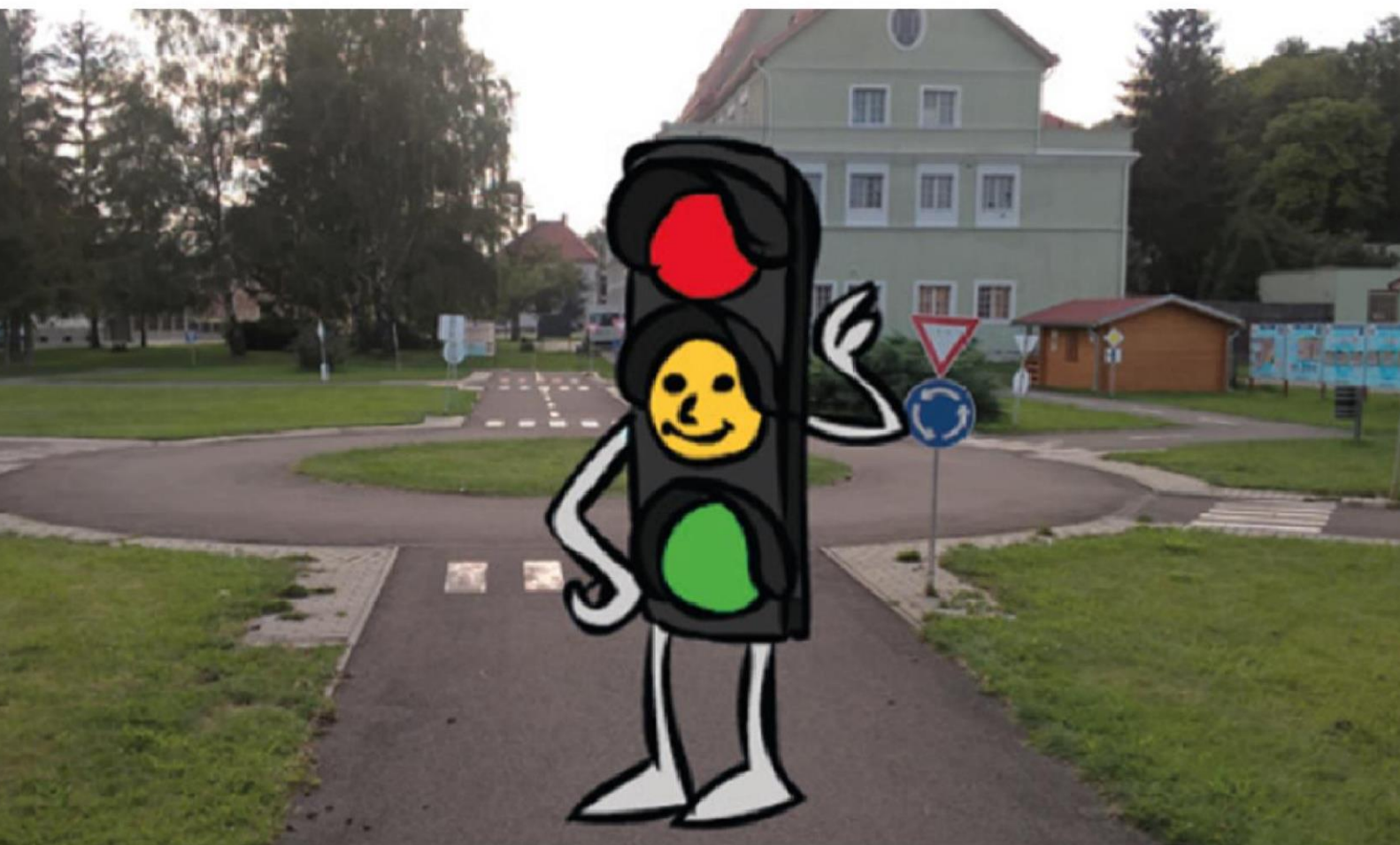


Centrum dopravního výzkumu, v. v. i.

# METODIKA

## Metodika jednotné výuky na dopravním hřišti



*Řešitelský tým:*

*Mgr. Zuzana Strnadová a kol.*

*Projekt byl financován Ministerstvem dopravy účelovou neinvestiční dotací na podporu rozvoje činnosti veřejné výzkumné instituce v resortu dopravy – Centra dopravního výzkumu, v. v. i. na základě Rozhodnutí č. 1 č. j. 21/2017-710-VV/1 a Rozhodnutí č. 2 č. j. 46/2017-710-VV/1.*

## **OBSAH**

1. DOPRAVNÍ VÝCHOVA A PEDAGOGICKÝ PROCES .....	10
1.1 Učební materiály .....	10
1.2 Jen „dopravní výchova“? .....	11
2. VZDĚLÁVACÍ OBLASTI V ZÁKLADNÍ ŠKOLE, KAM LZE ZAŘADIT DOPRAVNÍ VÝCHOVU .....	12
SHRNUTÍ .....	15
VÝUKA NA DOPRAVNÍM HŘIŠTI.....	15
I. ROČNÍK .....	16
II. ROČNÍK .....	30
III. ROČNÍK .....	42
IV. ROČNÍK.....	48
V. ROČNÍK.....	118
ZÁVĚR .....	126
PŘÍLOHA 1.....	127
POŽADOVANÉ ZNALOSTI – KOMPETENCE NA KONCI JEDNOTLIVÝCH.....	127
ROČNÍKŮ ZÁKLADNÍ ŠKOLY PRO I. STUPEŇ .....	127

## Úvod

Dopravní výchova je povinnou součástí vzdělávání již od roku 1934. V rámci nového školského zákona v roce 2004 byly základními kurikulárními dokumenty v systému vzdělávání České republiky stanoveny rámcové vzdělávací programy. Tyto dokumenty, které jsou závazné pro všechny školy od předškolního po střední vzdělávání, je třeba postupem času aktualizovat, protože požadavky na výchovu a vzdělávání se ze strany společnosti na základě jejího vývoje mění.

Poslední změnou prošel Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání v roce 2013, ve kterém byla rozšířena bezpečnostní témata, tedy i témata z oblasti dopravní výchovy, a to na základě Národní strategie bezpečnosti silničního provozu na roky 2011-2020 (dále jen NSBSP), resp. Akční program, který je nedílnou součástí dokumentu.

Dopravní výchova zůstala součástí Akčního programu Revize a aktualizace NSBSP s platností od roku 2017-2020.

# ÚČASTNÍK

## OPATŘENÍ Ú1

### PREVENTIVNÍ PŮSOBNÉ NA VŠECHNY ÚČASTNÍKY PROVOZU NA POZEMNÍCH KOMUNIKACÍCH VÝCHOVNÝMI A VZDĚLÁVACÍMI AKTIVITAMI

AKTIVITA	odpovídá				termín
	státní správa	kraje obce	firmy	NNO	
<b>Ú1.1</b> Konkretizace a upřesnění jednotlivých výstupů z oblasti dopravní výchovy a ochrany člověka za mimořádných událostí v rámci revizí RVP.	<b>MŠMT</b>				postupně od šk. roku 2013/2014
<b>Ú1.2</b> Materiální a metodická podpora realizace dopravní výchovy v mateřských školách ze strany zřizovatelů MŠ.					průběžně
<b>Ú1.3</b> Zajištění informovanosti škol, metodické rozpracování problematiky dopravní výchovy (v rámci pracovní skupiny MŠMT).	<b>MD MŠMT</b>				od 2012
<b>Ú1.4</b> Rozpracování problematiky dopravní výchovy do jednotlivých ročníků ZŠ.	<b>MŠMT</b>				do VI. 2012

Obr. 1: Ukázka části Akčního programu NSBSP 2011-2020

1

<sup>1</sup> V souladu s Národní strategií bezpečnosti silničního provozu na roky 2017-2020 je dílčí cíl: **děti brán** jako jedna kategorie do věku 15 let, bez rozlišení na žáky a děti.

# ÚČASTNÍK

## OPATŘENÍ Ú1

### ZAJIŠTĚNÍ PRŮBĚŽNÉHO VZDĚLÁVÁNÍ DĚTÍ

AKTIVITA	odpovídá				termín
	státní správa	kraje obce	firmy	NNO	
<b>Ú1.1</b> Materiálně a metodicky podpořit realizaci dopravní výchovy ze strany MD BESIP a zřizovatelů MŠ a ZŠ.  <i>Zaměřeno na dílčí cíl: děti</i>	<b>MD MŠMT</b>				průběžně

Obr. 2: Ukázka části Akčního programu Revize aktualizace NSBSP s platností od roku 2017-2020

## DOPRAVNÍ NEHODY DĚTÍ DO VĚKU 11 LET V ROCE 2016

dopravní nehody dětí:	usmrceno	těžce zraněno	lehce zraněno
vozidla – děti cestující	10	43	1158
chodci	2	57	475
<b>celkem</b>	<b>12</b>	<b>100</b>	<b>1 633</b>

Tabulka 1: Dopravní nehody dětí do 11 let - celkem v roce 2016

Zdroj: ŘSDP Policie ČR, CDV

vozidla:	usmrceno	těžce zraněno	lehce zraněno
malý motocykl	-	-	1
motocykl	-	-	7
osobní automobil bez přívěsu	10	27	850
osobní automobil s přívěsem	-	-	13

nákladní automobil	-	-	16
nákladní automobil s návěsem	-	-	1
autobus	-	2	115
tramvaj	-	-	4
trolejbus	-	-	7
jiné motorové vozidlo	-	-	1
jízdní kolo	-	12	137
povoz, jízda na koni	-	-	1
jiné nemotorové vozidlo	-	2	2
jiný druh vozidla	-	-	3
<b>Celkem</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>1 158</b>

Tabulka 2: Dopravní nehody dětí do 11 let v roce 2016 dle dopravního prostředku

Zdroj: ŘSDP Policie ČR, CDV

<b>osoby v osobním automobilu (bez, i s přívěsem)</b>	<b>usmrceno</b>	<b>těžce zraněno</b>	<b>lehce zraněno</b>
připoutaná bezpečnostními pásy	2	7	215
nepřipoutaná bezpečnostními pásy	-	1	12
sedící v dětské autosedačce	8	18	616
vozidlo nevybaveno dětskou autosedačkou	-	-	9
airbag v činnosti	-	1	11
<b>celkem</b>	<b>10</b>	<b>27</b>	<b>863</b>

Tabulka 3: Dopravní nehody dětí do 11 let dle použití zádržného systému

Zdroj: ŘSDP Policie ČR, CDV

situace v místě nehody	usmrceno	těžce zraněno	lehce zraněno
vstup chodce na signál „VOLNO“	-	-	10
vstup chodce na signál „STŮJ“	-	-	11
vstup chodce do vozovky v blízkosti přechodu (do 20 m)	-	1	10
přecházení po vyznačeném přechodu	-	15	125
přecházení těsně před nebo za vozidlem stojícím v zastávce	-	2	11
přecházení těsně před nebo za parkujícím vozidlem	-	6	52
chůze, stání na chodníku	-	3	10
chůze po správné straně	-	-	5
chůze po nesprávné straně	-	-	4
přecházení mimo přechod (20 a více metrů od přechodu)	-	19	112
jiná situace	2	11	125
<b>celkem</b>	<b>2</b>	<b>57</b>	<b>475</b>

Tabulka 4: Dopravní nehody dětí do 11 let – chodci

Zdroj: ŘSDP Policie ČR, CDV

Z výše uvedených tabulek je vidět, že dopravní výchova je zcela neopominutelnou součástí vzdělávání dětí.

Dopravní nehody dětí jako cestujících ve vozidle jsou zaviněny nepoužitím dětského zádržného systému, případně nevhodným použitím dětského zádržného systému – nevytáhnutí airbagu z činnosti. Tato chyba je ovšem chybou řidiče a nikoliv dítěte.

Dítě v roli chodce je vystaveno nejvyššímu nebezpečí na přechodu pro chodce, i když jeho chování je správné. Zde hraje velkou roli nepozornost řidičů, jejich nesprávné chování vůči chodcům na přechodu pro chodce.

Nejvyšší míra zavinění dopravních nehod s následkem na zdraví i životech je způsobena v osobním vozidle (viz Tabulka 3).



Proto je nezbytné děti stále vzdělávat v oblasti bezpečného chování, a to nejen v roli chodce, ale také cestujícího ve vozidle.

Vzdělávání v České republice v rámci předškolního, základního a středního vzdělávání je zastřešeno kurikulárními dokumenty nazvanými rámcový vzdělávací program. Tyto programy upravují základní požadavky na výsledky vzdělávání dětí a žáků a požadované kompetence, které má žák obsáhnout. Klíčové kompetence představují souhrn vědomostí, dovedností, schopností, postojů a hodnot důležitých pro osobní rozvoj a uplatnění každého člena společnosti. Jejich výběr a pojetí vychází z hodnot obecně přijímaných ve společnosti a z obecně sdílených představ o tom, které kompetence jedince přispívají k jeho vzdělávání, spokojenému a úspěšnému životu a k posilování funkcí občanské společnosti. Do všech těchto úrovní vzdělávání je zařazena dopravní výchova.

S problematikou dopravy by se žáci měli setkávat již na I. stupni ve vzdělávací oblasti se širokým záběrem nazvané „Člověk a jeho svět“. Konkrétně v tematickém okruhu „Místo, kde žijeme“ jsou žáci seznamováni například s dopravní sítí v místě, kde žijí. Okruh „Místo, kde žijeme“ je věnován mimo jiné i bezpečnosti dopravy, kdy se žáci mají naučit vnímat dopravní situaci, správně ji vyhodnotit a vyvodit odpovídající závěry pro své chování v roli chodce a cyklisty (RVP ZV str. 40).

Dopravní výchova se prolíná také vzdělávací oblastí „Výchova ke zdraví“. Jedním z očekávaných výstupů v tematickém oboru „Výchova ke zdraví“ je, že žák *„projeví odpovědné chování v rizikových situacích v dopravě, předcházení rizikovým situacím v dopravě a v dopravních prostředcích“*, dále *„aktivně dokáže předejít situacím ohrožujícím zdraví a osobní bezpečí a v případě potřeby dokáže poskytnout adekvátní první pomoc“*. Okrajově se dopravní výchova prolíná i tematickým oborem „Tělesná výchova“, jehož součástí je turistika a pohyb v přírodě, kdy se žáci při přesunu učí chování v dopravních prostředcích.

Dopravní téma se může zařadit v rámci vzdělávacích oblastí

- Jazyk a jazyková komunikace (Český jazyk a literatura, Cizí jazyk, Další cizí jazyk)
- Matematika a její aplikace (Matematika a její aplikace)
- Informační a komunikační technologie (Informační a komunikační technologie)
- Člověk a jeho svět (Člověk a jeho svět)
- Člověk a společnost (Dějepis, Výchova k občanství)
- Člověk a příroda (Fyzika, Chemie, Přírodopis, Zeměpis)

- Umění a kultura (Hudební výchova, Výtvarná výchova)
- Člověk a zdraví (Výchova ke zdraví, Tělesná výchova)
- Člověk a svět práce (Člověk a svět práce)

## 1. DOPRAVNÍ VÝCHOVA A PEDAGOGICKÝ PROCES

Dopravní výchova je specifická část vzdělávání, která má žáky připravit na řešení dopravních situací především v roli chodce a cyklisty. Je také východiskem pro budoucí roli – roli řidiče. Celý vzdělávací proces by měl být veden s vědomím, že žáci by si měli od nejútlejšího věku osvojovat správné návyky v řešení dopravních situací a postupně si budovat tzv. „hodnotový systém“. Získání řidičského oprávnění by mělo završovat proces tohoto vzdělávání. Většinou je to možné jen na středních odborných školách automobilního zaměření.

Problém je s odbornou přípravou pedagogů pro výuku dopravní výchovy. Na některých školách je v rámci školního vzdělávacího programu vyčleněna hodinová dotace i pro výuku dopravní výchovy jako samostatného předmětu. Učí ji většinou učitelé, kteří si v rámci svého úvazku doplňují úvazek, tedy bez potřebného vzdělání. Většinou pedagogové absolvují krátká školení pod hlavičkou KIVIC apod. Odborná školení jsou také organizována Ministerstvem dopravy, samostatným oddělením BESIP, a Národním institutem pro další vzdělávání (NIDV).

### 1.1 Učební materiály

Ministerstvo dopravy – samostatné oddělení BESIP připravilo pro výuku dopravní výchovy aktuální učební materiály, které zohledňují potřeby škol či školských zařízení v této oblasti a plně korespondují s rámcovými vzdělávacími programy. Školy mohou využít učebnice, pracovní sešity, výukové stojany nebo i interaktivní podobu těchto vzdělávacích materiálů s množstvím pracovních aktivit a cvičení (s využitím PC, tabletů, interaktivních tabulí, mobilních telefonů atd.). Základní pomůckou pro edukativní proces je výuková řada pro dopravní výchovu, kterou vytvořilo oddělení BESIP MD ve spolupráci s Nakladatelstvím Fraus. Tato výuková řada pokrývá věk dětí od 3 do 15 let, tj. jak předškolní výuku v mateřské škole, tak výuku na základní škole (I. a II. stupeň). Učebnice pro I. i II. stupeň základní školy je certifikována schvalovací doložkou Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy. Velkým přínosem je metodický manuál pro pedagogy v elektronické podobě.

Přestože školení pedagogů v oblasti dopravní výchovy je věnována péče, není odborná příprava učitelů na takové úrovni, jakou problematika vyžaduje.

V současnosti je kladen důraz na vzdělávání v předškolním věku dítěte. Existuje mnoho vzdělávacích materiálů. Jako příklad uvádíme portfolio výukových materiálů pro mateřské školy, které připravilo Ministerstvo dopravy - samostatné oddělení BESIP.

Každá pedagogická specializace, resp. učitelská kvalifikace, je pro výuku určitého předmětu získávána studiem, které připravuje budoucího učitele/učitelku po odborné stránce právě pro výuku daného předmětu. V případě dopravní výchovy v ČR dosud neexistují kvalitní akreditované studijní programy vyučované na pedagogických fakultách a ostatních fakultách připravujících budoucí učitele. Stávající učitelé v majoritní míře svoji „specializaci“ získávají jen doplňkovým školením, realizovaným buď Centrem služeb pro silniční dopravu, s.p.o. (organizační složka MD) nebo přímo řízenou organizací MŠMT, kterou je NIDV, případně jinými vzdělávacími organizacemi.

## 1.2 Jen „dopravní výchova“?

Dopravní výchova je stále vnímána jen jako výseč celého komplexu problematiky v oblasti bezpečnosti v dopravě. Žáci jsou edukováni v oblasti správného chování a problematika bezpečnosti v dopravě je zúžena pouze na „správné“ chování. Samozřejmě základem je chovat se tak, aby nedošlo ke zranění v souvislosti s provozem na pozemních komunikacích. K tomu nepřímo i nutí učební materiály, které jsou pro výuku dopravní výchovy připravovány a jsou k dispozici. Bezpečnost v dopravě v širším pojetí se dotýká i oblastí vzdělávání, které nejsou zahrnuty do současných vzdělávacích materiálů a není s nimi ani počítáno. Zvláště na druhém stupni základních škol se jeví jako nezbytné zahrnout problematiku dopravní výchovy do kontextu dalších vzdělávacích oblastí – viz výše. Zúžit problém jen na chování se jeví trochu příliš zjednodušený pohled na širokou oblast, která zahrnuje mnohem přitažlivější a současná témata, než je jen bezpečné chování v dopravě.

Pedagogové mají často problém se zařazením DV do ŠVP, pokud nechtějí zachovat vzdělávací obory navržené v RVP (vhodnější název by byl výchova k bezpečnosti v dopravě) a neví, jak s touto tematikou pracovat.

Doprava v sobě zahrnuje vzdělávací oblasti, do kterých je na základní škole možné aplikovat i dopravní výchovu.

## 2. VZDĚLÁVACÍ OBLASTI V ZÁKLADNÍ ŠKOLE, KAM LZE ZAŘADIT DOPRAVNÍ VÝCHOVU

VZDĚLÁVACÍ OBLAST:

MATEMATIKA A JEJÍ APLIKACE - možný obsah vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

nejrůznějšími druhy výpočtů, které jsou potřebné a využitelné v praxi

VZDĚLÁVACÍ OBLAST:

ČLOVĚK A PŘÍRODA

Vzdělávací obor

Fyzika - možný obsah vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

základní znalosti o pohybu přenesené do praxe (bohužel mnohdy je právě neznalost základních fyzikálních zákonů do praxe příčinou dopravních nehod)

Vzdělávací obor

Zeměpis - možný obsah vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

plánování tras, orientace v prostoru a další úkony aplikační sféry problematiky zeměpisu

Vzdělávací obor

Přírodopis (biologie) možný obsah vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

vliv provozu dopravních prostředků na zdraví člověka, exhalace, zdravý pohyb, význam smyslového vnímání, lidé s handicapem atd.

Vzdělávací obor

Chemie - možný obsah vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

fosilní paliva - ropa, vznik, přeměna na palivo, chemické děje v motoru, apod.

VZDĚLÁVACÍ OBLAST:

ČLOVĚKA SPOLEČNOST

Vzdělávací obor

Dějepis – možný obsah vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

historie dopravy a její vývoj, časová osa atd.

významné osobnosti v automobilovém průmyslu (Laurin a Klement atd.) české a světové

Vzdělávací obor

Výchova k občanství – možný obsah vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

evropské pojetí dopravy jako celku, respektování odlišností

VZDĚLÁVACÍ OBLAST:

UMĚNÍ A KULTURA

Vzdělávací obor

Hudební výchova - možný obsahu vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

zvuky dopravy

hluky a ruchy z dopravy

Vzdělávací obor

Výtvarná výchova

VZDĚLÁVACÍ OBLAST:

ČLOVĚK A ZDRAVÍ

Vzdělávací obor

Tělesná výchova

první pomoc, pohyb v dopravních prostředcích – cyklistika

Vzdělávací obor

Výchova ke zdraví - možný obsahu vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

pohyb jako prevence kardiovaskulárních onemocnění, volnočasové aktivity jako prevence užívání návykových látek

VZDĚLÁVACÍ OBLAST:

ČLOVĚK A SVĚT PRÁCE

Možný obsah vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

práce v dopravě jako profese – přínosy a zápory práce v dopravě, povolání související s dopravou a přepravou (zaměření se na méně známé profese)

VZDĚLÁVACÍ OBLAST:

JAZYK A JAZYKOVÁ KOMUNIKACE

Vzdělávací obor

Český jazyk a literatura – možný obsah vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

dopravní prostředky v české a světové literatuře, vývoj dopravy očima spisovatelů

Sloh - zařazení rozboru článků z webu či v tiskovinách z oblasti dopravy (nehody apod.) zaměření na rozvoj slovní zásoby, vyjadřovacích schopností, vytvoření zpráv pro školní web apod.

Vzdělávací obor

Cizí jazyk (další cizí jazyk) - možný obsah vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

Doprava ve státech, kde se mluví vyučovacím jazykem dopravní prostředky - slovíčka, dopravní terminologie jako nezbytnost pro komunikaci

## VZDĚLÁVACÍ OBLAST

### INFORMAČNÍ A KOMUNIKAČNÍ TECHNOLOGIE,

Možný obsah vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

Vyhledávání aktuálních informací souvisejících s dopravou a přepravou

Orientace ve vyhledávání dopravních spojů – letecká doprava, železniční, autobusová, MHD

komunikační technologie v dopravě – chytrá zastávka apod.

## PRŮŘEZOVÁ TÉMATA

### VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTÍ

Možný obsah vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

Celosvětový přesah problematiky dopravy a znečištění plynoucí z dopravy jako globální problém, exhalace

Plánování dopravy budoucnosti

Využití zdrojů obnovitelné energie

### ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA

Možný obsah vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

Doprava a životní prostředí, udržitelnost dopravy

### OBLAST OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVY A VÝCHOVY K SOCIÁLNÍM DOVEDNOSTEM

Možný obsah vzdělávacího oboru s přihlédnutím k DV (učivo)

Člověk v různých sociálních rolích – role současné a budoucí, např. role řidiče, chodce a jeho vztah k ostatním účastníkům provozu na PK, modelové situace, řešení situací

## SHRNUTÍ

Jako vhodný zdroj pro výuku a vzdělávání je doporučen materiál, který vznikl v rámci řešení projektu OPVK Vzdělávání mládeže k udržitelné dopravě: <http://www.vmud.cz/>

Nezbytný podklad pro získání základních znalostí (měl by být součástí školení BPOZ) je znalost zákona o provozu na pozemních komunikacích č. 361/2000 Sb., v pozdějším znění. Je zcela neopominutelným základem pro bezpečné chování jedince, ale také pro skupiny dětí a žáků při nejrůznějších aktivitách mimo školu.

## VÝUKA NA DOPRAVNÍM HŘIŠTI

Návrh okruhů pro výuku a výcvik pro dopravní hřiště je vytvořen v návaznosti na učebnici Dopravní výchova (MD - BESIP + Nakladatelství Fraus) a s přihlédnutím k výstupům vyplývajícím z RVP ZV. Do jednotlivých ročníků jsou zařazena témata, která jsou nosná pro daný ročník.

Stávající praxe výuky dopravní výchovy na DDH je taková, že lektori vyučují teoretickou část v souladu s tzv. Tematickým plánem dopravní výchovy

<http://www.ibesip.cz/data/web/soubory/dopravni-vychova/hriste/Tematicky-plan.pdf>

Na závěr výuky na DDH mají žáci ZŠ možnost složit praktickou zkoušku v podobě jízdy na jízdním kole po DDH podle pravidel silničního provozu. V případě úspěšného absolvování zkoušky žáci obdrží tzv. Průkaz cyklisty.

Faktem zůstává, že okrajové školy v krajích mají problém se účastnit výuky a výcviku na DDH z nejrůznějších důvodů, a to jak ekonomických (náklady na dopravu), tak i z důvodu velkých dojezdových vzdáleností na DDH. Mohou ale využít nabídky mobilních dopravních hřišť. Školy nemají ve většině případů možnost se výuky DV na DDH účastnit vícekrát, než jednou ročně.

Pro výuku na dopravním hřišti jsou vybrána témata, která ve škole nemohou být prakticky procvičena z důvodu absence vhodného vybavení. Je zcela mimo pochybnost, že si člověk si zapamatuje mnohem více vlastní zkušeností, než jen slovním vysvětlením. Proto je věnována pozornost především na osvojení si a zafixování praktických dovedností.

Každý vzdělávací celek je koncipován tak, aby naplnil časové možnosti dopravního hřiště ve vyučovacích blocích o délce 3 vyučovacích hodin.

