



Čas přípravy
40 minut



Čas realizace
60 minut



Prostor
hřiště s pevným povrchem, chodník, ulice bez provozu, park



Roční období
jaro–podzim



Počet účastníků
10–15



Věková kategorie
4.–5. třída/10–11 let

JÍZDA ZRUČNOSTI NA KOLE

Obecný cíl:

Rozvoj těchto kompetencí: pracovní, k učení, sociální a personální.

Konkrétní cíl:

Zvládne jízdu zručnosti na kole nebo kolečkových bruslích. Prověří své schopnosti při ovládnutí jízdního kola v obtížnějších podmínkách.

Motivace:

Jízda na kole dnes patří k základním dovednostem člověka. Kola se rozlišují podle způsobu užití. Víte, že k výletům jsou určena cestovní a horská kola. Závodní silnicí i v terénu se jezdí na závodních kolech. Na kolech předvádějí své umění také krasojedci a hraje se s nimi kolová. Je to taková míčová hra na kolech s brankami. Nyní při jízdě zručnosti dokažte, jestli z vás budou krasojedci či hráči kolové.

Potřeby:

Kola, kolečkové brusle, křídly, kuželky, prkno, hůlka (lano), míček, krabice, kelímek, voda, stůl, startovní čísla, otázky na lístečcích, startovní listina, diplomy, medaile, stopky.

Tento metodický list nemá k dispozici pracovní list.

Provedení:

Jízda zručnosti obsahuje několik obtížnějších prvků, které má dítě při jízdě na kole zvládnout. Vyzveme děti, aby si přivezly svá kola, nebo zajistíme kola, která si budou vzájemně půjčovat. Součástí jízdy na kole bude i prokázání znalostí z dopravní výchovy.

Jízda na kole

- Slalom: snadno ho připravíme z kuželek;
- přejet prkno napříč nebo podél, případně projíždět mezi dvěma prkny, nebo přejet prkno uprostřed podložené polínkem (jako houpačka);
- objet kruh vyznačený křídou nebo kuželku;
- projet mezi namalovanými čarami rovně nebo se zatáčkou;
- podjet se sehnutím hůlku nebo lano, které drží pomocníci;
- uchopit podaný míček, převézt ho o kus dál a odhodit ho do krabice;
- převést kelímek s vodou a odložit ho na stůl nebo předat pomocníkovi;
- zastavit v cíli přesně na místě bez přejetí cílové čáry.

Po trase křídou vyznačíme šipkami směr jízdy. Závodníci projíždí a plní úkoly za jízdy. Pomocníci na trase zapisují nebo hlásí trestné body za nesplněné úkoly, například: dotek země, vynechání překážky, poražení překážky, atd. Nutno dopředu stanovit, kolik trestných bodů a za co závodník získá.

Soutěžící dále pokračují na stanoviště, kde prokážou znalost z dopravní výchovy.

Jiná varianta:

Kolo můžeme vyměnit za brusle, pouze zrušíme překážku s prknem.

Kopretina – znalostní soutěž

Každý závodník odpoví na otázku přímo. Za špatnou odpověď jeden trestný bod, který se opět přičte k výslednému času jízdy. Vítězí závodník s nejkratším výsledným časem.

Kopretinu vyrobím ze dvou splených žlutých koleček, mezi něž vlepíme bílé okvětní lístky. Na spodní straně každého lístku je napsaná otázka. Soutěžící, který je na řadě, si libovolný lístek utrhne, otázku přečte a zodpoví. Obtížnost a počet otázek upravíme podle věku dětí.

Možnosti otázek (V závorce jsou uvedeny odpovědi, které na lísteček nepíšeme.):

- Po které straně silnice se jezdí na kole? (Po pravé.)
- Když spolu jedou dva cyklisté, mají jet za sebou nebo vedle sebe? (Za sebou.)
- Od kolika let smí cyklista jezdit na kole po silnici sám? (Od 10 let.)
- Co musí cyklista udělat před jízdou? (Zkontrolovat stav kola.)
- Smí se na kole jezdit bez držení řídítek? (Ne.)
- Smí cyklista jet cestou označenou Stezka pro chodce? (Ne.)
- Co musí cyklista udělat, než odbočí? (Rozhlédnout se, ukázat rukou.)



- Jaké pravidlo pro jízdu platí na neoznačené křižovatce? (Pravidlo pravé ruky.)
- Kdo má přednost na kruhovém objezdu? (Ten, kdo už na něm jede.)
- Smíš vozit na nosiči místo brašen kamaráda? (Ne.)
- Vyjmenuj alespoň pět věcí, které musí být na kole. (Zadní a přední brzda, zvonek, přední a zadní světlo, dynamo, odrazová sklíčka.)
- Stačí, když máš na kole jen zadní brzdu? (Ne.)
- Když je před křižovatkou značka Stop, musíš zastavit? (Ano.)
- Musí cyklista znát dopravní značky? (Ano.)
- Co uděláš, když uvidíš dopravní značku ve tvaru červeného trojúhelníku? (Dám přednost v jízdě.)
- Co znamená na značce šipka v modrém poli? (Přikázaný směr jízdy.)
- Smíš vjet do ulice označené červeným kruhem a bílým středem? (Ne, je to zákaz vjezdu.)
- Smí cyklista podjet stažené závory, když vlak ještě stojí ve stanici? (Ne.)
- Co uděláš, když přijíždíš z vedlejší silnice na hlavní? (Zastavím, rozhlédnu se a dám přednost autům jedoucím po hlavní silnici.)
- Co uděláš, když budeš někoho předjíždět? (Ukážu upaženou rukou před předjížděním a před zpětným zařazením.)
- Můžeš na kole jezdit jednosměrnou ulicí v protisměru? (Ne.)
- Může se na kole jezdit po chodníku? (Jen nejmenší děti, chodci mají přednost.)

Po skončení soutěže vyhlásíme nejlepší cyklisty, které odměníme diplomy a medailemi. Drobnou odměnu si zaslouží všichni soutěžící.

Jiná varianta:

Kolo můžeme vyměnit za brusle, pouze zrušíme překážku s prknem.

Tato aktivita přibližuje Ideál Pionýra: Poznání, Přátelství, Pomoc, Překonání.

Přístup k dětem se specifickými vzdělávacími potřebami:

Při kladení otázek autistickým dětem je třeba se ptát jednoduchou, jasnou a konkrétní otázkou, jinak vás nepochopí. Otázky je dobré doprovázet konkrétní situací na obrázku. U ostatních postižení není možné předvídat specifika práce s dětmi se specifickými vzdělávacími potřebami, proto je třeba dbát obecných doporučení v úvodní části metodiky.

Pozor na:

Dbáme, aby děti měly na jízdu zručnosti cyklistickou přilbu. Před samotným závodem děti poučíme o bezpečnosti a chování při závodech. Doporučujeme projít se soutěžícími trasu jízdy a předvést plnění úkolů na stanovištích. Tím předejdeme různým dohadům a nedorozuměním.

Moje poznámky: