

# Člověk a zdraví, Člověk a jeho svět

## Dopravní výchova

### Charakteristika volitelného předmětu – 1. stupeň

Volitelný předmět se vyučuje s hodinovou dotací ve 4. ročníku (A).

Dopravní výchova vychází z předmětu prvouka, který se učí v 1. – 3. ročníku ZŠ. Žáci se naučí základní znalosti a dovednosti, učí se opatrnosti a soustředěnosti při jakémkoliv pohybu venku, zvláště na komunikacích. Všechny nabyté zkušenosti je nutné procvičovat v praxi, neboť žáci často opouštějí školu při odchodu na různé exkurze, vycházky, kurzy plavání, výlety apod.

Ve třetím ročníku se stávají odpovědnými Chodci a celý rok se učí bezpečnému chování na komunikacích, při přecházení, přesunu útvaru po vozovce a opatrnosti ve městě.

Ve čtvrtém ročníku se mohou stát cyklisty. Navštěvují v doprovodu učitele dopravní hřiště a v desetihodinovém kurzu se učí dopravní značky, předpisy a dovednost jízdy na kole. Na závěr kurzu skládají pod vedením policistů Průkaz cyklisty – písemný test a jízda po dopravním hřišti.

V pátém ročníku zdokonalují své vědomosti z dopravní výchovy v předmětech přírodověda, vlastivěda a dalších... Prolínání dopravní výchovy do ostatních předmětů je velmi žádoucí pro upevnění učiva. Uplatnění vědomostí a dovedností v praxi umožňují různé dopravní soutěže a společné jízdy na kole. I na 2. stupni ZŠ nadále žáci prohlubují a opakují učivo z dopravních témat, aby se jednou uměli bezpečně pohybovat jako chodci, cyklisti a v budoucnu i řidiči.

Chůze a jízda na kole je nejběžnější pohybová aktivita pro člověka a rozvíjí pohybový aparát, rovnováhu a koordinaci při pohybu na jízdním kole, podporuje tělesný metabolismus. Cyklistika je vhodným příkladem pohybové aktivity pro jedince s nadměrnou hmotností. Nezatěžuje pohybový aparát v takové míře jako například běh či chůze. Jízda na kole zlepšuje prokrvení srdečního svalu a zrychluje krevní oběh. Pravidelně aplikovaná pohybová aktivita (např. cyklistika) má za následek snadnější udržování hladiny krevního cukru na potřebné úrovni, udržování tělesné hmotnosti, částečně snižuje krevní tlak, u jedinců s dědičným předpokladem oddálí vznik cukrovky druhého stupně. Cyklistika přispívá ke zvládnutí depresí, úzkostí a stresu a má prokazatelné účinky na duševní zdraví.

Jízda na kole má blahodárny vliv na lidskou psychiku (např. u lidí, kteří mají sedavé zaměstnání nebo studují). Tento fakt potvrdí většina lidí, kteří na kole pravidelně jezdí.

Z výše uvedených důvodů škola podporuje tuto pohybovou aktivitu a zavádí na 1. stupni volitelný předmět Dopravní výchova. Dovednost jízdy na kole však musí být zvládnuta už z rodiny, neboť není možné s dětmi, které na kole neudrží rovnováhu, pracovat na dopravním hřišti. Žáci musí skvěle zvládat jízdni prostředek, aby se mohli dále zdokonalovat a učit se dopravní předpisy.

Dopravní výchova napomáhá k všestrannému tělesnému a duševnímu rozvoji. Žák si osvojuje a zdokonaluje pohybové dovednosti, ovlivňuje vytrvalost, houževnatost, sebeovládání, koordinaci pohybů, udržení rovnováhy, učí se jednání a chování v dopravních situacích. Důraz je kladen na zdraví a bezpečnost.

Volitelný předmět Dopravní výchova prolíná všemi dalšími vyučovacími předměty, především svým vzdělávacím obsahem bezprostředně navazuje na obsah vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět (viz. Prvouka, Přírodověda, Vlastivěda).

Pracovní učebnice, metodický materiál, CD, DVD, filmy s dopravní tematikou, reflexní materiál, drobné předměty související s dopravou, testy, reflexní vesty a terčíky dodává BESIP. Na škole pracuje vycvičený metodik dopravní výchovy, který informuje o novinkách z této oblasti.