# I. ROČNÍK

## UČIVO

### CESTOVÁNÍ VE VOZIDLE

Chodec – základní pojmy a pravidla bezpečného pohybu v silničním provozu

Jízda autem (chování v autě - spolujezdec, zádržné systémy, výstup a nástup z a do vozidla)



## KDO JE CHODEC?

## KDO JE CESTUJÍCÍ?

### **Místo realizace:**

*Třída/učebna na dopravním hřišti*

### **Pomůcky:**

*Obrázky dopravních prostředků – cca 100 kusů.*

*Dopravní prostředky: osobní auta, autobusy, nákladní vozidla, vlaky, letadla, tramvaje, trolejbusy, vzducholodě, lodě, nákladní lodě, parníky a další.*

### OTÁZKA

*Děti, jak jste se dostaly na dopravní hřiště?*

*Předpokládaná odpověď, ze které se bude vycházet:*

*Přišly jsme z xy města (školy apod.) nebo přijely z xy obce/školy.*

### OTÁZKA

*A čím jste přijely?*

*Zde se naváže na dopravní prostředky, kterými se děti dopravily na dopravní hřiště – výběr dopravních prostředků z nabízených možností: autobus, tramvaj, vlak, apod.*

## *INSTRUKTOR*

*Rozhodí na podlahu učebny obrázky dopravních prostředků tak, aby byly rozmístěny rovnoměrně po volné ploše.*

### *ÚKOL*

*Vyberte z nabízených dopravních prostředků 3 dopravní prostředky, které jezdí po silnici.*

*Vyberte dopravní prostředky, které jezdí po vodě.*

*Vyberte dopravní prostředky, které létají ve vzduchu.*

### *OTÁZKA*

*Patří všechny dopravní prostředky mezi ty, pro které platí, že jejich řidiči musí dávat pozor na to, jak se chovají chodci, cyklisté nebo koloběžkáři?*

*Zkuste se nad tím zamyslet a pak si řekneme, kdo se musí ohleduplně chovat k chodcům, cyklistům a dalším účastníkům provozu na silnicích (Zde instruktor nechá chvíli na přemýšlení nebo poradu – je možno pracovat i v pracovních skupinkách).*

*Pro vysvětlení pro vás, žáky první třídy: provoz na silnici je vše, co souvisí s jízdou vozidel a s pohybem ostatních na silnici nebo na chodníku nebo kolem silnice tam, kde není chodník.*

*Odpověď na otázku*

*Neplatí, platí to jen pro ty dopravní prostředky, které se pohybují po silnicích.*

*Proč se říká chodec, když jdeme?*

*Kdo na to přijdete?*

*Odůvodnění: (Chodec x chodit, chodec x chodí, chůze).*

## **INSTRUKTOR**

*Kdo je chodec?*

*Možné odpovědi:*

*Chodec je ten, kdo jde po chodníku.*

*Chodec jede na koloběžce po chodníku.*

*Chodec tlačí kočárek.*

*Chodec jede na in linech.*

*Chodec jede na vozíku pro tělesně postižené.*

*Chodec je pán nebo paní, která tlačí nebo táhne za sebou vozík, třeba s nákupem atd...*

*Metodické doporučení: Ponechat děti, ať max. 3 minuty vymýšlí, kdo je chodec.*

*Nezapomeňte si hlídat, kdo udělá chybu. Hned žáka opravit!*

**Něco navíc**

*Chůze je nejpřirozenější a také nejzdravější způsob pohybu – zdůraznit, jak je pravidelný pohyb důležitý pro zdraví. Jednou z možností jak se pravidelně pohybovat je chůze do a ze školy.*

**POZOR:**

***Pro jezdce na koloběžce platí pravidla jako pro cyklistu, vč. toho, že i jezdec na koloběžce do 18 let musí mít na hlavě přilbu. Tzn., že dítě, které jede na koloběžce, musí být vybaveno stejně jako cyklista.***

## INSTRUKTOR

### OTÁZKA

*Kdo je cestující?*

*Kde můžeš potkat cestující?*

Možné odpovědi:

V autobusu, v tramvaji, ve vlaku. Ale také všichni, kteří jedou se mnou v autě, jsou cestující.

*Najdi na obrázcích dopravní prostředky a pojmenuj je:*

*Vyber z dopravních prostředků ty, kterým se říká městská hromadná doprava. Proč se jim tak říká?*

*Čím mohu cestovat?*

Možné odpovědi:

Vlakem, autobusem, osobním automobilem, na kole, koloběžce, na motocyklu, na lodi, v letadle, v helikoptěře a dalších dopravních prostředcích. Zdůraznění osobního vozidla – návaznost na další úkol.

## JÁ, JAKO CESTUJÍCÍ V AUTOMOBILU

### INSTRUKTOR

*Čím cestuješ ty?*

*Máš jet na výlet autem. Jedeš společně s maminkou a tatínkem. Tatínek zastavil na silnici u domu.*

*Do auta nastupuješ z pravé nebo z levé strany?*

*Nebo je to jedno, ze které strany se nastupuje?*

## ÚKOL

*Popiš, ze které strany nastupuješ do auta.*

Zde by děti měly říct, ze které strany vozidla nastupují, resp. odkud:

bud' ze strany od silnice,

nebo od chodníku.

*Možné odpovědi dětí – uvádíme příklad:*

*Nastupuji ze strany, kde mám umístěnou sedačku v autě.*

*Nastupuji tam, kde mi maminka/ tatínek otevřou dveře, abych nastoupil/a.*

*Ze strany od chodníku, protože nikomu nepřekážím (třeba projíždějícím autům).*

*Nastupuji jen z chodníku. Je to pro mne bezpečnější, protože mne nemůže žádné auto ohrozit. A navíc nepřekáží otevřené dveře pro projetí dalších aut.*

## ÚKOL

*Zkus nahlas přemýšlet, proč je lepší a bezpečnější nastupovat ze strany od chodníku. Pokud někdo řekne správnou požadovanou odpověď, kde nastupuje, je zapotřebí navázat s vysvětlením PROČ...*

Možné odpovědi dětí:

Ze strany od chodníku, protože nikomu nepřekážím (třeba projíždějícím autům).

Je to pro mne bezpečnější, protože mne nemůže žádné auto ohrozit.

Některé z dětí může odpovědět „v garáži“.

Zdůraznit, že ne vždy se nasedá jen v bezpečí v garáži.

## **PAMATUJ SI**

**DO AUTA NASEDÁM VŽDY ZE STRANY OD CHODNÍKU. I KDYŽ BUDU MUSET NA SVOJE SEDADLO PŘELÉZAT PŘES SEDADLO/DĚTSKOU AUTOSEDAČKU SOUROZENCE.**

NIKDY NENASEDÁM ZE SILNICE!

ŘEKNU I RODIČŮM, CO JSEM SLYŠEL/A PŘI VÝUCE NA DOPRAVNÍM HŘIŠTI.

# DĚTSKÝ ZÁDRŽNÝ SYSTÉM A JEHO FUNKCE

## INSTRUKTOR

*Co uděláš jako první po nastoupení do auta?*

Úkol pro děti:

Seřadit kartičky tak, aby odpovídaly postupu při nasedání do auta. *Pozn. věty jsou napsané jednotlivě na kartičkách.*

Odpovědi mohou být v kreslené nebo napsané podobě (viz odpovědi) a děti mají za úkol v pracovní skupině správně seřadit pořadí, jak se správně chovat po nasednutí do auta. Případně na figuríně ukázat, jaký je postup po nastoupení do auta: dobře se usadit a správně zapnout bezpečnostní pás.

*Pozn:*

*Na DDH bývá k dispozici dětská autosedačka, na které děti mohou ukázat postup při nasedání. „Dítě“ může hrát některý ze žáků.*

Vyzkoušet si mohou všechny děti a hledat navzájem chyby, které udělali spolužáci.

### TEXT NA KARTIČKY

*Odpovědi dětí, resp. kartičky by měly být v pořadí, jak se správně postupuje po nastoupení do auta):*

- 1. Už se moc těším na výlet!*
- 2. Pohodlně se posadím do vlastní autosedačky, ve které se mi dobře sedí.*
- 3. Pak si zapnu bezpečnostní pás.*
- 4. Tatínek nebo maminka zkontrolují, zda mám pás dobře zapnutý.*
- 5. Pak si nasedne tatínek s maminkou, zapnou si svoje bezpečnostní pásy.*
- 6. A můžeme jet!*

# BEZPEČNOSTNÍ PÁS - DOBRÝ POMOCNÍK

## POMŮCKY

Autíčko - hračka, kde je místo pro „řidiče“ a „cestující“ – volná ložná plocha <http://www.toysshop.cz/woody-vlacek-barevny-2-vagony/>, lepicí páska, např. leukoplast, celox, izolepa, kobercová páska, nůžky, dřevěné hrací kostky nebo jiné předměty pro vytvoření překážky, stůl nebo rovná plocha (může být i podlaha v učebně). Cestující v autíčku - hračka (dřevěná): <http://www.toysshop.cz/woody-panenky-do-domeckurodinka-4ks/>

## ÚVOD

### INSTRUKTOR

*Každý z nás jezdí automobilem. Chceme se všichni vrátit domů zdraví.*

*Co proto musíme udělat my nebo rodiče (babička, dědeček, strýc a další řidiči), se kterými jedeme v autě?*

*Odpověď: Použít bezpečnostní zádržný systém (vysvětlení pro děti - odborný název pro bezpečnostní pásy a dětské autosedačky).*

### INSTRUKTOR

#### Motivace

*Když jedete k babičce, na hory, na dovolenou, jak se přepravujete? Čím jezdíte? Autem, vlakem, letadlem?*

*Kdo z vás už letěl ve velkém dopravním letadle?*

*Kdo z vás už jel ve vlaku?*

*Jezdíte v osobním autě?*

*A jezdí s vámi i mladší sestra nebo bratr?*

*Máte doma mladšího sourozence, který se ještě vozí v kočárku?*



*Jak jej tatínek nebo maminka převážejí v autě?*

*Zkuste říct nebo popsat spolužákům.*

*Kdo jste už letěl v letadle, budete mít těžký úkol:*

*Řekněte všem, co musíte udělat, když letadlo začne startovat?*

*Odpověď:*

*Po dobu startu se musí připoutat.*

*Co dělá tatínek, maminka, babička a další jako první, když nastoupí do auta?*

*Zkontrolují, zda jsou připoutané děti, které cestují v autě.*

*Po kontrole se rodiče sami připoutají.*

*Poznámka:*

*Před nástupem do auta většina zodpovědných dospělých – řidičů kontroluje, zda je dítě správně připoutané. Pokud se v autě přepravuje miminko v tzv. kolíbce umístěné na předním sedadle spolujezdce, musí také zkontrolovat, zda jsou u tohoto sedadla vypnuté airbagy.*

# BEZPEČNOSTNÍ PÁS DOBRÝ POMOCNÍK – PRAKTICKÁ UKÁZKA

## POPIS AKTIVITY

Na praktické ukázce dětem předvedeme, jakou funkci má bezpečnostní pás a jak nás může ochránit při nárazu vozidla nebo při prudkém zabrzdění.

### UKÁZKA Č. 1

Do autíčka „posadíme“ cestující – dřevěné panáčky. Pokud panáček zvládne stát (podle typu hračky) bude představovat dítě, které stojí mezi sedadly auta a je nepřipoutané. Pokud se jedná o hračku, která nestojí, bude panáček také sedět.

K autíčku přivážeme nebo přilepíme asi metr provázku, za který budeme autíčko tahat po ploše. Vozík (autíčko) položíme na stůl. Na hranu stolu umístíme překážku sestavenou z hracích kostek nebo dalšího materiálu. Auto rozjedeme po ploše stolu rychlým tažením provázku, až autíčko narazí na překážku. Pokud bude rychlost jízdy vozíku (autíčka) dostatečně vysoká, měli by cestující vyletět ven z autíčka.

### UKÁZKA Č. 2

Druhá ukázka bude stejná, jen s tím rozdílem, že „cestující“ – dřevěné panáčky připevníme pomocí lepicí pásky (může být leukoplast, celox, izolepa, kobercová páska). „Cestující“ připevníme stejně, jako se vede bezpečnostní pás, tj. šikmo přes hrud'. Oba konce přilepíme ke spodní straně autíčka = bezpečnostní pás je držen vedle sedadla a na sloupku ve vozidle.

Dětská sedačka je připevněna do sedadla zvláštním zařízením ve vozidle.

Po rozjetí autíčka a následném nárazu na překážku, posádka zůstane „sedět“ na místě, ani se nehne. Je připoutaná na svých sedadlech.

## VYSVĚTLENÍ

„Cestující“ ve vozidle byli ukáznění a seděli ve vozíku (autíčku) tak, jak je to správně: byli připoutaní a při nárazu nevyletěli z místa, kde „seděli“.

Posádka autíčka v první ukázce neposlouchala a stála mezi sedadly v autě a nebyla připoutaná.

Když řidič (tatínek, maminka, babička...) musel/a prudce zabrzdit před překážkou, cestující dítě vyletělo z auta ven.

### *PAMATUJ SI*

*Do auta, kterým cestuji, nastupuji jen od chodníku, nikdy ne ze strany, která je do silnice. Hrozí mi sražení projíždějícím autem nebo cyklistou/motocyklistou.*

*Při jízdě ve vozidle se vždy poutám a sedím ve své sedačce, která je určena jen pro mne.*

*Za jízdy v autě nikdy nestojím mezi sedadly, i když jedu jen na krátkou vzdálenost. Třeba do školy nebo na nákup.*

## BEZPEČNOSTNÍ PÁS JE PEVNÝ

### Pomůcky

Židle s opěradlem, popruh na vyplétání sáněk nebo jiný typ pevného popruhu cca 6 metrů dlouhý – NIKDY ne provaz.

Velká plyšová hračka – medvěd nebo jiná figura, která odpovídá přibližně velikosti dítěte (může být i menší).

### UKÁZKA Č. 1

Na židli se posadí figurant/figurína. Pokud není k dispozici figurína, musí instruktor upozornit figuranta z řad dětí na nebezpečí pádu při naklonění židle – musí dávat pozor a být ve střehu.

Figuranta/figurínu posadí do židličky. Figuranta/figurínu spolu se židličku pomalu naklání vpřed. Židle se naklání až do okamžiku, kdy se figurant začne překlápět vpřed. Instruktor musí být ve střehu, aby figurant nespadol ze židle na podlahu. Může požádat pedagogický doprovod o pomoc při zajištění bezpečnosti figuranta. Před figuranta je vhodné položit podložku např. žíněnku nebo molitanovou matraci pro zmírnění ev. pádu.

Pokud je v areálu dopravního hřiště travnatá plocha, lze využít tuto plochu. Pokud by figurant dopadl až na zem, na trávě to nebude takový náraz jako na podlahu. Demonstrace pádu na zem bude dobře a názorně ukazovat, jaký je průběh nárazu v okamžiku, kdy dítě není

připoutané bezpečnostním pásem nebo nesedí v dětské sedačce. Instruktor žákům vysvětlí ukázkou a je zde zapotřebí zdůraznit, jaký význam má bezpečnostní zadržný systém.

Na první ukázkou se naváže ukázkou s použitím „bezpečnostního pásu“ – popruhu.

## UKÁZKA Č. 2

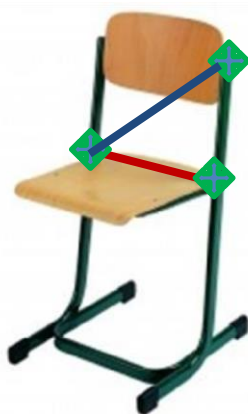
Na židli se posadí figurant/figurína. Instruktor jej přiváže stejným postupem, jak je veden bezpečnostní pás ve vozidle. Po upevnění figuranta/figuríny židličku pomalu naklání vpřed. Židle se naklání až do okamžiku, kdy se figurant/figurína začne překlápět vpřed. Instruktor musí být ve střehu, aby figurant z řad žáků nespadol ze židle na podlahu. Může požádat pedagogický doprovod o pomoc při zajištění bezpečnosti figuranta. Před figuranta je vhodné položit podložku, např. žíněnku nebo molitanovou matraci pro zmírnění ev. pádu.

Pokud je v areálu dopravního hřiště travnatá plocha, lze využít tuto plochu. Pokud by figurant/figurína dopadl až na zem, na trávě to nebude takový náraz jako na podlahu.

Demonstrace pádu na zem bude dobře a názorně ukazovat, jaký je průběh nárazu v okamžiku a jak pás dítě zadrží. Figurant bude pevně spojený se židličkou.

*Postup při upínání popruhu viz nákres na Obr.: Začne od opěradla židle, kde si udělá první suk - upevnění bezpečnostního pásu na sloupku vozidla a začne odvinovat popruh směrem dolů, přes hrud', resp. přes prsa figuranta. Popruh vede přes pravé rameno směrem dolů, k sedáku židle, kde se popruh omotá a zase se zasakuje a přes břicho se vede směrem vpravo. U pravé strany sedáku - nohy židle se popruh připevní.*

Instruktor pomalu naklání židličku směrem vpřed. Židle se naklání až do okamžiku, kdy se židle stojí jen na předních nohách. Pokud instruktor dobře figuranta připevnil na „sedačku“, měl by zůstat sedět.



Obr. Židle se znázorněním vedení „pásů“ – popruhu. Zeleně znázorněná část je místo, kde je zapotřebí pás upevnit, např. provlečením apod.

## ZÁVĚR Z UKÁZKY

*Bezpečnostní pás figuranta udržel na sedačce. Pokud by nebyl připoutaný, spadl by ze židle na zem. Ve skutečnosti by dítě, které je nepřipoutané v bezpečnostní sedačce, velmi silně narazilo do sedačky před ním a mohlo by se velmi vážně zranit. Druhá možnost je mnohem vážnější: Dítě by mohlo vylétnout vysokou rychlostí předním oknem v autě ven a poranilo by se pádem na silnici resp. nárazem do okna vozidla.*

*Pozn.: Instruktor musí být ve střehu, aby figurant nevypadl ze židle na podlahu. Jako pomocník by měl být doprovázející pedagogický dozor z řad učitelů, který bude zajišťovat bezpečnost figuranta.*

Pokud je v areálu dopravního hřiště travnatá plocha, lze využít tuto plochu. Pokud by figurant dopadl až na zem, na trávě to nebude takový náraz jako na podlahu.

### Úkol pro žáky

Vysvětlete, proč v jednom případě spolužák (málem) spadl na zem a v druhé ukázce ne?

*Žáci by měli být vedeni k odpovědi: bezpečnostní pás = zádržný systém zadržel před pádem a ochránil před zraněním nebo naražením.*

### Metodická poznámka:

*Na této jednoduché ukázce lze u dětí ověřit teoretické znalosti v praktické a názorné ukázce poutání, resp. předvést názorně funkci zádržného systému ve vozidle.*

Pokud dopravní hřiště disponuje dětským zádržným systémem, je možné vyzkoušet u všech dětí i samostatné „nastoupení“ do vozidla, připoutání se. Při nastupování je nezbytné vymezit dětem plochu, kde je umístěno vozidlo (např. jen provazem nebo obrysem auta, který je nakreslený na podlahu), aby se podtrhla nezbytnost nastupování jen ze strany od chodníku.

Je zapotřebí zdůraznit, že dětská autosedačka není pro všechny děti stejné velikosti. Musí se postupně obměňovat, jak děti rostou. Jinak je autosedačka nefunkční.

### Aktivita navíc

*Děti lze přesvědčit o pevnosti bezpečnostního pásu, např. přetahováním se žáků ve dvojici apod. nebo instruktora s žáky apod. Meze kreativity se zde nekladou.*

## II. ROČNÍK

### UČIVO

#### CHODEC

Chování v provozu na pozemních komunikacích

Rizika a nebezpečí v silničním provozu

Světelné signalizační zařízení

## POPIS AKTIVITY

### **Místo realizace:**

*Třída/učebna na dopravním hřišti*

### **Pomůcky:**

Názorné obrázky míst, kde se dá přecházet.

Autíčko – model.

Cíl:

Vysvětlit dětem, co jsou to dopravní značky a co je to vodorovné značení. Vše přiměřeně věku.

### **INSTRUKTOR**

*Dopravní značky jsou „obrázková sdělení“, které nám říkají, jak se máme chovat v blízkosti silnice.*

Vodorovné dopravní značení je informace pro chodce a řiče, které jsou nakreslené přímo na silnici. Stejně jako dopravní značky nám říkají, kde můžeme přecházet, nebo kde se můžeme bezpečně pohybovat. Např. stezka pro chodce bývá často doplněna o nakreslený obrázek dopravní značky přímo na povrchu stezky, aby bylo všem srozumitelné, kdo se zde může pohybovat.

Vždy primárně vysvětlujeme význam dopravních značek a situací, v nichž se používají. Až následně jejich správné názvy!

Dopravní značka „Přechod pro chodce“ – IP6.



Význam dopravní značky:

Značka označuje přechod pro chodce vyznačený vodorovnou značkou „Přechod pro chodce“, a to zejména mimo křižovatku.

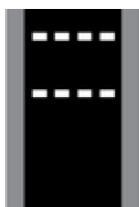
V7a – vodorovné dopravní značení „Přechod pro chodce“.



Význam:

Místo určené pro přechod chodců přes pozemní komunikaci.

V7B – místo pro přecházení.



Význam:

Značka vyznačuje místo uzpůsobené pro přecházení chodců přes pozemní komunikaci.

Řidič vozidla nesmí chodce přecházejícího přes pozemní komunikaci v místě pro přecházení ohrozit.

Vysvětlení chování řidiče a chodce na místech vyznačených dopravními značkami nebo vodorovným dopravním značením.

Vysvětlení a ukázka správného způsobu ROZHLÉDNUTÍ SE – vlevo, vpravo, vlevo.

Chodec se musí přesvědčit, zda může vozovku přejít, aniž by ohrozil sebe nebo ostatní účastníky provozu na pozemních komunikacích (nutnost navázání očního kontaktu chodce a řidiče).

Chodec smí přecházet vozovku, jen pokud s ohledem na vzdálenost a rychlost jízdy příjezdějících vozidel nedonutí jejich řidiče k náhlé změně směru nebo rychlosti jízdy. (vysvětlit, co pojmy znamenají\*).

Pokud se přechází přes silnici, vždy jen kolmo k ose silnice.



Pozn.: Vysvětlit, co je osa silnice (pojem osa děti ve druhé třídě neznají). Doporučena je názorná ukázka.

## INSTRUKTOR

Názorná ukázka

*Proč je nezbytné přecházet jen po nejkratší vzdálenosti mezi dvěma chodníky (dvěma krajnicemi).*

Odpověď: Je to nejrychlejší možnost, jak se dostat na druhou stranu silnice a na chodník.

*Ve městech bývá na frekventovaných silnicích postavený podchod. Pokud je v blízkosti místa, kde chceš přecházet podchod, použijev podchod.*

### ZAPAMATUJ SI:

*Nikdy nepřecházej tam, kde je zatáčka. Auta tě nevidí a ty nevidíš zase auta.*

*Nikdy nepřecházej před nebo pod vrcholem kopce, kudy vede silnice. Nevidíš auta a auta tě nevidí také. Nevstupuj nikdy na dálnici. Na dálnici se chodec nesmí pohybovat.*

Je nezbytné je vysvětlit pojmy:

\*Co je to **změna směru jízdy** (vozidlo se musí např. vyhnout chodci). Nejlépe ukázat na modelu auta.

\*Co je to **změna rychlosti jízdy** (vozidlo musí prudce zabrzdit – ukázka na autíčku). Vysvětlit, proč je prudké zastavení nebezpečné – ostatní řidiči mohou do vozidla narazit a může dojít k dopravní nehodě, případně může řidič srazit chodce na přechodu – pokud nedobrzdí včas.

## POPIS AKTIVITY – SVĚTELNÉ SIGNALIZAČNÍ ZAŘÍZENÍ

Místo realizace.

*Třída/učebna na dopravním hřišti*

Pomůcky:

Světelné signalizační zařízení:

s dvoubarevnou soustavou světel

a třibarevnou soustavou světel



Signál s červeným světlem

**STŮJ!**

Signál se žlutým světlem

**POZOR**

Signál se zeleným světlem

**VOLNO!**

Co je to světelné signalizační zařízení?

Světelné signalizační zařízení je určeno pro podávání informací směrem k řidičům, ale také chodcům nebo cyklistům jako obrázkové barevné sdělení. Barevná světla řidiči nebo chodci říkají, jak se mají chodci/auta chovat u světelného signalizačního zařízení. Barevným signálem určují, zda chodec/auto/cyklista musí stát, či může jít nebo jet.

Zelená barva na semaforu dává všem účastníkům provozu na pozemních komunikacích pokyn „Volno“. Pokud jako chodec přecházíš přes silnici na světelném signalizačním zařízení se signálem „Volno“ a v průběhu přecházení se změní zelené světlo na červené, v klidu dokonči přecházení a nikdy se nevracej zpět.

Pokud začneš na silnici zmatkovat, jsi pro řidiče svým chováním nečitelný. Řidič nepozná, zda chceš přecházet.

Pro auta jsou určena zařízení, kde jsou tři barvy: zelená, žlutá a červená.

**POZOR:**

**MNOHDY SE PLETE BAREVNÁ ŠKÁLA NA SEMAFORU A MÍSTO ŽLUTÉ, JE OZNAČOVÁN SIGNÁL POZOR JAKO BARVA ORANŽOVÁ.**

Pro chodce jsou určena světelná signalizační zařízení, tzv. semaforey, jen se dvěma barevnými signály:



**Signál s červeným světlem**

**STŮJ!**

**Signál se zeleným světlem**

**VOLNO!**

Cílem lekce je vyzkoušet si, kde je nejvhodnější místo k přecházení přes silnici.

Žáci se shromáždí na dopravním hřišti.

Úkolem je vybrat si z nabízených možností, kudy vede nejbezpečnější cesta přes silnici.

**INSTRUKTOR:**

*Po silnici se pohybují „vozidla“. A na ty se musí dát velký pozor. Jsou rychlejší než chodec. Jsou mnohem těžší, než je člověk. Auta, když uvidí chodce, musí zabrzdit a autu chvíli trvá, než zastaví. Proto se musí přecházet jen tam, kde tě řidič dostatečně dlouhou dobu vidí a ty zase vidíš, zda auto zastavuje. A pak teprve chodec může přejít.*

Na hřišti jsou místa označena:

přechod pro chodce – tzv. zebra,

místa se světelným signalizačním zařízením i pro zebra,

místa se světelným signalizačním zařízením i pro chodce,

označení místa pro přecházení a volná „silnice“.

Praktický nácvik:

Třída se rozdělí na dvě části. Jedna bude představovat dopravní prostředky, které se pohybují po silnici, a druhá část třídy bude v roli chodce. Případně pokud je dopravní hřiště dostatečně vybaveno koloběžkami nebo trojkolkami, mohou žáci představovat vozidla na těchto „dopravních prostředcích“. Jak budou jezdit na koloběžce, budou mít i vyšší rychlost a bude lépe znázorněna brzdná dráha „vozidla“, resp. chování chodce u vyznačeného přechodu, tzv. „zebra“. Koloběžka může být také označena jako osobní vozidlo, nákladní vozidlo nebo autobus. Stačí připevnit na řídítka nápis nákladní vozidlo, autobus, osobní vozidlo a žáci se přenesou do dopravního prostředí, kde se tato vozidla pohybují.

Po předvedení ukázky správného přecházení po přechodu se žáci v rolích vymění.

