

## LEKCJA 3

## **Temat: „Bezpieczne korzystanie ze środków komunikacji zbiorowej i indywidualnej. Rowery.”**

**Rowerzysto, życie jest piękne, jedź bezpiecznie!**

**Formy realizacji (proponowany przedmiot, ścieżka itp.):**

- godzina wychowawcza,
- technika.

**Cele ogólne:**

- poznanie zasad korzystania ze środków komunikacji drogowej indywidualnej i zbiorowej,
- poznanie wyposażenia roweru,
- poznanie zasad dobierania ubioru i elementów odblaskowych dla rowerzysty.

**Cele szczegółowe:**

Uczeń:

- potrafi wymienić środki komunikacji zbiorowej i indywidualnej (tramwaj, autobus, autobus szkolny, samochód osobowy, rower),
- zna zasady bezpiecznego korzystania ze środków komunikacji zbiorowej i indywidualnej,
- zna sposoby przygotowania roweru do bezpiecznej jazdy i obowiązkowe wyposażenie roweru,
- zna zasady kulturalnego zachowania na przystankach oraz w autobusie, tramwaju, autobusie szkolnym,
- zna zasady zachowania się w samochodzie osobowym jako pasażer,
- wie, że jest odpowiedzialny za własne bezpieczeństwo i innych,
- potrafi oceniać zagrożenia bezpieczeństwa na drodze.

**Metody nauczania:**

- rozmowa nauczająca,
- pogadanka,
- problemowa,
- praktyczna – rysunkowa.

**Pomoce dydaktyczne:**

- materiały pomocnicze dla nauczyciela i dla ucznia,
- tablice ze znakami drogowymi,
- rower lub jego model.

**Formy pracy:**

- indywidualna,
- grupowa,
- zbiorowa – jednolita,
- praca z tekstem.

## PLAN ZAJĘĆ:

1. Czynności organizacyjne i pogadanka wprowadzająca.  
Wprowadzenie – pogadanka o potrzebie korzystania ze środków komunikacji zbiorowej.  
Uczniowie wymieniają i zapisują na tablicy środki komunikacji zbiorowej.
2. Nauczyciel omawia z uczniami **sposób korzystania ze środków komunikacji zbiorowej**. Nauczyciel dzieli uczniów na dwie grupy. Jedna z grup spisuje prawidłowe zachowania w trakcie oczekiwania na środek lokomocji, druga prawidłowe zachowania w trakcie korzystania ze środków komunikacji zbiorowej – w czasie przejazdu.  
Grupy zapisują swoje spostrzeżenie na arkuszu papieru. Po zakończeniu prezentują wyniki swojej pracy.
3. **Podróżowanie samochodem osobowym**.  
Nauczyciel nawiązuje dyskusję dotyczącą zasad przewożenia pasażerów w samochodach osobowych oraz przydziela tym samym grupom nowe zadania – gdzie i jak zajmie miejsce w samochodzie pasażer:  
a) uczeń klasy pierwszej, 105 cm. wzrostu,  
b) 13-letni szóstoklasista, 160 cm. wzrostu.  
Uczniowie wypowiadają się na podstawie własnej wiedzy i doświadczeń, wypowiedzi uzasadniają.
4. Nauczyciel przedstawia uczniom problem dosyć często pojawiający się w życiu codziennym:  
*„W szkole zakończyła się dyskoteka, po jednego z twoich kolegów przyjechał z fasonem (pisk opon, ostre hamowanie) trochę straszy brat i obiecał, że was „szybko!” odwiezie do domu. Po jego zachowaniu i oddechu jesteś bezsprzecznie przekonany, że jest pod wpływem alkoholu. Jaką decyzję podjąć?”*  
Uczniowie pracują w grupach, a następnie prezentują sposoby rozwiązania problemu, zalety, wady i skutki różnych wariantów postępowania, osiągnięte cele.
5. Nauczyciel nawiązuje do **ekologicznego środka lokomocji – roweru**.  
Pytaniami pomocniczymi nauczyciel kieruje dyskusją służącą określeniu zalet i wad podróżowania rowerem.  
Nauczyciel prezentuje uczniom model roweru (przyprawiony przez uczniów). Uczniowie omawiają budowę roweru, kolejno podchodzą do modelu i wskazują podzespoły i części.  
Nauczyciel poleca uczniom wykonanie **ćwiczenia 1** dotyczącego sposobu przygotowania roweru do bezpiecznej jazdy oraz obowiązkowego wyposażenia roweru.  
Po zapoznaniu się z wynikami wykonanego zadania nauczyciel poleca narysować na rysunku roweru rowerzystę w ubiorze i akcesoriach zwiększających jego bezpieczeństwo w czasie jazdy.  
W trakcie prezentacji rysunków uczniowie uzasadniają swoje wybory i określają wpływ różnych elementów roweru i ubioru rowerzysty na bezpieczeństwo jazdy.
6. Praca domowa: Rozwiązać rebus – **ćwiczenie 2**.

