



**ALARM**

**DOPRAVNÍ VÝCHOVA PRO MALÉ  
ČTENÁŘE**

**Leden 2009**



Číslo projektu: 1F44/L/058/050  
Zadavatel: Ministerstvo dopravy  
Styčný pracovník: Ing. Blanka Sunkovská  
Datum: leden 2009

Zodpovědný řešitel: Mgr. Iva Provalilová

Spoluřešitelé: Doc. RNDr. Mojmír Stojan (PdF MU Brno), CSc.,  
Mgr. Zuzana Strnadová (CDV)



## Obsah

Úvod.....	4
1. Pokyny policisty usnadňující naše chování.....	4
2. Co musím znát z pravidel pro řidiče i chodec.....	6
3. Výstražná světla a signály.....	6
4. Oblečení do školy.....	8
5. Odchod do školy.....	11
6. Správná cesta do školy.....	16
7. CHODEC.....	23
8. CESTUJÍCÍ ve veřejné dopravě.....	27
9. Jedu v AUTOMOBILU.....	30
10. CYKLISTA.....	35
11. Bezpečné místo pro hry.....	39
12. ZRAKOVÉ KLAMY NEJEN V DOPRAVĚ.....	43



## Úvod

Milé děti, milé paní učitelky, milí páni učitelé, milí rodiče, otevíráte metodickou pomůcku, ve které se Vám pokusíme přiblížit dopravní tematiku a pomoci Vám v její výuce na Vaší škole. Kniha obsahuje obrázky, informace i úkoly, které budete v průběhu procházení knihou řešit.

Některé obrázky i úkoly necháváme na Vás a slouží pouze jako inspirace. Doufáme, že Vám tato pomůcka pomůže a budete se k ní rádi vracet a jejich nápadů využívat.

Pro začátek si připomeneme něco málo, co bychom měli znát.

### 1. Pokyny policisty usnadňující naše chování

Na křižovatkách, v úsecích s velmi hustým provozem, na nebezpečných nebo dopravně komplikovaných místech řídí často dopravu policista osobně. Aby byl již z dálky dobře viditelný, má na sobě stejnokroj doplněný barevně výraznou, obvykle reflexní oranžovou vestou. Provoz řídí změnou postojů a pokyny paží, v pravé ruce má přitom zpravidla směrovku.

Pokyny policisty jsou vždy nadřazeny světelným signálům, které jsou zase nadřazeny dopravním značkám.

Pro chodce, cyklisty i řidiče používají policisté pokynů, které znamenají:

a) „Stůj!“ pro směr, ke kterému stojí policista čelem nebo zády. Chodec nesmí v tomto případě na přechod nebo do vozovky vstupovat, řidiči jsou povinni zastavit.





b) „Pozor!“, vztyčí-li policista paži nebo předloktí pravé paže se směrovkou. Chodci, čekající před přechodem ve směru, pro který byl provoz předtím zastaven, jsou povinni se k přecházení připravit, zatímco chodci přicházející k přechodu ve směru předtím volném nesmějí do vozovky již vstupovat. Pro cyklisty a řidiče vozidel znamená tento pokyn buď připravit se k jízdě (v případě, že provoz v jejich směru byl předtím zastaven), nebo zastavit před hranicí křižovatky (v případě, že přijíždějí ze směru předtím volného).



c) „Volno“ pro směr, ke kterému stojí policista (často v rozpažení) bokem;



d) Má-li policista pravou paži předpaženou a levou upaženou, smějí chodci přecházet vozovku jen za jeho zády. Tento pokyn znamená zároveň pro řidiče přijíždějícího směrem k



zadům a pravému boku policisty „Stůj!“, zatímco pro řidiče přijíždějícího směrem k levému boku policisty „Volno“. Řidiči přijíždějícímu směrem k čelu policisty je dovoleno pouze odbočovat vpravo.

Při pokynech „Stůj!“ a „Volno“ může policista upažit jednu nebo obě paže. Obě paže může připažit, stačí-li k řízení křižovatky pouze jeho postoj.

## 2. Co musím znát z pravidel pro řidiče i chodec

Některá vozidla vydávají informační nebo varovná zvuková znamení, která jsou doplněna světelnými výstražnými signály. Zvláštní výstražná světla s modrou nebo červenou barvou používají vozidla hasičů, armády, policie, zdravotnické a důlní záchranné služby, poruchové služby plynárenských zařízení a vozidla, pro která to stanoví MV ČR. Řidiči takových vozidel, která mají výstražná znamení v činnosti, požívají práva výjimek z pravidel „silničního provozu“, včetně úlev od dodržování dopravních značek a respektování světelných signálů. Povinnost dbát i při přednostní jízdě nejvyšší možné opatrnosti samozřejmě zůstává.

Jestliže jede v silničním provozu řidič vozidla s právem přednosti v jízdě a má zapnuté výstražné zvukové a světelné znamení, jsou ostatní účastníci provozu na pozemních komunikacích – chodci i řidiči povinni umožnit mu plynulý a bezpečný průjezd.

Řidiči sníží rychlost, zajedou k pravému okraji vozovky, případně zastaví, chodci nevstupují do vozovky, případně ji rychle opustí.

Uvedená modrá a červená výstražná světla nejsou jediná, která se v „silničním“ provozu používají. Zvláštní výstražná znamení – světla s oranžovou barvou – používají mobilní pracovní stroje, speciální automobily (vykonávající práci za jízdy nebo při stání v jízdni dráze za běžného provozu) a také vozidla, která svými rozměry nebo rozměry svého nákladu přesahujícího ložnou plochu vytvářejí pro ostatní účastníky provozu nebezpečí. Takovými speciálními automobily jsou např. zametací, kropicí, posypové automobily, vozidla havarijní a odtahové služby, automobily s montážními plošinami pro opravu vrchních tramvajových, trolejbusových a jiných vedení, automobily silniční služby se sněhovými pluhy a radlicemi apod. Pojízdny pracovními stroji jsou např. stroje pro horizontální značení silnic, žáci a mycí stroje, silniční válce aj. Tato vozidla sice nemají právo přednostní jízdy, ale výstražným znaméním upozorňují na to, že jejich řidiči nemohou vždy a důsledně dodržovat všechna pravidla „silničního“ provozu.

Pomoci policie, záchranné a zdravotnické služby a hasičů se lze v celé republice dovolat na jednotná telefonní čísla, jejichž zapamatování je mnohdy životně důležité.

Při jejich použití se vždy volající nejdříve představí, pokusí se vystihnout stručně podstatu sdělení a co nejpřesněji ohlásí své jméno a místo, kde se událost stala. Centrála jednotného záchranného systému má telefonní číslo 112.

