náměty), přilba

Instrukce:
Zahrajte si bezpečnostní šarády! Žák vytáhne z přilby kartičku s námětem situace (např. „huštění pneumatik“ nebo „pád z koloběžky“) a sehraje ji. Jeden předvádí, ostatní hádají. Můžete hrát samostatně nebo v týmech. Po uhádnutí každou situaci krátce prodiskutujte.

Tip: Pro zábavnější šarády, můžete hrát dvě kola.
V prvním kole jakýmkoliv způsobem předvádíte danou situaci (můžete nastavit časový limit). Po vyčerpání všech karet je vraťte do přilby a promíchejte.
Ve druhém kole budete pantomimicky předvádět stejné pokyny, ale nesmíte se hýbat! Musíte zaujmout nehybnou pozici (sochu), ze které ostatní poznají, o jakou situaci se jedná.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

PEXESO

Typ: kreativní aktivita, týmová práce, hra

Délka: 45–60 minut

Potřebujete: tvrdý papír nastříhaný na stejně velké čtverce, fixy, pastelky

Instrukce:
Udělejte si vlastní pexeso! Připravte si dvojice karet – na obě napište název stejné dopravní značky. Pak na jednu z karet značku nakreslete, na druhou napište její význam. Pracujte ve skupinách – každá vytvoří 32 pexesových dvojic. Až budete hotovi, užijte si společné hraní!

Tip: Zkuste vymyslet co nejvíce značek (stop, dej přednost v jízdě, zákaz vjezdu, zákaz vjezdu jízdních kol, cyklostezka, vyhrazený jízdní pruh, přechod pro chodce, semafor, kruhový objezd, jednosměrka atd.). Pokud nemáte dostatek značek, můžete kreslit cokoliv, co souvisí s bezpečnou jízdou na kole. Např. na obě karty napište „přilba“. Na jednu z karet přilbu nakreslete, na druhou napište „ochrana před poraněním hlavy“.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

OBRÁZKOVNÍK DOPRAVNÍCH ZNAČEK

Typ: hra

Délka: 15–20 minut

Potřebujete: bílá stíratelná tabule nebo velký papír, fixy

Instrukce:
Zahrajte si s dopravním „obrázkovníkem“! Rozdělte žáky do skupin. Vždy jeden ze skupiny nakreslí dopravní značku, ostatní se ji snaží poznat. Postupně se střídají.

Tip: Aby byl obrázkovník zábavnější a obtížnější, můžete nastavit časový limit.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

UKÁZKOVÝ HARMONOGRAM

Tento vzor vám může posloužit jako inspirace při sestavování konkrétního týdenního rozvrhu. Každý den je zaměřen na jedno téma a člení se do bloků pro aktivity uvnitř a na hřišti. Konkrétní formu rozvrhu si zvolíte sami – vybírejte z uvedených aktivit a sestavte si lekce vyhovující přesně vašim potřebám!

Pondělí: Pravidla silničního provozu a manévry

Dopoledne (uvnitř)

- Úvodní diskuse (otázky na str. 31)
- Teorie k základním pravidlům silničního provozu (str. 4)
- Dopravní značky „Kdo jsem?“ (str. 4)
- Bingo (str. 24)

Odpoledne (hřiště)

- Zamrzlé semafory (str. 12)
- Signalizace změny směru (str. 16)
- Cyklistická výzva (str. 11)

Úterý: Bezpečnost a údržba

Dopoledne (uvnitř)

- Teorie k bezpečnosti a údržbě (str. 6)
- Tajemný bezpečnostní balíček (str. 6)
- Nástěnná malba (str. 20)

Odpoledne (hřiště)

- Tanec s přilbou (str. 14)
- Připravte se! (str. 13)
- Překážková dráha (str. 15)

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

UKÁZKOVÝ HARMONOGRAM

Středa: Bezpečnost a údržba

Dopoledne (hřiště)
- ABCD test – ukázka (str. 8)
- Servis kola (str. 9)
- Pomalý závod (str. 17)