Důležité je sledovat, zda děti přecházejí jen tam, kde je to nejbezpečnější – na světelném signalizačním zařízení.

Zda si vybírají místo pro přecházení a sledují zde „provoz“ a neohrožují ostatní účastníky.

Zda přecházejí přes silnici jen ve vzdálenosti, která je dostačující „pro dodržení zákazu přecházení přes silnici méně, než 50 metrů od přechodu“ (samozřejmě tato vzdálenost je uzpůsobena velikosti hřiště, tzn., že instruktor bude dbát na to, aby děti používaly především místa, kde je vyznačen přechod pro chodce, ev. místo pro přecházení) a nevstupovaly do vozovky na libovolném místě.

**NEZAPOMENOUT:**

**PRO JEZDCE NA KOLOBĚŽCE PLATÍ STEJNÁ PRAVIDLA JAKO PRO CYKLISTU - MUSÍ MÍT NA HLAVĚ CYKLISTICKOU PŘILBU!**

**PRO JEZDCE NA KOLOBĚŽCE TAKÉ PLATÍ SIGNÁLY NA SEMAFORU.**

Téma: MÍSTO PRO PŘECHÁZENÍ

Místo realizace.

*Třída/učebna na dopravním hřišti*

Pomůcky:

Ukázka vodorovného dopravního značení „Přechod pro chodce“, tzv. zebra - V7a.

Na „přechodu pro chodce vyznačením, tzv. zebrou, se většina dětí umí chovat tak, aby vstoupení do vozovky bylo co nejbezpečnější:

Úkol pro děti:

Otázka: Než vstoupím do silnice, musím se rozhlédnout. A kam se dívám?

Odpověď: Nejprve na stranu, odkud by mohlo přijet nejdříve vozidlo. (vlevo)

Otázka: Ze které strany by vozidlo mohlo přijet a ohrozit nás, jako první, po vstoupení do silnice?

Odpověď: Z levé strany.

Otázka: Proč, než vstoupím do silnice, se nejprve díváme vlevo, pak vpravo a znovu vlevo?

Odpověď: Pohledem se přesvědčím, zda nejede vozidlo.

Otázka: Kam se musím podívat v okamžiku, když už jsem za polovinou silnice? (

Odpověď: Vpravo – kontroluji pohledem, zda nepřijíždí vozidlo.

Zkuste vysvětlit a pak si vyzkoušejte, zda to tak skutečně je!

Praktický nácvik

Žáci se rozdělí na dvě skupiny:

Chodci a řidiči.

K přechodu pro chodce se postaví skupina chodců. Rozmístí se tak, aby stáli z obou stran přechodu.

Po silnici na dopravním hřišti jede druhá skupina žáků v „dopravním prostředku“, který je na DDH k dispozici: koloběžka, kolo apod. Jsou v roli řidiče „vozidel“. Jedou z obou stran silnice. Skupina chodců přechází přes přechod a názorně ukazuje, jak se rozhlíží před přechodem pro chodce, během přecházení. „Řidiči“ ukazují, jaké chování se předpokládá u řidiče.

**NEZAPOMEŇ NA PŘEDNOST V JÍZDĚ VOZIDEL!**

**NEZAPOMEŇ, ŽE CHODEC NESMÍ ŘIDIČE OHROZIT SVÝM CHOVÁNÍM!**

**CHODEC NESMÍ VSTOUPIT PŘED PŘIJÍZDĚJÍCÍ TRAMVAJ.**

Ukázka vodorovného dopravního značení „Místo pro přecházení“ – V7b.

Pro přecházení jsou určena místa, která nejsou vyznačena stejně jako přechod pro chodce – zebrou. Jsou vyznačena jen dvěma pruhy, která tvoří obdélníky. Obdélníky mají také bílou barvu, jsou vyznačeny na silnici, ale jejich význam je trochu jiný, než u zebry. Je to místo, uzpůsobené pro přecházení chodců. Většinou místo pro přecházení má snížený okraj chodníku, aby zde mohly pohodlně přecházet maminky s kočárkem nebo přejíždět lidé na invalidních vozících.

Řidič nesmí chodce ohrozit

Pro chodce platí, že se musí řádně rozhlédnout tak, jako u přecházení na přechodu a být velmi opatrný. Pro chodce je velmi náročné odhadnout, zda a jakou rychlostí se vozidlo blíží. Pro místo pro přecházení platí, že chodec nesmí řidiče donutit, aby změnil směr jízdy anebo rychlost jízdy.

V této aktivitě je vhodné si nacvičit odhadování vzdálenosti.

**ODHAD VZDÁLENOSTI – CO JE BLÍŽE A CO JE VZDÁLENĚJŠÍ**

Děti se pokusí odhadovat vzdálenost předmětů (dopravní značky), které jsou umístěny na dopravním hřišti. Postaví se vedle sebe na předem určeném místě. Budou odhadovat, co je umístěno blíže a co je vzdálenější a která dopravní značka je umístěna nejvzdáleněji od místa pozorování. Dopravní značku se pokusí pojmenovat. Není nezbytné, aby dopravní značku znaly přesným názvem, ale je požadována znalost chování, ev. význam dopravní

značky na chování chodce – účastníka provozu na pozemních komunikacích. (např. Zákaz vstupu chodců – B 30).

Na ploše dopravního hřiště je možné rozmístit jízdní kola, koloběžky a další dopravní prostředky, které má dopravní hřiště k dispozici. Děti budou odhadovat, který dopravní prostředek je umístěný blíže k pozorovatelům a který je vzdálenější. Cílem je uvědomit si, že je docela náročné odhadnout vzdálenost předmětů. A to jsou dopravní prostředky, které se nepohybují. Ve skutečném dopravním prostředí je to mnohem náročnější, protože rychlost blížícího se vozidla je velmi náročné odhadnout i pro dospělého účastníka provozu.

### Popis aktivity

Cílem je naučit žáky rozpoznávat místa, kde se chodec může volně pohybovat bez toho, že by jej ohrožovaly jiné dopravní prostředky, např. cyklisté nebo koloběžkáři.

Pomůcky:

Dopravní značka: „Stezka pro chodce“ C 7a



„Stezka pro chodce“ C 7a



a „Konec stezky pro chodce“ C 7b



„Společná stezka pro chodce a cyklisty“, C 9a



„Konec společné stezky pro chodce a cyklisty“, C 9b,



Stezka pro chodce a cyklisty dělená“ C 10a



„Konec stezky pro chodce a cyklisty dělené“ - C 10b.

Vysvětlení chování u dopravní značky:

Místo, které je označeno dopravní značkou „Stezka pro chodce“ nebo dopravní značkou „Stezka pro chodce dělená“ je místem, kde se chodec může volně pohybovat a hlavně je v bezpečí. I když i zde je zapotřebí být ohleduplný k ostatním, kteří se na stezce po chodce mohou pohybovat. Pozor na jezdce na inline bruslích. Mohou jet vyšší rychlostí a jsou jistým nebezpečím pro chodce v případě nárazu.

Úkol pro děti:

Vyjmenujte, kdo je chodec.

- maminka nebo tatínek s kočárkem,
- děti, které se vrací ze sáňkování a táhnou sáně,
- cyklista, který vede kolo,
- invalida, který jede na vozíku pro invalidy,
- jezdec na inline bruslích,
- pán/paní vedoucí psa,
- nebo ten, kdo tlačí vozík s nákupem nebo se starým papírem jde do sběrně papíru.

Při chůzi je třeba dávat pozor na osoby, které se pohybují na inline bruslích – jedou docela rychle a srážka s jezdcem na inline bruslích by nedopadla dobře ani pro chodce ani pro inlinistu.

Stejně tak je třeba být velmi ohleduplný k osobám na invalidním vozíku. Vozík je velmi rychlý, zvláště pokud se jedná o vozík s pohonem elektromotorem.

Místo označené „Konec stezky pro chodce“ už chodce přestává chránit a pro chodce platí zvýšená ostražitost. Sledovat, co se kolem mne děje. „Stezka pro chodce“ většinou navazuje na chodník nebo končí „Přechodem pro chodce“. Poté pokračuje dál jako chodník, nebo stezka pro chodce. Nebo jiný typ komunikace pro chodce.

Pomůcky:

Dopravní značka „Stezka pro cyklisty“ C 8a a „Konec stezky pro cyklisty“ C 8b.

Úkol pro žáky



Zkuste říct, kdo se může pohybovat na stezce pro cyklisty:

Odpověď by měla být cyklisté nebo jezdci na koloběžce.

Doplňující údaje:

Po cyklostezce mohou jezdit i cyklisté do věku 10 let, dříve, než mohou jet po silnici a bez doprovodu osob nad 15 let.

Na stezce pro cyklisty se mladí cyklisté mohou bezpečně projíždět bez nebezpečí střetu s jiným dopravním prostředkem, než je jízdní kolo (koloběžka). Samozřejmě, že je zapotřebí dodržovat platná pravidla pro jízdu a chůzi: Jezdit vpravo a neohrožovat svým chováním další cyklisty/jezdce na koloběžce.

Cyklista se nesmí otáčet do protisměru bez toho, že dá znamení o změně směru jízdy. Stejná povinnost platí i pro jezdce na koloběžce!

*Doporučení:*

*Vysvětlit, co znamená slovo „doprovod“ cyklisty:*

*Je to kdokoliv, komu je více než 15 let a už je odpovědný za chování mladšího kamaráda, které mu je méně než 10 let. Může to být také někdo z rodičů.*

*Něco navíc*

*Jako opomíjená možnost jsou také jezdci na koloběžce. Většinou se pohybují na stezkách pro chodce, ev. jedou po chodníku, což není správně. Pro jezdce na koloběžce platí stejná pravidla jako pro cyklisty: Přilba, brzdy, a další povinné vybavení koloběžky, byť zákon č. 361/2000 Sb., o provozu na pozemních komunikacích se jen odkazuje v § 57 (2):*

*Jízdním kolem se z hlediska provozu na pozemních komunikacích rozumí i koloběžka<sup>1</sup>.*

---

<sup>1</sup> Při novelizaci zákona č. 361/2000 Sb. nebylo počítáno s obrovským nárůstem počtu koloběžkářů, a ev. i koloběžek poháněných elektromotorem.

## III. ROČNÍK

### UČIVO

Snížená viditelnost

Reflexní prvky a jejich význam

Obytná zóna

## CÍL LEKCE: POJEM SNÍŽENÁ VIDITELNOST

### INSTRUKTOR

Vyber z nabízených možností, co označujeme pojmem „snížená viditelnost“:

nesvítí slunce

je zataženo

prší

je mlha

je tma

hustě sněží

### INSTRUKTOR

Proč říkáme, že je to snížená viditelnost?

Odpovědi žáků:

Špatně je vidět kolem sebe (hustý déšť, sněžení).

Nejsou vidět drobné předměty (tma).

Není vidět skoro vůbec kolem sebe (mlha, husté sněžení apod.).

Úkol na jakou vzdálenost řidič vidí chodce s reflexními prvky na oblečení

Pomůcky:

Kartičky se sadou čísel – 17,17,17,17, 39, 50 a 43.

Papír. Tužka.

Třída se rozdělí na 4 skupiny. Pro každou skupinu je zvlášť sada kartiček, tzn., že jsou přichystány 4 sady karet s čísly. Doporučuje se pro každou skupinu mít karty barevně odlišené pro snazší rozdělení a kontrolu.

## Úkol

Sečtěte všechna čísla v libovolném pořadí. Počítejte pozorně a výsledkem bude počet metrů, na které vás uvidí řidič, pokud budete mít na sobě reflexní prvky. Mohou vám zachránit život.

Každé skupině rozložíme všechny karty s čísly na stůl (podlahu) nebo je rozložíme na ploše hřiště.

Správnou odpověď napište na papír.

### *Poznámka:*

*Pokud se využije plocha hřiště, je nezbytné vymezit prostor jednotlivým skupinám, aby si navzájem nepřekážely a nebraly si kartičky s čísly.*

***Správná odpověď: ŘIDIČ TĚ UVIDÍ NA VZDÁLENOST AŽ 200 METRŮ.***

*Pro větší názornost je vhodné mít na hřišti změřenou délku 200 metrů a ukázat dětem, jaká je to vzdálenost: např. 3x délka hřiště a nechat děti si zkusit si tuto vzdálenost odkrokovat.*

### Doporučení pro instruktora.

Pokud jsou na dopravním hřišti k dispozici reflexní prvky, doporučuje se po vyřešení úkolu je rozdat dětem. Budou si pamatovat, kdy je dostaly. Děti si snadněji si zapamatují význam reflexních prvků spojením s určitou činností.

## JAK NÁS VIDÍ ŘIDIČI, POKUD MÁM/NEMÁM NA OBLEČENÍ REFLEXNÍ PRVEK?

### Pomůcky:

Reflexní prvky – různé druhy (přívěsky, reflexní pásy, reflexní tkaničky apod.).

Oblečení dětí – pokud mají jako svrchní část oděvu bundu.

Silnější zdroj světla – baterka nebo mobilní telefon.

Fluorescenční materiál např. bezpečnostní vesta, nebo další oblečení, které je vyrobeno z tzv. „svítivých barev“ - žlutá, oranžová, zelená.

## **INSTRUKTOR**

*Pokud je lekce uskutečněna v období, kdy děti chodí oblečené v bundách, je ideální využít jejich oblečení k seznámení se s rozdíly mezi fluorescenčním a reflexním. Většina oblečení pro děti – bundy, je vyrobena právě z tohoto materiálu a navíc bývá opatřena i reflexními nášivkami na oblečení.*

Instruktor vyzve děti, aby si donesly ze šatny oblečení, ve kterém přišly na dopravní hřiště. Bundy si děti nemusí oblékat. Stačí je rozvěsit na židličky nebo položit na stoly tak, aby byly svrchní stranou otočené nahoru.

Pokud se akce koná v období, kdy se nenosí bundy, je vhodné mít k dispozici např. reflexní vestu – povinnou výbavu do vozidla, teplákovou nebo flísovou bundu, tričko apod., to co je v možnostech dopravního hřiště.

Rozdíly mezi fluorescenčním materiálem a reflexním materiálem

Ve třídě si ukážeme rozdíl mezi oběma materiály.

Fluorescenční materiál (je to těžké slovo i pro dospělého – můžeme použít třeba slovo „viditelná textilní látka“) je dobře vidět na větší vzdálenost ve dne a za smívání, ale večer neodráží světlo jako reflexní materiál. Proto není vhodné nosit večer oblečení bez reflexních doplňků.

Reflexní materiál – (následuje ukázka všech výrobků z reflexu), materiál odráží světlo a umí být viděn na delší vzdálenost řidičem motorového vozidla. Řidič tak může chodce, cyklistu, koloběžkáře, motocyklistu uvidět včas a může sledovat jeho chování na silnici. Pro řidiče je nezbytné včas vidět, kdo se po silnici pohybuje, aby mohl snížit rychlost jízdy, sledovat kudy chodec jde a cyklisté (motocyklisté, koloběžkáři) jedou, aby nedošlo k dopravní nehodě.

**PRAKTICKÁ UKÁZKA:**

Pokud je třída vybavena možností zatemnění oken, je vhodné toho využít pro ukázku. Ve tmě se bude lépe demonstrovat, jaký je rozdíl mezi oběma materiály.

**INSTRUKTOR** si vezme na pomoc žáky ze třídy. Vybraní žáci si obléknou svoje bundy, ve kterých přišly na DDH. Jednomu žákovi připevní na rukáv reflexní pásku. Žáci si prohlédnou,

jak je oblečení vidět za snížené viditelnosti. Žáci by měli určit, které oblečení bylo lépe vidět ve tmě a oblečení, které nebylo vidět.

Jako další ukázkou viditelnosti využijeme baterku, kterou instruktor z větší dálky, např. od zadní stěny učebny, posvítí na jednoho a pak na druhého žáka. Žáci by měli určit, které oblečení bylo lépe vidět ve tmě a oblečení, které nebylo vidět.

Setmělá učebna by měla napodobovat stmívání nebo tmu.

Instruktor pak vysvětlí rozdílné vlastnosti obou materiálů použitých na oblečení.

**NEZAPOMENOUT ZDŮRAZNIT VÝZNAM REFLEXNÍCH PRVKŮ NA OBLEČENÍ. A TO NEJEN PRO DĚTI, ALE PRO VŠECHNY CHODCE, CYKLISTY A DALŠÍ ÚČASTNÍKY PROVOZU. OD DĚTÍ SE OČEKÁVÁ, ŽE BUDOU SAMY EDUKOVAT RODIČE NEBO PRARODIČE V TĚTO OBLASTI.**

Postupně se mohou při pokusu vystřídat všichni žáci ve třídě pro ověření si, jak mají oblečení „viditelné“ za snížené viditelnosti.

## VIDITELNOST BAREV

Na ploše dopravního hřiště lze ukázat, jaká je viditelnost barev. Stejná aktivita lze uskutečnit i ve třídě, která má zatemnění.

Pomůcky:

Kousky látek cca 20 x 20 cm, různě barevné: červená, modrá, žlutá, bílá, hnědá, tmavě modrá. Jednotlivé kousky látky jsou označeny číslicí na zadní straně tak, aby je nebylo vidět ze strany pozorovatele.

Prádelní šnůra.

Kolíčky na prádlo.

Instruktor má připravenou prádelní šnůru s připravenými kousky látek, kterou připevní na nejvzdálenější část hřiště.

Žáci se postaví tak, aby kousky látek byly od nich co nejvzdálenější. Určují, která látka je nejhůře viditelná a která je vidět nejlépe na delší vzdálenost.

Barvu látek řeknou nahlas. Po ukončení ukázky instruktor vyhodnotí odpovědi. Žákům vysvětlí na praktické ukázce, jak je to s viditelností látek bez reflexního materiálu. Je nezbytností zdůraznit, že i taková maličkost, jako je barva oblečení nebo jeho části, může člověka ochránit před srážkou s motorovým nebo nemotorovým vozidlem.

Doporučení:

Pokud je hřiště vybaveno televizním přijímačem/internetem, využijte aplikaci na stránkách BESIP: <http://www.ibesip.cz/aplikace-viditelnost/>.

Aplikace vysvětlí a doplní znalosti dětí o názorné ukázky z dopravního prostředí.

## AKTIVITA

Přechod pro chodce za snížené viditelnosti

Rizika přecházení silnice na přechodu pro chodce za snížené viditelnosti:

Řidič nemusí chodce vidět – má tmavé oblečení a chodec zaniká na pozadí tmy. Proto je nezbytností mít na oblečení reflexní prvek- reflexní pásek nebo třeba reflexní tkaničky do bot.

Reflexní doplňky, např. reflexní pásy, tzv. „práskačky“, je nejvhodnější umístit na pohyblivé části těla: nohy, paže. Jejich připevnění na spodní část těla a směrem do silnice přinese nejlepší ochranu chodce. To proto, že se při chůzi pohybujeme a reflexní doplňky jsou pro řidiče dobře rozlišitelné jako objekt - chodec, který se pohybuje.

Za snížené viditelnosti se řidič soustředí na to, aby vůbec z vozidla viděl, kam jede. Toto je hodně nebezpečná situace zvláště za husté mlhy nebo sněžení (deště). Zvláště je to nebezpečná situace pro řidiče, ale i chodce v místech, kde není veřejné osvětlení. Ve večerních hodinách by děti ve věku 9 let (žák 3. třídy) neměly být samy na ulici, bez doprovodu dospělé osoby.

Za snížené viditelnosti je zapotřebí využívat sluch a snažit se alespoň slyšet zvuk příjezdějícího vozidla. Pak platí: nevstupovat nejen do jízdní dráhy ale ani na přechod pro chodce pokud slyším příjezdět vozidlo.

## IV. ROČNÍK

### UČIVO

Mladý cyklista - příprava žáků pro získání Průkazu cyklisty



# DÍL 1

## KOLO A VYBAVENÍ CYKLISTY

### ŘÍDÍTKA A JEJICH OCHRANA

Volné konce řídítek zaslepené, nejlépe gumovými rukojeťmi. Nesmí mít ostré hrany na rukojeti – nebezpečí vážného poranění při nárazu na řídítka.

Brzda přední.

Ochrana páčky brzdy proti poranění – oblý konec.

Dtto brzda zadní - oblý konec.

Účinné na sobě nezávislé brzdy (přední a zadní).

### ODRAZKY A JEJICH UMÍSTĚNÍ

Přední odrazka – bílá barva, umístění vpředu pod řídítky. Může být kombinovaná s bílou přední svítilnou nebo blikáčkou.

Zadní odrazka – červená barva, může být kombinovaná se zadní červenou svítilnou nebo odrazovým materiálem obdobných vlastností. Je možno použít i červené blikáčky.

### ODRAZKY NA PEDÁLECH

Proč na pedálech? Je vidět nohy, které se pohybují při osvětlení reflektory vozidla a snadno se rozliší cyklista od dalších účastníků provozu (chodec, pes apod.). To je právě velmi důležité pro ostatní účastníky provozu, vědět, kdo se na silnici pohybuje a očekávat chování – předvídat chování.

Odrázky v paprscích kol (oranžová barva, dva kusy) jsou vidět z boku jako pohyb kola a snadno se identifikuje cyklista od dalších účastníků provozu.

### PROČ JE DOBRÉ MÍT I NEPOVINNÉ VYBAVENÍ KOLA?

### OSVĚTLENÍ KOLA ZA TMY, ZA SNÍŽENÉ VIDITELNOSTI

*Nikdy nevíš, jestli nezůstaneš stát někde na silnici nebo třeba u kamaráda a bude tma, pršet, nebo mlha.*

*Cyklista je povinen za snížené viditelnosti mít za jízdy rozsvícen světlomet s bílým neoslňujícím světlem svítícím dopředu a zadní svítilnu se světlem červené barvy nebo přerušovaným světlem*

červené barvy. Je-li vozovka dostatečně a souvisle osvětlena, může cyklista použít náhradou za světlomet svítilnu bílé barvy s přerušovaným světlem.

Bezpečnost cyklisty

## PASIVNÍ BEZPEČNOST CYKLISTY

Pokud se cyklista nechce - nemá moc při pádu odřít nebo vážně zranit, musí se na to dobře připravit.

Do 18 let je povinnost nosit přilbu při jízdě na kole! Platí ze zákona č. 361/2000 Sb., o provozu na pozemních komunikacích.

Jak se správně nosí přilba.

Málo se zdůrazňuje bezpečné upevnění na hlavě – přitažení, úprava velikosti zadní aretací atd. Když se cyklista předkloní, helma musí pevně držet na hlavě. Pozor na úpravu pásků pod bradou. Nesmí tlačit, ale také nesmí být volné.

Chyby při nasazování si přilby:

- příliš vzadu
- příliš vpředu
- volná helma
- malá helma
- velká helma

*Důležité upozornění:*

*Pokud cyklista spadne a helmou narazí do čehokoliv, doporučuje se zakoupit novou přilbu. Může být prasklá a prasklinu není vidět. Nebude ochraňovat hlavu.*

*Lebka člověka je sice pevná, ale křehká. (Doporučuje se vysvětlit pojem, „křehký“. Co je ještě křehké – sklo, nádobí z porcelánu, upečené cukroví, atd. Křehký znamená nepevný, snadno se láme apod.)*

**Něco navíc:**

*Přilba není na celý život. Velikost hlavy se mění – hlava roste a tak je zapotřebí sledovat, zda přilba ti už není malá.*

*Dávej pozor na čistotu vnitřní části přilby. Dá se vyjmout. Je prateľná a měla by se udržovat čistá a nepoškozená.*

Jak zvýšit svoji viditelnost pro ostatní účastníky provozu?

## REFLEXNÍ/FLUORESCENČNÍ DOPLŇKY NA OBLEČENÍ

Rozdíl mezi materiály:

Fluorescenční materiál - zvýšení viditelnosti za denního světla. Bývá většinou z materiálu svítivé žluté, oranžové nebo světle zelené barvy).

Reflexní materiál - odráží světlo za tmy a za snížené viditelnosti.

## OBUTÍ

Při jízdě na kole je nezbytné mít na nohou bezpečné obutí, např. dobře zavázané a pevné tenisky.

Zcela nevhodné jsou žabky, sandály apod. Hrozí sklouznutí obutí z nohy nebo z pedálů jízdního kola.

## OBLEČENÍ

Vhodné oblečení na kolo je zárukou zmírnění následků pádu. I za vyšší teploty se doporučuje triko s dlouhým rukávem. Není zapotřebí cykloдрес.

Vhodné jsou také chrániče na lokty a kolena především pro ty, kteří začínají jezdit nebo jezdí v terénu.

## BRÝLE NA KOLO – JEJICH FUNKCE.

Brýle na kolo slouží jako ochrana proti vlétnutí hmyzu do oka, prachu, oslnění, dešti apod.

## RUKAVICE

Rukavice chrání a pomáhají při řízení, resp. brzdění. Jsou účinnou ochranou před zraněním – snížení možnosti odření dlaní. Omezují pocení rukou – ruce nekloužou po páčkách.

## BLATNÍKY

Ochraňují jezdce před znečištěním.

## ZVONEK

Slouží jako výstraha dalším účastníkům nebo k upozornění. Nezneužívat, ale vhodně používat.

## KRYT ŘETĚZU

Chrání nohavice kalhot před zachycením do řetězu. Zabraňuje pádu cyklisty.

## VÝBAVA NAVÍC:

Lékárnička, zvláště se doporučuje jako výbava pro jízdu v terénu,

Láhev na pití – cyklisté odborně říkají bidon.

## AKTIVNÍ BEZPEČNOST CYKLISTY

Dobré zvládnutí techniky jízdy na kole, včetně dodržování zákonů o jízdě na kole a zásad bezpečné jízdy a účinné brzdy, na sobě nezávislé brzdy.