## 3. Výstražná světla a signály

Ke zvýraznění některých nebezpečných míst jsou v provozu na pozemních komunikacích používána výstražná světelná i zvuková znamení.

Pro chodce je z hlediska bezpečného pohybu v dopravních situacích velmi důležité vědět, co na ně „bliká“ nebo „svítí“ především z kolemjedoucích vozidel. Světelnými znameními totiž informují řidiči některých vozidel ostatní účastníky silničního a pěšího provozu o svých záměrech – např. že chtějí odbočit, zastavit, zacouvat, varovat. Chodec, který se chystá přejít silnici za stojícím vozidlem, se takto podle rozsvícených couvajících světél snadno dozví, že



řidič mívá couvat (např. z důvodu vyjetí z řady zaparkovaných vozidel) a může na situaci správně zareagovat. Poznání významu jednotlivých světel obsažených v koncových sdružených svítelnách vozidel patří k základům „chodecké gramotnosti“.

Při nestandardním používání světelných signálů, např. tzv. světelné houkačky (zapínáním předních dálkových světel i za dobrých světelných podmínek) může dojít k ohrožení chodců, protože někteří řidiči informují chodce, že jim dávají (i mimo přechod) přednost a počkají, až chodci přejdou, zatímco jiní stejným způsobem chodce varují a domáhají se své přednosti. Je proto nutné, aby chodec reagoval na tyto světelné signály ve všech případech teprve tehdy, až je jejich význam z dalšího chování zcela jednoznačný a nesporný.



## 4. Oblečení do školy

### Pro učitele

Volba vhodného oblečení, zvláště jeho barevnost hraje důležitou roli v pasivní bezpečnosti při pohybu na pozemní komunikaci. Pro zlepšení viditelnosti dětí při pohybu mimo dům je vhodné použít reflexní doplňky oděvu. Doporučení vychází ze základní poučky v silničním provozu: „Je důležité nejen vidět, ale především být viděn.“ (BESIP)

Reflexními materiály jsou látky, které odrážejí dopadající světlo na vzdálenost až 200 metrů, ve tmě vytváří kontrast, po dopadu světla se „rozsvítí“. Dají se pořídit v prodejnách sportu i v galanterii, cena nedosahuje ani pětiny ceny života dítěte, proto se tato investice vyplatí.

### Zapamatuj si!

#### Jdu sám

- při pohybu na silnici používám vždy reflexní materiály,
- ve dne je nošení doporučeno, v noci je nutné!,
- používám reflexních materiálů i za zhoršených klimatických podmínek,
- reflexní materiál umísťuji na konce rukávů, pod nebo nad kolena a úroveň pasu,
- reflexní prvky mám také umístěny na tašce, batohu, botách či čepici,
- reflexní materiál – postavička či obrázek je můj kamarád – pomáhá mi chránit se!

#### Jdu ve skupince s kamarády

- žlutým nebo bílým světlem vpředu,
- oranžovým světlem postranním (fakultativně),
- červeným světlem vzadu.

Světla musí být vidět za tmy i při jasném počasí viditelná na vzdálenost 150 metrů. Toto vybavení je nepostradatelné, zejména když se míjejí dvě vozidla na neosvětlené vozovce, kdy hrozí nebezpečí oslnění řidičů protijedoucími vozidly.

#### Úkol:

Na co nesmím zapomenout, když se oblékám do školy? Důležité věci vypiš.

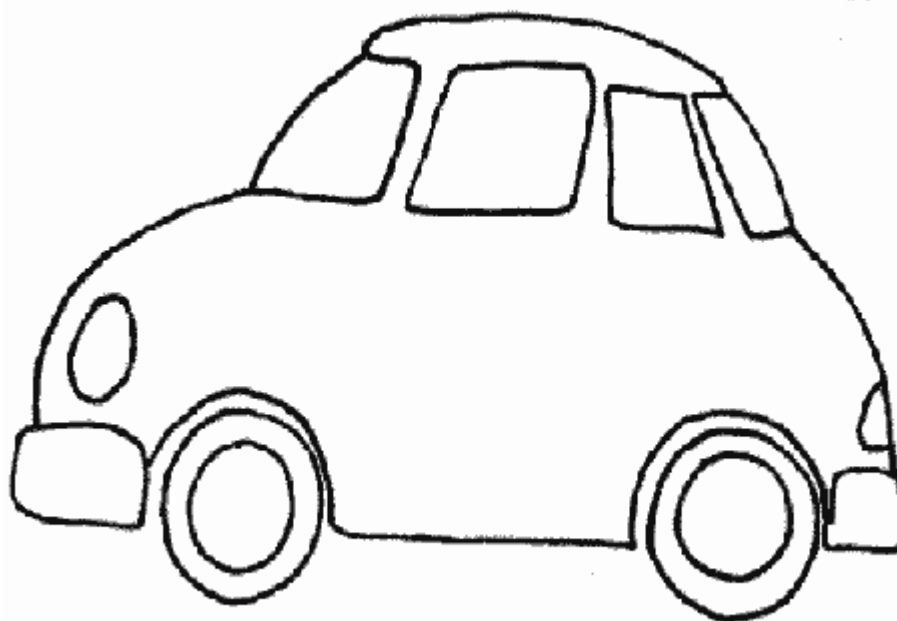
1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....
9. ....
10. ....



# Pan řidič se mračí



**Poučení:** Pro rozhodování řidiče za jízdy je zapotřebí, aby měl přehled o prostoru komunikace i lidí v okolí svého vozidla. Může se totiž stát, že i přes všechnu pozornost vás přehlédne ☹️ Buďte proto pozorní a snažte se předvídat.



**Úkol:** Je šero, sněží, svítí slunce . . . Pan řidič nevidí dobře na cestu. Proč? Chybějící detaily dokresli.

# Co dnes „na sebe“



**Poučení:** Oblečení, které volíš na sebe do školy by mělo být nejen pohodlné, ale i pestré, abys i za snížené viditelnosti byl dobře vidět!

**Úkol:** Sepiš seznam barev, které považuješ za ty, ve kterých by jsi byl dobře vidět při cestě do školy. Nakresli postavu a na ní vyznač místa kam patří nášivky z reflexních materiálů.



## 5. Odchod do školy

### Pro učitele

Nejen volba správné trasy pro cestu do školy je pro dítě nejdůležitější. Dítě by mělo do školy odcházet z domu vždy ve stejnou dobu, aby předešlo možnému spěchu. Spěchající dítě není schopno vnímat okolí a už vůbec ne správně reagovat na důležité podněty.