Z průřezových témat, která jsou zahrnuta v předmětu dopravní výchova, nalezneme především:

**OSV** (osobnostní a sociální výchova)

- seberegulace, sebeorganizace
- psychohygienu
- předvídání, odhadování, pozorování a soustředění
- kooperace, kompetice

**VDO** (výchova demokratického občana)

– občanská společnost a škola, angažovaný přístup k druhým, zásady slušnosti, tolerance, chování, pochopení a uplatnění znalostí z dopravní výchovy, předpisy, zákony, pohyb na křižovatce, poskytnutí 1. pomoci, odhadnutí závažnosti situace, řešení krizových situací a dopravních nehod – morální i zákonné poskytnutí pomoci

**EV** (enviromentální výchova)

– vztah člověka k prostředí, oceňování zdraví, chápání vlivu prostředí na vlastní zdraví i zdraví ostatních lidí

**MKV** (multikulturní výchova)

- lidské vztahy

Při výuce se využívají různé metody a formy práce podle charakteru učiva a cílů vzdělávání. V organizovaných činnostech jsou žáci vedeni k tomu, aby projevovali kladné postoje nejen k chodcům/cyklistům, ale i k ostatním účastníkům silničního provozu, učili se odpovědnosti a jednali podle dopravních předpisů.

Hodnocení žáka sleduje úroveň získaných znalostí a dovedností, míru zapojení do jednotlivých činností a celkový pohybový projev s ohledem na individuální schopnosti. Ve 4. ročníku žáci skládají zkoušky na Průkaz cyklisty, písemný test a jízdu na kole po dopravním hřišti pod dohledem policistů.

## **Výchovné a vzdělávací strategie pro rozvoj klíčových kompetencí žáků**

**Kompetence k učení** – žáci jsou vedeni k osvojení si základního názvosloví z dopravní výchovy, učí se dopravní značky a předpisy, zvládají křižovatky s dopravními značkami i bez nich, dodržují pravidlo pravé ruky, ukazují paží při odbočování, znají vybavení jízdního kola se všemi povinnými prvky, chápou použití ochranné přilby podle zákona do 18 let.

Učitel umožňuje žákům, aby se naučili na základě jasných kritérií hodnotit své činnosti nebo výsledky.

**Kompetence k řešení problémů** – uplatňují zásady bezpečného chování v provozu a adekvátně reagují při nepředvídaných situacích (dopravní zácpa, nehoda snižená viditelnost...), řeší problémy v souvislosti a okamžitě poskytují 1. pomoc, znají čísla 150, 155, 158, 112, umí telefonovat a požádat o pomoc v případě nouze.

Učitel dodává žákům sebedůvěru, podle potřeby žákům v činnostech pomáhá a podporuje sebehodnocení.

**Kompetence komunikativní** – žáci jsou vedeni ke spolupráci při jednoduchých činnostech a soutěžích, učí se reagovat na základní povely a pokyny a sami je i vydávají, zorganizují jednoduché dopravní soutěže.

Učitel vede žáky ke vzájemnému naslouchání a oceňování přínosu druhých, vytváří příležitosti pro relevantní komunikaci.

**Kompetence sociální a personální** – žáci jsou vedeni k jednání podle dopravních pravidel.

Učitel s žáky označí přestupky a apeluje na dodržování všech pravidel bezpečnosti. Učitel zadává úkoly, při kterých žáci mohou spolupracovat, umožňuje každému žákovi zažít úspěch.

**Kompetence občanská** – podílí se na realizaci pravidelného pohybového režimu a projevují přiměřenou samostatnost a vůli pro zlepšení své zdatnosti, spojují svou pohybovou činnost se zdravím, zařazují si do vlastního pohybového režimu korektivní cvičení, jsou vedeni ke kritickému myšlení, hodnotí se a učí se být ohleduplní a taktní.

Učitel žákům umožňuje, aby se podíleli na utváření kritérií hodnocení činností nebo jejich výsledků.

**Kompetence pracovní** – žáci jsou vedeni učitelem k uplatňování hlavních zásad hygieny a bezpečnosti při pohybu po komunikacích, učí se postupně používat znalosti, vědomosti a dovednosti z dopravní výchovy.