### NĚCO NAVÍC

#### Jak na kole brzdít?

Kdy používáme zadní a přední brzdu. *Nejlepší způsob, jak zvládnout používání přední brzdy je natrénovat si to na bezpečném místě a to tak, že budeš brzdít oběma brzdami naráz, přitom většinu brzdící síly budeš dávat do přední brzdy. Trénuj prudší zastavování. Zvykneš si na pocit prudkého zastavení, až na hranici, kdy se začne zdvihát zadní kolo. Pozor, hrozí nebezpečí pádu před řídítka! Zbrzdění zadní brzdou trvá dvakrát déle, než samotnou přední brzdou a tak je nebezpečné spolehnout se jen na brzdění zadní brzdou, zvláště při rychlé jízdě. Hrozí pád – přelétnutí přes řídítka. Stejně tak je nebezpečí pádu přes řídítka v okamžiku velmi silného brzdění jen přední brzdou a s vysokým tlakem na brzdovou páčku. Vše lze se naučit v tréninku brzdění. Při brzdění je důležité, aby jezdec obě ruce zapřel o řídítka. Správná technika jízdy při brzdění vyžaduje, aby ses posunul na sedle co nejvíce dozadu proto, a udržel těžiště co nejvíce vzadu. Toto platí vždy, ať už používáš přední, zadní nebo obě brzdy.*

*Naučit se brzdít je nezbytností. Ovládat brzdy ze začátku při nízkých rychlostech. Jedeš pomalu, s citem brzdíš až do zastavení, pak povolíš brzdu a zase se plynule rozjedeš. Nejde o to „stát“ na kole, ale umět jet co nejpomaleji a nejplynuleji. Používat obě brzdy, s důrazem na přední páčku, kterou brzdíme, ale ne na plný výkon.*

#### Rovnováha

*Při tréninku techniky jízdy na kole je důležité osvojit si základní dovednosti. Zásadní dovedností pro jízdu na kole (koloběžce, odrážedla a dalších) je rovnováha. Trénovat rovnováhu je zapotřebí někde mimo provoz např. na čáře nakreslené na zemi, třeba na parkovišti nebo někde na hřišti. Dát za cíl udržet se ve vymezeném prostoru. Pozor, při jízdě se nikdy nedívat na zem, ale před sebe! Směr pohybu očí svádí jet tam, kam vidím - pokud se koukám na zem. Pokud se dívám před sebe, vidím i nerovnosti v terénu a mohu se jim lépe vyhnout. Pokud jsem v jízdě na kole úplný začátečník, je*

*vhodné si dát sedlo níž, než potřebuji tak, abych se mohl dotýkat nohama země a pomáhat si ze začátku se odrážet. Až udržím rovnováhu při jízdě, můžu si dát sedlo výš a pokusit se udržet v jízdě šlapáním. Případně požádat o podržení sedla pro udržení stability na kole. Stabilita a rovnováha se lépe udržuje při rychlejší jízdě. Při velmi pomalé jízdě je to docela náročný manévr. Zvládne jej zkušený jezdec.*

*Další náročný manévr je řízení kola jednou rukou – při dávání znamení o změně směru jízdy. Náročné je to především proto, že je zároveň zapotřebí natáčet řídítka podle toho kam právě jedu. Znamení o změně směru se sice dává jen při započetí manévru, ale i tak je to úkon náročný. Mnoha začínajícím cyklistům činí problém udržet se bez zakolísání a ve směru jízdy.*

## JAK SE UČIT JEZDIT JEN S JEDNOU RUKOU NA ŘÍDÍTKÁCH?

Nácvik pro „dát znamení o změnu směru“ – tj. jistota při řízení jen jednou rukou

*Na rovině zkusím postupně pouštět levou ruku z řídítek. Ruku mám položenou na řídítkách a uvolním její stisk na řídítkách. Nejprve zkusím levou rukou, a když už mi nečiní problém vedení kola, zkusím totéž pravou rukou.*

*Pokud už zvládám pustit řídítka jednou rukou, zkusím zvednout ruku nad řídítka a postupně trénovat pouštění řídítek, až se dostanu k momentu, že zvládnu jet bez držení kola jednou i druhou rukou. Je to průpravný cvik pro manévr, kdy budu potřebovat dát znamení o změně směru. Ale je ještě zapotřebí se naučit jen s jednou rukou zatáčet. Kolo udrží směr jízdy rovně, ale do zatáčky je zapotřebí překonat odpor kola a rukou natáčet řídítka dle potřeby. Také je zapotřebí se mírně naklonit směrem do zatáčky (dostředivá síla). Jen tak jsme schopni zatočit a bezpečně projekt. A na rovině, po projetí zatáčkou, se zase narovnat.*

*Zkoušíme zatáčku vlevo i vpravo s vedením kola pouze jednou rukou. Po zvládnutí techniky jízdy do zatáčky s řízením jednou rukou přidáme znamení o změně směru jízdy. Tomuto cviku je zapotřebí věnovat vysokou pozornost, neboť je to základní komunikační prvek cyklisty s okolím. Pokud cyklista nezvládne tuto část, nemůže do provozu.*

*Znamení o změně směru jízdy se dává napřímenou rukou (upažení) s nataženou dlaní tak, aby byla vidět co největší plocha ruky. Palec míří vzhůru. Plocha ruky míří dopředu.*

*Znamení se dává jen před začátkem manévru odbočování.*

## JAK ZASTAVIT A STÁT

Zastavení a stání je hodně podobný výraz a i zkušení řidiči si rádi tyto pojmy pletou.  
**ZASTAVIT**

Zastavit kolo (vozidlo) je situace např. na semaforech, nebo u DZ „Stůj“, kdy si řidič - jezdec na kole nemůže sám určit, kdy a kde zastaví. Nebo v hustém provozu se stane nehoda a jezdec na kole musí zastavit – také si nevybírám, kde zastaví. Je to nutnost, protože nemůže pokračovat v jízdě. V těchto situacích je zapotřebí být velmi pozorný a sledovat provoz nejen před sebou ale i vedle sebe a opatrně se ohlédnout za sebe. Pamatovat si, že auto – zvláště nákladní nemůže zastavit na „místě“. Vždy je zapotřebí počítat s brzdou dráhou vozidla vozidel za námi.

## STÁT

Je situace, kdy jezdec dá znamení o změně směru jízdy, např. k chodníku a přestane šlapat a uvede kolo do klidu, tj. nepojede. Pak kolo buď odstaví, nebo jde za kamarádem /kamarádkou apod. nebo si na výletě chvíli odpočine.

### NĚCO NAVÍC

*Jak se rozhodnout při koupi kola?*

#### HORSKÉ (MTB),

*Vhodné do terénu, zejména prostředí, kde nejsou zpevněné komunikace. Dokáže sice zdolat i silnici, ale konstrukcí a typem pláště pro ni není určeno. Volí jej sportovněji založený cyklista, který chce jezdit mimo cesty. Je výrazně těžší než silniční.*

#### KROSOVÉ

*Krosové kolo je vhodné do lehčího terénu, na silnici a cestu. Je ideální pro cykloturistu, který bude většinu času jezdit po polních a lesních cestách či na zpevněných komunikacích. Je naprosto ideální pro cykloturistiku.*

#### TREKINGOVÉ KOLO

*Nejvhodnější je na silnici a zpevněnou cestu. Není vhodné jej využívat v jakémkoliv terénu. Výborně slouží jako dopravní prostředek. Lze je pomocí doplňků (blatníky, svítilny, nosič atd.) vytvořit z kola krosového.*

#### SILNIČNÍ KOLO

*Rychlé, lehké, vhodné pouze pro kvalitní zpevněné cesty, jako jsou asfalt a beton. Zaručuje sportovní jízdu na silnicích a na uzavřených okruzích. V terénu má velké obtíže, není pro něj vůbec určeno.*

## DÍL 2

### VYMEZENÍ ZÁKLADNÍCH POJMŮ

**KOLO JE NEMOTOROVÉ VOZIDLO** – pohonem je lidská síla. Dnes se rozšiřuje využívání elektromotoru pro pohon kola.

**ŘIDIČ** je účastník provozu na pozemních komunikacích, který **ŘÍDÍ MOTOROVÉ** nebo **NEMOTOROVÉ VOZIDLO**. I po řidiče nemotorových vozidel platí zákony tak jako pro řidiče motorových vozidel.

*Nemotorové „vozidlo“ je např. cyklista, jezdec na koloběžce, jezdec na koni, vozka – řídí vůz tažený koněm/koňmi, krávou a dalšími zvířaty.*

**Chodec** je účastník provozu na pozemních komunikacích. Např. nejen jde, ale vede kolo, jede na sáňkách, tlačí kočárek, jede na kolečkových bruslích – např. inline.

### CO ZNAMENÁ OHROZIT

Chovat se tak, aby ostatním účastníkům nevzniklo žádné nebezpečí – např. nedošlo k dopravní nehodě. Třeba vjet na silnici bez řádného rozhlédnutí se přímo před motorové vozidlo anebo i před kolo, chodce. Nebo jet po silnici a bez řádného ukázání rukou náhle změnit směr jízdy, nebo zastavit.

### CO ZNAMENÁ OMEZIT

Nepřekážet ostatním účastníkům provozu – např. zastavit v místě, kde překážím na silnici, ale třeba i u okraje chodníku v místě, kde je zúžená silnice.

Každý řidič musí být **ZDRAVOTNĚ ZPŮSOBILÝ= zdravý**.

Nebýt úplně zdravý znamená určitá omezení:

Nejezdit se sádrou na ruce, poraněnou rukou nebo nohou, se zavázaným poraněným okem, ale také v době, kdy jsem nemocný/nemocná. Nemůžu pak plně ovládat nejen kolo, ale může se mi přihodit ještě další úraz.

*PRO ŽÁKY 4. ROČNÍKU - SAMOZŘEJMOST:*

### **ZÁKAZ POŽÍVÁNÍ ALKOHOLU OSOBÁM MLADŠÍCH 18 LET**

*sice není legislativně podložen, ale je zakázaný prodej a podávání alkoholu (zákon č. 65/2017 Sb., o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek).*

Zákaz řízení pod vlivem alkoholu platí i pro cyklisty.

V České republice platí nulová tolerance alkoholu dalších návykových látek) – pro budoucí řidiče je vhodné stále připomínat. Děti mohou také poučovat svoje rodiče.

### **TECHNICKÁ ZPŮSOBILOST**

Technicky nezpůsobilé vozidlo i nemotorové vozidlo, je zakázáno řídit.

Co znamená „TECHNICKY NEZPŮSOBILÉ“?

Kolo je ve špatném technickém stavu.

Kdy je kolo ve špatném technickém stavu?

např. kolo nemá patřičné vybavení,

má poškozená řídítka,

nebrzdí,

chybí vidlice v kole atd.

Pokud na kole spadnu a nejde mi dobře ovládní řídítek, raději kolo vedu a nejedu na kole!

Až po kontrole v servisu a případné opravě je kolo technicky způsobilé!

Technický stav kontrolují policisté, zvláště na cyklostezkách.

Kolo ve špatném technickém stavu je nebezpečím nejen pro cyklistu, ale i pro ostatní účastníky provozu – nejde dobře ovládat!

### **VÝSTRAŽNÉ SVĚTELNÉ ZNAMENÍ**

Je krátké přerušované rozsvícení dálkového světla nebo přepínání potkávacích a dálkových světel. Znamení dává řidič motorového vozidla.

**CYKLISTU MŮŽE ŘIDIČ MOTOROVÉHO VOZIDLA UPOZORNIT NAPŘ. NA ZÁVADU NA KOLE, NA NEBEZPEČÍ APOD.**



## VÝSTRAŽNÉ SVĚTELNÉ ZNAMENÍ

Je krátké přerušované rozsvícení dálkového světla nebo přepínání potkávacích a dálkových světel. Znamení dává řidič motorového vozidla.

CYKLISTU MŮŽE ŘIDIČ MOTOROVÉHO VOZIDLA UPOZORNIT NAPŘ. NA ZÁVADU NA KOLE, NA NEBEZPEČÍ APOD.

## KAM NESMÍ CYKLISTA VJÍŽDĚT:

### DOPRAVNÍ ZNAČKY OMEZUJÍCÍ JÍZDU CYKLISTY:

Místa jsou označena dopravními značkami:



Zákaz vjezdu jízdních kol B 8

Značka zakazuje vjezd cyklistům a jízdu na jízdním kole. Vedení jízdního kola cyklistou je povoleno.



Zákaz vjezdu vyznačených vozidel B 12

Značka zakazuje vjezd vozidlům vyznačených druhů.



Silnice pro motorová vozidla IZ 2a



Konec silnice pro motorová vozidla IZ 2b



Dálnice IZ 1a



Konec dálnice IZ 1b

## RIZIKA JÍZDY NA POZEMNÍ KOMUNIKACI

Cyklista - nechráněný účastník provozu na pozemních komunikacích

Proč je cyklista nechráněným účastníkem provozu na pozemních komunikacích

- Nemá karosérii, ani žádný ochranný rám kolem sebe.
- Na těle má ochráněnou jen hlavu cyklistickou přilbou.
- Pohybuje se většinou v provozu mezi motorovými a nemotorovými vozidly.

Každá situace je pro cyklistu náročná na pozornost při pohybu mezi vozidly a dalšími účastníky provozu – např. chodci, zvláště malé děti a starší lidé.

Cyklista musí **znát a dodržovat** všechna pravidla silničního provozu. Je nejen účastníkem provozu na pozemních komunikacích, ale zároveň řidičem nemotorového vozidla.

Bez jejich znalosti nesmí vyjet na silnici!

Musí dokonale ovládat kolo ve všech dopravních situacích.

Musí umět:

- správně brzdit,
- ovládat manévr odbočení,
- ovládat kolo při jízdě do zatáčky,
- zvládat jízdu z kopce s přibrzděním,
- ale také umět vyjet do kopce, a pokud to cyklista fyzicky nezvládá, je lepší z kola sesednout a kolo vést.

## NEBEZPEČNÉ SITUACE, SE KTERÝMI SE MŮŽE CYKLISTA SETKAT NA SILNICI

Rizika

Řidič může cyklistu přehlédnout.

Cyklista náhle vybočí ze směru jízdy např. na nerovnosti na silnici – výpusť kanalizace apod.

Nebezpečná situace je:

Cyklista a nákladní vozidlo s návěsem – tlaková vlna může při předjíždění cyklistu i shodit z kola, zvláště pokud vozidlo jede vysokou rychlostí a cyklista neočekává rázovou vlnu způsobenou projetím vozidla.

Řidič vozidla nemusí cyklistu vidět, pokud se cyklista octne v tzv. slepém úhlu vozidla.

Cyklisté díky tomu, že je kolo snadno přehlédnutelné v provozu, zvláště mezi cross overy, vozidla svojí výškou „zacloní“ cyklistu - dítě, jsou ohroženi v provozu více, než motocyklisté.

PROTO:

Pro jízdu je vhodné vybírat trasu, která vede mimo silnice a jet po cyklostezce. I když si třeba trochu zajede. Je to bezpečnější a navíc cyklista nevdechuje například výfukové zplodiny z vozidel.

Odbočování vlevo

Odbočení vlevo je náročný manévr i pro zkušeného motoristu. Při odbočení vlevo dochází velmi často k dopravní nehodě – řidič vozidla jedoucího za odbočujícím cyklistou přehlédne cyklistu a narazí do odbočujícího cyklisty. Je to častá dopravní nehoda s vážnými následky!

Proto je nezbytné jet na kole čitelně, v tomto případě dávat včas a v dostatečné míře znamení o odbočení.

Sledovat provoz za sebou kolem a kolem sebe.

## DÍL 3

### POVINNOSTI ŘIDIČE - CYKLISTY

#### Cyklistická přilba

Povinnost jet na kole jen s přilbou je dáno zákonem č. 361/2000 Sb., o provozu na pozemních komunikacích.

Do 18 let je to dáno zákonem jako povinnost cyklisty.

Proč nosit vlastní cyklistickou přilbu a ne žádnou jinou?

Není přilba jako přilba... I když všechny přilby mají za úkol ochranu hlavy, přece jen nejsou stejné a chybí jim některé vlastnosti bezpečnostní přilby pro cyklisty:

Ochrana spodiny lebeční a ochrana čelní dutiny. Jen správně nasazená a upevněná přilba plní svoji funkci.

Vnější část přilby chrání hlavu před mechanickým poškozením způsobeným nárazem do překážky.

Vnitřní část je určena k tlumení nárazu hlavy při pádu. Ve většině přileb je odnímatelná a pratelná.

Nezbytností je, aby přilba byla správné velikosti a dobře připevněná na hlavě, tedy aby „na hlavě dobře seděla“.

Při výběru přilby je dobré se poradit s odborníkem na výběr cyklodoplňků. Umí nejen poradit s výběrem, ale také ukázat, jak přilbu správně nosit a jak se o ni starat, aby dlouho vydržela a chránila hlavu.

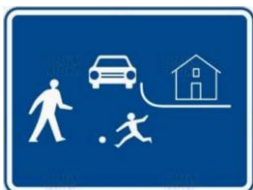
#### SAMI NA SILNICI

Na silnici se podle zákona č. 361/2000 Sb., o provozu na pozemních komunikacích, může jezdit samostatně od 10 let. Je povinností a mnohem bezpečnější je používat cyklostezku nebo stezku pro chodce a cyklisty, tam, kde je to možné. Cyklista se pohybuje mimo motorovou dopravu a nedýchá zplodiny z vozidel.

## MÍSTA, KDE SE MŮŽE POHYBOVAT CYKLISTA MLADŠÍ 10 LET BEZ DOPROVODU OSOBY STARŠÍ 15 LET:

Cyklista mladší 10 let se může pohybovat bez doprovodu osoby starší 15 let na chodníku, ale musí dávat pozor na chodce. Jezdit může jen po pravé straně chodníku.

Cyklista mladší 10 let se může pohybovat po celé šíři na silnici v OBYTNÉ ZÓNĚ.



Obytná zóna IZ 5a



Konec obytné zóny IZ 5b

Ale i zde musí být cyklista obezřetný. Vozidla sice musí jet jen velmi pomalu, ale i tak hrozí nebezpečí srážky s motorovým vozidlem, pokud se cyklista bude chovat nepřiměřeně.

Cyklista mladší 10 let může jezdit také na STEZCE PRO CYKLISTY.



Stezka pro cyklisty C 8a



Konec stezky pro cyklisty C 8b

a na STEZCE PRO CYKLISTY A CHODCE.



Stezka pro cyklisty a chodce společná C 9a



Konec stezky pro cyklisty a chodce společné C 9b

Stejná pravidla platí pro SPOLEČNOU STEZKU PRO CHODCE A CYKLISTY DĚLENOU. Jen s tím rozdílem, že každá skupina uživatelů má vyznačenou vlastní pruh, který smí užívat.



Stezka pro chodce a cyklisty dělení C 10



Konec stezky pro cyklisty a chodce dělené C 10b



Zóna pro cyklisty IZ 9a



Konec cyklistické zóny IZ 9b

Značka označuje oblast, kde kromě obecných pravidel provozu na pozemních komunikacích platí zvláštní pravidla pro provoz v cyklistické zóně. V cyklistické zóně se smí pohybovat samostatně i ten, komu není ještě 10 let.

Ve spodní části značky se uvedou nápisem nebo vhodným symbolem jiná vozidla než jízdní kola, kterým je vjezd do Zóny pro cyklisty povolen.

**DO PROVOZU NESMÍ CYKLISTA SÁM, JEN V DOPROVODU OSOBY STARŠÍ 15 LET.**

Pokud stezka pro cyklisty (chodce a cyklisty) končí, cyklista do 10 let musí vést kolo, pokud nemá doprovod osoby nad 15 let. Po silnici sám nesmí jet.

Kolo se vede tak, že chodec jde po pravé krajnici a vede kolo. Kolo je přitom na straně blíže k vozovce a chodec jde blíže ke krajnici.

**NA KOLE SMÍ JET POUZE JEDNA OSOBA – PROČ?**

Na kole může jet jen jeden cyklista, pokud není kolo konstruováno pro dva a více jezdců (tzv. dvojšlap). Je to nejen kvůli pohodlí cyklisty, ale hlavně proto, že není zaručená bezpečnost obou jezdců: druhý jezdec si nemá kde opřít nohy, nemá sedlo, nemá se kde chytnout – držet se cyklisty, který řídí, není vůbec dobrý nápad. Končí to většinou pádem a přinejmenším odřeninami.

Jet na „štangli“ je také nevhodné. Těžiště kola je nastaveno na jednoho jezdce, které zaručuje pohodlné a bezpečné ovládání řízení kola. Jakmile je zatíženo dalším jezdce, kolo se špatně řídí, nebrzdí dostatečně a mění jízdní vlastnosti. Je to obdobné, jako když do osobního vozidla by se naložilo 10 metráků cementu. Také dobře nepojede, protože není stavěné na takovou zátěž.

## PŘEVÁŽENÍ DĚTÍ

Pro převážení mladších dětí platí také zákon č. 361/2000 Sb., o provozu na pozemních komunikacích:

Pokud je dítěti méně než 7 roků, musí jet ve zvláštním sedátku, kde má možnost si opřít nohy o opěrky. Jinak musí jet na vlastním kole.

Osoba, která dítě převáží, musí mít více než 15 let.

Převážení dětí je náročné. Váha dítěte změní jízdní vlastnosti kola a osoba, která jede na kole, musí umět kolo se zátěží ovládat. Sedátko může být umístěno za cyklistou – řidičem - nebo může být připevněné na rámu kola. Sedátko vpředu je pro děti do 15 kg. A navíc chování malého dítěte, jako spolujezdce, je velmi nevyzpytatelné.

## ZAKÁZANÁ JÍZDA - BEZ DRŽENÍ

V průběhu jízdy na kole není dovoleno JEZDIT BEZ DRŽENÍ ŘÍDÍTEK. Sice kolo by pokračovalo po jistou dobu setrvačností v dráze jízdy, ale je to nebezpečné především proto, že ztratíte možnost kolo ovládat, kdyby nastala krizová situace. Nestačíte rychle zareagovat.

## NOHY NA ŠLAPADLECH

Zákon zakazuje jízdu bez držení řídítek, stejně tak NESMÍTE JET BEZ OPŘENÝCH NOHOU NA ŠLAPADLECH.

Důvod je stejný: Pokud by došlo ke krizové situaci, jezdec by nemohl rychle zareagovat. Nohy by nestačil rychle vrátit na šlapadla a kolo by bylo neovladatelné. Nejspíš by to skončilo v příkopu a odřeninami - v tom lepším případě.

ZÁKAZ VEDENÍ PSA je zcela jasný. Nejen, že to veterinární zákon považuje za týrání zvířete, ale nebezpečí z pohledu řidiče je, že pes může vběhnout do jízdní dráhy kola (lekne se nějakého podnětu) a strhne sebou i cyklistu nebo vběhne do dráhy vozidlu nebo jinému cyklistovi.

ZÁKAZ VEDENÍ PSA PLATÍ I PRO CYKLOSTEZKU A STEZKU PRO CYKLISTY A CHODCE.

ZÁKAZ TAŽENÍ RUČNÍHO VOZÍKU ZA JÍZDY – asi nikoho nenapadne za sebou táhnout vozík bez řádného připevnění – podobně jako vlečené kolo.

Vlečení kola bez připevnění znamená,

**ŽE JEZDEC NA KOLE SE DRŽÍ JEN JEDNOU RUKOU,**

**NEMŮŽE DÁVAT ZNAMENÍ O ZMĚNĚ SMĚRU** – ruku má zaměstnanou vlečením a držením vozíku, musí stále hlídat dráhu vlečeného vozíku. Toto jednání je velmi nebezpečné nejen pro cyklistu, ale pro všechny další účastníky provozu. Stejně tak to platí pro vedení dalšího kola, držení těžké nákupní tašky v ruce apod.



## DÍL 4

### POVINNOSTI ŘIDIČE II

Povinnost zastavit před přechodem pro chodce

Cyklista je řidič a jako řidiči zákon č. 361/2000 Sb., o provozu na pozemních komunikacích, příkazuje respektovat vše, co platí pro řidiče motorových vozidel.

*Příklad: Na okraji chodníku stojí chodec a hodlá zřetelně přejít přes silnici po přechodu. Snaží se navázat oční kontakt s řidičem – cyklistou. Cyklista jej vidí a zpomaluje jízdu – brzdí, a pokud to situace vyžaduje, musí i zastavit.*

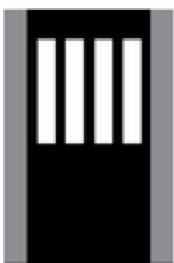
Pokud cyklista vidí před přechodem pro chodce stát chodce, který chce přejít přes přechod, je povinen zastavit a nechat jej přejít přes přechod. Stejnou povinnost mají vozidla v přilehlých jízdnicích – musí zastavit a nechat chodce přejít. Pro chodce tato situace znamená být velmi pozorný a sledovat, zda řidiči vozidel ve všech pruzích jej vidí a zastavují/stojí.

**POZOR ALE NA OBRÁCENOU SITUACI – CYKLISTA V ROLI CHODCE:**

Před přechodem pro chodce musí cyklista z kola sesednout a kolo přes přechod jen vést, nesmí na něm jet. Rozhlíží se kolem sebe - vlevo a pak vpravo a zase vlevo. Na přechod může vstoupit až v okamžiku, kdy vidí, že vozidla zastavují a tzv. „pouští“ na přechod přes silnici.

Po celou dobu přecházení sleduje dění kolem sebe. Auta musí zůstat stát.

**ANI CYKLISTA NEMÁ PŘEDNOST PŘED VOZIDLY A TO ANI NA PŘECHODU PRO CHODCE.**



Přechod pro chodce V 7a



Přejezd pro cyklisty přimknutý k přechodu pro chodce V 8b

Pokud jej hodlá cyklista užít, musí počkat, až přejedou všechna vozidla a poté jej jízdou překoná, je-li silný provoz, je lepší sesednout z kola a chovat se jako chodec.

**CYKLISTA NEMÁ PŘEDNOST PŘED VOZIDLY A TO ANI NA PŘEJEZDU PRO CYKLISTY.**

**V PŘÍPADĚ, ŽE CYKLISTA VEDE KOLO, JE CHODEC A POKUD VSTOUPÍ NA PŘECHOD PRO CHODCE, MÁ PŘEDNOST.**

**PO CELOU DOBU PŘEJÍŽDĚNÍ SILNICE SLEDUJE DĚNÍ KOLEM SEBE.**

## DÁT PŘEDNOST V JÍZDĚ

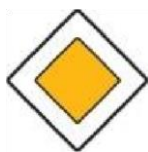
„Dát přednost v jízdě“ znamená umožnit řidičům projet křižovatkou, odbočit, projet zúžením silnice, umožnit projet vozidlům s právem přednosti v jízdě apod.) než budou moci jet ostatní účastníci provozu.

Jiným slovem se dá také říct, že je to „výhoda“ pro ostatní.

Pro řidiče znamená povinnost nezahájit jízdu nebo jízdní úkon nebo v něm nepokračovat, jestliže by řidič, který má přednost v jízdě, musel náhle změnit směr nebo rychlost jízdy. Ovšem je zapotřebí dát řidičům najevo, že o své povinnosti vím – tzn., že zůstanu stát a nepokračuji v jízdě – dávám přednost vozidlům a všem účastníkům provozu, kteří mají přednost v jízdě.

**CHOVÁM SE ZŘETELNĚ PRO OSTATNÍ.**

Hlavní komunikace – vyznačena dopravní značkou:



Hlavní pozemní komunikace - P 2



Konec hlavní pozemní komunikace - P 3

Vozidla, která jedou po hlavní silnici, mají přednost v jízdě před vozidly přijíždějícími z vedlejší pozemní komunikace.



Křižovatka s vedlejší pozemní komunikací - P 1

Řidič - cyklista přijíždějící na křižovatku po vedlejší pozemní komunikaci označené dopravní značkou „Dej přednost v jízdě!“ nebo „Stůj, dej přednost v jízdě!“ musí dát přednost v jízdě všem vozidlům, jak motorovým, tak i nemotorovým nebo jezdcům na zvířatech přijíždějícím po hlavní pozemní komunikaci nebo organizované skupině chodců nebo průvodcům hnaných zvířat se zvířaty přicházejícím po hlavní pozemní komunikaci. Tvar křižovatky je dán dodatkové tabulce.



Dej přednost v jízdě - P 4

Řidič – cyklista musí dát přednost v jízdě všem vozidlům, jak motorovým, tak i nemotorovým nebo jezdcům na zvířatech přijíždějícím po hlavní pozemní komunikaci nebo organizované skupině chodců nebo průvodcům hnaných zvířat se zvířaty přicházejícím po hlavní pozemní komunikaci a tramvajím.

## SOUVISEJÍCÍ DOPRAVNÍ ZNAČKY



Stůj, dej přednost v jízdě - P 6

Zde se musí řidič – cyklista zastavit v křižovatce na takovou vzdálenost, kde má dobrý výhled do křižovatky (řidič – cyklista musí zastavit vozidlo – kolo na takovém místě, odkud má do

křižovatky náležitý rozhled). Pokračovat v jízdě může tehdy, pokud mu to dopravní situace umožní.

Musí dát přednost v jízdě všem vozidlům, jak motorovým, tak i nemotorovým nebo jezdcům na zvířatech přijíždějícím po hlavní pozemní komunikaci nebo organizované skupině chodců nebo průvodcům hnaných zvířat se zvířaty přicházejícím po hlavní pozemní komunikaci a tramvajím.



Příčná čára souvislá s nápisem STOP - V 6b

Řidič – cyklista je povinen zastavit vozidlo - kolo před příčnou čarou souvislou. Tuto povinnost **zastavit vozidlo** má každý řidič.

Řidič – cyklista musí dát přednost v jízdě všem vozidlům, jak motorovým, tak i nemotorovým nebo jezdcům na zvířatech přijíždějícím po hlavní pozemní komunikaci nebo organizované skupině chodců nebo průvodcům hnaných zvířat se zvířaty přicházejícím po hlavní pozemní komunikaci a tramvajím.



Příčná čára souvislá se symbolem „Dej přednost v jízdě!“ - V 6a

Řidič – cyklista musí zastavit vozidlo – kolo v křižovatce na takovou vzdálenost, kde má dobrý výhled do křižovatky. Pokračovat v jízdě může tehdy, pokud mu to dopravní situace umožní. Musí dát přednost v jízdě všem vozidlům, jak motorovým, tak i nemotorovým nebo jezdcům na zvířatech přijíždějícím po hlavní pozemní komunikaci nebo organizované skupině

chodců nebo průvodcům hnaných zvířat se zvířaty přicházejícím po hlavní pozemní komunikaci a tramvajím.

## KDO MÁ PŘEDNOST V JÍZDĚ

Přednost se řídí dopravními značkami.

Zprava se přednost dává, pokud silnice není rozlišena dopravními značkami, které vyznačují hlavní a vedlejší pozemní komunikaci.

Při vyhýbání má přednost vždy ten, kdo NEMÁ překážku na své straně, pokud není situace řešena dopravními značkami, nebo světelnými signály. Překážka může být stojící auto, nebo práce na silnici apod.

## DOPRAVNÍ ZNAČKY UPRAVUJÍCÍ PŘEDNOST

Přednost protijedoucích vozidel – přednost má směr šipky v ČERNÉ BARVĚ



Přednost protijedoucích vozidel P 7

*Protože se tyto dvě značky značně pletou, je vhodné si najít nějakou mnemotechnickou pomůcku, jak si význam a chování u těchto značek zapamatovat. Např.: Dvakrát červená „zákazová barva“, zůstává černá a ta platí pro mne.*

Přednost před protijedoucími vozidly – přednost má směr šipky v BÍLÉ BARVĚ



Přednost před protijedoucími vozidly P 8

*Mnemotechnická pomůcka k této značce: Červená je „zákazová barva“ a tak pokud pro mne platí bílá, můžu jet.*

## POVINNOST DÁT PŘEDNOST VOZIDLŮM S PRÁVEM PŘEDNOSTI V JÍZDĚ

Přednost se vždy dává vozidlům vybaveným zvláštním výstražným světlem modré barvy (tzv. majáky). Jsou to například vozidla:

vozidla rychlé záchranné služby,

hasičská vozidla

a vozidla Policie ČR.

*Něco navíc:*

*Dále vozidla vězeňské služby, vojenské policie, obecní policie, která určí obec, důlní záchranné služby, poruchové služby plynárenských zařízení, poskytovatele zdravotnické záchranné služby, poskytovatele zdravotnické dopravní služby a poskytovatele přepravy pacientů neodkladné péče, ozbrojených sil používaná u vojenských záchranných útvarů pro plnění humanitárních úkolů civilní ochrany, celní správy označená podle zvláštního právního předpisu, generální inspekce bezpečnostních sborů označená podle zvláštního právního předpisu.*

*Zvláštním zvukovým výstražným zařízením doplněným zvláštním výstražným světlem modré barvy mohou být vybavena též i vozidla, které stanoví nařízením vláda pro plnění úkolů souvisejících s výkonem zvláštních povinností.*

#### UVOLNĚNÍ JÍZDNÍHO PRUHU PRO VOZIDLA S PRÁVEM PŘEDNOSTNÍ JÍZDY

Vozidla, která jedou v pravém jízdním pruhu, zajedou co nejvíce vpravo (jako cyklista nepokračují v jízdě, slezu z kola a stojím co nejbližší vpravo ke kraji silnice – na krajnici apod.).

**CYKLISTA V LEVÉM JÍZDNÍM PRUHU BY SE NEMĚL VŮBEC VYSKYTOVAT!**

## JÍZDA V OBCI NA SILNICI S VÍCE PRUHY

Cyklista používá JEN pravý jízdní pruh, levý jízdní pruh jen v případě nutnosti použití k objíždění, předjíždění, otáčení nebo odbočování.

## MOŽNOSTI VEDENÍ KOLA – „CHODEC“ – CYKLISTA

Pokud cyklista vede kolo – **STÁVÁ SE CHODCEM**. Musí jít tak, aby byl co v největším bezpečí před projíždějícími vozidly – jde vždy tak, aby měl kolo vpravo od sebe, tzn. **SMĚREM DO SILNICE. CYKLISTA, KTERÝ VEDE KOLO, JDE PO PRAVÉ STRANĚ SILNICE PŘÍPADNĚ PRAVÉ KRAJNICI**.

Cyklista může kolo také vést po chodníku. Nesmí ohrozit chodce na chodníku. V tomto případě jde vpravo, stejně jako chodci.

## DÍL 5

### PŘEDJÍŽDĚNÍ, OBJÍŽDĚNÍ, VJÍŽDĚNÍ

Znamení o změně směru (důraz na udržení rovnováhy při zatáčení, pevné držení a ovládání řídicích jednou rukou).

Požadavek na jezdce:

CYKLISTA NESMÍ BÝT NA KOLE jakkoliv nejistý.

Na kole si je jistý při projíždění zatáčkou nebo při předjíždění, zvládá bezpečné držení řídicích jednou rukou při dávání znamení o změně směru jízdy.

### PŘEDJÍŽDĚNÍ/OBJÍŽDĚNÍ/VJÍŽDĚNÍ

**RUKA JE PRO CYKLISTU JAKO SMĚROVÉ SVĚTLO, TZV. BLINKR U AUTA (směrová světla).**

Opakování:

Znamení o změně směru: natažená ruka na úrovni ramene, dlaň ruky natočená vpřed (kolmo hranou ruky k zemi), palec nahoru.

Jen tak bude plocha dlaně dobře viditelná. Například:

Na silnici stojí nebo jede pomalu auto. Cyklista jej hodlá předjet.

Při objíždění nebo předjíždění stojícího vozidla nebo předjíždění pomalu jedoucí vozidla, cyklista musí dávat znamení o změně směru v jízdě.

Levou rukou dává znamení před započítím předjíždění/objíždění vozidla/překážky a to dostatečně včas, aby dal informaci ostatním účastníkům provozu, co chce dělat – předjíždět.

### **JÍZDA MUSÍ BÝT ČITELNÁ!**

Samozřejmě čitelná jízda platí i pro motorová vozidla – musí dávat znamení o změně směru jízdy.



Před předjížděním/objížděním cyklista musí otočit hlavou pohledem přes levé rameno a přesvědčit se, zda nejede nějaké další vozidlo, které by ohrozil cyklista, nebo by ohrozilo cyklistu.

Před zařazením se před předjížděné/objížděné vozidlo cyklista dává znamení o změně směru pravou rukou.

I během sledování provozu za sebou si musí být cyklista zcela jistý. Na kole musí držet přímý směr, říditky nesmí otáčet jinam, než jede. Cyklista má totiž vždy snahu točit říditky tam, kam se zrovna dívá.

Je to docela těžký manévr a proto je vhodné si jej nacvičovat na cvičné ploše. Až manévr se dokonale zvládne, může cyklista vyrazit na cyklostezku nebo do provozu.

Chování musí být čitelné pro ostatní účastníky provozu. Jinak by ostatní účastníci nevěděli, co má v úmyslu udělat.

## **POZOR!**

**PŘI OBJÍŽDĚNÍ STOJÍCÍHO VOZIDLA A TO JAK Z PRAVÉ STRANY NEBO Z LEVÉ STRANY, JE ZAPOTŘEBÍ SI VŠÍMAT, ZDA ŘIDIČ NEBO SPOLUJEZDEC NEOTEVÍRAJÍ DVEŘE. NÁRAZ DO DVEŘÍ BY MOHL MÍT VÁŽNÉ NÁSLEDKY!**

**VJÍŽDĚNÍ Z MÍSTA MIMO POZEMNÍ KOMUNIKACI, ZE STEZKY PRO CYKLISTY, Z OBYTNÉ ZÓNY, Z PĚŠÍ ZÓNY.**

### **VJEZD Z CYKLOSTEZKY/OBYTNÉ ZÓNY/Z DOMU**

Vjíždění na silnici je velmi náročný manévr především na pozornost cyklisty a také na dovednosti. Cyklista dává zároveň znamení o změně směru – vjíždí na pozemní komunikaci. Musí sledovat provoz před sebou, ale také za sebou, zda neohrožuje svým chováním projíždějící řidiče.

Cyklista vjíždí na pozemní komunikaci vždy, když chce vyjet někam na kole (pokud nemá to štěstí a kolem domu, kde bydlí, nevede stezka pro cyklisty, ale i tady musí být pozorný k projíždějícím cyklistům).

Pro výjezd z OBYTNÉ ZÓNY nebo PĚŠÍ ZÓNY platí stejná pravidla jako pro vjíždění na pozemní komunikaci. Stejně tak i pro výjezd z CYKLOSTEZKY nebo STEZKY PRO CHODCE A CYKLISTY platí stejná pravidla jako pro vjíždění na komunikaci.

Místo mimo pozemní komunikaci může být označeno:



Směrový sloupek - Z 11 c



a Z 11 d

Jak se chovat při vyjíždění z místa mimo pozemní komunikaci:

Nejdříve se rozhlédnout kolem sebe, zda nejede motorové či nemotorové vozidlo. Podobně jako u přecházení, se musí rozhlédnout vlevo a také vpravo zda něco nejede. Pokud nic nejede, postavit kolo např. ke krajnici silnice.

Nasednout na kolo, dát znamení levou rukou o změně směru jízdy, aby bylo všem jasné, že cyklista vjíždí na silnici. Zkontrolovat ještě jednou situaci za kolem – krátkým otočením hlavy dozadu a pohledem přes levé rameno.

Odražit se a začít šlapat. Zařadit se na silnici k pravému kraji silnice a jet.

**PŘI VJÍŽDĚNÍ NA SILNICI OD KRAJNICE NESMÍM OMEZIT ANI OHROZIT ŽÁDNÉHO ÚČASTNÍKA PROVOZU!**

UPOZORNĚNÍ PRO ZAČÍNÁJÍCÍ CYKLISTRY:

PŘI ODBOČOVÁNÍ NEBO PŘEDJÍŽDĚNÍ/OBJÍŽDĚNÍ MUSÍ CYKLISTA DBÁT ZVÝŠENÉ OPATRNOSTI, PROTOŽE JE TO CHVÍLE, KDY SE PŘI DÁVÁNÍ ZNAMENÍ O ZMĚNĚ SMĚRU JÍZDY KOLO ŘÍDÍ JEN JEDNOU RUKOU. JE TO NEBEZPEČNÁ SITUACE.

## ODBOČENÍ VLEVO

Je to náročný manévr i pro řidiče motorového vozidla.

Dává znamení o změně směru jízdy včas a v dostatečné míře.

Při odbočení vlevo mají přednost všechna protijedoucí vozidla/cyklisté a tramvaje v obou směrech. Celou dobu odbočování cyklista sleduje provoz kolem sebe a před sebou, a pokud to zvládne, tak i za sebou.

Přednost při odbočování vlevo dává cyklista osobám na přechodu pro chodce. Při odbočení nesmí ohrozit chodce, kteří přecházejí silnici, na kterou odbočuje.

Příklad:

Před odbočením vlevo se cyklista přesvědčí krátkým pohledem dozadu přes levé rameno, zda jej nechce předjet řidič motorového vozidla, který si nevšiml, že cyklista hodlá odbočit.

Cyklista se musí zařadit co nejdále vlevo v části vozovky určené pro jeho směr jízdy a dává včas a v dostatečné míře znamení o změně směru jízdy.

Kontroluje situaci za sebou, kolem sebe a před sebou.

Najede do křižovatky – teď už drží řídítka oběma rukama a opouští křižovatku.

Je nutné připomenout další možnou nebezpečnou situaci:

Přechod pro chodce a chodci, kteří se na něm pohybují. V tomto případě musí cyklista dát chodcům přednost, snížit rychlost jízdy, popř. bezpečně zabrzdit, dát nohy z pedálů na zem (je to jistější, než zkoušet balancovat na kole – to může až zkušený cyklista), počkat, až je přechod volný ve směru jízdy.

Poté se rozjede a zařazuje se k pravému okraji vozovky a pokračuje v jízdě.

## ODBOČENÍ VPRAVO



Křižovatka - A 3

Křižovatka, kde není přednost v jízdě upravena svislými dopravními značkami.

Odbočení vpravo.

Před započítím odbočování cyklista dává znamení o změně směru jízdy pravou rukou ve směru, do kterého bude odbočovat v dostatečné míře a včas. Najede co nejbližší pravému okraji vozovky. Po dokončení manévru odbočení se zařazuje na pravou stranu vozovky.

Po celou dobu drží pevně řídítka, zvládá přibrzdit si do křižovatky při odbočení, zrychlit jízdu po projetí křižovatkou.

Pozor, při odbočování vpravo je cyklista povinen dát přednost chodcům na přechodu ve směru, kam odbočuje. Při odbočení nesmí ohrozit chodce, kteří přecházejí silnici, na kterou odbočuje.

MANÉVR JE JEDNODUŠŠÍ, NEŽ ODBOČENÍ VLEVO.

### PŘEDJÍŽDĚNÍ VOZIDEL

Cyklista může předjíždět, pokud neohrozí a neomezí řidiče jedoucího v jízdním pruhu, do kterého vjede při předjíždění. Před započítím předjíždění musí dát znamení o změně směru jízdy – levou rukou. Pro zařazení se před předjížděné vozidlo (motorové nebo nemotorové) musí dát také znamení o změně směru a to pravou rukou.

*Žádný cyklista by se neměl snažit přejíždět motorová vozidla za každou cenu, dokázat si, že na to „mám“. Běžné jízdní kolo je konstruováno na jízdu rychlostí (cca 25-30 km/h).*

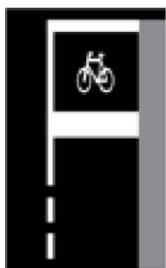
*Motorové vozidlo jede téměř vždy vyšší rychlostí – samozřejmě pokud nestojí. To už je ale objíždění a jiná kapitola.*

### ZVLÁŠTNÍ PŘÍPAD PŘEDJÍŽDĚNÍ – VPRAVO

Příklad:

Kolona vozidel stojí na světelně řízené křižovatce a čekají na signál „Volno“. Přijíždí cyklista.

Cyklista může vozidla objet vpravo a zůstat stát v křižovatce jako první. Toto předjetí se vyplatí především tehdy, když je v křižovatce vyhrazen prostor pro cyklisty. Navíc signál „Volno“ určený cyklistům pak umožní cyklistovi vyjet dříve, než motorovým vozidlům.



Prostor pro cyklisty V 19



Tříbarevná soustava signálů pro cyklisty –

S 10

Pro cyklisty platí jedno zvláštní pravidlo – předjíždění nebo objíždění vpravo. Podmínkou je, že vozidla stojí anebo se pohybují nízkou rychlostí a cyklista má dostatek místa na projetí kolem vozidel vpravo – bez poškrábání nebo poškození vozidel. Nebo třeba bez pádu na silnici. To neplatí, odbočuje-li vozidlo vpravo a dává-li znamení o změně směru jízdy.

Obdobnou situací je situace např. u železničního přejezdu, kde stojí kolona vozidel na signál „Volno“ na signalizačním zařízení pro zabezpečení železničního přejezdu k projetí přes železniční přejezd předjíždí/objíždí vpravo a cyklista chce odbočit na cyklostezku vpravo. Kolonu předjíždí/objíždí vpravo.

Cyklista se zcela jistě setká se situací, kdy je zapotřebí se otočit do protisměru

## OTÁČENÍ SE



nebo

Stezka pro chodce a cyklisty společná  
cyklisty dělená



Stezka pro chodce a

Cyklista se potřebuje otočit do protisměru. Dává znamení o změně směru v jízdě levou rukou. Musí se kolem sebe dobře rozhlédnout a ohlédnout i za sebe – nesmí ohrozit chodce/cyklisty a to jak jdoucí/jedoucí za ním tak i protijdoucí/protijedoucí. Na společné stezce pro chodce a cyklisty s vyznačeným pruhem pro chodce může do tohoto pruhu vjet, pokud se potřebuje otočit. Nesmí ohrozit chodce jdoucí ve vymezeném pruhu pro chodce. Po otočení se vrací se do pruhu pro cyklisty.



Stezka pro cyklisty

### CYKLISTA SE NESMÍ OTÁČET:

Na přejezdu pro cyklisty – slouží jen pro překonání vozovky.

Na přechodu pro chodce – slouží chodcům jen pro překonání vozovky.

V zatáčce – pro nepřehlednost místa.

Před a na vrcholu kopce nebo stoupání – nepřehlednost místa.

Pod vrcholem kopce nebo stoupání – nepřehlednost místa.

Na křižovatce s řízeným provozem a v její těsné blízkosti.

Na železničním přejezdu a v jeho těsné blízkosti.

V tunelu a v jeho těsné blízkosti.

Na pozemní komunikaci s jednosměrným provozem, pokud není místní úpravou stanoveno jinak.

## DÍL 6

### ZASTAVIT A STÁT

Zastavení a stání je hodně podobný výraz a i zkušení řidiči si rádi tyto pojmy pletou.

Zkusíme se naučit a hlavně vědět, jak se v jednotlivých situacích chovat.

ZASTAVIT (VOZIDLO) = přerušení jízdy z důvodu nezávislého na vůli řidiče

Co je zapotřebí znát

Zastavit kolo (vozidlo) je situace, kdy si řidič – cyklista, nemůže sám určit, kdy a kde zastaví, např. musí zastavit na „červenou“ na semaforu, nebo u DZ „Stůj, dej přednost v jízdě“.

Nebo na silnici se stane nehoda a cyklista musí zastavit – také si nevybírám, kde a kdy zastaví. Je to nutnost, protože nemůže pokračovat v jízdě.

V těchto situacích je zapotřebí být velmi pozorný a sledovat provoz nejen před sebou ale i vedle sebe a opatrně se ohlédnout za sebe.

Pamatovat si, že auto – zvláště nákladní, nemůže zastavit na „místě“. Vždy je zapotřebí počítat s brzdou dráhou vozidla. **CYKLISTA ZASTAVÍ MNOHEM RYCHLEJI!**

Pro bezpečné zastavení je zapotřebí být pozorný pro okamžitou reakci na vzniklou dopravní situaci, a nejen pro bezpečné zastavení. Když by bylo nezbytné, tak také uhnout do bezpečného prostoru.

### CO JE ZAPOTŘEBÍ UMĚT PRO BEZPEČNÉ ZABRZDĚNÍ

Umět zabrzdit oběma brzdami tak, aby zastavení, resp. účinek brzd byl co nejefektivnější. Cyklista musí umět odhadnout, kdy je zapotřebí okamžitého zastavení, s ohledem na provoz na silnici i mimo ni, za použití obou brzd s maximálním účinkem – k odvrácení nebezpečí srážky nebo případného nárazu do překážky (vozidlo nebo cokoliv jiného). V nouzovém brzdění není čas na přílišné sledování provozu kolem sebe.

Chráníme hlavně sebe, ale také ostatní nechráněné účastníky provozu – chodce, s důrazem na děti a starší osoby.

*Například:*

*Cyklista jede na kole a při jízdě do prudké zatáčky (která je přehledná), a na silnici se objeví ležící předmět, který nelze objet – cyklista a kolo. Kolo leží přes celou šířku silnice. Kousek od kola leží naříkající cyklista. Tvoří překážku v jízdě. Jedoucí cyklista musí nenadále zabrzdít, aby nenarazil do ležícího cyklisty na zemi anebo aby nevletěl do kola a sám nespádl. Cyklista zastaví kolo na bezpečném místě – nejlépe mimo pozemní komunikaci.*

*Podívá se, co se stalo ležícímu cyklistovi a poskytne mu první pomoc (zavolá např. odbornou lékařskou pomoc, Policii, atd.). Vyčká příjezdu přivolané pomoci. Pak může pokračovat v jízdě. Nemohl si vybírat, kde zastaví – na silnici byla překážka a je jedno, zda to byla dopravní nehoda nebo dopravní značka.*

*Toto je ukázková situace ZASTAVIT VOZIDLO.*

## STÁT

Co je zapotřebí znát:

Cyklista si sám určí, kde chce stát. Dá znamení o změně směru jízdy pravou rukou, zajede k chodníku, přestane šlapat a uvede kolo do klidu, tj. stojí. Kolo zaveze domů, nebo jde za kamarádem/kamarádkou, apod.

*Rozhodl jsem se, že už dál nepojedu. Chci se najíst a napít. Musím zastavit u chodníku – v městském prostředí, nebo u krajnice silnice – v případě, že jedu po silnici. Nejprve se ohlédnu pootočením hlavy a pohledem přes levé rameno za sebe, zda těsně za mnou nejede někdo na kole nebo jestli nejede nějaké vozidlo. Pokud nic nejede, mohu dát znamení o změně směru v jízdě vpravo - pravou rukou. Než odbočím ke krajnici (krají silnice), raději se ještě jednou přesvědčím, že nevjedu nikomu do jeho jízdního pruhu a pak už nešlapu, pokračuji jen s přibrzděním kola až do úplného zastavení u krajnice nebo u chodníku. Jak je kolo v klidu – stojí, dám nohy z pedálů na zem, sestoupím z kola a kolo co nejrychleji odstráním ze silnice na chodník nebo co nejdále od krajnice silnice. Kolo postavím tak, aby nikde nepřekáželo a pokud možno ani nemohlo spadnout a jdu se najíst nebo napít.*

*Toto je ukázková situace „STÁT“. Sám jsem si vybral, kde budu stát.*



## ZASTAVIT

Znamená uvést vozidlo do klidu na nezbytně dobu nezbytně nutnou k neprodlenému nastoupení nebo vystoupení přepravovaných osob anebo k neprodlenému naložení nebo složení nákladu (zákon č. 361/2000 Sb., o provozu na pozemních komunikacích).

## DOPRAVNÍ ZNAČKY, KTERÉ SE VZTAHUJÍ K ZASTAVENÍ A STÁNÍ



Zákaz zastavení - B 28

**Zastavit** znamená uvést vozidlo do klidu na dobu nezbytně nutnou k neprodlenému nastoupení nebo vystoupení přepravovaných osob anebo k neprodlenému naložení nebo složení nákladu.

*U cyklistů asi nebude úplně platit „vystoupení“ či „složení nákladu“...*



Zákaz stání - B 29

**Stát** znamená uvést vozidlo do klidu nad dobu dovolenou pro zastavení.

## DÍL 7

### ŽELEZNIČNÍ PŘEJEZD A VÝSTRAŽNÉ ZNAMENÍ

Železniční přejezd je místo vyznačené výstražnými kříži. Podle významu komunikace může to být menší kříž – „Výstražný kříž pro železniční přejezd jednokolejný“ DZ A32a nebo DZ A32b „Výstražný kříž pro železniční přejezd vícekolejný“ doplněný signálem „Dvou červených střídavě přerušovaných světél signálu přejezdového zabezpečovacího zařízení“ a doplněných „Přerušovaným bílým světlem signálu přejezdového zabezpečovacího zařízení“. Při přibližování se vlaku k přejezdu zařízení vydává zvuk zvonění nebo houká. A také vlak, když se blíží k přejezdu, vždy houká na dostatečnou vzdálenost.



Výstražný kříž pro železniční přejezd jednokolejný - A 32a



Výstražný kříž pro železniční přejezd vícekolejný - A 32b

Světelná signalizace na přejezdu



Signál dvou vedle sebe umístěných střídavě přerušovaných červených světél - S 13



Dvě červená střídavě přerušovaná světla signálu přejezdového zabezpečovacího zařízení - S 14 a



Přerušované bílé světlo signálu přejezdového zabezpečovacího zařízení - S 14b

Železniční přejezd je místo, které je nebezpečnější, než většina situací v silničním provozu. Setkávají se zde dva druhy dopravy: kolejová a silniční.

Železniční přejezd je místem, kde musí být všichni účastníci silničního provozu velmi obezřetní a chovat a dodržovat pravidla provozu zvláště odpovědně.

## PROČ?

Vlak má větší hmotnost, než jakýkoliv jiný účastník silničního provozu. Ani nákladní vozidlo s návěsem není odolné nárazu vlaku. Natož nechráněný účastník – cyklista nebo chodec.

Na železničním přejezdu při přejíždění přejezdu se cyklista setkává s dalšími účastníky provozu: motorovými vozidly - osobními, nákladními, autobusy apod.

Železniční přejezd je místo, které se nepříliš snadno překonává na kole – nebezpečí podklouznutí kola na kolejnici.

Mnohé přejezdy, zvláště na silnicích III. třídy, místních komunikacích nebo přes polní cesty, jsou nebezpečné povrchem. Kolejště může být vyloženo dřevěnými pražci a i zde je nebezpečí sjetí nebo uklouznutí do kolejnice a případný pád do kolejště.

Při zdolávání přejezdu je vhodnější vyhodnotit, zda není snazší z kola sesednout a kolo převést přes koleje a pak pokračovat v jízdě.

## JAK A KDY JE MOŽNO PŘEJÍZDĚT PŘEJEZD

Na přejezd se vjíždí jen s velkou obezřetností. I když svítí „Přerušované bílé světlo signálu přejezdového zabezpečovacího zařízení“, je nezbytné se přesvědčit, že trať je volná a nejede vlak. Zde se orientujeme i sluchem, který nám poskytne informaci, zda se vlak neblíží.