## MATERIAŁY POMOCNICZE DLA NAUCZYCIELA

### MATERIAŁ POMOCNICZY NR 1

#### KORZYSTANIE ZE ŚRODKÓW MASOWEJ KOMUNIKACJI

Codzienne życie niesie nam konieczność nieustannego przemieszczania się. Odbywa się ono w związku z pracą, nauką oraz w celach towarzyskich. Ze względu na swój wiek uczniowie zmuszeni są najczęściej do korzystania ze środków komunikacji masowej (autobus, tramwaj, trolejbus, autobus szkolny, samochód osobowy).

**Korzystanie ze środków masowej komunikacji** odbywa się w dwóch etapach:

#### a) Oczekiwanie na przystanku na środek komunikacji.

W czasie oczekiwania na przystanku na środek komunikacji należy zachowywać się cicho, nie popychać się, by nie wpaść na jezdnię, przy przejazdach grupowych trzymać się swojej grupy, oczekiwać w pewnym oddaleniu od krawędzi jezdni, by nie zostać zaczepionym przez podjeżdżający pojazd lub nie pośliznąć się (szczególnie zimą) i nie wpaść pod pojazd. Do pojazdu zbliżać się dopiero po jego całkowitym zatrzymaniu, przy wchodzeniu i wychodzeniu z pojazdu w przypadku kontynuowania dalszej drogi po drugiej stronie jezdni nie przechodzić bezpośrednio przed lub za pojazdem dlatego, że jest się niewidocznym dla kierowcy.

W przypadku małych dzieci dowożonych autobusem szkolnym opiekun dzieci winien przeprowadzić je na drugą stronę jezdni.

Jeżeli przystanek jest na środku jezdni i nie jest wyposażony w wysepkę dla pasażerów, zaś na przystanek wjeżdża tramwaj (lub inny pojazd komunikacji publicznej) lub stoi na nim, to, pomimo że kierujący są obowiązani zatrzymać pojazd w takim miejscu i na taki czas, aby zapewnić pieszym swobodne dojście do tramwaju lub na chodnik, piesi muszą zachować szczególną ostrożność ze względu na częste nie respektowanie przez kierujących przepisów ruchu drogowego.

#### **b) Przejazd środkiem komunikacji publicznej.**

W czasie jazdy środkiem komunikacji publicznej uczniowie powinni zająć miejsca wskazane przez opiekuna, stać w zwartej grupie i trzymać się uchwytów lub poręczy. Należy przyjmować stabilną postawę ciała, by nie uderzyć siebie lub innych pasażerów w trakcie ostrych zakrętów lub hamowania, cicho prowadzić rozmowy, nie wykrzykiwać. Pasażerowie powinni zachować spokój i ciszę, młodzi pasażerowie winni ustępować miejsca siedzące osobom starszym, niepełnosprawnym, z małym dzieckiem, wsiadanie i wysiadanie powinno odbywać się sprawnie, bez popychania i tworzenia tłoku, nie wolno wsiadać po usłyszeniu sygnału do odjazdu, gdy drzwi są w trakcie zamykania, nie wolno otwierać drzwi przed zatrzymaniem się pojazdu, nie wolno wystawiać głowy lub rąk przez otwarte okna, gdyż grozi to zranieniem przez przejeżdżające obok pojazdy lub przeszkody. Należy uważać na zagrożenie kradzieżami kieszonkowymi.