Je proto nutné, aby děti byly dostatečně informovány o dopravních situacích, do nichž se mohou dostat v prostředí, které pro ně není prostředím domácím a naučily se na ně reagovat správným způsobem.

### Zapamatuj si!

1. vstávám s dostatečnou časovou rezervou,
2. nachystám si vše potřebné, abych se nemusel/a vracet,
3. do školy odcházím vždy ve stejnou dobu
4. chodím cestou, kterou dobře znám a je pro mě bezpečná
5. když zaspím, a to stává, nejednám zbrkle, nepanikařím – paní učitelka mě „nesní“!

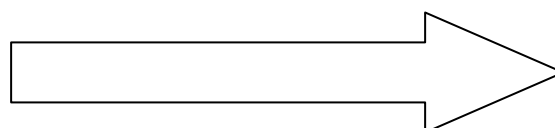
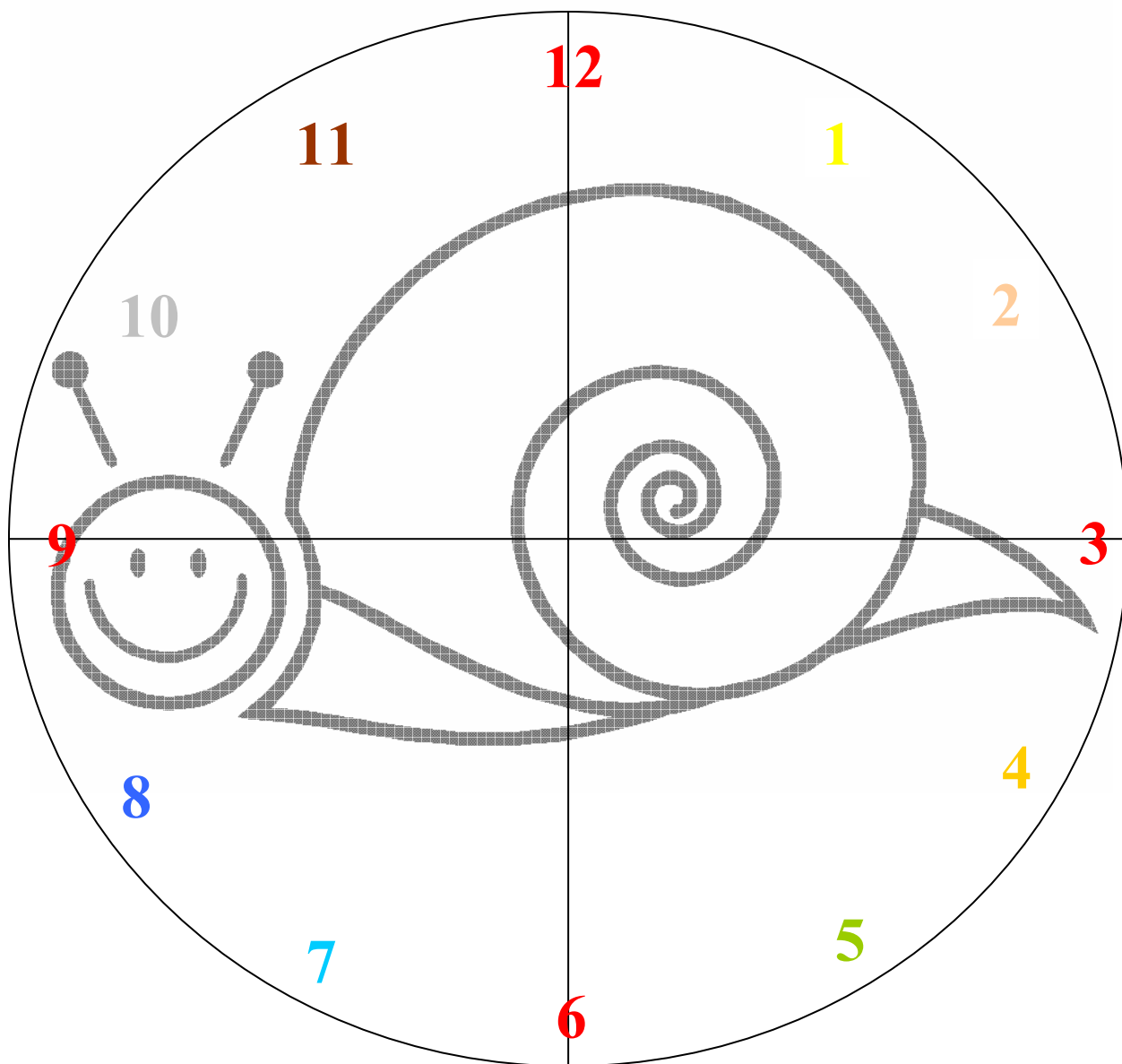
### Procvič si hodiny

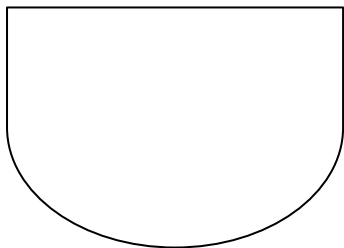
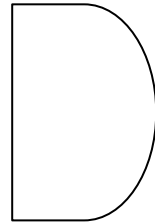
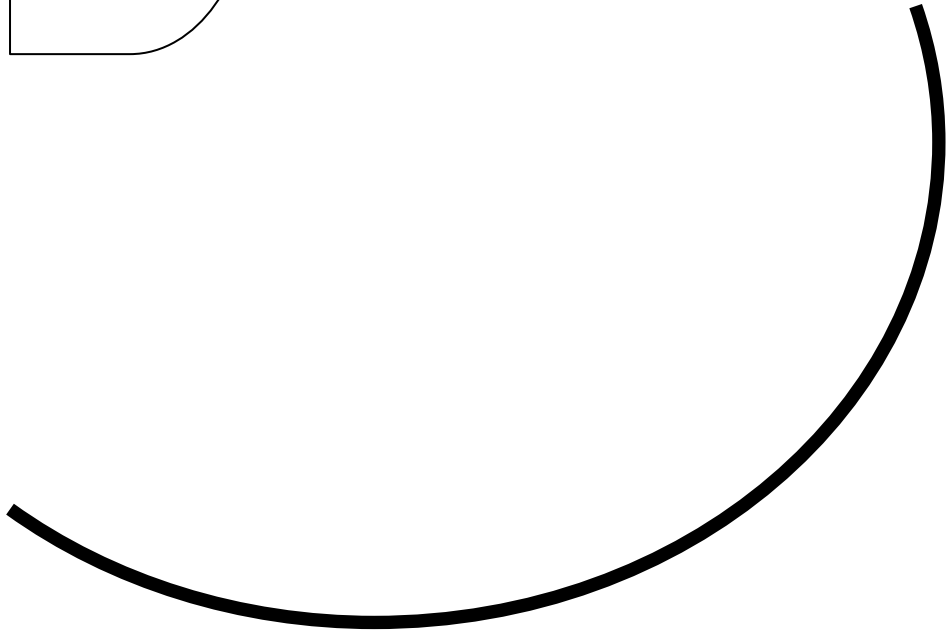
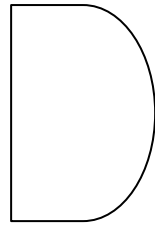
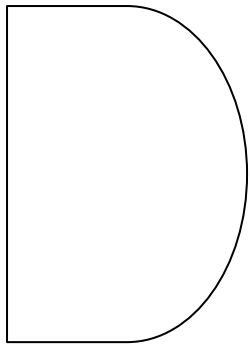
Pomůcky: šablona budíku, nůžky, jehla, „cvoček“ – druk

#### Úkol

Vystříhni budík, slož ho a ukaž spolužákům čas

- kdy vstáváš,
- kdy snídáš,
- kdy odcházíš do školy,
- kdy do školy přicházíš.







# Snídaně

## Poučení:

Včasné vstávání znamená mít dost času na snídani a nemuset cestou do školy spěchat.

Anežka s Edou usedli ke stolu a pustili se do snídaně: bílá káva, chléb s máslem a džemem, vajíčka. Dnes jim maminka ani sýr nebo šunku nepřipravila.

## Úkol:

Řekni, co snídáš obvykle ty. Nakresli svoji snídani do rámečku.

Víš, co znamená pojem zdravá výživa ?

Víš, co znamená pojem pitný režim? Dodržuješ ho i ve škole? Myslíš, že jídlo a pití může mít vliv na tvoji pozornost?



# Před domem

## Poučení:

Jirka už čeká na Katku a Kubíka před domem. Ale co to? Vždyť nemá řádně zavázané tkaničky ! Katka ho hned upozornila, že taková nepořádnost může být příčinou i vážného úrazu nebo dokonce dopravní nehody. Zouvající se bota nebo přišlápnutá tkanička od boty na přechodu pro chodce může způsobit upadnutí a zdržení se na vozovce.

## Úkol:

A co ty ? Chodíš vždy řádně upraven? Nakresli sebe, jak jdeš do školy.



## 6. Správná cesta do školy

### Pro učitele

Rodiče by měli vést děti k tomu, aby do školy chodily stále po stejné trase. Ne třeba po nejkratší, ale nejbezpečnější. Trasu před zahájením školního roku, zejména s prvňáčky, několikrát projdeme a vysvětlíme všechna možná nebezpečí a nacvičíme, kde a jak se má přecházet. Při nácviku vždy přednostně volíme – podchody, nadchody, přechody = místa k tomu určená. Snažíme se jít dítěti příkladem.

### Zapamatuj si!

- mimo přechod pro chodce smím vozovku přecházet jen kolmo k její ose,
- na přechodu pro chodce chodím vpravo,
- do vozovky vstupuji, jen když se předtím přesvědčím, že přecházením neohrozím žádné účastníky provozu a nedonutí řidiče přijíždějících vozidel k náhlé změně směru nebo rychlosti jízdy,
- tramvaji musím dát přednost,
- na přechodech pro chodce se řídím světelnými signály pro chodce (semafor)
- přecházím-li tramvajový pás nebo tramvajovou dráhu dodržuji pravidla jako pro přecházení vozovky (zopakuj si, která to jsou).

Jaké dopravní značky znám . . .

- Svislé dopravní značky – **stálé**, které jsou umístěné na sloupcích nebo jiných konstrukcích pevně zabudovaných v terénu,
- **proměnné**, které se zobrazují na panelech,
  - **přenosné dopravní značky**, které jsou upevněny na přenosných stojanech nebo na vozidlech.





## Úkol

Nakreslete společně ke každému pojmu značku, která k pojmu náleží.

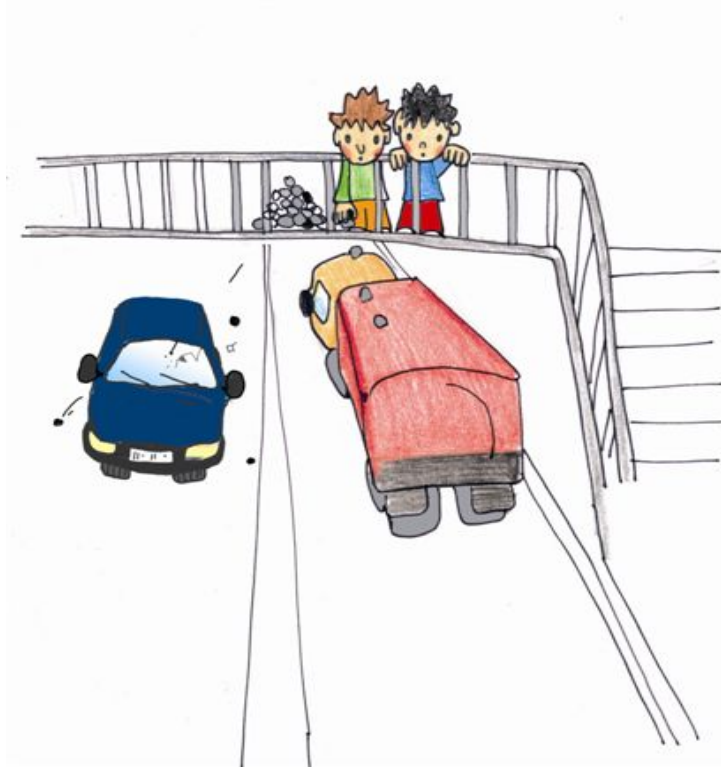
Výstražné dopravní značky	
Značky upravující přednost	
Zákazové dopravní značky	
Příkazové dopravní značky	
Informativní dopravní značky	



# TAK TOHLE NIKDY !

## Poučení

Potulování u dopravních cest svádí někdy k neuváženým hrám, které mohou mít tragické následky. Trefování projíždějících vozidel není legrace, ale životy ohrožující zábava. Tak se nikdy a za žádných okolností nesmíme chovat !



## Úkol

Byl jsi někdy svědkem takové situace?

Koho jsi o tom informoval?

