

LEKCJA 4

Temat: „Rowerzysta bezpiecznym użytkownikiem dróg”

Rowerzysto, życie jest piękne, jedź bezpiecznie!

Formy realizacji (proponowany przedmiot, ścieżka itp.):

- godzina wychowawcza,
- technika.

Cele ogólne:

- poznanie zasad ruchu rowerów,
- poznanie znaków i sygnałów drogowych dla rowerzystów,
- poznanie przykładowych manewrów na drodze.

Cele szczegółowe:

Uczeń:

- potrafi rozpoznać sygnały drogowe nadawane przez sygnalizatory i osoby kierujące ruchem,
- zna hierarchię znaków i sygnałów w kierowaniu ruchem drogowym,
- zna zasady bezpieczeństwa ruchu drogowego dotyczące rowerzystów,
- zna zasady bezpiecznego poruszania się po drogach, potrafi ocenić prędkość i odległość,
- potrafi określić drogę hamowania roweru i opisać poprawne manewry, jakie powinien wykonać rowerzysta na drodze w określonej sytuacji,
- potrafi opisać podstawowe manewry oraz błędy popełniane podczas ich wykonywania, zna technikę jazdy i potrafi wykonać manewr wymijania, omijania i wyprzedzania,
- na modelu rozróżnia oraz rozpoznaje podstawowe manewry na drodze.

Metody nauczania:

- rozmowa nauczająca,
- dyskusja dydaktyczna – burza mózgów.

Pomoce dydaktyczne:

- foliogram nr 6,
- materiały pomocnicze dla nauczyciela i dla ucznia.

Formy pracy:

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

PLAN ZAJĘĆ:

1. Czynności organizacyjne i pogadanka wprowadzająca.
2. Nauczyciel za pomocą pytań naprowadzających uzyskuje od uczniów informacje dotyczące **przepisów obowiązujących rowerzystów** oraz na bieżąco uzupełnia wypowiedzi uczniów. Na tablicy z modelem ulic uczniowie pokazują sposób poruszania się rowerzysty po drogach.
Nauczyciel dzieli uczniów na grupy, uczniowie wykonują **ćwiczenie 1 i 2**, rysują rowerzystów w różnych sytuacjach drogowych (postępujących zgodnie lub niezgodnie z przepisami ruchu drogowego) – uzasadniają narysowane sytuacje.
3. **Jakie typowe znaki są obowiązujące dla rowerzystów?**
Nauczyciel rozdaje grupom tablice z różnymi grupami znaków drogowych. Uczniowie oglądają tablice ze zbiorami wszystkich znaków i wypisują znaki adresowane głównie do rowerzystów, omawiają ich znaczenie, uzasadniają odpowiedź.
4. **Manewry wykonywane przez rowerzystów**
Odszukanie w materiałach dla uczniów pojęć podstawowych manewrów (manewr wymijania, omijania i wyprzedzania, skręt w prawo, skręt w lewo).
Nauczyciel dzieli uczniów na grupy (lub poprzednie zespoły). Uczniowie wykonują **ćwiczenia 3, 4, 5, 6, 7**, opisują schematy, prezentują własne opracowanie uzasadniając wypowiedź oraz omawiając błędy i niebezpieczeństwa popełniane podczas wykonywania tych manewrów.
Nauczyciel podsumowuje i dokonuje sprostowań prezentując *foliogram nr 9*.
Na modelu miasteczka ruchu drogowego (makiecie z wykazu pomocy dydaktycznych MENiS) symulują wykonanie manewrów rowerowych.
5. Nauczyciel podejmuje rozmowę na temat prędkości rozwijanych przez rowerzystów oraz drogi hamowania rowerów.
6. Podsumowanie. Praca domowa – **ćwiczenie 1**.

MATERIAŁY POMOCNICZE DLA NAUCZYCIELA

MATERIAŁ POMOCNICZY NR 1

ROWERZYSTA – UCZESTNIK RUCHU DROGOWEGO I KIERUJĄCY POJAZDEM

Rowerzysta powinien poruszać się zgodnie z zasadami ruchu prawostronnego, tzn. poruszać się prawą krawędzią jezdni.

Rowerzysta jest obowiązany poruszać się drogą dla rowerów, gdy jej nie ma – po poboczu, chyba, że nie nadaje się ono do jazdy lub ruch roweru utrudniałby ruch pieszych – wówczas jest obowiązany poruszać się prawym skrajem jezdni. W trakcie jazdy po drodze dla rowerzystów i pieszych, rowerzysta powinien zachować szczególną ostrożność i ustępować pierwszeństwa pieszym.

Rowerzysta kierując rowerem na części jezdni, po której jeżdżą pojazdy szynowe, jest obowiązany ustąpić miejsca nadjeżdżającemu pojazdowi szynowemu.

Kierujący rowerem jest zobowiązany do zachowania ostrożności albo, gdy prawo drogowe wymaga szczególnej ostrożności, powinien unikać wszelkich działań, które mogłyby spowodować zagrożenie bezpieczeństwa dla uczestników ruchu drogowego, utrudniać ten ruch, zakłócać porządek publiczny, lub narazić kogokolwiek na szkodę. Kierujący rowerem ma obowiązek stosowania się do poleceń i sygnałów dawanych przez osoby kierujące ruchem lub uprawnione do jego kontroli, do sygnałów świetlnych, do znaków drogowych, do norm zawartych w przepisach kodeksu drogowego.

Jazda rowerzysty musi odbywać się z prędkością zapewniającą mu panowanie nad rowerem z uwzględnieniem warunków, w których ruch ten się odbywa (pora dnia, pora roku, warunki atmosferyczne, natężenie ruchu na drodze.)

Na drodze jednokierunkowej, rowerzysta powinien poruszać się jak najbliżej prawej krawędzi jezdni.

Grupy rowerzystów powinny poruszać się gęsiego – jeden za drugim, w zorganizowanej kolumnie maksymalnie do 15 osób – utrzymując między sobą odległości uzależnione od prędkości, lecz maksymalnie rzędu 3 do 5 metrów.

Kolejna kolumna rowerzystów może jechać w odległości co najmniej 200 metrów od pierwszej.