## NEBEZPEČÍ PRO CYKLISTY U PŘEJEZDU

### ŽELEZNIČNÍ PŘEJEZD OPATŘENÝ ZÁVORAMI

Na železniční přejezd opatřený závorami je možno vjíždět, až když nesvítí výstražné světlo dvou červených střídavě přerušovaných světel signálu přejezdového zabezpečovacího zařízení a závory jsou již zvednuté. Zvláštní případ může nastat tehdy, pokud má frekventované přejezdové zařízení poruchu. V tomto případě nesvítí ani přerušované bílé světlo signálu přejezdového zabezpečovacího zařízení.

Na přejezdu pak může dávat signalizaci zaměstnanec dráhy a to:

- za denního světla kroužení praporkem žluté nebo červené barvy,

- za snížené viditelnosti kroužením svítilnou (červené barvy).

*Poznámka: Mnoho řidičů se dopouští přestupku tím, že vjíždějí na přejezd, když už se zvedají závory, ale červená výstraha ještě zakazuje vjezd. Závory jsou jen doplňková překážka, důležité je světlo dvou červených střídavě přerušovaných světelných signálů přejezdového zabezpečovacího zařízení na přejezdu.*

**POKUD JE V PROVOZU SVĚTLO DVOU ČERVENÝCH STŘÍDAVĚ PŘERUŠOVANÝCH SVĚTEL, NIKDY NEVJÍŽDÍM NA PŘEJEZD!**

**I KDYŽ SE NĚKTEŘÍ „HRDINOVÉ“ ROZHODNOU NA PŘEJEZD VJET. JE TO NEJEN PROTIZÁKONNÉ JEDNÁNÍ, ALE VELMI NEBEZPEČNÉ.**

Platí pro všechny účastníky provozu:

chodce,

cyklisty,

motocyklisty, vozidla atd.

## DÍL 8

### DOPRAVNÍ ZNAČKY ZAKAZUJÍCÍ NEBO OMEZUJÍCÍ JÍZDU NA KOLE

#### KAM CYKLISTÉ NESMÍ VJÍŽDĚT

Na dálnici a na silnici pro motorová vozidla a v místech, která jsou vyznačena dopravní značkou.



Dálnice - IZ 1a



Silnice pro motorová vozidla - I Z 1b

Některé dopravní značky, které zakazují nebo omezují jízdu na kole. Na dálnici ani silnici pro motorová vozidla, které jsou označeny těmito dopravními značkami, cyklista nesmí v žádném případě vjíždět. Jsou to silnice, které jsou určeny jen pro motorová vozidla, která po těchto silnicích jedou vysokou rychlostí a nejsou určena ani pro všechna motorová vozidla.

Po krajnici se zde nesmí pohybovat nejen cyklista, ale ani chodec! Krajnice je určena jen např. pro odstavení poškozeného motorového vozidla.

#### PĚŠÍ ZÓNA

Pěší zóna je určena především pro chodce. V situaci, kdy na dopravní značce je ve spodní části vyznačeno jízdní kolo, je cyklistům vjezd povolen. Jinak se zde cyklisté nesmí pohybovat.

Do pěší zóny je umožněn vjezd zásobovacím vozidlům – vyznačeno také na spodní straně dopravní značky. Cyklista, pokud má povolen vjezd, musí počít s tím, že může potkat motorové vozidlo. Musí být při jízdě velmi opatrný.



Pěší zóna IZ 6a

Stezka pro chodce, jak značka napovídá, je určena jen pro pohyb chodců, případně pro invalidy, kteří jedou na invalidním vozíku a další osoby, které se zde mohou pohybovat. Např. jsou to i jezdci na segway, online bruslích, lidé na běžkách. Ani dítě mladší 10 let na stezce pro chodce nesmí jet na kole. Stezka pro chodce – zde může cyklista kolo jen tlačít až po úsek, kde stezka pro chodce končí.

CYKLISTA MÁ POVOLENO KOLO JEN TLAČIT.



Stezka pro chodce - C 7a

Zákaz vjezdu vyznačených vozidel

Značky zakazující vjezd cyklistům jsou dopravní značky, kde je vyobrazeno vozidlo, které nemá povolený vjezd do míst, která jsou takto označena. Může to být značka, kde je vyznačeno více vozidel, která nesmí na silnici označenou vjíždět.



Zákaz vjezdu vyznačených vozidel - B 12

Může to být dopravní značka „Zákaz vjezdu jízdních kol“ – cyklistům je vjezd a jízda na kole zakázána a ostatním vozidlům je vjezd povolen.



Zákaz vjezdu jízdních kol – B8

Značka zakazuje vjezd cyklistům a jízdu na jízdním kole. Vedení jízdního kola cyklistou je povoleno.



Jiný zákaz B 32

Značka stanoví jiný zákaz než ten, který je možno vyjádřit jinou zákazovou značkou uvedenou v této příloze. Zákaz se vyjadřuje vhodným nápisem nebo určeným symbolem uvedeným uvnitř červeného kruhu.

Je-li na značce uveden nápis „PRŮJEZD ZAKÁZÁN“, nesmí řidič bez důvodu vjet do takto označeného úseku. Za takový důvod se nepovažuje objížďení dopravně složité situace nebo zkracování trasy.

Je-li na značce uveden nápis „CNG“, „LPG“ nebo jiný nápis označující druh pohonu vozidla, je vozidlům s tímto druhem pohonu zakázán vjezd do takto označeného úseku.

Je-li na značce uveden nápis „SMOG“, je zakázaná jízda (nikoli jen vjezd) pro určená vozidla v území, pro které byla vyhlášena smogová situace podle zvláštního právního předpisu.

#### JINÝ PŘÍKAZ A KONEC JINÉHO PŘÍKAZU

Na dopravní značce je uveden slovně příkaz, na který není piktogram.

Příkazů je více druhů. Nemusí se jen týkat cyklistů.



Jiný příkaz C 14a

Značka ukládá jiný příkaz než ten, který je možno uložit jinou příkazovou značkou. Příkaz je vyjádřen vhodným nápisem na značce, například „Cyklisto, sesedni z kola“, „Přejdi na druhou stranu“ apod.

## DÍL 9

### MÍSTA VYHRAZENÁ PRO POHYB CYKLISTŮ/CHODCŮ



Zóna pro cyklisty - IZ 9a



Konec zóny pro cyklisty - IZ 9b



Zóna pro cyklisty - IZ 9a

Značka označuje oblast, kde kromě obecných pravidel provozu na pozemních komunikacích platí zvláštní pravidla pro provoz v cyklistické zóně. Ve spodní části značky se uvedou nápisem nebo vhodným symbolem jiná vozidla než jízdní kola, kterým je vjezd do cyklistické zóny povolen.

Cyklistická zóna je vyhrazená oblast, kde je povolen pohyb cyklistů po celé šíři pozemní komunikace.

**POZOR:**

I zde je možnost pohybu motorových vozidel, pokud jsou vyznačena ve spodní části dopravní značky. Vozidla se pohybují sice omezenou rychlostí do  $30 \text{ km}\cdot\text{h}^{-1}$ , musí umožnit jízdu cyklistům – nesmí je ohrozit, případně musí zastavit vozidlo.

Ale i za těchto podmínek musí být cyklista stále pozorný.

Cyklisté musí umožnit jízdu vozidel v cyklistické zóně.

Vozidla mohou stát jen na vyhrazených místech označených jako parkoviště.





Jízdní pruh pro cyklisty - V 14

Dopravní značka vyznačuje pruh nebo stezku pro cyklisty. Cyklista je povinen jej pro jízdu použít. Pohyb cyklistů je možný jen ve směru šipky. Pokud je pruh vymezený v městském provozu, bývá barevně rozlišený – je červený s hrubším povrchem. DO VYZNAČENÉHO PRUHU SMÍ ŘIDIČ VJÍŽDĚT JEN, POKUD JE TO ZCELA NEZBYTNÉ PRO OBJÍŽDĚNÍ PŘEKÁŽKY NEBO ODBOČOVÁNÍ. MUSÍ DBÁT NA BEZPEČÍ CYKLISTŮ, KTEŘÍ JEDOU V TOMTO VYHRAZENÉM PRUHU. NESMÍ JE OHROZIT. V jízdním pruhu pro cyklisty se mohou pohybovat i jezdci na in linech, koloběžce a dalším sportovní vybavení. Pokud jízdní pruh pro cyklisty končí, cyklista dál pokračuje v jízdě při pravém okraji vozovky.



Piktogramový koridor pro cyklisty - V 20

Piktogramový koridor je dopravní značka, která se využívá především v městském provozu pro upozornění řidičů na zvýšený výskyt cyklistů. Vyznačuje prostor pro cyklisty. Je doprovázen svislou dopravní značkou „Vyhrazený jízdní pruh“ IP 20a. Pokud piktogramový koridor pro cyklisty končí, cyklista pokračuje dál u pravého okraje vozovky nebo přejíždí na cyklostezku, na kterou velmi často piktogramový koridor pro cyklisty navazuje. Piktogramový koridor pro cyklisty je opatřením pro zvýšení bezpečného pohybu cyklistů. Neslouží ani k zastavení ani ke stání a to ani cyklisty. Snižuje se tak bezpečnost i rychlost průjezdu cyklokoridorem.

## DÍL 9

### DOPRAVNÍ ZNAČKY

Vybrané dopravní značky vhodné pro žáky – cyklisty a chodce a chování u těchto značek.



Zatáčka vpravo A 1a



Zatáčka vlevo A 1b



Dvojitá zatáčka, první vpravo A 2a



Dvojitá zatáčka, první vlevo A 2b



Křižovatka A 3

Křižovatka je bez rozlišení přednosti v jízdě – přednost mají vozidla přijíždějící zprava a to ve všech směrech. Chce to trochu zkušenosti a představivosti, aby si řidič uměl rychle v hlavě promítnout, kdo pojede první atd...

Na kruhovém objezdu mají přednost vozidla, která jedou po kruhovém objezdu. Na kruhový objezd vjíždím směrem vpravo, proti směru ručiček hodinek, znamená o změně směru nedávám. Vjíždím, až když dám přednost všem vozidlům, která by mne mohla ohrozit.

Po objezdu se pohybují po pravé straně.



Křižovatka s kruhovým objezdem - A 4



Nebezpečné klesání - A 5a



Nebezpečné stoupání - A 5b

U obou dopravních značek je dána výstraha směrem k řidiči, že se jedná i mimořádně prudké stoupání či klesání. Cyklista by měl vždy zvážit, zda danou dopravní situaci zvládne (dokáže ubrzdít v případě klesání a zda kopec vyšlape – v případě stoupání).

Není žádnou hanbou z kola slézt a kolo vytlačit nebo svézt z kopce – pozor při vedení kola je cyklista chodec a jde po pravé straně silnice, cyklista jde co nejbližší k okraji vozovky, kolo má po své levé straně.



Nerovnost vozovky - A 7a

V těchto místech musí být cyklista zvláště obezřetný. Pokud přecení svoje síly nebo neodhadne nerovnost a vjede nepřiměřenou rychlostí, může jízda skončit pádem. V místě takto označeném je doporučeno zpomalit na rychlost chůze, ev. i sestoupit z kola a nebezpečné místo obejít.

Po sesednutí z kola je cyklista chodec a jako chodec se musí chovat (po sesednutí z kola, cyklista jde co nejdříve vpravo k okraji vozovky nebo po krajnici, kolo má po své levé straně, do silnice). Po sesednutí z kola cyklista může jít po chodníku, jen neohrozí-li ostatní chodce. Jinak musí užít pravé krajnice nebo pravého okraje vozovky.



Provoz v obou směrech - A 9

Dopravní značka bývá umístěna tam, kde je zapotřebí upozornit, že je provoz veden obousměrně, na rozdíl od předcházejícího úseku. Upozorňuje také na konec směrově rozdělené komunikace.



Přechod pro chodce - A 11

Upozornění směrem k řidiči, že je zde možno očekávat zvýšený pohyb chodců – přechod pro chodce řidič buď nevidí, nebo jej neočekává.



Chodci - A 12 a

Upozornění směrem k řidiči na místo nebo úsek pozemní komunikace s možností zvýšeného výskytu chodců anebo častého přecházení chodců přes pozemní komunikaci v místě, kde není zřízen přechod pro chodce, např. v místě pro přecházení.



Děti - A12b

Upozornění směrem k řidiči, na místo nebo úsek pozemní komunikace, v jejichž blízkosti se děti často pohybují nebo shromažďují, přecházejí vozovku, nebo kde hrozí zvýšené

nebezpečí jejich nenadálého vběhnutí do vozovky. Umístěna bývá především u škol nebo sportovních zařízení pro děti.



Cyklisté - A 19

Upozornění směrem k řidiči na místo, kde cyklisté vjíždějí na vozovku nebo ji přejíždějí, anebo na úsek, kde se cyklisté často vyskytují.



Železniční přejezd se závorami - A 29

Značka upozorňuje na železniční přejezd vybavený závorami.



Železniční přejezd bez závor - A 30

Značka upozorňuje na železniční přejezd nevybavený závorami.



Železniční přejezd jednokolejný - A 32a

Značka upozorňuje na jednokolejný železniční přejezd. Je-li řidič povinen před železničním přejezdem zastavit vozidlo, zastaví před touto značkou. V tom to případě se používá DZ „Stůj, dej přednost v jízdě!“ nebo „Dej přednost v jízdě!“ Platí i pro cyklisty!



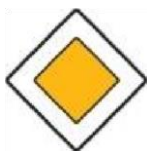
Železniční přejezd vícekolejný - A 32b

Značka upozorňuje na vícekolejný železniční přejezd, kde je potřeba dbát zvýšené opatrnosti pro případ současného průjezdu vlaků z obou směrů. Je-li řidič povinen před železničním přejezdem zastavit vozidlo, zastaví před touto značkou. Platí i pro cyklisty!



Křižovatka hlavní s vedlejší pozemní komunikací - P 1

Značka upozorňuje mimo obec na křižovatku a označuje hlavní pozemní komunikaci. Na značce může být znázorněno i jen levé nebo pravé připojení. V případě složitější křižovatky nebo křižovatky, kde hlavní komunikace neprobíhá v přímém směru, se pod touto značkou použije příslušná dodatková tabulka s vyznačením tvaru křižovatky.



Hlavní pozemní komunikace - P2

Značka označuje zejména v obci hlavní pozemní komunikaci v nejbližší křižovatce nebo uvnitř rozsáhlé nebo složitější křižovatky.

Řidiči pohybující se na hlavní pozemní komunikaci mají přednost v jízdě. Je zapotřebí být obezřetný i v případě, že má řidič přednost v jízdě před vozidly přijíždějícími z vedlejší pozemní komunikace.



Dej přednost v jízdě! - P4

Značka označuje vedlejší pozemní komunikaci. Značku lze použít i uvnitř větší nebo složitější křižovatky nebo na místě, kde se řidiči přikazuje, opakuje nebo zdůrazňuje povinnost dát přednost v jízdě.

Řidič je povinen dát přednost v jízdě všem vozidlům přijíždějících po hlavní pozemní komunikaci.



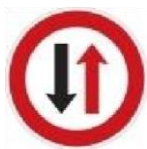
Stůj, dej přednost v jízdě! - P 6

Značka přikazuje řidiči zastavit vozidlo na takovém místě, odkud má do křižovatky náležitý rozhled a dát přednost v jízdě všem vozidlům přijíždějícím jak z levé strany, tak i z pravé strany.

Pokračovat v jízdě je možné, až je silnice volná.

Značku lze použít i uvnitř větší nebo složitější křižovatky.

Značka se používá také před železničním přejezdem v kombinaci s výstražným křížem v případě, kdy je nutno přikázat řidiči zastavení vozidla.



Přednost protijedoucích vozidel - P 7

Značka přikazuje řidiči dát přednost v jízdě protijedoucímu vozidlu v případě, kdy se protijedoucí vozidla nemohou bezpečně vyhnout.



Přednost před protijedoucími vozidly - P 8

Značka informuje řidiče o tom, že řidič protijedoucího vozidla smí do následujícího úseku pozemní komunikace vjet pouze v případě, kdy se jeho a protijedoucí vozidlo mohou bezpečně vyhnout.

Značka se osazuje v opačném směru jízdy než značka „Přednost protijedoucích vozidel“.



Zákaz vjezdu všech vozidel v obou směrech - B1

Značka zakazuje vjezd všem druhům vozidel. Platí i pro nemotorová vozidla, pro cyklisty a další nemotorovou dopravu, např koloběžky.



Zákaz vjezdu všech vozidel - B2

Značka zakazuje vjezd všem druhům vozidel na jednosměrnou pozemní komunikaci, v níž je provoz veden opačným směrem.



Zákaz vjezdu všech motorových vozidel - B3

Značka zakazuje vjezd všech motorových vozidel s výjimkou motocyklů bez postranního vozíku.

Zákaz neplatí pro tramvaje a nemotorová vozidla.



Zákaz vjezdu všech vyznačených vozidel - B 12

Značka zakazuje vjezd vozidlům vyznačených druhů. Včetně cyklistů. Na dopravní značce mohou být i jiné piktogramy.



Zákaz odbočení vpravo - B24a



Značka zakazuje odbočování vpravo na nejbližší křižovatce, na účelovou komunikaci v místě jejího připojení nebo na místo ležící mimo pozemní komunikaci.



Zákaz odbočení vlevo - B 24b

Značka zakazuje odbočování vlevo na nejbližší křižovatce, na účelovou komunikaci v místě jejího připojení nebo na místo ležící mimo pozemní komunikaci.



Zákaz zastavení - B 28

Značka zakazuje zastavení nebo stání, tj. uvedení vozidla do klidu, kromě případů vyvolaných okolnostmi v provozu na pozemních komunikacích jako je např. stojící kolona vozidel, na příkaz policisty a apod. Je-li v dolní části značky v červeném kruhu uvedena doba, platí zákaz pouze v uvedené dobu.



Zákaz stání - B 29

Značka zakazuje stání, tj. uvedení vozidla do klidu na dobu delší, než je doba nezbytně nutná k neprodlenému nastoupení nebo vystoupení přepravovaných osob nebo k neprodlenému naložení a vyložení nákladu. Je-li dodatkovou tabulkou v dolní části značky v červeném kruhu uvedena doba, platí zákaz pouze v uvedené dobu.



Kruhový objezd - C 1

Značka přikazuje jízdu po křižovatce s kruhovým objezdem ve směru šipek na značce zobrazených. Je-li značka doplněna značkou „Dej přednost v jízdě!“ nebo „Stůj, dej přednost v jízdě!“, musí řidič vjíždějící na kruhový objezd dát přednost v jízdě vozidlům jedoucím po kruhovém objezdu. Platí i pro cyklistu vjíždějícího na kruhový objezd.



Přikázaný směr jízdy přímo - C2a



Přikázaný směr jízdy vpravo C 2b

Značka přikazuje jízdu ve směru vpravo.



Příkazové dopravní značky - přikázaný směr jízdy (vybrané DZ)

## DÍL 10

### POKYNY PŘÍSLUŠNÍKA POLICIE

#### ŘÍZENÍ PROVOZU

Provoz na pozemních komunikacích se řídí dopravními značkami světelnými signály a pokyny policistů. Dopravní značky jsou to krátká a výstižná obrázková sdělení, která srozumitelně informují řidiče o tom, jak se má chovat a jaké chování se očekává od ostatních účastníků provozu na pozemních komunikacích. Pro vlastní bezpečnost a ostatních účastníků provozu je nezbytné dopravní značky znát a umět se u nich patřičně chovat.

#### SVISLÉ DOPRAVNÍ ZNAČKY

Svislé dopravní značky – jsou umístěny při pravém okraji pozemní komunikace, nebo nad vozovkou, pro zdůraznění mohou být umístěny i při levém okraji vozovky.



Jsou rozděleny do několika skupin:

**VÝSTRAŽNÉ DOPRAVNÍ ZNAČKY** – vždy jsou trojúhelníkového tvaru, umístěné vrcholem trojúhelníku nahoru, který je bílý a je lemovaný červeně.

**ZÁKAZOVÉ DOPRAVNÍ ZNAČKY** – bílý kruh lemovaný červeně.

**PŘÍKAZOVÉ DOPRAVNÍ ZNAČKY** – modrý kruh s bílým piktogramem, konec platnosti značky je stejná značka přeškrtnutá červeně, (konec platnosti značky není vždy přeškrtnutý červeně, např. přikázaný směr jízdy vpravo, vlevo, přímo, objíždění).

**ZNAČKY UPRAVUJÍCÍ PŘEDNOST** – pro tyto značky není jednotný tvar.

**INFORMATIVNÍ DOPRAVNÍ ZNAČKY SMĚROVÉ** – tabule ukazující směr cíle, dopravní značky specifické pro cyklisty jsou ve žluté barvě.

**INFORMATIVNÍ DOPRAVNÍ ZNAČKY PROVOZNÍ** – modrý čtverec nebo obdélník s piktogramem v bílé barvě, konec platnosti značky je stejná značka přeškrtnutá červeně,  
**INFORMATIVNÍ DOPRAVNÍ ZNAČKY ZÓNOVÉ** – obdélník/čtverec modré barvy s bílým piktogramem.

**DODATKOVÉ TABULKY** – doplňují informaci na dopravních značkách.

**NENÍ ZAPOTŘEBÍ ZNÁT PŘESNÝ NÁZEV DOPRAVNÍ ZNAČKY, ALE DŮLEŽITÉ JE VĚDĚT, JAK SE CHOvat U DOPRAVNÍ ZNAČKY.**

Vodorovné dopravní značení – je provedeno buď bílou barvou nebo červenou/žlutou barvou přímo na silnici nebo na cyklostezce/stezce pro cyklisty a chodce.

Světelné signály – podávají barevnými signály informaci o tom, jak se má řidič na pozemní komunikaci chovat. Jsou nadřazeny svislému dopravnímu značení.

Pokyny příslušníka Policie ve stejnokroji se řídí provoz na komunikaci.

PŘI ŘÍZENÍ PROVOZU MÁ NEJVĚTŠÍ VÁHU POKYN POLICISTY, KTERÝ JE NADŘAZENÝ NAD VŠECHNY DOPRAVNÍ ZNAČKY, SVĚTELNÉ SIGNÁLY A VODOROVNÉ ZNAČENÍ A DOPRAVNÍ ZAŘÍZENÍ. STEJNĚ TAK MŮŽE ŘÍDIT I PROVOZ VOJENSKÝ POLICISTA A PŘÍSLUŠNÍK VOJENSKÉ POŘÁDKOVÉ SLUŽBY, PŘÍPADNĚ STRÁŽNÍK OBECNÍ POLICIE, KTERÝ PROVOZ USMĚRŇUJE.

POKYNY PŘÍSLUŠNÍKA POLICIE VE STEJNOKROJI SE ŘÍDÍ PROVOZ NA KOMUNIKACI.



Pokyn „Stůj!“ pro řidiče přijíždějící směrem k čelu nebo k zadům policisty

Na pokyn „Stůj!“ pro směr, ke kterému stojí policista čelem nebo zády, řidič – cyklista je povinen zastavit vozidlo.

Při pokynu „Stůj!“ může policista upažit obě nebo jednu paži; obě paže může připažit, postačí-li k řízení provozu postoj\*. <sup>1</sup>



„Pozor!“ pro všechny řidiče

Pokyn „Pozor!“, vztyčí-li policista paži nebo předloktí pravé paže se směrovkou, řidič jedoucí ze směru, pro který byl provoz předtím zastaven, je povinen se připravit k jízdě. Řidič jedoucí ve směru předtím volném je povinen zastavit vozidlo. Je-li však již tak blízko, že by nemohl bezpečně zastavit vozidlo, smí pokračovat v jízdě.



„Volno!“ pro řidiče přijíždějící směrem k pravému nebo levému boku policisty

Pokyn „Volno“ pro směr, ke kterému stojí policista bokem; řidič může pokračovat v jízdě, dodrží-li ustanovení o odbočování, může odbočit vpravo nebo vlevo. Při pokynu „Volno“ může policista upažit obě nebo jednu paži; obě paže může připažit, postačí-li k řízení provozu postoj.



„Stůj!“ pro řidiče přijíždějící směrem k zádům a pravému boku policisty

„Volno!“

1. pro řidiče přijíždějící směrem k levému boku policisty odbočující vpravo nebo vlevo,

---

<sup>1</sup> Vysvětlivka pro žáky: Postoj je, jak člověk stojí.

2. pro řidiče přijíždějící směrem k čelu policisty, pokud odbočuje vpravo,
3. pro chodce přecházející za zády policisty.

Má-li policista pravou paži předpaženou a levou upaženou, znamená to „Stůj!“ pro řidiče přijíždějícího směrem k zadům a pravému boku policisty a „Volno“ pro řidiče přijíždějícího směrem k levému boku policisty. Řidič přijíždějící směrem k zadům a pravému boku policisty je povinen zastavit vozidlo. Řidič přijíždějící k levému boku policisty může pokračovat v jízdě, a dodrží-li ustanovení o odbočování, může odbočit vpravo nebo vlevo. Řidič přijíždějící směrem k čelu policisty smí odbočovat jen vpravo; chodci smějí přecházet vozovku jen za zády policisty.



„Zpomalit jízdu!“



„Zrychlit jízdu!“

*Policista může při řízení provozu dávat i jiné pokyny, například „Zrychlit jízdu!“ vodorovným kýváním paže přes střed těla nebo „Zpomalit jízdu!“ kýváním paže nahoru a dolů.*

*K zdůraznění svého pokynu může policista užít znamení píšťalkou.*

## DÍL 11

### DOPRAVNÍ ZNAČKY, KTERÉ JSOU URČENY PRO CYKLISTY



Zákaz vjezdu jízdních kol



Zákaz vjezdu vyznačených vozidel

Tato značka povoluje vedení kola, ale jízdu nebo jen vjetí do toho prostoru je zakázáno.



Vjezd je zakázán cyklistům, ale chodec – cyklista vedoucí kolo sem může. Cyklistům není povolen vjezd a to ani do 10 let věku. Vstup je povolen jen chodcům – cyklista musí z kola sesednout a kolo vést. Jet zde může např. jezdec na inline bruslích nebo skateboardu.



Stezka pro cyklisty.

Zde může cyklista kolo i vést.

Stezka pro cyklisty je určena pro bezpečný pohyb cyklistů. Na stezce pro cyklisty můžete očekávat pohyb inlinistů, jezdců na segway, nebo skateboardu a podobně. Konec stezky je označen stejnou dopravní značkou, která je přeškrtnuta červeným pruhem. Zde končí výhoda pro cyklisty a jedou buď v dopravním prostředí spolu s motoristy anebo vedou kolo po chodníku.



Stezka pro chodce a cyklisty společná

Stezka pro chodce a cyklisty je určena pro bezpečný pohyb cyklistů mimo motorovou dopravu. Na stezce pro chodce a cyklisty můžete očekávat pohyb chodců, které nesmí cyklista ohrozit, inlinistů, jezdců na segway, nebo skateboardů a podobně. Chodec nesmí ohrozit cyklistu.

Konec stezky je označen stejnou dopravní značkou, která je přeškrtnuta červeným pruhem. Zde končí výhoda pro cyklisty a jedou buď v dopravním proudu spolu s motoristy anebo vedou kolo po chodníku.