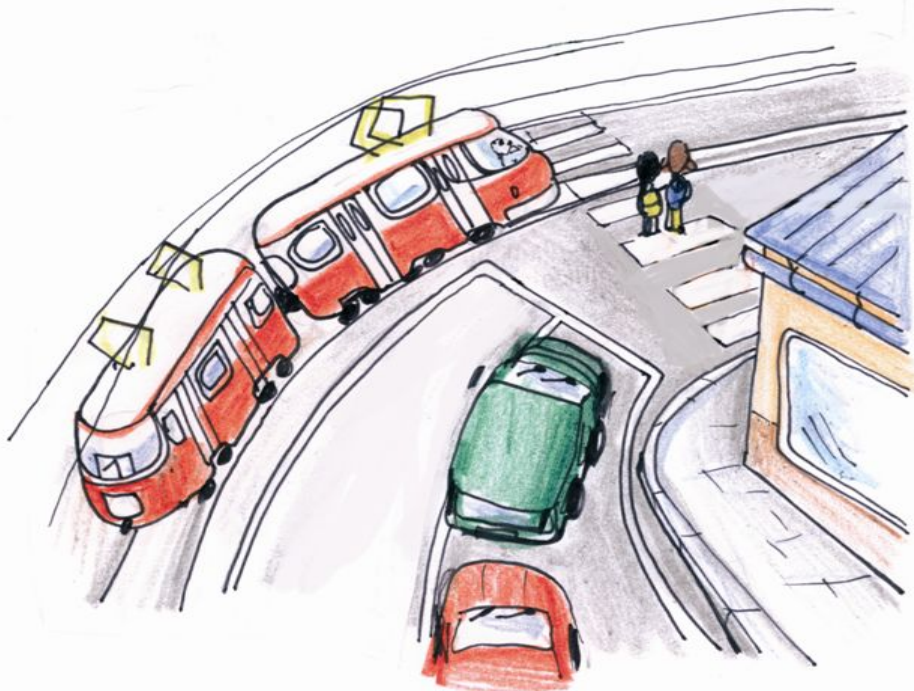


## Tady chodec přednost nemá

### Poučení:

Na přechodu pro chodce přecházíme teprve tehdy, až všechna přijíždějící auta zastavila a dala nám přednost.

Ale pozor na kolejová vozidla ( tramvaje, vlak)! Ty mají před chodci vždy přednost !



### Úkol:

Znáš takové místo v blízkosti svého bydliště nebo školy ?

Popiš, jak se v takovém místě chováš ty !

Zažil jsi už na takovém místě nějakou nebezpečnou situaci ? Jak dopadla ?

Kdo myslíš, že ji zavinil ?



## Před naším domem v obytné zóně

### Poučení:

Kubík s Katkou bydlí v ulici označené dopravní značkou „Obytná zóna“. Proto smějí první část cesty do školy jít po vozovce.  
Řidiči jsou ohleduplní a jezdí zde rychlostí chůze.

### Úkol:

Musí být i v obytné zóně chodec pozorný a sledovat své okolí?  
Nakresli okolí svého bydliště.



## Všímavě a pozorně

### Poučení:

Pravidelné prohlídky vozidla jsou důležité.  
Uvolněná součástka může způsobit vážnou kolizi či nehodu.



### Úkol:

Prohlédni si obrázek a řekni, co vše se může stát.



# Šťastně u školy

## Poučení:

Kubík s Katkou a Jirkou dorazili šťastně do školy. Cestou dodržovali všechna poučení o bezpečném chování chodců a proto se vyhnuli nehodám a dopravním úrazům.



## Úkol:

Vzpomeň si, která pravidla bezpečného chování chodců to byla.



## 7. CHODEC

### Pro učitele

Kromě osob používajících k pohybu po dopravních plochách pouze chůze, jsou za chodce považovány také osoby, které:

- vezou dětský kočárek,
- tlačí vozík s nemocným nebo invalidou,
- tlačí vozík s nákladem do 60 cm šířky
- vedou jízdní kolo nebo moped,
- řídí invalidní vozík,
- pohybují se po chodníku na kolečkových bruslích, koloběžkách, dětských kolech, skateboardech, lyžích, apod.

### Zapamatuj si!

- oblékám si pestré oblečení, používám reflexní doplňky,
- při každém přecházení silnice vždy používám přechody a rozhlédnu se
- minimálně 3x – vlevo – vpravo – vlevo, a to i na přechodu pro chodce a mám li zelenou!,
- dodržuji, co nám říkají značky,
- chodím vždy po chodníku nebo stezky pro chodce,
- po chodníku chodím vpravo,
- chodím stejnou, bezpečnou cestou,
- slepě nenásleduji při přecházení vozovky ostatní děti,
- skateboard a kolečkové brusle patří na hřiště, ne na silnici!
- svojí jízdou po chodníku nebo po stezce pro chodce na kolečkových bruslích či skateboardu neohrožuji ostatní chodce,
- svojí chůzí po stezce po cyklisty neohrožuji kolem jedoucí cyklisty,
- v místech, kde není chodník, chodím vlevo při kraji vozovky – v protisměru jedoucích vozidel, tak abych je viděl přijíždět,
- při chůzi po krajnici nebo okraji vozovky půjdeme nanejvýše 2 vedle sebe!
- za hustého provozu nebo podél nepřehledných míst a za snížené viditelnosti půjdeme vždy po jednom za sebou!

### Jako chodec nemám vždy přednost!

- je zakázáno vstupovat na přechod těsně před blížící se vozidlo!,
- počítám vždy s brzdou dráhou vozidla alespoň 30 metrů (vzdálenost se prodlužuje za nepříznivých klimatických podmínek – sníh, déšť, spadané listí, atp.),
- tramvaj má i na přechodu pro chodce přednost!
- Přednost mají i vozidla s přednostním právem jízdy (s majákem) jedoucí s výstražným signálem!

### Úkol:

Vyhledej, nakresli a kamarádům ukaž, jak vypadá „Stezka pro chodce a cyklisty“.  
Vyjmenuj vozidla s přednostním právem jízdy, která znáš.



# I na přechodech pro chodce buď pozorný

## Poučení:

Nespoléhej nikdy na to, že řidič před přechodem skutečně zastaví a počkej, až se tak stane.



## Úkol:

Proč a kam se umísťuje dopravní značka „Přechod pro chodce“? K čemu řidiče nabádá? Chovají se tak všichni řidiči? Vyjmenuj vozidla s přednostním právem jízdy, která znáš.





## Přes širokou vozovku

### Poučení:

Přes silnici řízenou semaforem chod' jen svítí-li „zelený panáček“!  
A i tehdy se pořádně rozhlédni, zda tě nemůže ohrozit přijíždějící vůz.