Poruszanie się rowerzysty po chodniku jest generalnie zabronione. Warunkowo dozwolone jest korzystanie z chodnika lub drogi dla pieszych przez kierującego rowerem jednośladowym, gdy:

- 1) opiekuje się on osobą w wieku do lat 10 kierującą rowerem, lub
- 2) szerokość chodnika wzdłuż drogi, po której ruch pojazdów dozwolony jest z prędkością większą niż 60 km/h, wynosi co najmniej 2m i brak jest wydzielonej drogi dla rowerów.

Kierujący rowerem, korzystając z chodnika lub drogi dla pieszych, jest obowiązany jechać powoli, zachować szczególną ostrożność i ustępować miejsca pieszym.

Kierujący rowerem, jeżeli opiekuje się osobą kierującą rowerem w wieku do lat 10, może jechać lewą stroną jezdni na zasadach określonych dla ruchu pieszych.

Rowerzysta ma obowiązek zawsze trzymać nogi na pedałach i przynajmniej jedną rękę na kierownicy.

Rowerzysta mający 17 lat może przewozić na osobnym siodełku dziecko do lat 7.

Nie wolno jadąc prowadzić zwierząt na uwięzi.

Wjazd na jezdnię należy sygnalizować wyciągnięciem lewej ręki uprzednio oglądając się do tyłu.

Na jezdni dwukierunkowej, gdy zajęty jest prawy pas ruchu, rowerzysta ma obowiązek ustąpienia pierwszeństwa pojazdom nadjeżdżającym z przeciwka. Pierwszeństwa musi również ustąpić rowerzysta wyjeżdżając na drogę z drogi gruntowej. Nie wolno utrudniać ruchu wyjeżdżając z pobocza na jezdnię. Wyjeżdżając z drogi dla rowerów na jezdnię należy zachować szczególną ostrożność i ustąpić pierwszeństwa wszystkim pojazdom w ruchu.

Gdy na obszarze zabudowanym kierowca autobusu lub tramwaju zamierza włączyć się do ruchu przy wyjeździe z przystanku, zatoki lub zmieniając pas ruchu, rowerzysta powinien zmniejszyć prędkość, a nawet zatrzymać się.

MATERIAŁ POMOCNICZY NR 2

MANEWRY NA DRODZE WYKONYWANE PRZEZ ROWERYSTÓW:

- Wymijanie,
- Omijanie,
- Wyprzedzanie,
- Skręt w prawo,
- Skręt w lewo.

Wymijanie

Uczniowie przypominają definicję manewru wymijania (przejeżdżanie lub przechodzenie obok uczestnika ruchu poruszającego się w przeciwnym kierunku).

Zasady postępowania podczas wymijania:

- zachować bezpieczny odstęp.
- w razie potrzeby, na wąskiej drodze lub, gdy są utrudnione warunki drogowe, należy zboczyć w prawo i zmniejszyć prędkość, a nawet zatrzymać się.
- uwzględnić szczególne zagrożenie na zwężeniach jezdni oraz przy przejeżdżaniu obok tzw. „TIR-a” (podmuch powietrza) – foliogram nr 7.

Omijanie

to przejeżdżanie (przechodzenie) obok nie poruszającego się pojazdu, uczestnika ruchu lub przeszkody.

Wzorzec postępowania kierującego rowerem podczas omijania:

- Upewnij się, czy nic nie jedzie, spójrz do tyłu, spójrz do przodu,
- Zasygnalizuj zamiar zmiany pasa ruchu przez wyciągnięcie lewej ręki,
- Jeszcze raz upewnij się, czy bezpiecznie wykonasz ten manewr,
- Rozpocznij manewr przejeżdżania obok przeszkody lub stojącego pieszego zachowując bezpieczny odstęp, w tym czasie Twoja lewa ręka jest opuszczona,
- Zasygnalizuj zmianę pasa ruchu przez wyciągnięcie Swojej prawej ręki,
- Zjedź łagodnym łukiem na wcześniej zajmowany pas ruchu,
- Kontynuuj jazdę możliwie blisko prawej krawędzi jezdni.

Można posłużyć się tym wzorcem podczas demonstrowania kolejnych czynności, które wykonuje kierujący rowerem podczas omijania, na modelu ulicy lub na foliogramie nr 7.

Wyprzedzanie

to przejeżdżanie (przechodzenie) obok pojazdu lub uczestnika ruchu poruszającego się w tym samym kierunku.

Wzorzec postępowania kierującego rowerem podczas wyprzedzania:

1. bezpośrednio przed wyprzedzaniem
 - upewnij się, czy możesz podjąć manewr – spójrz do tyłu, zobacz czy ktoś inny nie wyprzedza, spójrz do przodu, czy masz dobrą widoczność (w ograniczonej wyprzedzać nie wolno) i dostateczne miejsce do wykonania tego manewru, czy z przeciwka nie nadjeżdża inny pojazd.
 - zasygnalizuj zamiar zmiany pasa ruchu przez wyciągnięcie lewej ręki.
 - jeszcze raz upewnij się, czy możesz go wykonać.
 - zmień pas ruchu.
2. w czasie wyprzedzania
 - rozpocznij wyprzedzanie pojazdu lub pieszego zachowując bezpieczny odstęp (w tym czasie Twoja lewa ręka powinna być opuszczona). Przy wyprzedzaniu kolumny pieszych oraz innego pojazdu jednośladowego masz obowiązek zachować bezpieczny odstęp, nie mniejszy niż 1 m.
3. po wyprzedzeniu
 - upewnij się, czy możesz wjechać na wcześniej zajmowany pas ruchu.
 - gdy znajdziesz się w bezpiecznej odległości od wyprzedzanego pojazdu, pieszego lub kolumny pieszych, zasygnalizuj zamiar zmiany pasa ruchu przez wyciągnięcie prawej ręki.
 - zjedź łagodnym łukiem na pas ruchu, po którym poruszać się przed przystąpieniem do wyprzedzania.
 - kontynuuj jazdę możliwie blisko prawej krawędzi jezdni.

Skręt w prawo

Wzorzec postępowania kierującego rowerem podczas skrętu w prawo:

- Upewnij się, że możesz wykonać manewr,
- Wyciągnięciem prawej ręki zasygnalizuj skręt,
- Zbliź się do prawej krawędzi jezdni,
- Wykonaj skręt ustępując pierwszeństwa pieszym na przejściu drogi poprzecznej
- Kontynuuj jazdę wzdłuż prawej krawędzi jezdni.