#### **Oznakowanie autobusów szkolnych**

Autobusy szkolne powinny być pomalowane w kolorze pomarańczowym oraz obowiązkowo powinny być oznaczone tablicami „Autobus szkolny”. W trosce o bezpieczeństwo uczniów trakcie ich wsiadania i wysiadania kierowca winien włączać światła awaryjne.

## **MATERIAŁ POMOCNICZY NR 2**

### ***PODRÓŻOWANIE SAMOCHODEM OSOBOWYM***

Jest to sposób najbardziej wygodny dla podróżnych. Jednak i tutaj czyhają na podróżnych niebezpieczeństwa. Szczególnie groźne są sytuacje powodowane przez młodych kierowców, niejednokrotnie będących pod wpływem alkoholu. Często bywa podpuszczanie tychże kierowców przez koleżanki i kolegów do ewidentnego łamania przepisów drogowych.

Korzystając z przejazdów samochodami osobowymi sami powinniśmy zadbać o własne bezpieczeństwo i w każdym przypadku bez wezwania zapinać pasy. Ponadto, gdy w pojeździe samochodowym wyposażonym w pasy bezpieczeństwa podróżowało będzie dziecko wieku do 12 lat, nie przekraczające 150 cm wzrostu, przewozi się je w foteliku ochronnym lub innym urządzeniu do przewożenia dzieci, odpowiadającym wadze i wzrostowi dziecka oraz właściwym warunkom technicznym. Nie wolno przewozić w foteliku ochronnym dziecka siedzącego tyłem do kierunku jazdy na przednim siedzeniu pojazdu samochodowego wyposażonego w poduszkę powietrzną dla pasażera. Zabronione jest przewożenie, poza specjalnym fotelikiem ochronnym, dziecka w wieku do 12 lat na przednim siedzeniu pojazdu samochodowego.

## **MATERIAŁ POMOCNICZY NR 3**

### ***ROWER JAKO ŚRODEK TRANSPORTU***

Zalety podróżowania rowerem: jest ekologiczny, daje kontakt z przyrodą, można nim wszędzie dojechać, jest tani w eksploatacji, spełnia oczekiwania młodzieży.

Wady podróżowania rowerem:

- nie ostaną podróżującego przed wpływami atmosferycznymi,
- upadki z roweru są bolesne,
- w razie zderzenia z innym pojazdem rowerzysta jest na straconej pozycji.



## Elementy obowiązkowego wyposażenia roweru:

1. jedno światło pozycyjne barwy białej lub żółtej selektywnej,
2. jedno światło odblaskowe barwy czerwonej o kształcie innym niż trójkąt oraz jedno światło pozycyjne barwy czerwonej, które może być migające,
3. jeden skutecznie działający hamulec,
4. dzwonek lub inny sygnał ostrzegawczy o nieprzerwalnym dźwięku.

Wielu członków naszego społeczeństwa wykorzystuje rower do codziennej komunikacji i to często po zmroku. W okresie jesiennym i zimowym, kiedy dzień jest krótszy oraz często występuje dodatkowe ograniczenie widoczności (mgła i opady atmosferyczne), szczególnie istotne jest właściwe przygotowanie i wyposażenie roweru.

Obowiązkowe wyposażenie roweru reguluje rozporządzenia ministra infrastruktury z dnia 31 grudnia 2002r. w sprawie warunków technicznych pojazdów oraz zakresu ich niezbędnego wyposażenia.

Oświetlenie roweru jest podstawową gwarancją bezpieczeństwa na drodze i podstawą wygodnej jazdy po zmroku.