Odpoledne (uvnitř)
- Nástěnná malba – pokračování (str. 20)
- Bezpečnostní šarády (str. 26)
- Pexeso (str. 27)

Čtvrtek: Plánování cyklotrasy

Dopoledne (uvnitř, před školou)
- Teorie k plánování trasy (str. 5)
- Aktivita: Naplánujte si trasu (str. 5)
- Křídová stezka (str. 21)

Odpoledne (hřiště)
- Křižovatka (str. 10)
- Dopravní interakce (str. 18)

Pátek: Reflexe a shrnutí

Dopoledne (uvnitř)
- Nástěnná malba – dokončení (str. 20)
- Zahrajte si oblíbenou hru týdne
- Závěrečná skupinová reflexe (otázky na str. 32)

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

ÚVODNÍ OTÁZKY

Co pro tebe znamená bezpečnost při jízdě na kole nebo koloběžce?

Přemýšlíš o bezpečnosti už před jízdou?

Co by mohlo zvýšit tvoji bezpečnost při jízdě?

Proč myslíš, že pravidla silničního provozu platí i pro kola a koloběžky?

Co se může stát, když někdo při jízdě nedodržuje pravidla?

Kdo je zodpovědný za tvou bezpečnost při jízdě?

Proč je důležité se o své vybavení starat, ne ho jen používat?

Tyto otázky můžete využít na začátku týdne pro úvod do tematiky bezpečné jízdy na kole a koloběžce. Otázky navedou žáky k zamyšlení a ponoření se do problematiky. Neváhejte přidávat otázky vlastní a nechte diskusi rozvinout.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

ZÁVĚREČNÉ OTÁZKY

Co jsi v tomto týdnu nečekal, a přesto ses dozvěděl nebo naučil?

Co se ti při výuce bezpečné jízdy na kole nebo koloběžce líbilo nejvíc?

Myslíš, že jsi za tento týden nějak změnil styl jízdy?

Co budeš od teď dělat při jízdě na kole jinak?

Kdybys měl vysvětlit bezpečnost při jízdě mladšímu dítěti, co bys mu hlavně řekl?

Je něco, co si budeš z tohoto týdne pamatovat i za pár let?

Tyto otázky pokládejte na konci týdne. Pomohou žákům zamyslet se nad nově nabytými znalostmi a zkušenostmi a uchovat si je. K otázkám můžete přistoupit jako k otevřené diskusi, která žákům umožní podělit se o své myšlenky navzájem.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

MATERIÁLY K VYTISKNUTÍ

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

ABCD TEST – PRŮVODCE

A = Air / Vzduch

- Přesvědčte se, že kola jsou správně nahuštěna (doporučený tlak je uveden z boku pláště nebo na ráfku).
- Zkontrolujte stav pneumatik (žádné praskliny nebo výrazné opotřebení).
- Ujistěte se, že ventilky jsou v dobrém stavu a těsní.

B = Brakes / Brzdy

- Při roztočení jedno kola po druhém by se nemělo po dobu alespoň 10 sekund zastavit .
- Po zmáčknutí by se brzdové páky neměly dotýkat řídítek (mezi řídítka a páku se má vejít alespoň jeden prst).
- Brzděte levou pákou a zkuste kolo posunout dopředu. Brzděte pravou pákou a zkuste kolo posunout dozadu. Pokud v obou případech kolo zůstane stát nebo se zvedne protilehlé kolo, brzdy fungují správně.

C = Chain and cranks / Řetěz a kliky

- Ujistěte se, že řetěz je čistý, dobře promazaný a bez koroze.
- Pokud se pedály volně otáčejí dozadu a nezasekávají se, je to v pořádku. Pokud skřípe nebo vydává zvuky, je něco v nepořádku.
- Pohybujte klikami ze strany na stranu, pokud jsou dobře připevněné k ose, nehnou se.

