



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Základní škola a Střední škola CREDO, o.p.s

Číslo projektu: CZ.1.07/1.4.00/21.2963



CYKLISTIKA – PRAVIDLA JÍZDY NA KOLE

Výukový materiál č.: VY_32_INOVACE_158_Cyklistika – Pravidla jízdy na kole

Vypracovala: Mgr. Miroslava Spurná

Určeno pro: 9. ročník, ZŠ praktická

Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví

Vzdělávací obor: Tělesná výchova

Tématický okruh: Činnosti podporující pohybové učení

Vytvořeno dne: 29.3.2013

Odpilotováno dne: 31.5.2013

Anotace: Výukový materiál slouží jako didaktická pomůcka v hodině tělesné výchovy, kterou navštěvují žáci s poruchou autistického spektra. Učební materiál obsahuje učební kartu, která seznamuje žáky se základními pravidly jízdy na kole ve školním prostředí. Součástí je i pracovní list, který ověřuje znalosti žáků s těmito pravidly. Učební materiál slouží jako didaktická pomůcka podporující aktivitu žáků při osvojování zásad jednání a bezpečného chování během činností v tělesné výchově.

Použité zdroje:

Vlastní tvorba autora

Výukový materiál – učební karta

PRAVIDLA JÍZDY NA KOLE

..... 6 pravidel cyklisty.....



TECHNIKA:

Jezdíme na seřízeném a funkčním kole – zkontroluj si jestli máš nafouknutá kola a jestli brzdy brzdí

OCHRANA:

Pro bezpečnou jízdu na kole měj vždy cyklistickou přilbu. Jezdi s doprovodem dospělého a zkušeného cyklisty.

STYL JÍZDY:

Nezapomeň na správný styl jízdy. Jezdíme většinou při pravém okraji cesty a pro změnu jízdy včas ukaž rukou kam chceš odbočit.

SOUSTŘEDĚNOST:

Vždy pozorně sleduj cestu, jiné cyklisty či chodce. Zkrátka celý provoz, a to nejen před sebou.

OHLEDUPLNOST:

Nelekej jiné cyklisty či chodce. Drž si dostatečný odstup a rychlost při míjení jiných účastníků. Cinknutím zvonku na sebe upozorni jiné cyklisty či chodce.

PRAVIDLA:

Dodržuj pravidla jízdy na kole, které usnadňují jízdu na kole a napomáhají vyšší bezpečnosti.

Vždy uposlechni pokyny učitele či zkušeného cyklisty.

Výukový materiál – Pracovní list

PRAVIDLA JÍZDY NA KOLE

VYBER SPRÁVNOU ODPOVĚĎ	ANO	NE
Před jízdou na kole zkontrolujeme kola a brzdy		
Na kole je bezpečné jezdit bez cyklistické helmy		
Na kole jezdíme raději s doprovodem dospělé osoby či zkušeného cyklisty		
Většinou se jezdí při levém okraji cesty		
Změnu směru jízdy včas naznačíme rukou		
Při jízdě na kole vždy pozorně sledujeme i jiné účastníky provozu		
Při jízdě na kole hlasitě pokřikujeme na jiné chodce a cyklisty		
Držíme si dostatečný odstup a rychlost při míjení jiných účastníků provozu		
Jezdíme jen po vyznačených cestách dle pokynů učitele		