

# **CYKLISTO, POZOR!**

**Autoři projektu:** Jana Borkovcová, Pavlína Kopřivová, Monika Sovišová, Lenka Žáková

## **1. Anotace**

Projekt CYKLISTO, POZOR! Byl vytvořen z důvodu lepší a bezpečnější orientace žáků-cyklistů v silničním provozu. Je cíleně zaměřen na žáky druhého stupně základní školy, především pak na 6. ročníky. Žák v průběhu deseti kurzů získá informace o právech a povinnostech účastníků silničního provozu, bezpečném chování na kole, základech první pomoci – předcházení a ošetření lehkých úrazů. Dále v rámci projektu proběhnou cyklistické výlety a soutěže, do kterých se zapojí i veřejnost.

## **2. Cíle projektu**

- bezpečné chování dětí v silničním provozu
- předcházení úrazům
- předvídat rizika, správně vyhodnocovat situace a vhodně jednat
- získání a utváření návyků do budoucna
- naučit děti vážit si života a chránit jej
- získání pozitivního životního stylu na silnicích

## **3. Principy**

- zapojení rodiny – usnadnění práce rodičů
- zapojení školy, obce
- spolupráce s obcemi, kraji, Policií ČR, Městskou policií a nevládními organizacemi
- odpovědnost medií
- provázanost, posloupnost, kontinuita
- maximální využití doby, kdy děti přebírají hodnoty, postoje, návyky
- u kategorií bez respektu k autoritám hledat účinné formy

## **4. Stanovení cílové skupiny**

Hlavní cílovou skupinou budou žáci 2. stupně základní školy. Projekt je určen především pro 6. ročníky.

## 5. Získané kompetence

- 1) **Kompetence k učení-** žák rozvíjí již dříve získané vědomosti, orientuje se v problematice dopravní výchovy, má pozitivní vztah k této problematice
- 2) **Kompetence k řešení problémů-** žák dokáže vyhodnotit jednoduchou dopravní situaci a dokáže najít jednoduché způsoby jejího řešení, orientuje se v silničním provozu, ovládá zásady bezpečné jízdy a první pomoci
- 3) **Kompetence komunikativní-** žák rozumí různým typům textů a záznamů, obrazovým materiálům, běžně užívaným gestům, zvukům a jiným komunikačním a informačním prostředkům
- 4) **Kompetence občanské-** žák se rozhoduje zodpovědně podle dané situace, poskytne dle svých možností účinnou pomoc, zapojuje se do sportovních aktivit
- 5) **Kompetence pracovní-** požívá bezpečné a účinné materiály, nástroje a vybavení, dodržuje vymezená pravidla, plní povinnosti a závazky, adaptuje se na změněné nebo upravené pracovní podmínky

## 6. Vzdělávací oblast a vyučovací předmět

Tento projekt se týká vzdělávací oblasti **Člověk a zdraví**. Projekt je zařazen do předmětu dopravní výchova (pokud je již na školách realizován), výchova ke zdraví a tělesná výchova.

## 7. Časová dotace projektu

Jedná se o projekt střednědobý. Děti by během celé doby jeho trvání měly získat zkušenosti a dovednosti jak teoretické, tak praktické. Jedná se o deset kurzů dopravní výchovy s různou časovou dotací, doplněných o společné výlety a soutěže se širokou veřejností.

## 8. Zpracování plánu včetně časového harmonogramu realizace projektu

*Tabulka č. 1. Zpracování plánu včetně časového harmonogramu.*

Krok	Specifikace jednotlivých kroků	Úkol	Termín realizace
1.	Přípravná fáze	- Výroba propagačních materiálů - Příprava lektorů	únor 2012

2.	Realizační fáze	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kurzy bezpečné jízdy na kole (1x týdně)</li> <li>- Tři kurzy základů 1. pomoci</li> <li>- Tři cyklistické výlety</li> <li>- Jednodenní soutěže v jízdě na kole</li> <li>- Teoretické hodiny- nácvik dopravních situací, procvičování dopravních značek, křižovatek, vybavení cyklisty</li> <li>- Získání cyklistického řidičáku</li> <li>- Propagace</li> </ul>	duben-červen 2012
3.	Hodnotící fáze	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Závěrečné vyhodnocení úspěšnosti projektu</li> <li>- Propagace</li> </ul>	červenec- září  2012

## 9. Ukázka některých aktivit

### 1. aktivita

Žáci se rozdělí do skupinek po 4. Do každé skupiny dá učitel zadání úkolu. Téma i úkol jsou společné pro všechny skupinky, odlišnost spočívá pouze ve výběru dopravních značek. Daná skupinka načrtne křižovátku resp. zadanou situaci, na které došlo k nehodě. Zbytek třídy vysvětluje, proč k nehodě došlo a určuje viníka nehody.