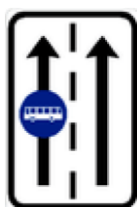
Stezka pro chodce a cyklisty dělená

Stezka pro chodce a cyklisty dělená je vyznačena pruhem pro chodce a pruhem pro cyklisty. Je určena pro bezpečný pohyb cyklistů. Na dělené stezce pro chodce a cyklisty můžete očekávat pohyb chodců, které nesmí cyklista ohrozit, inlinistů, jezdců na segway, nebo skateboardů a podobně.

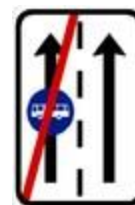
Chodci jdou ve vlastním pruhu, ale mohou se vstoupit do jízdniho pruhu pro cyklisty, pokud by museli se vyhýbat nebo obcházet překážku.

Cyklisté jedou ve svém vyhrazeném pruhu, do pruhu pro chodce mohou vjet jen, pokud by se museli vyhýbat nebo objíždět překážku. Musí dávat znamení o změně směru jízdy.

Konec stezky je označen stejnou dopravní značkou, která je přeškrtnuta červeným pruhem. Zde končí výhoda stezky pro cyklisty, kteří pak jedou buď v dopravním proudu spolu s motoristy anebo vedou kolo po chodníku.



Vyhrazený jízdni pruh



Konec vyhrazeného jízdniho pruhu

Piktogram kola je umístěný v kruhovém poli modré barvy a vyobrazeným jízdním kolem. Konec vymezeného jízdniho pruhu je označen stejnou dopravní značkou. Je označena přeškrtnutím červenou barvou.



S příkázaným jízdním pruhem se můžeme setkat především ve větších městech. Bývá to příkázaný jízdni pruh pro cyklisty, pokud je na vyobrazení kolo. Může zde být i piktogram např. autobusu, pro který je tento pruh také vyhrazen. Cyklista se pohybuje při pravém okraji vyhrazeného jízdniho pruhu.

Může zde být i více vyobrazených dopravních prostředků, pro které je pruh vyhrazen (taxi). V dodatkové tabulce bývá vyznačen čas platnosti (např. 10-20). Vyhrazený jízdni pruh bývá označen i vodorovným dopravním značením s vyobrazením vozidel, které mohou pruhu využívat pro integraci cyklo dopravy. Vyhrazený jízdni pruh zvyšuje ochranu cyklistů při průjezdu frekventovaným prostorem.

Na jízdni pruh pro cyklisty smí řidič jiného vozidla vjet v podélném směru rovněž tehdy, není-li přilehlý jízdni pruh pro toto vozidlo dostatečně široký. Při vjíždění na jízdni pruh pro cyklisty nesmí řidič ohrozit cyklistu jedoucího v tomto pruhu. Totéž platí i pro cyklistu – nesmí ohrozit cyklistu, které v tomto pruhu jede.

Řidič odbočující vpravo musí dát přednost v jízdě vozidlům jedoucím ve vyhrazeném jízdni pruhu, pro něž je tento jízdni pruh vyhrazen to znamená i cyklistům jedoucím v jízdni pruhu pro cyklisty.

Pokud je na této dopravní značce vyobrazen piktogram jízdniho kola, tak jízdni pruh, na kterém je piktogram, je vyhrazeným jízdni pruhem pro cyklisty a musí jej pro jízdnu použít.



Značka prikazuje sesednout z kola a kolo jen vést. Pokračovat v jízdě je zakázáno. Stejná dopravní značka přeškrtnutá červeným pruhem ukončuje její platnost a cyklista může pokračovat dále v jízdě – pokud zde není některá z dalších zákazových či prikazových dopravních značek.



Obytná zóna je prostorem, kde se mohou na kole pohybovat děti do 10 let bez dozoru osoby starší 15 let. Děti si zde mohou hrát a jezdit např. na kole v celé šířce plochy obytné zóny. POZOR! Motoristé mohou do této zóny také vjíždět – i když jen omezenou rychlostí a proto je zapotřebí být i zde velmi obezřetný a sledovat dění kolem sebe.

Dopravní značka „Obytná zóna“ - přeškrtnutá červeným pruhem ruší všechny výhody pro děti – Konec obytné zóny.



Pěší zóna je určena především pro pohyb chodců. Pokud není ve spodní části dopravní značky vyznačeno jízdní kolo, je vjezd cyklistům zakázán. Pokud je zde vyznačeno kolo, je zapotřebí se podívat, která vozidla mají povolený vjezd: např. zásobování apod. Pokud mají vozidla povolený vjezd současně s cyklisty, je zapotřebí být velmi obezřetný a sledovat provoz kolem sebe. Cyklista nesmí ohrozit chodce, ale zase cyklistu by mohl při nepozornosti ohrozit řidič motorového vozidla.

### V PĚŠÍ ZÓNĚ DÁVEJTE VELKÝ POZOR!



Cyklistická zóna, pokud není ve spodní části vyznačen i jiný druh motorových vozidel, kterým je povolen vjezd, je místem, kde se mohou cyklisté pohybovat po celé šíři vozovky.

Pokud je ve spodní části dopravní značky vyznačen druh vozidla, musí cyklisté umožnit jízdu těmto vozidlům. Vozidla naopak musí jet maximální rychlostí do 30 km.h<sup>-1</sup>. Řidič motorového vozidla nesmí cyklistu ohrozit. Pokud je to nezbytné pro bezpečnost cyklistů, musí vozidlo zastavit.

Dopravní značka „Cyklistická zóna“ je ukončena černým silnějším přeškrtnutím dopravní značky. Tady výhoda pro cyklisty končí a cyklisty dál pokračuje v dopravním prostředí po pravé straně vozovky, pokud není upraveno dopravním značením jinak.



Jednosměrný provoz



Dodatková tabulka - Jízda cyklistů v protisměru

Dodatková tabulka k dopravní značce „Jednosměrný provoz“ informuje řidiče motorových vozidel, že je zde povolena jízda cyklistů v protisměru. Řidič musí dát pozor, aby neohrozil cyklisty jedoucí v protisměru.



Zákaz vjezdu všech vozidel



Vjezd cyklistů v protisměru povolen - E 12b

Dodatková tabulka E 12b pokud je umístěna pod dopravní značkou „Zákaz vjezdu všech vozidel“ umožňuje vjezd cyklistům do jednosměrné komunikace. Cyklista zde musí být obezřetný, musí sledovat pohyb vozidel. Vjezd vozidel z druhé strany je povolen.

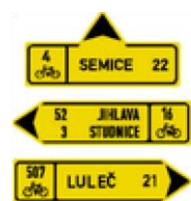


Povolený směr cyklistů

Tabulka za použití odpovídajících směrových šipek vyznačuje možný směr jízdy cyklistů.

## DÍL 12

### DOPRAVNÍ ZNAČKY PRO CYKLISTY, KTERÉ PODÁVAJÍ INFORMACI O SMĚRU JÍZDY A ZPŮSOBU JÍZDY



Směrové tabule pro cyklisty (přímo, vlevo nebo vpravo) IS 19 a, 19 b a 19 c

Značka informuje o směru a vzdálenosti v kilometrech k vyznačenému cíli (cílech) cyklistické trasy a o čísle (popřípadě jiném označení) této trasy.



Návěst před křižovatkou pro cyklisty IS 20

Značka informuje o směru a čísle (popřípadě jiném označení) cyklistické trasy v místě jejich vzájemného křížení a vyznačuje jejich průběh křižovatkou.



Směrová tabulka pro cyklisty (přímo, vlevo nebo vpravo) IS 21 a, 21 b, 21 c

Značka informuje o čísle (popřípadě jiném označení) cyklistické trasy a označuje její průběh.



Konec cyklistické trasy

Značka informuje o konci značené cyklistické trasy.

## DÍL 13

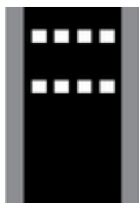
### VODOROVNÉ DOPRAVNÍ ZNAČENÍ - SPECIFICKÉ PRO CYKLISTY

#### JÍZDNÍ PRUH PRO CYKLISTY



Jízdní pruh pro cyklisty je vyznačená dráha, po které se cyklisté musí pohybovat, pokud je vyznačena. Zvyšuje bezpečnost cyklistů. Cyklista se může pohybovat jen ve směru šipky.

#### PŘEJEZD PRO CYKLISTY



Dopravní značka „Přejezd pro cyklisty“ umožňuje cyklistům překonat silnici bez sesednutí z kola. Cyklisté zde musí být stejně pozorní jako u jiných typů přechodů.

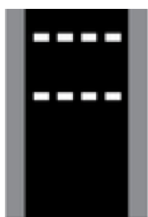
„Přejezd pro cyklisty“ je řádně označený dopravním vodorovným a svislým značením. V tomto případě cyklista přes cyklopřejezd přejíždí. Pokud vjede na přejezd pro cyklisty, řidiči ostatních vozidel přijíždějících zprava i zleva ho musí nechat bezpečně přejet na druhou stranu. Ovšem až v okamžiku, kdy dává jasně najevo, že hodlá na cyklopřejezd vjet.

Přejezd pro cyklisty je vyznačen přerušovanou bílou čarou se čtvercovým tvarem.

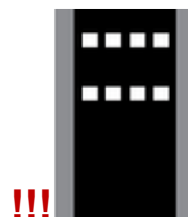
**POZOR** nezaměnit za:

#### MÍSTO PRO PŘECHÁZENÍ

Na tomto místě se cyklista chová jako chodec. Sesedne z kola a kolo vede přes místo pro přecházení. Vyznačené místo na silnici je na rozdíl od přejezdu pro cyklisty vyznačeno bílou barvou s obdélníkovým tvarem přerušované čáry! Nemá svislou dopravní značku.



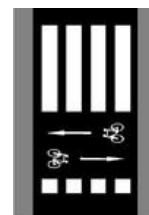
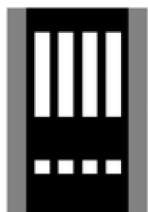
X



Místo pro přecházení V 7b

Přejezd pro cyklisty V 8a

## PŘEJEZD PRO CYKLISTY PŘIMKNUTÝ K PŘECHODU PRO CHODCE



Přejezd pro cyklisty – vyhrazený jízdní pruh pro cyklisty = povinnost použít tento vyznačený pruh. Značka vyznačuje plochu, která je určena pro přejíždění cyklistů přes pozemní komunikaci.

Pozor při vjíždění do vymezeného pruhu – vjíždějící cyklista nesmí ohrozit cyklistu jedoucího v protisměru v tomto pruhu.

Přechod pro chodce je společný s cyklopřejezdem a je řádně označený dopravním vodorovným značením. V tomto případě cyklista přes cyklopřejezd přejíždí. Pokud vjede na přejezd pro cyklisty, řidiči ostatních vozidel přijíždějících zprava i zleva ho musí nechat bezpečně přejet na druhou stranu.

Ovšem až v okamžiku, kdy dává jasně najevo, že hodlá na cyklopřejezd vjet. Cyklista nesmí vjet na přejezd pro cyklisty, pokud by řidič přijíždějícího vozidla jedoucí po vozovce musel náhle brzdit nebo měnit směr jízdy a mohl vyvolat nebezpečnou situaci. Sdružený přechod pro chodce a přejezd pro cyklisty



Cyklista přejíždí přes vyznačený přechod jen v místech, kde je vyznačena přejížděná plocha čtverci. Přechod pro chodce je společný s cyklopřejezdem a je řádně označený dopravním vodorovným značením. Cyklista vždy přejíždí vpravo. V tomto případě cyklista přes cyklopřejezd přejíždí. Pokud vjede na přejezd pro cyklisty, řidiči ostatních vozidel přijíždějících zprava i zleva ho musí nechat bezpečně přejet na druhou stranu. Ovšem až v okamžiku, kdy dává jasně najevo, že hodlá na cyklopřejezd vjet. Zebra je určena jen pro chodce. Cyklista ji může využít, pokud povede kolo.

## PROSTOR PRO CYKLITY – NA KŘIŽOVATCE SE SVĚTELNÝM SIGNALIZAČNÍM ZAŘÍZENÍM



Je označen buď jednoduchým piktogramem jízdního kola, v místech s větší intenzitou dopravy bývá pole zvýrazněno červenou barvou.

Je umisťován ve všech směrech před hlavní STOP čarou světelných křižovatek. Je určený výhradně cyklistům, kteří v něm čekají na světelný signál „Volno“, ostatní vozidla nesmějí do tohoto vyhrazeného prostoru vjíždět.

Plní funkci jen ve chvíli, kdy svítí motorovým vozidlům signál „Stůj“ – červená. Pokud cyklista projíždí křižovatku na signál „Volno“ – na zelenou, má cyklista podmínky jako ostatní účastníci provozu.

Toto místo je také využíváno tam, kde vyznačená cyklostezka navazuje na světelně řízenou křižovatku. Cyklisté se řadí do vyznačeného prostoru a na světelném signalizačním zařízení mají signál „Volno“ dříve, než motorová vozidla. Mají možnost zdolat křižovatku bezpečněji, než ve společném dopravním proudu.

## PIKTOGRAMOVÝ KORIDOR PRO CYKLISTRY

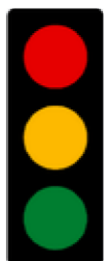


Piktogramový koridor pro cyklisty je místo, které je vyznačeno obrysem cyklisty – piktogramem. Motoristy upozorňuje, že je v těchto místech vyšší výskyt cyklistů. Je využíváno v místech s častým pohybem cyklistů. Naznačuje směr pro pohyb cyklistů. V těchto místech je pohyb vozidel a cyklistů souběžný. Pokud končí piktogramový koridor, cyklista pokračuje po běžné komunikaci dál. Pokud to není zcela nezbytné, v koridoru nestůjte ani nezastavujte. Zbytečně by se komplikovala cesta pro projíždějící cyklisty – musí vybočit mezi vozidla.



## DÍL 14

### TŘÍBAREVNÁ SOUSTAVA SIGNÁLŮ



Signál s červeným světlem „Stůj!“

Signál se žlutým světlem „Pozor!“

Signál se zeleným světlem „Volno“

Tříbarevná soustava s plnými signály S 1a, S 1b a S 1c

Signál s červeným světlem „Stůj!“

Signál znamená pro řidiče povinnost zastavit vozidlo před dopravní značkou „Příčná čára souvislá“, „Příčná čára souvislá se symbolem Dej přednost v jízdě!“ a „Příčná čára souvislá s nápisem STOP“, a kde taková dopravní značka není, před světelným signalizačním zařízením (semaforem).

Signál se žlutým světlem „Pozor!“

Signál znamená pro řidiče povinnost zastavit vozidlo před dopravní značkou „Příčná čára souvislá“, „Příčná čára souvislá se symbolem Dej přednost v jízdě!“ a „Příčná čára souvislá s nápisem STOP“, a kde taková dopravní značka není, před světelným signalizačním zařízením (semaforem).

Je-li však vozidlo při rozsvícení tohoto signálu již tak blízko, že by řidič nemohl vozidlo bezpečně zastavit, smí pokračovat v jízdě.

Svítl-li světlo tohoto signálu přerušovaně, nejde o křižovatku s provozem řízeným světelnými signály. Tento signál se současně svítícím červeným světlem „Stůj!“ značí povinnost připravit se k jízdě.

Signál se zeleným světlem „Volno“

Signál znamená pro řidiče možnost pokračovat v jízdě, a dodrží-li ustanovení o odbočování, může odbočit vpravo nebo vlevo, přičemž musí dát přednost chodcům přecházejícím ve

volném směru po přechodu pro chodce a cyklistům přejíždějícím ve volném směru po přejezdu pro cyklisty.

Svítlí-li signál „Signál pro opuštění křižovatky“ umístěný v protilehlém rohu křižovatky, neplatí pro odbočování vlevo povinnost dát přednost v jízdě protijedoucím motorovým i nemotorovým vozidlům, jezdcům na zvířeti, protijedoucím organizovaným útvarům chodců a průvodcům hnaných zvířat se zvířaty, tramvajím jedoucím v obou směrech a vozidlům jedoucím ve vyhrazeném jízdním pruhu, pro něž je tento jízdni pruh vyhrazen. Zde je zapotřebí zdůraznit povinnost dát přednost chodcům na přechodu pro chodce. Pokud cyklista zavládne sledovat při udržení zásad bezpečné jízdy světelnou signalizaci na přechodu pro chodce ve směru, kam odbočuje, bude vědět, zda pro chodce (cyklisty) na přechodu je už signál „Volno“. Pokud je ve vyhrazeném prostoru pro cyklisty na křižovatce, je možné, že signál „Volno“ ještě nebudou mít ani chodci ani cyklisté ve směru, kam cyklista odbočuje. Ale raději jen zdůraznit „DÁT PŘEDNOST“ chodcům cyklistům na přechodu pro chodce ve směru, kam odbočuje.



Tříbarevná soustava se směrovými signály S 2a, S 2b a S 2c

Signály znamenají pro řidiče povinnost zastavit vozidlo nebo možnost pokračovat v jízdě jen ve směru, kterým šipka ukazuje. Směřuje-li zelená šipka vlevo, neplatí pro odbočování vlevo povinnost dát přednost v jízdě protijedoucím motorovým i nemotorovým vozidlům, jezdcům na zvířeti, protijedoucím organizovaným útvarům chodců a průvodcům hnaných zvířat se zvířaty, tramvajím jedoucím v obou směrech a vozidlům jedoucím ve vyhrazeném jízdním pruhu, pro něž je tento jízdni pruh vyhrazen. Pozor při odbočení dát na přednost chodcům a ev. cyklistům přechodu ve směru, kam se odbočuje.



Tříbarevná soustava se signály pro cyklisty S 10

Barevná škála je stejná jako signály pro motorová vozidla. Červená, žlutá a zelená.



Dvoubarevná signální soustava se znamením „Stůj!“ a „Volno“ S 10

Soustava dvoubarevných signálů je umístěna u přejezdu pro cyklisty, platí pro cyklisty obdobně jako pro chodce signály umístěné na druhé straně pozemní komunikace (na druhé straně přejezdu pro cyklisty). V takovém případě lze užít dvoubarevnou signální soustavu se znamením „Stůj!“ a „Volno“.



Soustava tříbarevných signálů platí pro chodce a cyklisty. Umístěna bývá u přejezdu pro cyklisty přimknutého k přechodu pro chodce.

## RIZIKOVÁ MÍSTA PŘI JÍZDĚ NA KOLE

### ŽELEZNIČNÍ PŘEJEZD

Mezi kolejová vozidla patří i tramvaje. Kolejnice je vhodné přejíždět jen kolmo na trať.

### VÝMOLY

Výmoly na silnici jsou velmi nebezpečné a to jak menší, tak hlavně velké výmoly – nebezpečí proražení pláště pneumatiky, pádu apod.

### KALUŽE

Projíždění přes kaluže je docela atraktivní, ovšem i kaluž může být příčinou pádu. Pod hladinu nevidíme a nevíme, co se pod hladinou může skrývat – nebezpečný předmět anebo hloubka kaluže. Nehledě na to, že okraje kaluže mohou být velmi příkré a způsobit nemožnost vyjetí z kaluže ven.

### KANÁLOVÉ KRYTY

Cyklisté jezdí většinou v pravé části vozovky. Po najetí na kanálový kryt může dojít k vychýlení z jízdní dráhy. Může následovat i pád z kola.

Je zapotřebí si hlídat, zda nenajíždím na kryt kanálu, který má podélné otvory. Je to sice už jen velmi málo kdy vidět, ale cyklisté se i s touto variantou krytu kanálů mohou setkat.

### KAMENNÁ DLAŽBA NA SILNICI

Mnoho měst se vrací ke klasickým kostkám, zvláště v historických centrech měst bývá použití této dlažby dost časté. Dlažba je nerovná, po dešti je velmi kluzká.

### SPÁRY MEZI DLAŽBOU

Pokud cyklista vjede do spáry mezi dlažbou, jen velmi špatně se dá tato situace zvládnout bez pádu. Zvláště pokud je kolo opatřeno úzkými pneumatikami – „galusky“ apod.

## NEBEZPEČÍ ZAPARKOVANÝCH VOZIDEL

Pokud vozidla stojí zaparkovaná rovnoběžně s krajnicí, je nebezpečí pro cyklistu otevření dveří od vozidla. A to nejen na straně řidiče, ale také u spolujezdce, pokud vozidlo objíždí se zprava. Srážka s otevřenými dveřmi vozidla končí vážným úrazem.

Pokud vozidla stojí zaparkovaná šikmo ke krajnici je nebezpečím při vyjíždění vozidla z řady, že cyklistu přehlédne. Proto pečlivě sledujte koncovky vozidel, zda nesvítí světlo bílé barvy – a auto necouvá.

## NEBEZPEČÍ JEDOUCÍCH VOZIDEL

Při odbočování vozidel doprava, se může stát, že řidič přehlédne cyklistu, který se může za vozidlem „schovat“, nebo se řidič řádně nerozhledne kolem vozidla a při odbočování vpravo nedá znamení o změně směru v jízdě vpravo a cyklista neví, že bude měnit směr jízdy a může do vozidla narazit z boku.

## PEVNÉ PŘEDMĚTY NA VOZOVCE

Na vozovce se často povalují kousky, které spadly z projíždějících vozidel – části nákladu. Mohou to být rozježděné části dřeva z větví stromů, odpadané protektory z kol nákladních vozidel, a další nečistoty, které vozidlům příliš nepřekáží, ale pro cyklistu znamenají vážné nebezpečí. Sledujte proto, co na silnici leží. Mohou být i součástí vybavení silnice. Příčný práh



Krátký příčný práh

## JÍZDA ZA PRUDKÉHO SLUNCE

Nebezpečí oslnění. Pokud se cyklista pohybuje v lese nebo mezi porostem, musí počítat s tím, že se střídá oblast stínu a osvětlené plochy. Je to náročné na zrak a může dojít ke krátkodobému oslnění řidiče – cyklisty (brýle).

## V. ROČNÍK

### UČIVO

Upevňovat a rozvíjet získané vědomosti, dovednosti a návyky účastníka silničního provozu v roli chodce i cyklisty

Poznávám vztahy mezi účastníky provozu na pozemních komunikacích, uvědomuji si je

Učit se bezpečnému chování i v krizových situacích a také krizové situace předvídat

Učit se chovat v provozu na pozemních komunikacích čitelně

Umím volat na krizovou linku

Umím poskytnout první předlékařskou pomoc

## KRIZOVÉ SITUACE V PROVOZU NA POZEMNÍCH KOMUNIKACÍCH – CYKLISTA

Cílem lekce je ověřit a prohloubit znalosti a dovednosti žáků v oblasti chování se při jízdě na kole.

Ověření, zda zvládají dovednost poskytnout první pomoc.

Jsou si vědomi, co všechno může ovlivnit následky nehody při jízdě na kole.

Žáci znají výbavu jízdního kola a jsou si vědomi následků jízdy na technicky nezpůsobilém kole.

Pomůcky:

Telefonní přístroj – hráči budou „jako“ telefonovat. Buď s použitím vlastních mobilů, nebo telefonát budou hrát.

Cyklistické přilba – různé velikosti (malé i velké).

Tištěný text s příběhem cyklistů – 6 kusů/třída. Pokud bude text na kvalitním podkladu, bude možno využít opakovaně.

Obvazový materiál pro poskytnutí první pomoci.

Opakování učiva ze 4. ročníku

Pravidla pro bezpečný pohyb po cyklostezce

Výbava kola. Povinná a nepovinná (povinná za snížené viditelnosti a doporučená).

Výbava cyklisty.

### POSTUP

Třída se rozdělí na skupiny po 4-5 žácích.

Budou představovat skupinu cyklistů, kteří prožijí příběh – viz text. Jeden ze skupiny bude představovat cyklistu s nevhodnou přilbou – pro další činnosti ve skupině.

Skupina dostane text.

Každá skupina bude mít za úkol:

1. Přečíst si příběh (viz motivační část).
2. Vyřešit vše kolem úrazu – poskytnutí první pomoci.
3. Názorně ukázat, jak by kamarádovi byli schopni poskytnout první pomoc – každá skupina zvlášť.
4. Určit, jaké chyby udělali kluci na výletě.
5. Jak se měli chovat, aby se předešlo úrazu.
6. Vybrat přilbu správné velikosti pro vybraného člena skupiny.
7. Ukázat, jak se přilba správně nasazuje a upevňuje na hlavě.
8. Popsat jaká je povinná (povinná za snížené viditelnosti) výbava kola.
9. Popsat doporučenou výbavu kola a vysvětlit, kdy je zapotřebí mít kolo vybavené doporučenou výbavou.
10. Popsat výhody doporučené výbavy kola.



## Cyklisté – výbava kola



- **Povinná výbava:**
  - Dvě na sobě nezávislé brzdy
  - Zadní odrazka červené barvy
  - Přední odrazka bílé barvy
  - Oranžové odrazky v paprscích obou kol
  - Oranžové odrazky na obou stranách pedálů
- **Povinná výbava za snížené viditelnosti:**
  - Přední světlo bílé barvy
  - Zadní světlo červené barvy
  - Zdroj elektrické energie
- **Doporučená**
  - Zvonek
  - Účinné blatníky
  - Kryt řetězu
  - Hustilka



[www.ibesip.cz](http://www.ibesip.cz)

[www.facebook.com/ibesip](https://www.facebook.com/ibesip)

[www.youtube.com/ibesip](https://www.youtube.com/ibesip)

Obr. Výbava kola – povinná a doporučená

Zdroj [ibesip.cz](http://ibesip.cz)

## PŘÍBĚH - MOTIVAČNÍ ČÁST:

Kluci z 5. B se rozhodli jet na výlet. Je jich pět kamarádů. Už je konec školního roku a tak vyráží na malý výlet. Kola mají doma nachystaná a tak vyrazí hned po škole.

Jeden z nich nemá cyklistickou přilbu. Rozbila se mu na posledním výletě, když s kamarády zkoušel jezdit přes skokánek. Tenkrát mu spadla z hlavy a roztříštila se o kámen. Měl ji jen nasazenou a ne dobře upevněnou na hlavě. Dělal ze sebe frajera. On přece přilbu vůbec nemusí mít. Nikdy nespádl.

Ostatní ho přemluvili, aby s nimi jel s přilbou, kterou našel v garáži. Přilba nebyla jeho, ale mladšího bráchy. Moc mu na hlavě nedržela, ale přece nezůstane doma, když se může před kluky ukázat, jak mu to jde.

Domluvili se, že kola povedou až na místo, kde začíná cyklostezka a odtud teprve pojedou na kolech. Cyklostezka je bezpečné místo pro pohyb cyklistů a tak se nemůže nic stát.

A tak vyrazili.

Kola vedou a jdou po levé straně silnice tak, jak je to správně. Jdou všichni vedle sebe, aby si mohli vykládat. Nikde nic nejede. Silnice je už skoro mimo město. Za chvíli byli u cyklostezky, která vede z vedlejšího městečka.