Skręt w lewo

Wzorzec postępowania kierującego rowerem podczas skrętu w lewo:

- Wyciągnięciem lewej ręki zasygnalizuj zamiar wykonania skrętu,
- Ponownie upewnij się, czy droga jest wolna,
- Zbliź się do środka jezdni (osi jezdni),
- Ponownie upewnij się (ogłędając się do tyłu), czy droga jest wolna (np. czy nikt cię nie wyprzedza) i czy przeciwny pas ruchu też jest wolny,
- Wyciągnięciem lewej ręki zasygnalizuj zamiar wykonania skrętu,
- Gdy droga za Tobą (na twoim pasie) i przed Tobą (na przeciwnym pasie) jest wolna, wykonaj skręt,
- Wjedź na właściwy pas ruchu – prawą część prawego pasa – uważaj na pieszych na przejściu drogi poprzecznej.

MATERIAŁ POMOCNICZY NR 3

Znaki drogowe związane z ruchem rowerów.



C-13 Droga dla rowerów – oznacza drogę przeznaczoną dla kierujących rowerami jednośladowymi, którzy są obowiązani do korzystania z tej drogi



C-13a Koniec drogi dla rowerów – oznacza koniec drogi przeznaczonej dla kierujących rowerami jednośladowymi



D-6a przejazd dla rowerzystów



A -24 Uwaga rowerzyści – ostrzega kierujących pojazdami o zbliżaniu się do miejsca, w którym rowerzyści wjeżdżają z drogi dla rowerów na jezdnię lub przez nią przejeżdżają



P-11 Przejazd dla rowerzystów (znak poziomy)



B-9 Zakaz wjazdu rowerów



Sygnaly świetlne dla rowerzystów nadawane przez sygnalizator S-6 oznaczają:



1. sygnał zielony – zezwolenie na wjazd na przejazd dla rowerów, przy czym sygnał zielony migający oznacza, że za chwilę zapali się sygnał czerwony i rowerzysta jest obowiązany jak najszybciej opuścić przejazd,
2. sygnał czerwony – zakaz wjazdu na przejazd

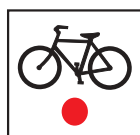


T-22 wyłącza rowery z zakresu obowiązywania znaku

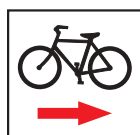
Dodatkowe znaki szlaków rowerowych:



R-1
szlak
rowerowy
krajowy



R-1a
początek
(koniec) szlaku
rowerowego
krajowego



R-1b
zmiana
kierunku
szlaku
rowerowego
krajowego



R-2
szlak
rowerowy
międzynarodowy



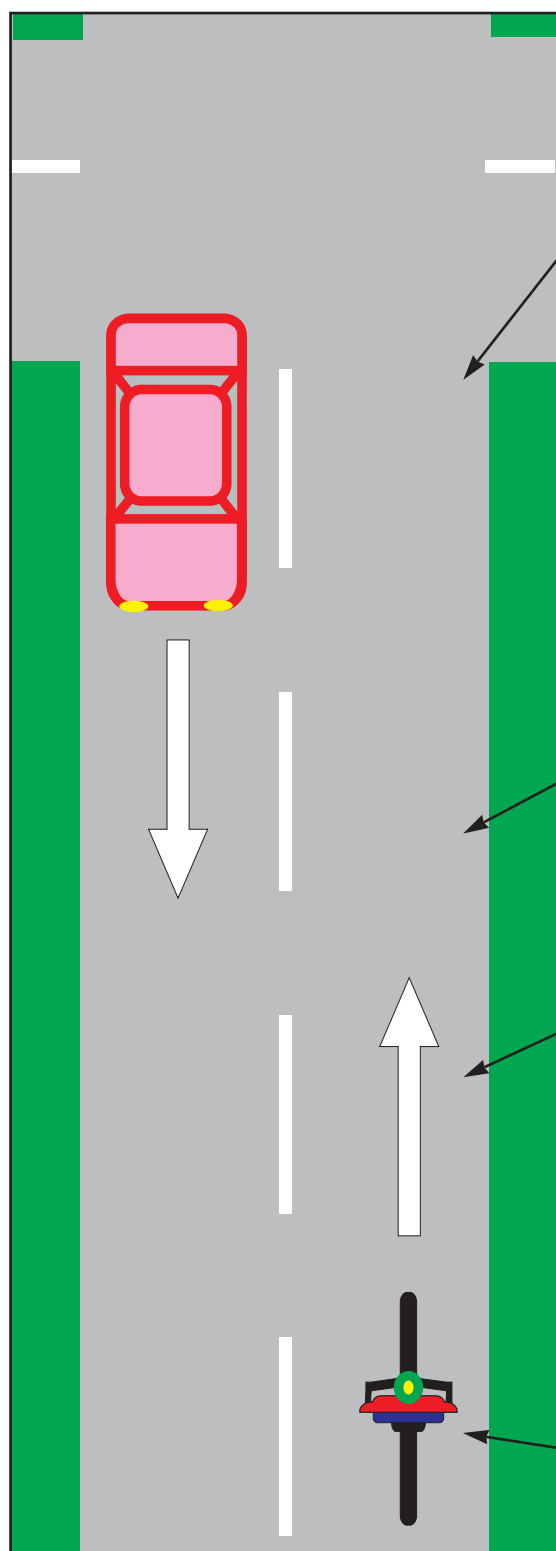
R-2a
zmiana
kierunku szlaku
rowerowego
międzynarodowego