### Úkol:

Jaký význam má „zelený panáček“? Jaký význam má „červený panáček“?  
Vyhledej, nakresli a kamarádům ukaž, jak vypadá „Stezka pro chodce“.



## Co je to „zebra“

### Poučení:

Přechod pro chodce je místo na pozemní komunikaci určené pro přecházení chodců, označené dopravní značkou.



### Úkol:

Zaznamenej si, kolikrát během cesty do školy i ze školy přejdeš přes „zebru“.



## 8. CESTUJÍCÍ ve veřejné dopravě

### Pro učitele

Správné chování chodce cestujícího veřejnou dopravou se řídí ve všech fázích přepravy stanovenými pravidly dopravní společnosti. Obecně však platí, že by chodci měli tvořit ukázněnou skupinu. Žáci s pedagogickým doprovodem by se měli seřadit do dvojstupu, nepředbíhat se, netlačit se, nestrkat. Před příjezdem a úplným zastavením vozidla by měli čekat v bezpečné vzdálenosti (alespoň 1 metr) od okraje vozovky a seřazení do zástupu kolmo k vozidlu tak, aby byli všichni dobře vidět z řidičova místa (podél autobusu ne!). Žáky doprovázející dospělá osoba řidiče obvykle na nástup dětí upozorní, řídí celou operaci a vstupuje do vozidla poslední.

### Zapamatuj si!

#### Jak se chovám při čekání na autobus:

- čekám na místě označené nebo předpokládané zastávky,
- jsem na zastávce s časovou rezervou, bez dobíhání nebo přecházení přilehlé vozovky ve spěchu,
- nezdržuji se příliš blízko u kraje chodníku, ať už z důvodu nebezpečí od rychlých kolemjedoucích vozidel nebo najetím zastavujícího autobusu na propadlý obrubník.

#### Jak se chovám při nastupování do autobusu

- vyčkám až do úplného zastavení vozidla, než přistoupím k otevírajícím se dveřím,
- nechám cestující nejdříve vystoupit, nepřekážím jim, poté nastupuji,
- pomocí madel, kterých se při nastupování přidržuji, se vyhnu klopýtání nebo pádům na schůdcích i v uličce mezi sedadly.

#### Jak se chovám po dobu přepravy:

- posadím se na nejbližší volné sedadlo,
- jsou-li všechna sedadla obsazena, zůstanu stát a pevně se přidržuji tyčí nebo madel k tomu určených,
- postupuji z nástupních prostor do vozidla,
- pro ostatní spolucestující uvolním místa k vystupování i nastupování,
- během celé cesty se chovám ukázněně,
- z oken vozidla nevyhazuji žádné předměty, nevykláním se a nevyrknuji ruce,
- starším osobám či osobám se sníženou pohyblivostí dávám přednost, pouštím je sednout!

#### Jak se chovám při vystupování z autobusu:

- pro vystoupení vyčkám úplného zastavení vozidla,
- během vystupování se přidržuji madel,
- netlačím se a nestrkám do spolucestujících,
- pokud chci po vystoupení z autobusu přejít na druhou stranu ulice, vyčkám, až autobus ze zastávky odjede, abych dobře viděl (zapakuj si, jak se rozhlížíš),
- pokud však autobus zůstává ve stanici stát, přecházím vozovku zásadně za ním, abych dobře viděl projíždějící vozidla z obou směrů.





## Nebezpečí číhá i na „ostrůvku“

### Poučení:

I na „ostrůvku“, místě, kde čekáš na autobus či tramvaj by jsi měl být opatrný. Nestrkat se a dávat pozor na dění kolem sebe.



**Úkol:** Jaké nebezpečí hrozí Edovi na našem obrázku? Co tuhle situaci nejspíš způsobilo?



## 9. Jedu v AUTOMOBILU

### Pro učitele

Při nehodě se tělo nepřipoutaného cestujícího volně a extrémně nebezpečně pohybuje uvnitř vozidla a naráží velkou silou do ostatních. Správné zapnutí bezpečnostního pásu trvá 2 sekundy. Tento zanedbatelný časový úsek je ovšem velice tenká linie mezi životem a smrtí. náraz při rychlosti 50 km/h bez dětské sedačky odpovídá pádu z výšky 10 m (3. poschodí budovy),

### Zapamatuj si!

- zapnutý bezpečnostní pás chrání můj život, proto jej používám vždy!,
- nepřipoutaný na zadních sedadle ohrožuji nejen svůj život, ale i životy ostatních spolucestujících,

### Jak se správně připoutat

- pás upravím tak, aby jeho spodní část vedla nízko a pevně přes moje boky,
- svislá část pásu by mi měla vést přes rameno na hrudník tak, aby se při nárazu nedostala do blízkosti mého krku,
- pás mi musí přiléhat k tělu a nesmí být uvolněný,
- pod pás si nezasouvám nikdy žádné tvrdé nebo ostré předměty, při nárazu by mě zranit.

### S airbagy je poutání obzvláště důležité!

- airbag je pouze doplňkový záchranný systém,
- airbag má za úkol pouze vytvořit ochranný prostor mezi hlavou a hrudníkem cestujícího a deformující se kostrou automobilu,
- airbag je doplňkem bezpečnostních pásů a bez nich může být ještě nebezpečnější, než kdyby v autě vůbec nebyl,
- ve většině vozidel jsou airbagy pouze vepředu a naplní se při čelních nárazech,
- při zadních nebo bočních srážkách a nebo při převrácení vozidla mě mohou zachránit od vážných zranění nebo smrti pouze bezpečnostní pásy,
- ani při použití bezpečnostních pásů a airbagů nesmím, jsem-li mladší 12 let, mám tělesnou výšku menší než 150 cm a vážím méně než 36 kg cestovat na sedadle vedle řidiče!

### Proč musím používat autosedačku

- nezajištěný jsem při nehodě v autě ve smrtelném nebezpečí 7x častěji než děti zabezpečené v autosedačce!,
- ani máma, ani táta, ani babička nebo dědeček mě nedrží v náruči – při nárazu mě nikdy neudrží, ale naopak rozmáčknou tíhou vlastního těla,

### Jak nastupuji do auta

- vyčkám, až auto úplně zastaví, než sáhne rukou na dveřní kliku,
- do auta nastupuji vždy ze strany od chodníku, aby se vyhnul ohrožení, že bude zachycen míjejícím vozidlem nebo že mne omezí v pohybu.





