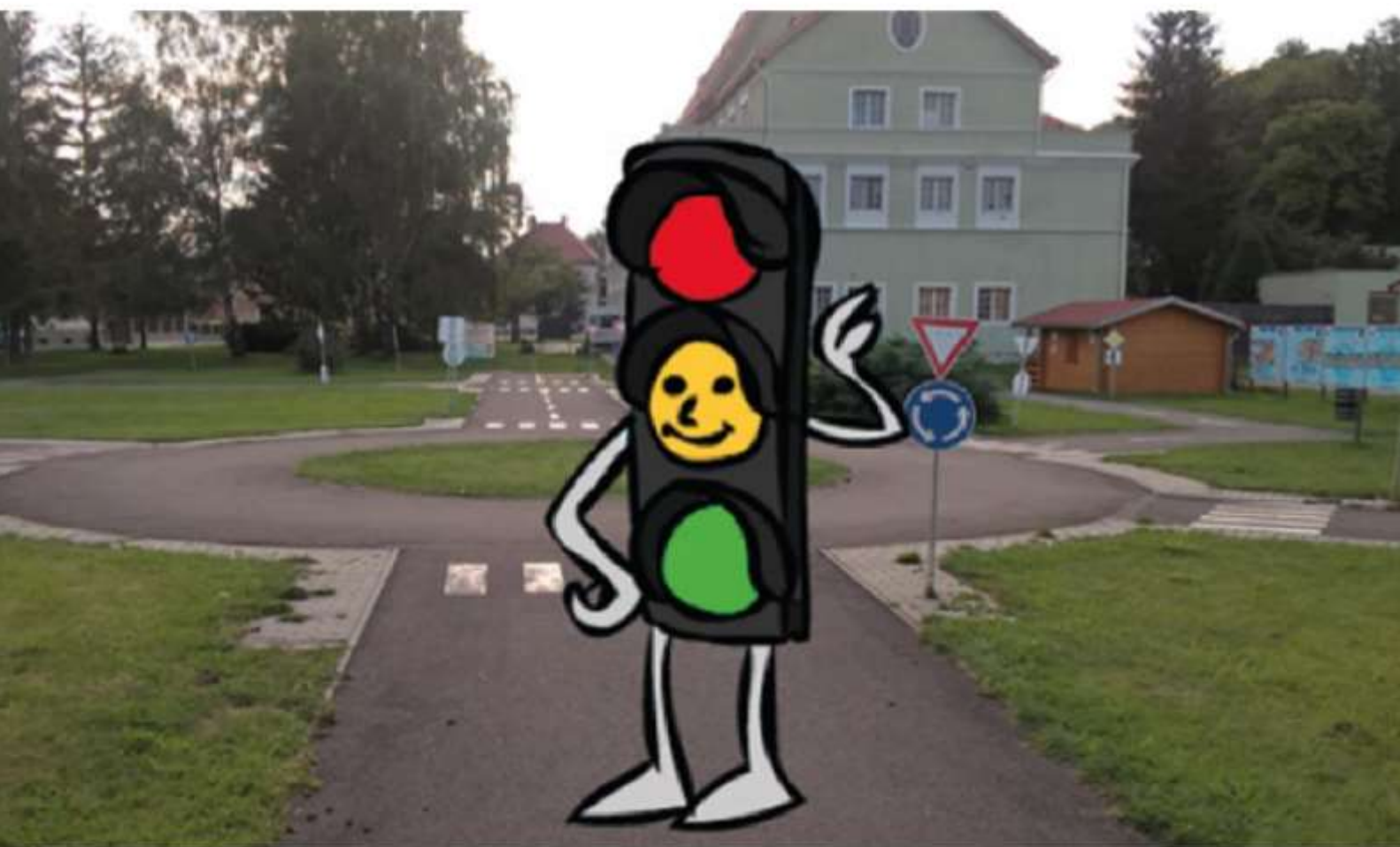


Centrum dopravního výzkumu, v. v. i.

METODIKA

Metodika jednotné výuky
na dopravním hřišti



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

www.facebook.com/ibesip

www.youtube.com/ibesip

Obr. Výbava kola – povinná a doporučená

Zdroj 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:

UKÁŽTE 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:

Připevnit 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.