R-3
tablica
szlaku
rowerowego

MATERIAŁ POMOCNICZY NR 4

Wymijanie – fazy wykonywania manewru przez rowerzystę



4. Powrót na właściwe miejsce ok. 0,5 m od krawędzi pobocza lub jezdni.

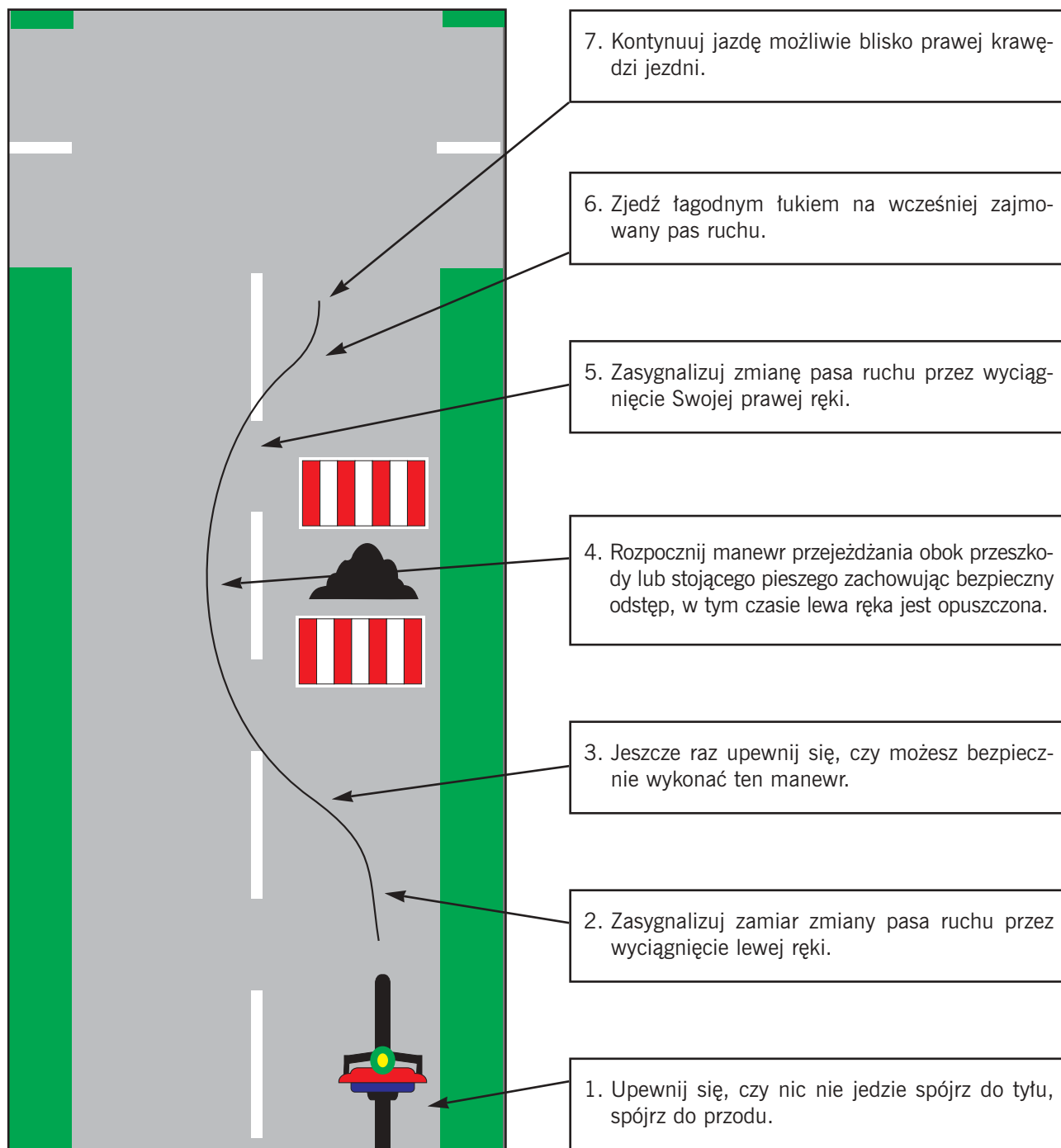
3. Przy przejeżdżaniu obok wymijanego pojazdu, zjedź maksymalnie na prawo, zmniejsz prędkość, jeśli trzeba, zatrzymaj się.

Szczególnie uważaj na wąskich odcinkach jezdni przy wymijaniu dużych pojazdów ciężarowych (mocno trzymaj kierownicę i odpowiednio wcześniej zacznij skręcać kierownicę) ze względu na możliwy podmuch wiatru i dużą szerokość wymijanego pojazdu.

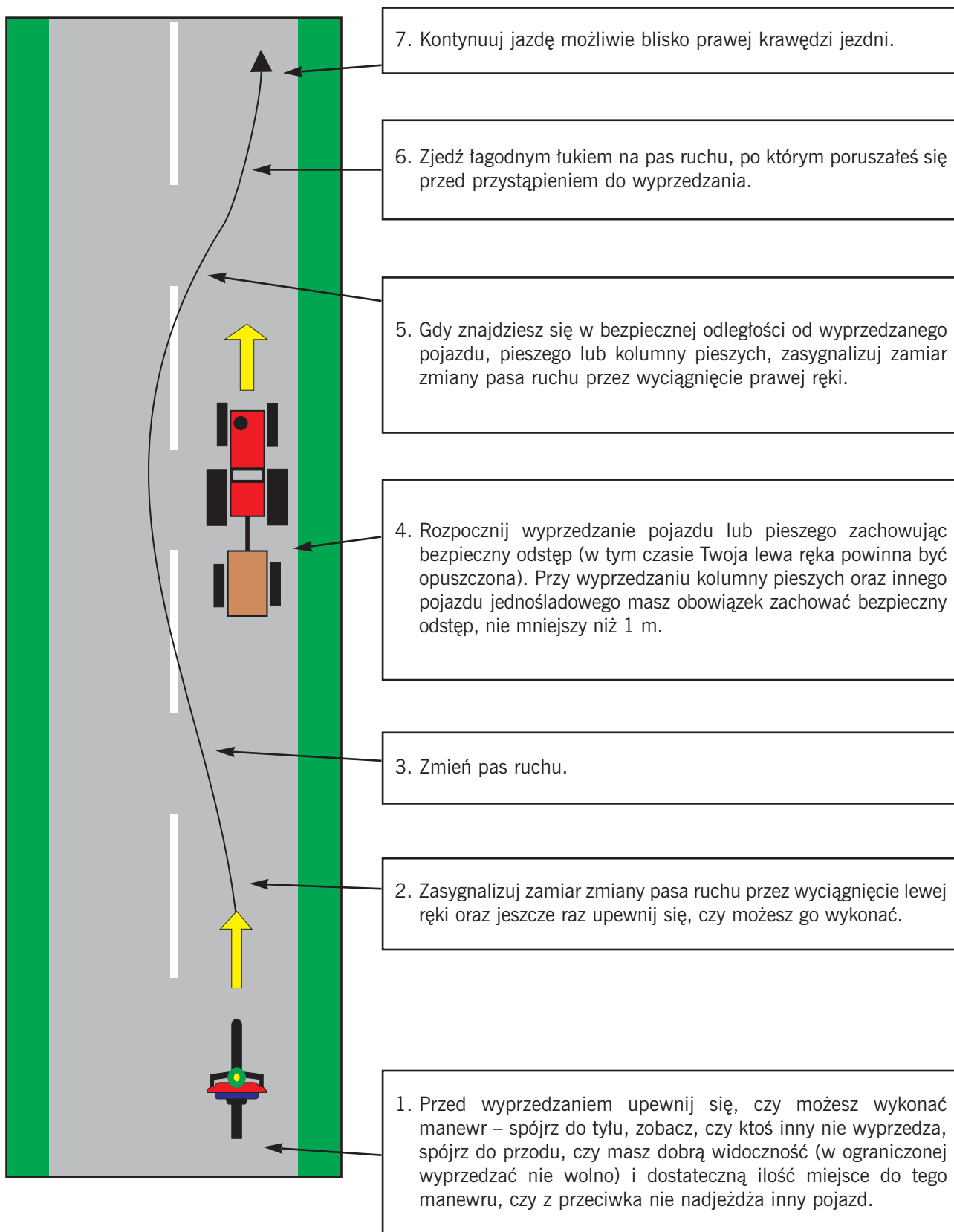
2. Zachowaj bezpieczny odstęp.