### **Jak se v autě chováme za jízdy**

- sedím na zadním sedadle v/na dětské sedačce schváleného typu pro moji výšku a váhu,
- jsem připoután bezpečnostními pásy,
- neomezuji řidičův výhled dozadu (např. sezením uprostřed),
- nevyhazuji odpadky a jiné předměty z oken vozidla, protože bych mohl zranit kolemjdoucí i jedoucí,
- nevykláním se z okna a nevystřikuji nikdy ruce,
- nerozptyluji řidiče.

### **Jak vystupuji z vozidla**

- dveře otvírám, až naše auto úplně zastaví,
- vystupovat z auta vždy na stranu k chodníku,
- podívám se dozadu a ubezpečím se, že může bez ohrožení sebe i jiných otevřít dveře,
- v případě, že následně musím přecházení vozovku, řídím se zásadou, že přecházím za vozidlem, které opouštím, a nejlépe, až vozidlo odjede.

### **Na závěr**

V autě sedím tiše,  
obdivuji svět.

Nerad sedím sám,  
autosedačku si vyhledám.

Vždy do ní sednu rád, je totiž můj kamarád ☺



## Tip na hru

Aby ani jízda v autě nebyla nudná, můžete hrát hry. Hry můžete hrát také na cestách, při čekání na zastávkách, v dopravních prostředcích, na procházce, ale vždy musíte být obezřetní a dávat pozor na to, co se kolem vás děje!

## Hra na němého

Jsi němý, ale velmi dobře slyšíš. Představ si, že jsi na zastávce a snažíš se s ostatními cestujícími dorozumět posunky tak, abys jim sdělil, co potřebuješ.

Tvá přání:

1. nemáš peníze a chceš jet autobusem
2. potřebuješ si zakoupit jízdenku
3. chceš si sednout, ptáš se, zda je místo volné

Po té můžeš zkusit i složitější přání, např.:

1. potřebuješ přejít přes přechod a bojíš se
2. potřebuješ vystoupit na zastávce „Hlavní nádraží“ a nevíš, kde je
3. potřebuješ zjistit, zda ti tramvaj číslo 1 neujela

Cestující i spolucestující smí pouze klást otázky, na které němý odpovídá přikývnutím nebo zavrtěním hlavy.

Jízda v dopravní prostředku je ideální místo i pro počítání. Dají se počítat stromy, domy, lidé, děti, holky, kluci, auta a porovnávat jejich množství, hledat shodný počet předmětů, atd. Počítat můžete i v cizí řeči 😊 Zkuste se třeba naučit one, two, three, ein, zwei, drei, atd.





## I s rodiči bezpečně

### Poučení:

Při jízdě v autě se chovej vždy tiše, abys nerušil pozornost řidiče. Jsi-li mladší 12-ti let tvé místo jako spolujezdce je vzadu za použití dětského zádržného systémů.

Při jízdě taktéž zbytečně otevírej okna a nikdy z nich nevyhazuj žádné předměty!

### Úkol:

Při cestě autem s rodiči pozoruj, zda dávají znamení o změně směru jízdy.

Nakresli, co vidíš cestou.



## Šťastně u školy

### Poučení:

I s příjezdem ke škole nezapomínej, jak se chovat!  
Při vystupování z auta buď opatrný (vystupuj na stranu chodníku) a před přejitím za kamarády se vždy dobře rozhlédni!

### Úkol:

Co musíš udělat než otevřeš dveře auta, abys mohl bezpečně vystoupit?  
Nakresli vaši rodinu, jak jede autem.



## 10. CYKLISTA

### Pro učitele

Cyklista je přímý účastník silničního provozu, který se, stejně jako chodec, řídí a dodržuje pravidla silničního provozu.

Na kole se smí jezdit bez doprovodu od 10 let. Nosit helmu je potřebné a mělo by to být i běžné. S helmou lze předejít 83 % fraktur lebky a téměř polovině poškození mozku.

Než děti vyjedou na kole, zkontrolujete s nimi, zda mají funkční osvětlení a odrazky, dvě nezávislé brzdy, zvonek.

Je dobré i nejmenší dítě poučit, co dělat v případě, když mu spadne řetěz nebo když prudce zabrzdí.

### Zapamatuj si!

- jezdit na silnici sám mohou až od 10 let,
- vždy jezdím při pravém okraji vozovky,
- pokud tím neohrozí chodce, smí jet po pravé krajnici,
- po chodníku se s kolem smím pohybovat jen v případě, že kolo vedu vedle sebe,
- nikdy nejezdím s kamarády ve skupince, ale jednotlivě za sebou,
- pokud je cyklista mladší 18let musí mít ochrannou cyklistickou přilbu,
- pokud je to možné, používám stezku pro cyklisty nebo zvláště vyznačený pruh pro cyklistu na vozovce.

### Jako cyklistovi je mi zakázáno:

- jízda bez držení řídítek,
- držení se jiného vozidla,
- za jízdy vedení druhého kola,
- vedení psa na vodítku nebo přivázání psa ke kolu,
- jízda osob na rámu kola nebo na nosiči,
- převážení objemných věcí
- jezdit na silnici sám, pokud jsem mladší než 10 let, to mohu jet na kole pouze pod dohledem osoby starší 15 let,
- sám může jet pouze po cyklistické stezce nebo v obytné a pěší zóně.

### Znamení o změně směru jízdy (ukazují upažením pravé či levé ruky) se dává vždy:

- když odbočuji vlevo nebo vpravo,
- když vyjíždím od kraje vozovky,
- když zajíždím k okraji vozovky,
- když objíždím překážky,
- když někoho nebo něco předjíždím,
- když vybočuji ze směru jízdy.

### Na co nesmím zapomenout, než usednu a vyjedu na svém kole:

- zkontrolovat, zda mám povinnou výbavu,
- zda mám funkční brzdy,
- zda mám odrazky – zadní červené barvy, přední bílé barvy, oranžové na obou stranách pedálů a na každé straně kole
- zda mi fungují světla,
- zda mám zvonek,
- zda mám helmu,



- zda mám pestré oblečení s reflexními prvky.

-

### **Zapamatuj si „Desatero bezpečné jízdy na kole“**

- Při dodržování všech těchto zásad se sníží velké nebezpečí zranitelnosti cyklistů na silnici,
- jezdit co nejvíce u pravého okraje silnice a stále sledovat pozorně provoz okolo sebe
- při každé změně směru jízdy dát včas a zřetelně znamení paží. Před vybočením doleva se nezapomenout ohlédnout,
- nikdy nejezdit dva vedle sebe ani dva na jednom jízdním kole. Nevozit předměty, které by mohly někoho zranit,
- své úmysly dávat najevo včas a tak, aby je ostatní řidiči i chodci jednoznačně pochopili,
- být ohleduplný k ostatním účastníkům provozu. Nezdržovat provoz zbytečně pomalou jízdou a nepřekážet ostatním řidičům,
- tam, kde je hustý provoz, jít s jízdním kolem raději po chodníku,
- na „zebrě“ i při odbočování vpravo nebo vlevo dát přednost přecházejícím chodcům
- respektovat pokyny policistů, světelných signálů a dopravních značek,
- při jízdě si chránit hlavu před zraněním cyklistickou přilbou (povinnost ze zákona pro osoby mladší 18 let),
- pravidelně ošetřovat své jízdní kolo včetně jeho výbavy.