Czerwona lampka diodowa (zasilana bateryjnie – bardzo mały pobór prądu) powinna być absolutnie podstawowym wyposażeniem każdego rowerzysty – nawet wtedy, kiedy podstawowe oświetlenie roweru zapewnia dynamo, powodujące jednak gaśnięcie świateł po zatrzymaniu. Migająca dioda świetnie sprawdza się jako oświetlenie pomocnicze, informujące o obecności roweru, kiedy ten stoi, np. na źle oświetlonym skrzyżowaniu.

## „Widzę i jestem widziany”

Ważne jest, że przepisy wymagają oświetlenia roweru między innymi z powodów bezpieczeństwa, jednak bezpieczeństwo zapewniane przez przednie lampki jest często złudne. Najsilniejszy nawet reflektor rowerowy jest niemal niewidoczny na tle wielu znacznie od niego silniejszych świateł samochodowych. Między innymi właśnie, dlatego warto pomyśleć o wykorzystaniu oświetlenia innych pojazdów.

Dobrej jakości światło odblaskowe roweru jest często widoczne w świetle reflektorów samochodowych ze znacznie większej odległości niż czerwone światło pozycyjne. Dlatego warto zadbać, aby na rowerze znajdował się z tyłu możliwie dużych wymiarów czerwony odblask oraz dodatkowe stałe światełka odblaskowe. Dodatkowo, bezpieczeństwo rowerzysty zwiększa wszycie w ubranie lub przypięcie do niego taśm odblaskowych.

## Ubiór rowerzysty

Dobrą widoczność, szczególnie w słabym świetle, gwarantuje nie tylko użycie odpowiednich reflektorów i odblaskowych materiałów, ale także odpowiedni dobór kolorów. Najlepiej widocznym w nocy, szarówce czy deszczu kolorem jest kolor jaskrawożółty (można używać koloru pomarańczowego, który jest dobrze widoczny na tle śniegu czy we mgle). Najgorsze jest używanie ubiorów koloru czarnego i w odcieniach szarości, a także czerwonego i zielonego. Trudno sobie wyobrazić, żeby rowerzysta cały swój ubiór kompletował w tym kolorze, ale warto o tym pamiętać zwłaszcza kupując wierzchnie przeciwdeszczowe ubranie. Jaskrawożółty, błyszczący odblaskami i świecący „jak świąteczna choinka” rowerzysta przyciąga uwagę innych użytkowników dróg – a to gwarantuje mu bezpieczeństwo na jezdni.

## Dodatkowe wyposażenie roweru

- Opaska odblaskowa gwarantująca lepszą widoczność rowerzysty na drodze,
- Kask ochronny chroniący głowę.
- Pompka rowerowa,
- Narzędzia do naprawy roweru i elementy zapasowe (np. dętka, łańki, zaworki),
- Apteczka pierwszej pomocy,
- Lusterko wsteczne.

Wskazane i rozsądne jest, aby każdy rowerzysta w czasie jazdy na rowerze zakładał na głowę kask ochronny, zaś na lewym ramieniu miał opaskę odblaskową.

Nie mniej istotny, w trosce o bezpieczeństwo, jest właściwy stan i skuteczność hamulców, dobrze, gdy jest ich więcej niż jeden. Ważny jest też, wpływający na drogę hamowania, stan ogumienia roweru.