1. K nákresu použij: značka hlavní pozemní komunikace, značka dej přednost v jízdě, cyklista, auto.
2. K nákresu použij: chodec, semafor, auto, přechod pro chodce
3. K nákresu použij: křižovatka s vedlejší pozemní komunikací, stůj, dej přednost v jízdě, auto, chodec
4. K nákresu použij: 2 x cyklista, konec hl. pozemní komunikace

## 2. aktivita

JAKÝ TO MÁ KONEC?

Žáci jsou rozděleni do menších skupin. Každá skupina dostane reálný text, který se týká konkrétní dopravní situace. Tento úryvek však není celý, žáci mají za úkol domyslet, jak příběh končí. Tato aktivita je spíše na zamyšlení. Žákům se následně sdělí opravdový konec příběhu.

**1) Chlapec, který jel na kole, se chytil návěsu za traktorem, aby si pomohl do prudkého kopce. Když ale traktorista přeřadil na nižší rychlostní stupeň,....**

**2) Třináctiletý chlapec chtěl večer po cestě domů přejít silnici. Na kraji silnice čekal, až bude moci přejít. ...**

**3) Rodiče s šestiletou Barborkou jeli v pátek odpoledne autem k babičce. Byla dopravní špička, kolona aut jela pomalu. Barborka nebyla připoutaná, klečela na zadním sedadle a dívala se zadním oknem ven....**

### Skutečné konce příběhů

CYKLISTA- (cyklista z kola spadl. Zachytil se o návěs, který ho ještě chvíli táhl za sebou. Chlapec utrpěl zlomeniny, vnitřní zranění dutiny břišní a také těžký otřes mozku)

CHODEC- (Bohužel nepřešel, z kraje silnice ho srazilo auto. U auta totiž nesvítilo pravé světlo, chlapec si myslel, že jede motorka a že má dost místa, aby se rozhlédl. Chlapec pád na hlavu přežil, ale s trvalými následky – s tělesným i psychickým postižením.)

AUTO-(Řidič, který se snažil kolonu vysokou rychlostí předjet, se náhle zařadil za auto s Barborkou. Nestihl už přibrzdit a zezadu do auta narazil. Barborka byla nárazem vymrštěna na zadní sklo, o které si rozbila hlavu. Lékařům se ji už nepodařilo oživit.)

(Příběhy použity z: *Výchova ke zdraví.cz*

[http://www.urazneninahoda.cz/index.php?option=com\\_content&view=article&id=110&Itemid=272](http://www.urazneninahoda.cz/index.php?option=com_content&view=article&id=110&Itemid=272))

### 3. aktivita

Žákům se pustí video o správném vybavení cyklistů. Video naleznete na <http://www.youtube.com/watch?v=n6oQhSxUS28>

Dále je vhodné zařadit video o nutnosti používání cyklistických přileb. Video naleznete na <http://www.youtube.com/watch?v=Qs3MubSg7QA>

Po zhlédnutí obou videí je vhodné nechat čas pro diskuzi.

### 4. aktivita

#### Test - poskytování první pomoci

Představ si, že jedeš s kamarádem na cyklistický výlet. Jedete jen vy dva, a to po krkolomných polních cestách, kde se téměř nepohybují jiní lidé. S sebou máte jen batoh a v něm jídlo, vodu, mobil, náplasti a obvazy.

**1. otázka: Kamarád najede na kámen, spadne z kola na záda a přestane se hýbat. Co uděláš?**

- a) Se smíchem ujedu pryč.
- b) Zavolám záchranku.
- c) Zjistím, co se mu stalo.

**2. otázka: Zjistil jsi, že kamarád nereaguje na slovní ani bolestivé podněty a nedýchá. Co uděláš?**

- a) Poliji ho vodou.
- b) Uvolním mu dýchací cesty.
- c) Pojedu rychle pro pomoc

**3. otázka: Víš jak zprůchodnit dýchací cesty?**

- a) Vytažením pevně uchopeného jazyka.

b) Záklonem hlavy a předsunutí dolní čelisti.

c) Vsunutím hadičky do nosu.

**4. otázka: Kamarád nezačal dýchat ani po zprůchodnění dýchacích cest. Co teď?**

a) Obrátím ho na břicho.

b) Už mu nemohu pomoci.

c) Zavolám záchranku.

**5. otázka: Jaké číslo má záchranná služba?**

a) 150

b) 158

c) 155

**6. otázka: Vylíčil jsi záchranářům po telefonu místo nehody a situaci. Brzy přijedou.**

**Nezapomeň, že kamarád nedýchá. Co dále uděláš?**

a) Obrátím ho na bok.

b) Počkám na záchranáře.

c) Zahájím ihned masáž srdce a umělé dýchání.

**7. otázka: Víš jaký je poměr resuscitace (oživování) u dospělého člověka?**

a) 2 vdechy: 30 stlačení

b) 2 vdechy: 15 stlačení

c) 5 vdechů: 12 stlačení

Sláva! Kamarád začal dýchat a probрал se z bezvědomí. Také sanitka už přijela a kamaráda odvezla do nemocnice. Při pádu z kola si poranil hlavu a má otřes mozku. Také si vymknul kotník, ale jinak je díky tobě v pořádku.