D = Drop test / Zkouška pádem

- Zvedněte kolo 10 cm od země a nechte ho spadnout.
- Podle zvuku zjistíte, zda není něco uvolněného (kola, řazení, řetěz atd.).
- Sevřete přední kolo mezi koleny a zkuste otočit řídítky, aniž byste pohnuli kolem. Pokud se protáčejí, potřebují dotáhnout.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

ABCD TEST - KONTROLNÍ SEZNAM

A = Air / Vzduch

- ☐ Pneumatiky jsou správně nahuštěny (doporučený tlak najdete na plášti).
- ☐ Pneumatiky nejsou opotřebené (žádné praskliny apod.).
- ☐ Ventilky tění.

B = Brzdy / Brakes

- ☐ Při roztočení se kolo otáčí alespoň 10 sekund.
- ☐ Brzdové páky se nedotýkají řídítek (mezera na prst).
- ☐ Zabrzděte postupně levou a pravou pákou a posuňte kolem dopředu a dozadu. Pokud se kolo nehne, případně se zvedne protější kolo, brzdy fungují.

C = Chain and cranks / Řetěz a kliky

- ☐ Řetěz je čistý, promazaný, bez koroze.
- ☐ Pedály se lehce otáčejí dozadu, neskřípou.
- ☐ Kliky se nepohybují ze strany na stranu, jsou pevně uchyceny.

D = Drop test / Zkouška pádem

- ☐ Po pádu kola z malé výšky nic nechrastí.
- ☐ Řídítka se neprotáčí.
- ☐ Všechny části (kola, řetěz, řazení) drží pevně na místě.

Problém?
Opravte to nebo požádejte o pomoc před jízdou.

Všechno v pořádku?
Užijte si jízdu!

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

KŘIŽOVATKA

KOLO

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

KŘIŽOVATKA

KOLOBĚŽKA

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

KŘIŽOVATKA

CHODEC

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

KŘIŽOVATKA

AUTO

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

KŘIŽOVATKA

AUTOBUS

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

KŘIŽOVATKA

TRAMVAJ

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

KŘIŽOVATKA

NÁKLADNÍ AUTO

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

KŘIŽOVATKA

SKUPINA CYKLISTŮ

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

KŘIŽOVATKA

INLINE BRUSLAŘ

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

KŘIŽOVATKA

VOZÍČKÁŘ

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

BINGO

Instrukce: Do každého políčka nakreslete jinou dopravní značku. Poslouchejte, jaké značky školitel vyvolává. Pokud ji máte na kartě, označte ji. Kdo jako první spojí řádek, sloupec nebo úhlopříčku, zakřičí BINGO! a vyhrává.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.

JAK MŮŽEME PŘEDCHÁZET NEHODÁM DŘÍVE, NEŽ SE STANOU?

CO ZNAMENÁ BÝT ZODPOVĚDNÝ ZA SVOU BEZPEČNOST?

MŮŽE MALIČKOST (JAKO NOŠENÍ PŘILBY) MÍT VELKÝ EFEKT?

JAK VAŠE ROZHODNUTÍ OVLIVŇUJÍ OSTATNÍ ÚČASTNÍKY PROVOZU?

JAK VYPADÁ RESPEKT V SILNIČNÍM PROVOZU?

KDYBY VŠICHNI JEZDILI JAKO VY, BYLO BY NA SILNICÍCH BEZPEČNĚJI?

e·GREEN

ČÍSLO PROJEKTU: 2023-1-FR01-KA220-SCH-000153899

CC BY-SA 4.0 DEED

Dílo je chráněno licencí Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License. Kopie licence je přístupná na adrese http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/. Na loga se tato licence nevztahuje.

Co-funded by the European Union

Financováno Evropskou unií. Prezentované názory jsou autorským dílem a nemusí odrážet oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA nenesou za uvedené názory odpovědnost.