## MATERIAŁ POMOCNICZY NR 4

### ROZWIĄZANIA REBUSÓW (Ćwiczenie 3)

1) hasło: Kodeks drogowy

2) hasło: pieszy

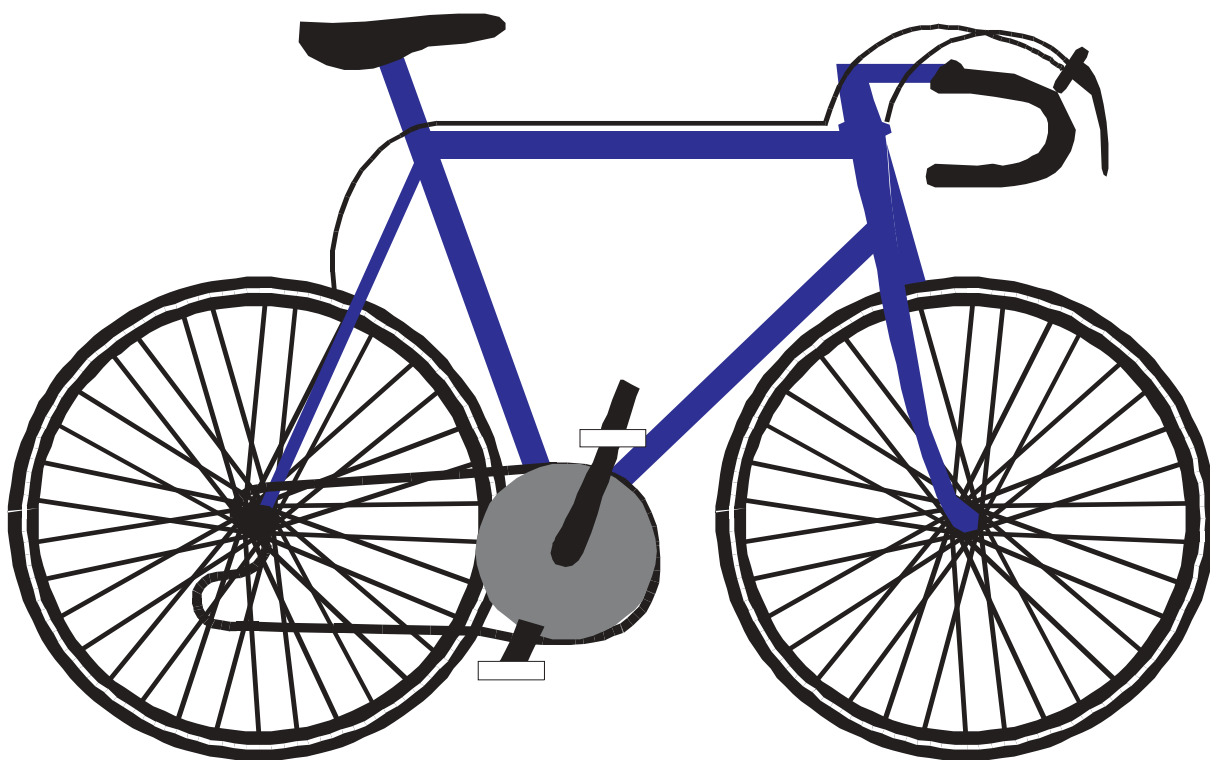
## MATERIAŁY POMOCNICZE DLA UCZNIA – LEKCJA 3

**Temat: „Bezpieczne korzystanie ze środków komunikacji zbiorowej i indywidualnej. Rowery.”**

Rowerzysto, życie jest piękne, jedź bezpiecznie!

**Ćwiczenie 1**

Zaznacz (narysuj) czerwonym kolorem na rysunku elementy roweru mające bezpośredni wpływ na bezpieczeństwo jazdy. Zaznaczone elementy ponumeruj i opisz pod rysunkiem.



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ćwiczenie 2

Rozwiąż rebusy.



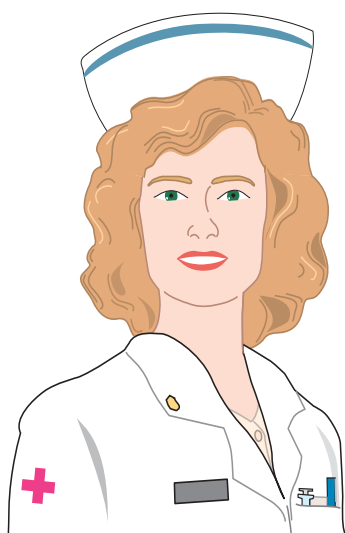
+



~~łyska~~ = deks

~~psy~~ = gowy

HASŁO: .....



~~łęgniarka~~ = szy

HASŁO: .....