1. Jedź blisko prawej krawędzi jezdni. Poza obszarem zabudowanym jedź po poboczu, a gdy go nie ma, jedź przy prawej krawędzi jezdni.

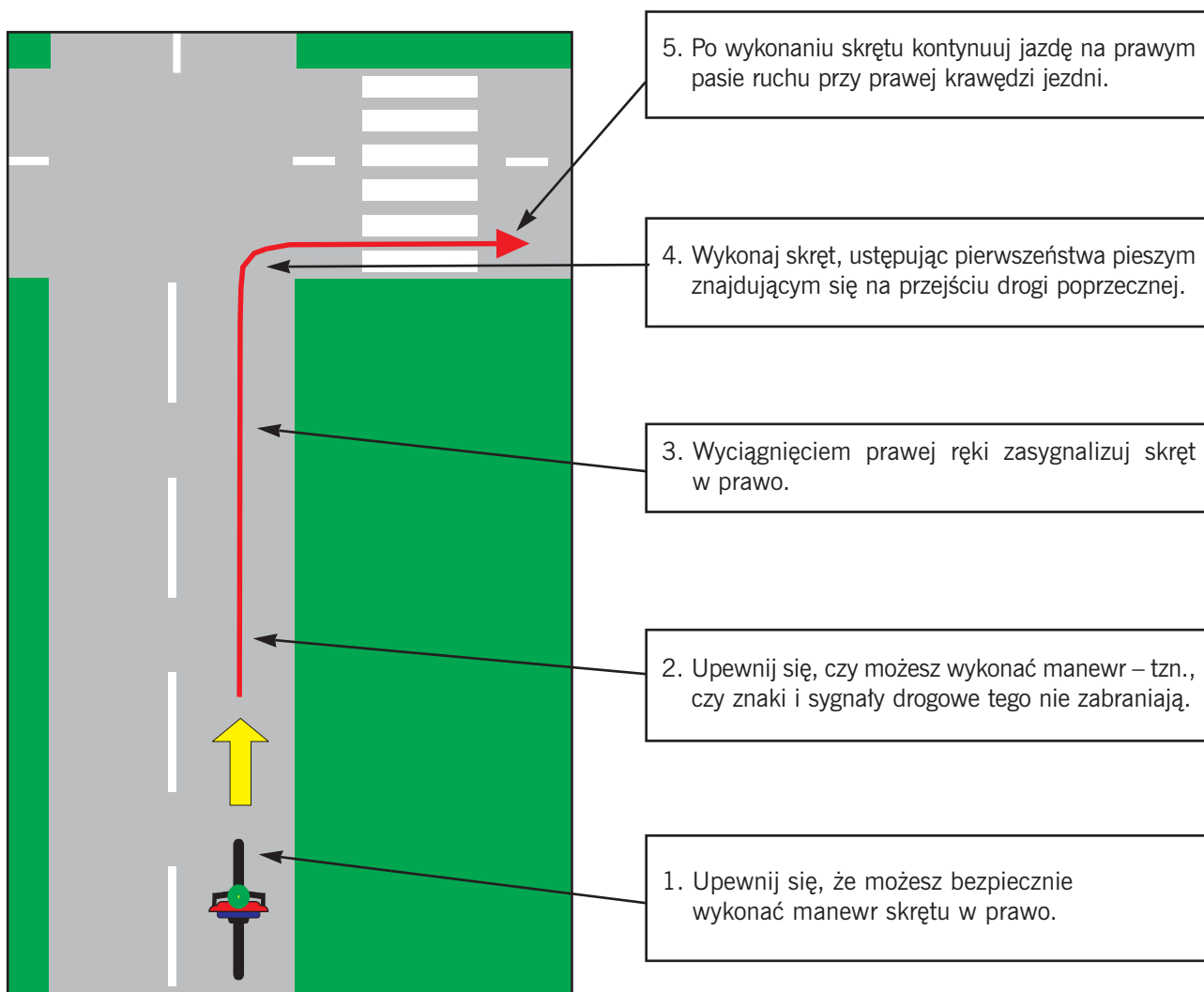
Omijanie – wzorzec postępowania kierującego rowerem podczas omijania



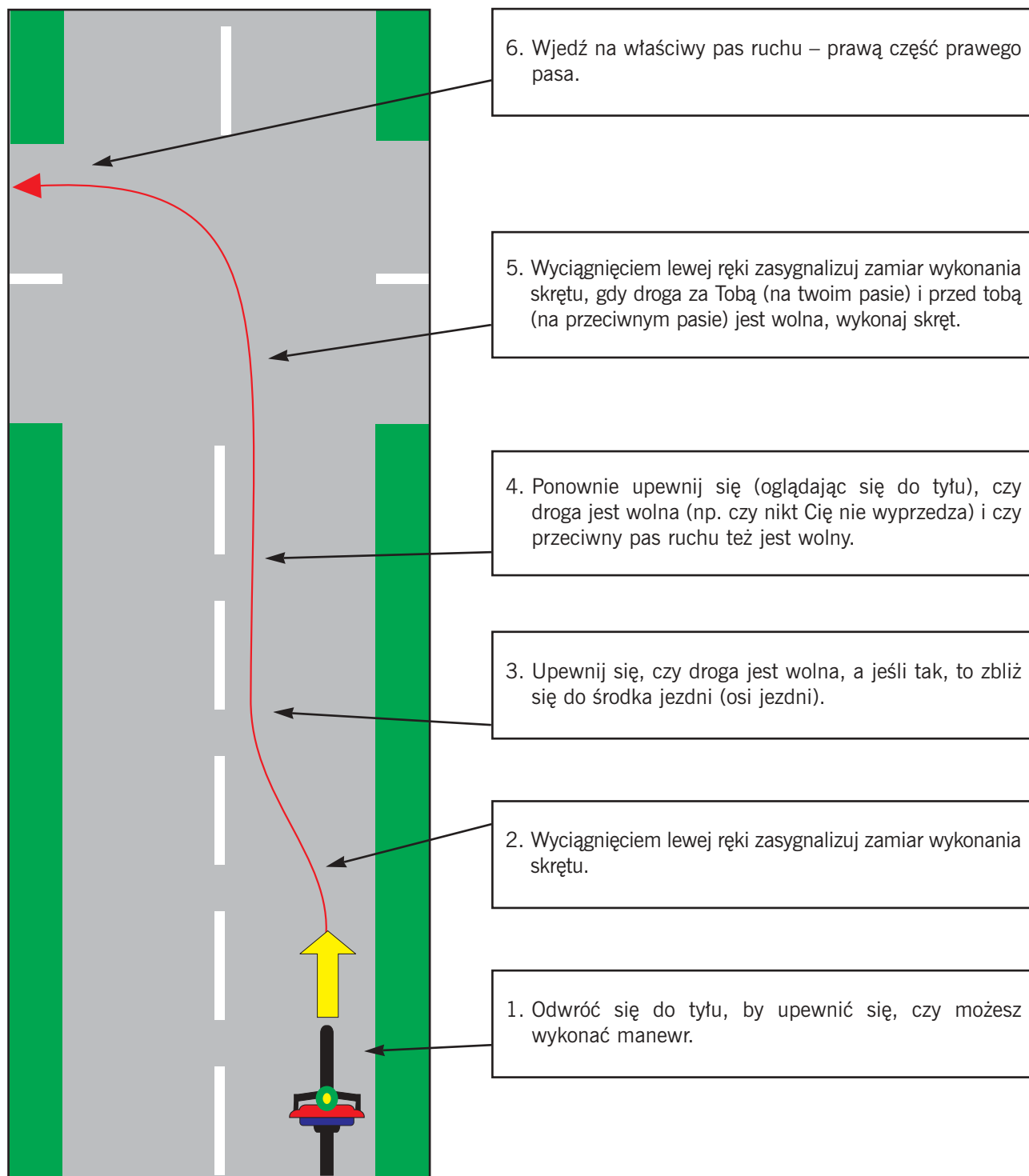
Wyprzedzanie – fazy postępowania rowerzysty w trakcie wyprzedzania



Skręt w prawo



Skręt w lewo - fazy wykonywania manewru przez rowerzystę



MATERIAŁY POMOCNICZE DLA UCZNIA – LEKCJA 4

Temat: „Rowerzysta bezpiecznym użytkownikiem dróg”

Rowerzysto, życie jest piękne, jedź bezpiecznie!

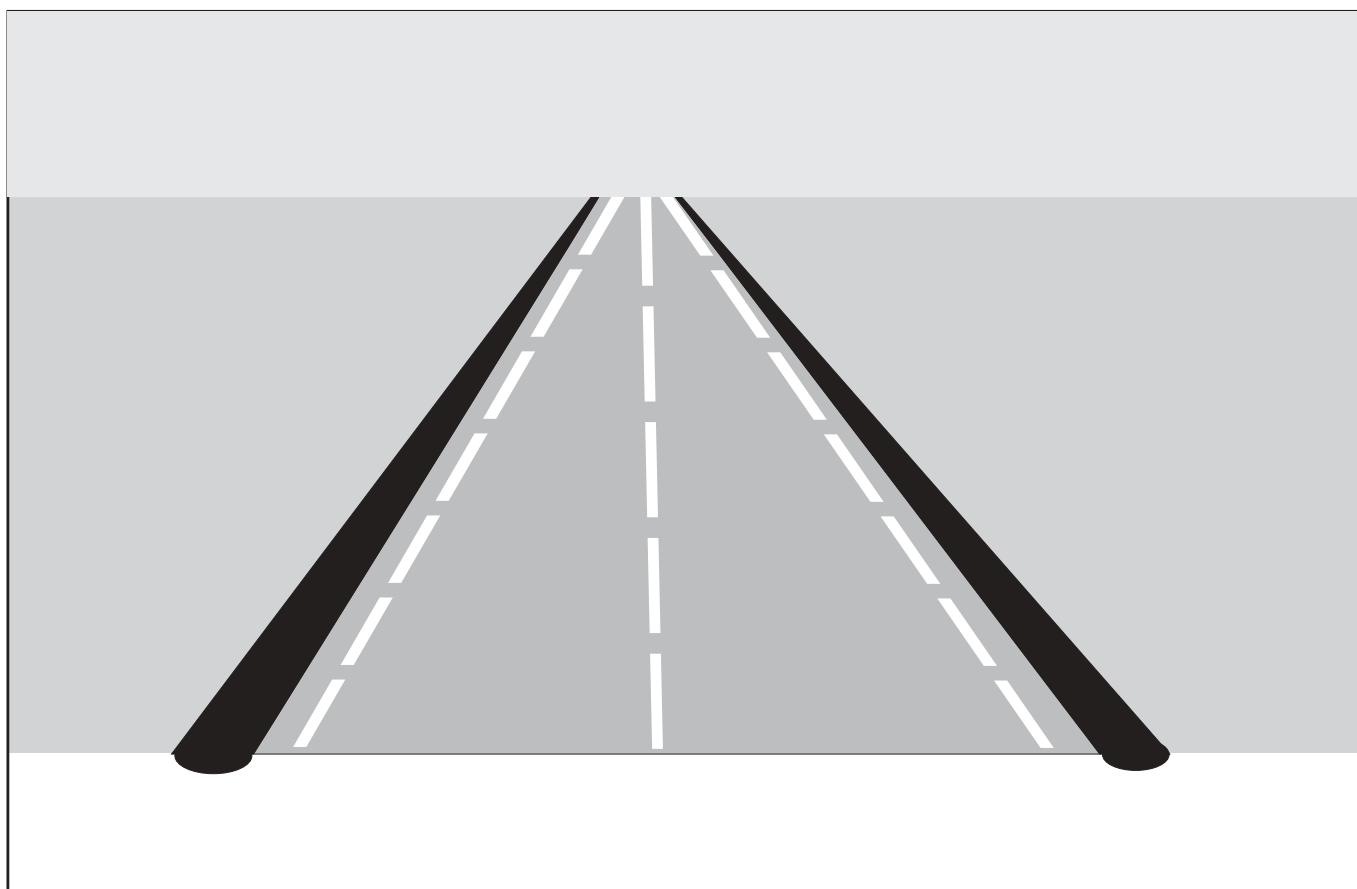
Ćwiczenie 1

Na poniższym rysunku naszkicuj:

- a. dwóch rowerzystów – ojca z 6-letnim synem,
- b. dwie mamy wracające z wywiadówki w szkole (na rowerach).