Jak se dostali na cyklostezku, nasedli na kola a už jedou. První udává tempo. Ostatní na něj pokřikují, že jede pomalu. Začali se předhánět se předhánět, kdo bude nejrychlejší. Nevšímají si ničeho jiného, než jak být co nejrychlejší. Rychlejší než kamarádi. Ale zábavu ukončil pád. Spadl zrovna ten, který měl bratrovu přilbu. Zůstal ležet na zemi, kolo vedle něho, kola se ještě točí.

Ostatní na něj pokřikují: Vstávej, to nic není! Jedéééém! Ale nevstává. Kluci se k němu vracejí. Vidí, že mu teče z hlavy a obličeje krev. Má odřeniny na koleni a obou rukách. Přilba se válí daleko od něho.

Co teď? Tady v lese.

Má někdo lékárničku?

Úkol: Poskytnout první pomoc kamarádovi, který krvácí ze zranění.

Kluci, máte někdo mobil?

S tím si tady neporadíme.

Zavoláme jeho tátovi nebo mamince.

To je blbost! Co pomůžou rodiče? Musíme zavolat doktorovi.

OTÁZKA INSTRUKTORA:

*Jaké číslo volat?*

*Obvodnímu lékaři.*

*Zdravotní záchrannou službu.*

*Nebo na linku 112?*

Při poskytování první pomoci jeden ze skupiny bude volat:

Úkol:

**UKAŽTE NÁZORNĚ, JAKÝ JE POSTUP PŘI VOLÁNÍ PRVNÍ POMOCI.**

Dva vybraní žáci ze skupiny názorně předvedou rozhovor.

Jeden je operátorem na tísňové lince (služby rychlé záchranné pomoci) a povede hovor s volajícím.

Druhý je volajícím na linku první pomoci.

Jak správně volat a postupovat při volání?

Správný postup:

1. řeknu svoje jméno a příjmení
2. řeknu město a popis místa, odkud volám,

3. popíšu, co se stalo,
4. vyčkám pokynů operátora.

Úkol:

Popište pořadí, v jakém bude postupovat, pokud se někomu na výletě přihodí zranění.

Postup při poranění:

Zjistím, co se stalo.

Pokud je to zapotřebí, pokusím se poskytnout první pomoc, kterou umím nebo alespoň vím, jak na to (obvázat krvácející poranění, podívat se, zda není zraněný v bezvědomí, zda dýchá apod.).

Co nejrychleji zavolat na linku rychlé zdravotní pomoci – pokud jsem ve městě.

V mimoměstské oblasti přivolat pomoc na lince 112.

Správně postupovat při volání a dbát na pokyny operátora.

## JÍZDNÍ KOLO A JEHO VÝBAVA

Pomůcky:

Tzv. odstrojené kolo, bez základní výbavy.

Základní výbava – položená mimo kolo, např. v krabici vedle kola. Doporučuje se, do základní výbavy přidat i nepovinnou výbavu, aby měli žáci z čeho vybírat a museli chvíli přemýšlet, co do povinné výbavy patří.

Úkolem skupiny je:

Přípevnit nebo ukázat, kam jednotlivé části povinné výbavy patří.

Popis:

Na stole (na podlaze) leží kolo, které je zcela bez výbavy.

Vedle leží povinná výbava kola.

Úkol:

Polož součásti povinné výbavy ke kolu tam, kam patří. Pojmenuj jednotlivé součásti povinné výbavy.

Doplň, co bys mohl/a na kolo ještě doplnit, jako doporučenou výbavu.

Zkuste společně ve skupině vysvětlit, proč je zapotřebí kolo pravidelně nechat prohlédnout v cykloservisu.

## ZÁVĚR

Metodika pro výuku a výcvik na dopravním hřišti umožňuje ověření základních znalostí a dovedností dětí – žáků I. stupně základních škol. Ve škole je možné děti edukovat v oblasti teoretických znalostí. Dopravní hřiště nabízí díky svému poslání již z názvu „hřiště“ ověřit v praxi nabyté znalosti a ověřit, zda jsou na patřičné požadované úrovni. V předložené metodice jsou zpracovány základní znalosti kladené na žáky I. stupně ZŠ převedené do praktického nácviku dovedností, pro které nejsou ve škole podmínky, resp. dostatečné vybavení pomůckami, kterými disponuje většina dopravních hřišť v ČR.

Metodika má sloužit především pro základní ověření znalostí a prohloubení dovedností během jedné lekce na dopravním hřišti, tak aby byla zajištěna jednotná úroveň znalostí a dovedností žáků základních škol v celé republice.

Ve školní výuce dopravní výchovy není zdaleka dána možnost věnovat se problematice již z důvodu absence vybavení, kterým disponují dopravní hřiště s odborně vyškoleným personálem.

Pro všechny, kteří s dětmi pracují na dopravních hřištích, je zde vytvořen metodický návod, jak v lekci postupovat a jaké pomůcky je vhodné mít pro realizaci aktivit.

Autoři věří, že touto metodikou se podaří naučit děti bezpečnému chování a dopravní hřiště pomohou snížit počet dopravních nehod dětí na minimum.

## PŘÍLOHA 1

### POŽADOVANÉ ZNALOSTI – KOMPETENCE NA KONCI JEDNOTLIVÝCH ROČNÍKŮ ZÁKLADNÍ ŠKOLY PRO I. STUPEŇ

#### 1. ročník

CÍL VÝUKY V ROČNÍKU:

*Seznámit žáky se základními pravidly bezpečnosti v silničním provozu; položit základ pro pochopení bezpečného a ohleduplného chování; poznat nejbližší okolí s ohledem na bezpečnost silničního provozu.*

**Dílčí výstupy (RVP):**

*Žák*

*a) v běžných činnostech školy uplatňuje pravidla chůze po chodníku a po silnici*

*b) bezpečně překoná silnici*

*c) rozlišuje bezpečná a nebezpečná místa pro hru*

*d) v modelových situacích prokáže znalost správného cestování autem*

*e) rozezná a používá bezpečnou cestu do školy*

**Učivo:**

#### **I. Silniční provoz**

Kdo je účastník silničního provozu (chodec, cyklista, dopravní prostředky)

Pojmy v silničním provozu (chodník, obrubník, zábradlí, silnice, přechod pro chodce)

#### **II. Chodník**

Na chodníku (základní pravidla chůze po chodníku)

#### **III. Silnice**

Na silnici (co se děje na silnici, chůze po silnici, reflexní doplňky)

#### **IV. Místo pro hru**

Kde si hrát (vhodná a nevhodná místa ke hře)

#### **V. Přecházení**

Přecházení silnice bez přechodu

Přecházení silnice po přechodu

## **VI. Cestování**

Jízda autem (základní pravidla – autosedačka a zadržné systémy, výstup a nástup)

### **Prolínající téma - cesta do školy**

Cesta do školy (bezpečná cesta do školy, konkrétní situace)

## **2. ročník**

CÍL VÝUKY V ROČNÍKU:

*Vést žáky k pochopení nutnosti bezpečného a ohleduplného chování, k uvědomování si rizik a nebezpečí v silničním provozu*

### **Dílčí výstupy (RVP):**

Žák

*a) správně používá pravidla chování na stezkách pro chodce (při akcích školy)*

*b) rozeznává vybrané značky pro chodce*

*c) bezpečně překoná silnici se světelnými signály*

*d) rozlišuje a používá bezpečná místa pro hru*

*e) v modelových situacích a při akcích školy uplatňuje pravidla správného cestování dopravními prostředky*

*f) rozezná a používá bezpečnou cestu do školy, zvládá modelové situace „sám domů“*

### **Učivo:**

#### **I. Silniční provoz**

Vztahy mezi účastníky silničního provozu (chodec, cyklista, dopravní prostředky)

#### **II. Chodník a stezka pro chodce**

Na chodníku a stezkách (základní pravidla, co a kdo kam smí a nesmí, správné chování, vztahy mezi účastníky na stezkách)

Značky (Stezka pro chodce, Zákaz vstupu, Chodník uzavřen)



### **III. Silnice**

Na silnici (základní pravidla chůze po silnici, reflexní doplňky)  
Krajnice a její nástrahy

### **IV. Místo pro hru**

Kde si hrát (vhodná a nevhodná místa ke hře)

Na čem se ještě jezdí (in-line brusle, skateboard, koloběžka; ochrana - přilba a chrániče)

### **V. Přecházení**

Přecházení silnice bez přechodu

Přecházení silnice po přechodu

Přecházení silnice po přechodu se světelnými signály

### **VI. Cestování**

Jízda autem (pravidla bezpečné jízdy – autosedačka a zádržné systémy, výstup a nástup)

Cesta dopravními prostředky (základní pravidla cestování, nástup a výstup, chování za jízdy)

Vztahy mezi cestujícími v autě, v hromadných prostředcích

### **Prolínající téma - cesta do školy**

Cesta do školy (pravidla bezpečné cesty do školy, konkrétní situace a nebezpečí)

Poslouchej, dívej se, přemýšlej (vnímání všemi smysly a chápání souvislostí)

### **3. ročník**

CÍL VÝUKY V ROČNÍKU:

*Rozvíjet schopnost uvědomovat si rizika a nebezpečí v silničním provozu, vnímat okolní dění všemi smysly a učit se vyvozovat správné závěry pro bezpečné chování; uvědomovat si ostatní účastníky provozu, zejména v roli chodce.*

## **Dílčí výstupy (RVP):**

*Žák*

- a) reaguje v roli chodce na ostatní účastníky SP,*
- b) používá reflexní doplňky a zná jejich dopad,*
- c) v modelových situacích využívá osvojená pravidla chování na stezkách pro chodce, v obytné zóně,*
- d) rozeznává vybrané značky,*
- e) bezpečně překonává silnici se světelnými signály, přejde mezi zaparkovanými vozy a silnici s více jízdními pruhy,*
- f) ovládá pravidla jízdy na bruslích a koloběžce a využívá je,*
- g) v modelových situacích a při akcích školy uplatňuje bezpečné chování v dopravních prostředcích a na zastávkách.*

## **Učivo:**

Chodec

### **I. Na chodníku**

Pravidla chůze po chodníku (co se smí a nesmí na chodníku).

Kdo je chodec (brusle, koloběžka apod.).

Nebezpečí a nebezpečné chování (vztahy mezi účastníky na stezkách).

Značky (Stezka pro chodce, Zákaz vstupu chodců, Chodník uzavřen).

### **II. Silnice**

Pravidla chůze po silnici (pravidla pro jednotlivce a skupiny, Vidět a být viděn – reflexní doplňky)

Nebezpečí na silnici (vozidla s právem přednosti v jízdě, tramvaj)

Značky (Zákaz vstupu chodců, Chodník uzavřen, Silnice pro motorová vozidla, Dálnice)

### **III. Místo pro hru**

Silnice a chodník (vhodná a nevhodná místa ke hře)

Hřiště a cesta na něj

Obytná zóna a její pravidla

Na čem se ještě jezdí (in-line brusle, skateboard, koloběžka; ochrana - přilba a chrániče)

### **V. Přecházení**

Přecházení silnice bez přechodu; přecházení silnice po přechodu; přecházení silnice s více pruhy; přecházení silnice po přechodu se světelnými signály

Přecházení mezi zaparkovanými vozy

Přecházení po přechodu s jízdním kolem

## **VI. Cestování autem**

Pravidla chování na parkovišti

Nástup a výstup; odpovídající místo k sezení; pravidla chování mezi cestujícími v autě; zádržné systémy – autosedačky a poutání

## **VII. Cesta dopravními prostředky**

Druhy dopravních prostředků a jejich specifika

Pravidla chování na zastávce

## **Prolínající téma - cesta do školy**

Poslouchej, dívej se, přemýšlej (souvislosti konkrétních situací; posouzení situace, včasné vyvození bezpečného chování, nalezení správného řešení)

## **4. ročník**

CÍL VÝUKY V ROČNÍKU:

*Být zodpovědný za svoje chování, uvědomovat si rizika a vztahy mezi všemi účastníky silničního provozu; hledat řešení krizových situací; zejména v roli cyklisty; vnímat všemi smysly, zhodnotit a zpracovat získané informace a vyvodit z nich správné závěry pro bezpečnou cestu.*

### **Dílčí výstupy (RVP):**

*Žák*

*a) popíše výbavu cyklisty a jízdního kola k bezpečné jízdě,*

*b) zná způsob a pravidla bezpečné jízdy na jízdním kole, "*

*c) prokáže bezpečný pohyb na kole (na silnici, na stezkách i v terénu), chová se ohleduplně k ostatním účastníkům silničního provozu; bezpečně překoná s kolem silnici a zvládá základní manévry cyklisty,*

*d) vybere bezpečné místo pro pohyb na kole,*

*e) jako cyklista správně používá reflexní i ostatní doplňky a výbavu kola,*

*f) rozeznává vybrané značky,*

*g) naplánuje jednoduchý cyklistický výlet, včetně cesty dopravními prostředky; posoudí rizika cesty,*

*h) v modelových situacích prokáže znalost chování v krizové situaci,*

## **Učivo:**

Cyklista

### **I. Výbava jízdního kola a cyklisty**

Povinná a doporučená výbava jízdního kola a cyklisty (přilba, její funkce a použití; reflexní doplňky a ostatní doplňky pro bezpečnou jízdu)

Odpovědnost cyklisty a vztahy mezi účastníky silničního provozu

### **II. Způsob jízdy na jízdním kole**

Technika jízdy; přeprava zavazadel

### **III. Bezpečná cesta**

Místa pro jízdu na kole (stezky pro cyklisty, obytná zóna)

### **IV. Cyklista na silnici**

Problematika silnice z pohledu cyklisty a značení (základní pravidla bezpečné jízdy na silnici jízda za snížené viditelnosti a zhoršených podmínek)

Znamení, zastavování, odbočování, předjíždění a objíždění

Vedení kola, vyjíždění do silnice

Přecházení s kolem bez přechodu a po přechodu

Kde si hrát (vhodná a nevhodná místa ke hře)

Dopravní značky

### **V. Cyklista na křižovatce**

Druhy křižovatek a kruhový objezd (zásady přednosti v jízdě, odbočování)

Vztahy mezi účastníky silničního provozu

### **VI. Rodinný cyklistický výlet**

Plánování trasy a výbava na cestu

Cyklista v dopravních prostředcích

Způsob jízdy ve skupině (zásady ohleduplnosti k ostatním účastníkům silničního provozu)

## **VII. V ohrožení**

Zásady správného chování v krizové situaci (možnosti krizových situací, jejich řešení, důležitá spojení)

### **Prolínající téma - cesta do školy**

Poslouchej, dívej se, přemýšlej (souvvislosti konkrétních situací, posouzení situace, včasné vyvození bezpečného chování, nalezení správného řešení)

## **5. ročník**

CÍL VÝUKY V ROČNÍKU:

*Upevňovat a rozvíjet získané vědomosti, dovednosti a návyky účastníka silničního provozu chodce i cyklisty; poznávat vztahy mezi všemi účastníky, uvědomovat si je, učit se bezpečnému chování i v krizových situacích; seznámit se s první předlékařskou pomocí.*

### **Dílčí výstupy (RVP):**

*Žák*

- a) bezpečně ovládá pravidla chodce i cyklisty*
- b) rozeznává další dopravní značky*
- c) poznává vztahy účastníků silničního provozu*
- d) odhadne dopravní situaci, její nebezpečí a vyvodí správné řešení; snaží se zachovat adekvátně situaci*
- e) zná ohleduplné chování a osvojuje si ho*
- f) snaží se předcházet nebezpečí s ohledem na sebe i ostatní účastníky silničního provozu*

### **Učivo:**

Souhrnné znalosti a dovednosti z oblasti bezpečnosti chodce a cyklisty

#### **I. Na chodníku**

Shrnutí pravidel bezpečného a ohleduplného chování na chodníku

Vztahy mezi účastníky silničního provozu

#### **II. Výbava jízdního kola a cyklisty**

Potřeba správné výbavy jízdního kola a cyklisty (reflexní doplňky a ostatní doplňky pro bezpečnou jízdu)

Odpovědnost cyklisty a vztahy mezi účastníky silničního provozu

### **III. Chodec a cyklista na silnici**

Shrnutí pravidel bezpečného a ohleduplného chování při pohybu na silnici

Pravidla chůze po silnici pro skupiny i jednotlivce

Pravidla jízdy za snížené viditelnosti

Základní pravidla bezpečné jízdy na silnici (bezpečné manévry cyklisty na silnici)

Pravidla pohybu za snížené viditelnosti a zhoršených podmínek

### **IV. Bezpečná jízda**

Technika jízdy

Pravidla jízdy po stezkách a mimo silnici

### **V. Cyklista na křižovatce**

Pravidla pro bezpečné překonání křižovatky

Vztahy mezi účastníky silničního provozu

### **VI. Volný čas a sportovní aktivity**

Druhy volnočasových aktivit souvisejících se silničním provozem a dodržování pravidel (vhodné a nevhodné lokality k uskutečnění aktivit, konkretizace aktivit podle lokality ZŠ a obce)

### **VII. Přecházení silnice**

Shrnutí základních pravidel překonání silnice ve městě i mimo něj (vztahy mezi účastníky silničního provozu)

### **VIII. Cesta dopravními prostředky**

Shrnutí základních pravidel bezpečnosti při cestování dopravními prostředky

Pravidla při jízdě autem (zádržné systémy)

Vztahy mezi cestujícími a účastníky hromadné dopravy

### **IX. Prázdniny**

Zásady bezpečného chování v době volna a cestování (specifika lokality bydliště a obce pro trávení dnů volna)

### **X. Nebezpečí**

Krizové situace (možnosti, jejich řešení, důležitá spojení)

**Prolínající téma - cesta do školy**

Dopravní značky (odpovídající značky pro jednotlivé celky)

V silničním provozu nejsi sám (vnímání tématu v souvislostech zejména vztažených k dané situaci, řešení situací, sociální pohled, hledisko sounáležitosti, spolupráce)

## VÝSTUPY NA KONCI 1. STUPNĚ

Co by měl žák ovládat po ukončení 5. ročníku ZŠ. Dovednosti žáků jsou rozděleny podle tematických okruhů – chodec, cyklista.

**Chodec** rozezná účastníky silničního provozu a vztahy mezi nimi pozná nebezpečné situace a způsoby jejich řešení zvládá pravidla chůze po chodníku a stezkách a uplatňuje je (při akcích školy) uplatňuje bezpečné chování při chůzi po silnici používá reflexní doplňky pro svou dobrou viditelnost bezpečně přechází u (bez přechodu, s přechodem, se světelnými signály, přes dvoupruh) bezpečně cestuje v hromadných dopravních prostředcích, chová se s respektem k ostatním cestujícím bezpečně cestuje autem, při jízdě v autě používá autosedačku a zadržný systém, zná význam a techniku poutání rozeznává a využívá bezpečná místa pro hru, uplatňuje bezpečnou jízdu na in-linech, koloběžce atd. vnímá dopravní situaci všemi smysly, vyhodnotí ji a vyvodí správné závěry.

Žák zná dopravní značky a jejich význam:

Stezka pro chodce – Stezka pro chodce a cyklisty – Stezka pro cyklisty – Podchod nebo nadchod

Přechod pro chodce – Pozor, přechod pro chodce – Pěší zóna – Obytná zóna – Dej přednost v jízdě – Stop, dej přednost v jízdě – Železniční přejezd – Zákaz vjezdu všech vozidel – Zákaz vstupu chodců – semafore pro chodce a řidiče.

**Cyklista** popíše výbavu jízdního kola a její funkci, charakterizuje postavení cyklisty v silničním provozu, zvládá základní techniku jízdy na kole (pokud jsou vhodné podmínky pro nácvik), zvládá základní manévry (změnu směru jízdy, odbočování, předjíždění, objíždění, otáčení, výjezd na silnici) volí bezpečnou trasu jízdy (zvládá jízdu přes křižovatku, včetně jízdy po kruhovém objezdu, včetně situací s dalšími účastníky provozu) vnímá dopravní situaci všemi smysly (vyhodnotí ji a vyvodí správné závěry pro bezpečnou jízdu) ovládá základní postupy při předlékařské první pomoci.

Žák zná dopravní značky a jejich význam:

Dálnice – Jednosměrný provoz – Přikázaný směr jízdy vpravo – Hlavní pozemní komunikace

## Nejdůležitější axiomy bezpečnosti v silničním provozu

Uvedené axiomy slouží pro pedagogy jako vodítko při výuce dopravní výchovy. Nejsou určeny k pamětnému učení, avšak žáci by je měli přijmout za své a řídit se podle nich. Se všemi se postupně seznamují i v pracovních učebnicích nebo výukových setech pro dopravní výchovu pro žáky ZŠ. Axiomy jsou rozděleny podle výukových okruhů a pedagog by si je měl sám podle potřeby zařadit do

výchovně-vzdělávacího procesu. Měly by sloužit jako podpůrný, vstupní i výstupní prvek dopravní výchovy.

#### Okruh 1: Účastníci silničního provozu

Chodec, cyklista, dopravní prostředky, osobní, nákladní, hromadná doprava, vozidla s právem přednosti v jízdě, protijedoucí vozidla, předjíždějící vozidlo, přijíždějící vozidlo.

Dívej se, poslouvej a přemýšlej.

Nepočítej s tím, že řidič stihne zastavit.

Ne každý účastník silničního provozu je ukázněný.

Hraj si na bezpečných místech.

Buď vždy opatrný a ohleduplný.

Sleduj provoz okolo sebe.

Neměň svoje rozhodnutí na poslední chvíli.

Buď předvídavý.

Nebuď lhostejný k ostatním.

1. Nauč se poskytnout první pomoc.
2. Ber ohled na ostatní účastníky silničního provozu.
3. Počítej s chybami druhých.
4. Nespoléhej se na to, že ostatní účastníci silničního provozu se chovají správně, bezpečně.
5. Respektuj ostatní účastníky silničního provozu.
6. Za všech okolností zachovej klid a chovej se bezpečně.

#### Okruh 2: Chodník

Chodník, obrubník, zábradlí.

- Po chodníku chod' vpravo.  Na chodníku si nehraj.
- Na obrubníku se nezdržuj.
- Zábradlí není na hraní a ani se nepřelézá.  Nikdy nevstupuj náhle do silnice.



### Okruh 3: Silnice

Silnice, dálnice, krajnice, dělicí čára, levý okraj, pravý okraj, středy (silnice), hlavní silnice, vedlejší silnice, zatáčka, jízdní pruhy, odbočovací pruhy, snížená viditelnost, svítání, soumrak stmívání, tma, reflexní doplňky, pestré oblečení.

- Po silnici jdi vlevo, proti příjíždějícím vozidlům.
- Silnice není hřiště, ani když na ní nic nejede.
- Řidič tě musí vidět i za snížené viditelnosti.
- Nos barevné oblečení.
- Na oblečení měj reflexní doplňky.

### Okruh 4: Přecházení silnice

Přechod pro chodce, zebra, podchod, nadchod, semafor pro chodce, tlačítko pro chodce, semafor pro vozidla, vlevo – vpravo, rychle – pomalu, přímo – šikmo, oční kontakt, náhlý vstup do silnice, zakrytý výhled.

Vždy se rozhlédni vlevo, vpravo a zase vlevo.

Rozhlížeš se před přechodem i na něm.

Rozhlížeš se po celou dobu přecházení silnice.

Před přecházením navaž s řidičem oční kontakt.

Přecházej rychle, ale ne zbrkle a neutíkej.

Po přechodu jdi vpravo.

Přecházej přímo, nejkratší cestou.

Při přecházení nepoužívej mobil ani sluchátka.

Počítej s tím, že vozidla se blíží k tobě rychle.

Počítej s tím, že řidič nemůže vždy zastavit hned.

Vozidla s právem přednosti v jízdě mají vždy přednost.

Nepřecházej na nepřehledných místech.

Při rozhlížení mezi zaparkovanými auty nevyčívěj do silnice.

Po přechodu kolo vždy ved'

Nepočítej s předností na přechodu.

Přecházej vždy na zelenou.

Rozsvítí-li se ti při přecházení červená, dokonči přecházení, nevracej se.

Používej podchody a nadchody.

Nevstupuj do silnice bez rozhlédnutí.

Nepřecházej na poslední chvíli.

Okruh 5: Křižovatka

Křižovatka, kruhový objezd, provoz řízený policistou, přednost v jízdě, přednost zprava.

Při průjezdu křižovatkou se říd' pravidly a dopravními značkami.

Nauč se rozumět pokynům policisty při řízení provozu na křižovatce.

Okruh 6: Cestování autem

Bezpečnostní pás, autosedačka, výstup, nástup, parkoviště.

Při jízdě autem se vždy připej bezpečnostním pásem.

Při jízdě autem používej autosedačku.

Do auta nastupuj od krajnice nebo chodníku.

Z auta vystupuj dveřmi k okraji silnice nebo k chodníku.

Za jízdy autem nikdy nestůj mezi sedačkami.

Nevyrušuj za jízdy řidiče.

Okruh 7: Hromadná doprava

Zastávka hromadné dopravy, nástupiště, eskalátor.

Na zastávce si nehraj, stůj dále od okraje a klidně čekej.

Při nástupu do prostředku hromadné dopravy dej přednost vystupujícím.

Nevystupuj ani nenastupuj na poslední chvíli.

Na eskalátorech stůj vpravo a přidržuj se madla.

Jestliže je autobus vybaven bezpečnostními pásy, vždy se připoutej.

Po vystoupení z autobusu přecházej nejlépe po přechodu.

Po vystoupení z autobusu přecházej za autobusem a raději počkej, až odjede.

V hromadných prostředcích uvolni místo nemocným, starším a těhotným ženám atd.

Za jízdy hromadnými prostředky se drž.

Nevstupuj na železniční přejezd, jestliže bliká červené světlo.

Nepodlézej nikdy stažené závory.

#### Okruh 8: Výbava cyklisty a kola

Přilba, chrániče, povinná a doporučená výbava kola, výbava za snížené viditelnosti, brzdy, kryt řetězu, odrazky v pedálech, zvonek, přední a zadní odrazka, světlomet, blikačka.

Nikdy nevyjížděj bez přilby.

Nevyjížděj na nevybaveném nebo poškozeném kole.

Jezdi jen na správně vybaveném jízdním kole.

Za snížené viditelnosti používej správnou výbavu a reflexní doplňky.

#### Okruh 9: Jízda na kole

Stezka pro cyklisty, jízdní pruh pro cyklisty, objíždění a předjíždění, změna směru jízdy, zhoršené podmínky pro jízdu na kole, zřetelná jízda, tlaková vlna, řazení před křižovatkou.

Používej stezky pro chodce a cyklisty.

Ani jako cyklista nemáš na přechodu přednost.

Používej jen správně vybavené jízdní kolo.

Nepřeceňuj své síly.

Kolo ved' vždy ve směru jízdy.

Jako cyklista jsi řidič nemotorového vozidla a platí pro tebe stejná pravidla jako pro ostatní.

Cyklisté jezdí vždy za sebou.

Dodržuj pravidla přednosti v jízdě.

Řid' se dopravními značkami.

Dávej včas a zřetelně znamení o změně směru jízdy.