## V bezpečí i na kole

### Poučení:

Jízda na kole vyžaduje kromě fyzické zdatnosti i jisté znalosti o způsobu jízdy, o používání brzd, o tom, co vše tě můžu potkat při jízdě na kole – kontakt s překážkou, chodce, atd.

Všechny tyto a další situace by tě neměly překvapit. Buď na ně připraven.

### Úkol:

Nakresli kolo. Nezapomeň na vše důležité, co takové dobré kolo musí mít. Pak si zopakuj, jak se máš oblékat a co vše musíš mít, než vyjedeš na kole.



## Zaděláno na úraz

### Poučení:

Jízda na kole je sport, který je dostupný pro každého, mimo kola vlastně nic jiného nepotřebujeme.

Snad jen pěkné počasí a dobrou náladu na výlet.

### Úkol:

Anežka s Edou vyjeli k babičce na kole. Cestou je potkala nepříjemná situace. Anežka upadla. Z nehody si odnesla naštěstí jen oděrky. Co ochránilo Anežku před vážnějším zraněním?

Nakresli, jaké ponaučení si Anežka pro příště z nehody vezme.



## 11. Bezpečné místo pro hry

V létě, v zimě jsou hry pro děti značnou formou vydovádění se, přesto by neměly zapomínat, že hrát si mohou co nejdále od silničního provozu a na vymezených místech. Že místa, kam je chodcům vstup zakázán (vyznačená dopravními značkami) platí i pro ně. Děti by měly také mít schopnost rozeznat nebezpečná místa. I v obytné zóně by měly být opatrné a dbát na svoji bezpečnost.



# **HRAJEME SI V OBYTNÉ ZÓNĚ**

## **Poučení:**

Obytnou zónu vyznačuje dopravní značka. Vozidla, jedoucí nejvýše rychlostí chůze, sem vjíždějí jen zaparkovat. V tomto území si děti mohou hrát a sportovat.

## **Úkol:**

Je v místě nebo v blízkosti tvého bydliště „Obytná zóna“?  
Můžeš v „Obytné zóně“ jezdit na kolečkových bruslích a skateboardu?  
Nakresli značku „Obytná zóna“ do rámečku.





# TADY SE DÁ VYDOVÁDĚT

## Poučení:

Nejbezpečněji si lze hrát na oploceném dětském hřišti.  
Pískoviště, houpačky a průlezky zvou k dovádění.

## Úkol:

Je také v blízkosti tvého bydliště podobné dětské hřiště?  
Je oplocené a chráněné před nežádoucími návštěvníky?  
Kdo na dětské hřiště nepatří? – zakresli do rámečku.



# DOVÁDÍME NA MALÝCH KOLEČKÁCH

## Poučení:

Pro dovádění na skateboardech bývají na hřištích postaveny U-rampy. I ti nejšikovnější by se měli před úrazem chránit. Nejčastější následky pádů jsou rozbitá hlava, odřené lokty a naražená kolena.

## Úkol:

Víš, čím lze hlavu, lokty a kolena před úrazem chránit? – pomůcky zakresli do rámečku.

Myslíš, že i na U-rampách by se měla dodržovat pravidla ohleduplnosti? Jak se chováš při jízdě na skateboardu ty?



## 12. ZRAKOVÉ KLAMY NEJEN V DOPRAVĚ

### Pro učitele

Oko může posílat do mozku „nepravdivé“ informace, mezi které patří nejen poruchy prostorového vidění, optické klamy, zkreslení a iradiace nebo neschopnost vnímat podněty trvající méně než 1/10 vteřiny, ale zejména „zatajení“ informace, které má na svědomí tzv. „slepá skvrna“ na sítnici. Je to místo, kudy prostupuje sítnicí oční nerv. Necitlivost sítnice v tomto místě způsobuje, že pozorovaný objekt promítaný oční čočkou do tohoto místa na sítnici není vnímán a pro člověka prostě „neexistuje“.

V dopravě je „slepá skvrna“ vážným nebezpečím, hrozícím doslova na každém kroku. Při letném rozhlédnutí před přecházením vozovky nebo na křižovatce může snadno způsobit přehlédnutí blížícího se vozidla a zavinit tragédii. Proto se v každé dopravní situaci musíme podívat všemi směry nejméně 2x, abychom chybu způsobenou „slepou skvrnou“ eliminovali.

### Motivace

Předjíždění vozu nebo překážky na komunikaci je pro řidiče jedním z nejsložitějších a samozřejmě i nejnebezpečnějších manévrem, který se na silnicích odehrává. Ve zlomku vteřiny musí řidič vyhodnotit celou řadu okolností, která mají vliv na volbu, potažmo správnou reakci. Patří mezi ně porovnání rychlosti a schopnosti akcelerace jak předjížděného, tak předjíždějícího vozidla, odhad vzdálenosti, na které se předjíždění provede, odhad rychlosti a vzdálenosti protijedoucího vozidla.

### Úkol pro tebe

Pomůcky: krabička, lepidlo, nůžky, barevný papír, provázek

Postup: Na tělo prázdné krabičky nalepíme z jedné strany papír s vodorovnou čárkou, z druhé se svislou. Na boční stěny zásuvky upevníme gumičky (provázky). Oběma rukama držíme krabičku vodorovně před sebou a pozorujeme vodorovnou nebo svislou čárku. Gumičku (provázek) otáčením krabičky zkroutíme. Poté gumičku (provázek) napneme. Pozoruj a zapiš, co jsi viděl.



# KDYŽ ZRCADLO OSLEPNE

## Poučení

Odrazová zrcadla u silnice umožňují řidičům vidět za překážky. Tím zvyšují bezpečnost silničního provozu.

Řidičům, kteří za překážku nevidí hrozí různá nebezpečí.

Proto musíme zrcadla u silnice chránit.



## Úkol

Čím se baví kluk na obrázku?

Je jeho chování správné?

Co způsobil rozbitím zrcadla?

Jakým jiným škodám na dopravním značení jsi byl svědkem?