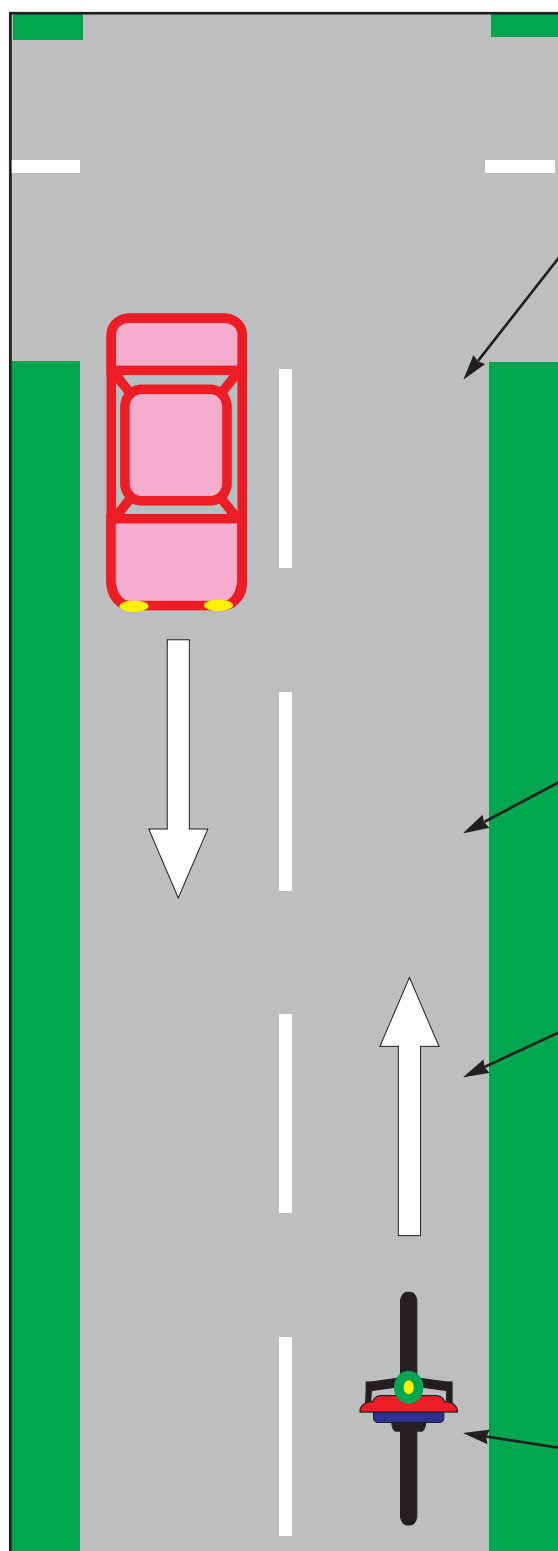
Ustnie uzasadnij sposób umieszczenia postaci.

Poruszanie się rowerzystów po drodze na terenie zabudowanym.



Ćwiczenie 2

Wymijanie – opisz fazy wykonywania manewru przez rowerzystę.



4.

3.

2.

1.

Ćwiczenie 3

Omijanie – opisz wzorzec postępowania kierującego rowerem podczas omijania.

The diagram illustrates a cyclist's path on a two-lane road with green shoulders. A black silhouette of a person on a bicycle is at the bottom, moving upwards. A curved line shows the path of the cyclist as they move into the left lane to pass a stationary obstacle. The obstacle consists of a black cloud-like shape with two red-and-white striped rectangular signs above and below it. Arrows point from numbered boxes 1 through 7 to specific points along the cyclist's path and the obstacle.

1. Start of the maneuver, cyclist in the right lane.
2. Beginning of the lane change into the left lane.
3. Cyclist fully in the left lane, approaching the obstacle.
4. Cyclist positioned directly in front of the obstacle.
5. Cyclist beginning to move back into the right lane.
6. Cyclist fully back in the right lane, moving away from the obstacle.
7. End of the maneuver, cyclist in the right lane.

Ćwiczenie 4

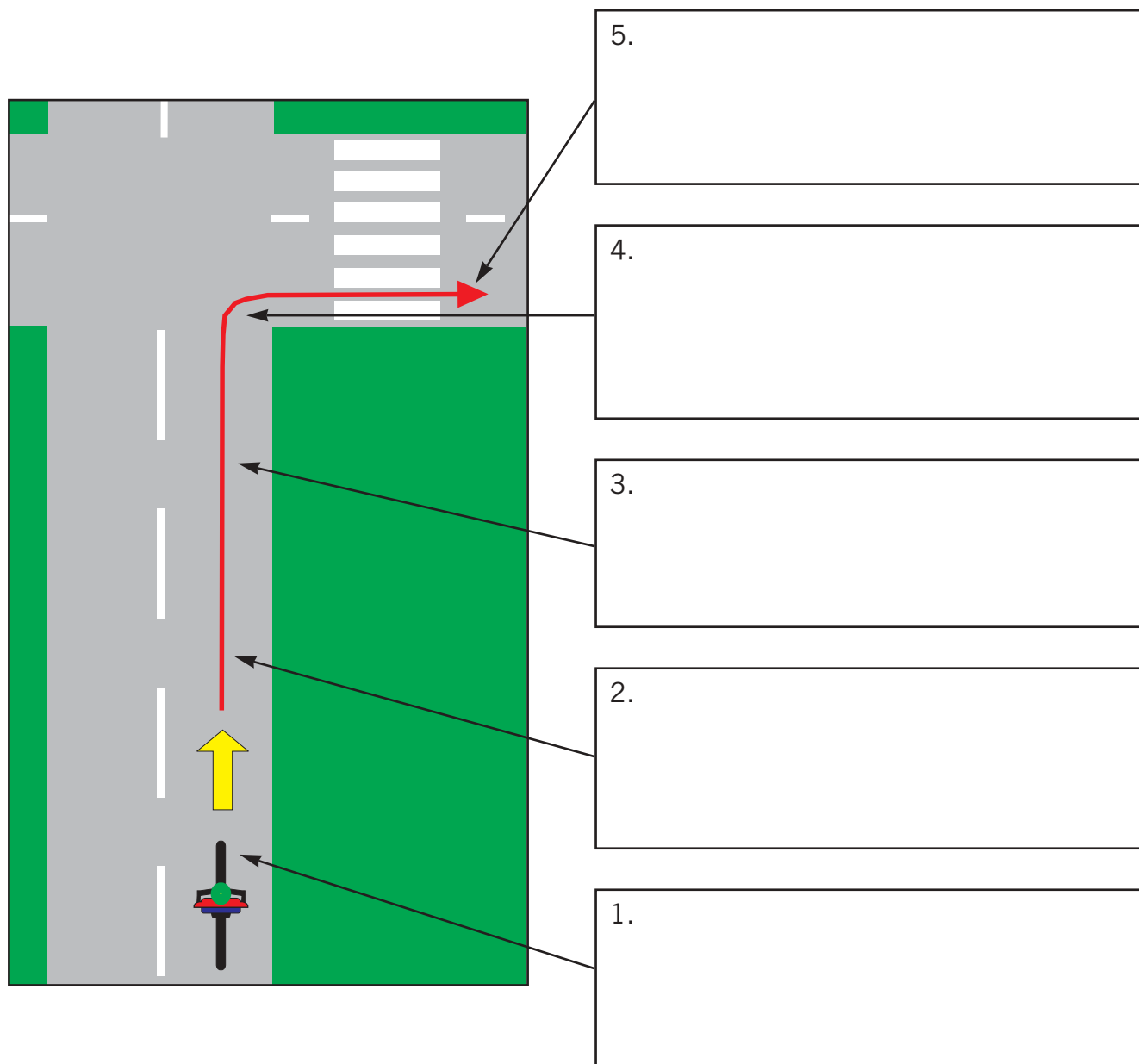
Wyprzedzanie – opisz fazy postępowania rowerzysty w trakcie wykonywania manewru.

The diagram illustrates a road overtaking maneuver on a two-lane road with green shoulders. A cyclist (red and blue) is at the bottom, moving upwards. A car (red and orange) is ahead in the same lane. A dashed line indicates the path of the cyclist as they move into the adjacent lane to pass the car. Yellow arrows point upwards from the cyclist and the car. Numbered callouts 1 through 7 point to specific stages of the maneuver:

1. Points to the cyclist at the start of the maneuver.
2. Points to the cyclist as they begin to move into the adjacent lane.
3. Points to the cyclist as they are fully in the adjacent lane, behind the car.
4. Points to the car as the cyclist approaches from behind.
5. Points to the cyclist as they move back into the original lane.
6. Points to the cyclist as they are fully back in the original lane, ahead of the car.
7. Points to the cyclist as they continue forward in the original lane.

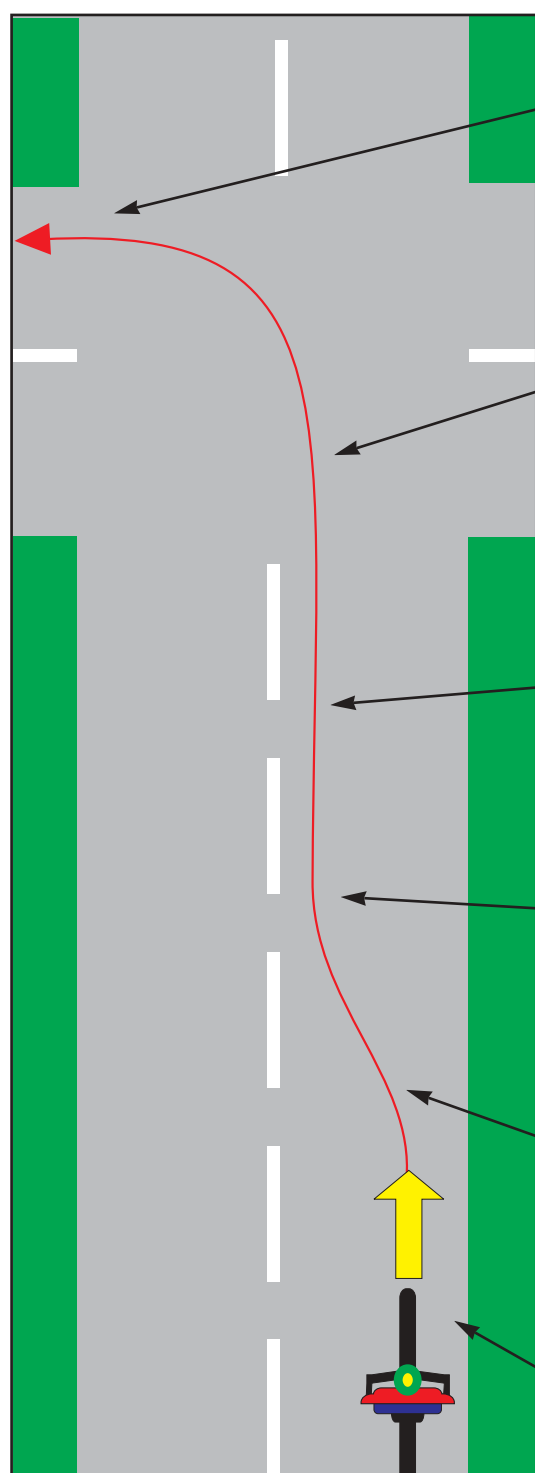
Ćwiczenie 5

Skręt w prawo – opisz fazy wykonywania manewru przez rowerzystę



Ćwiczenie 6

Skręt w lewo – opisz fazy wykonywania manewru przez rowerzystę.



6.

5.

4.

3.

2.

1.

Ćwiczenie 7

Pokoloruj odpowiednimi kolorami rysunki konturowe znaków drogowych dotyczących rowerzystów.

