

# CYKLOŠKOLKA

Škola jízdy na kole

PRO DĚTI od

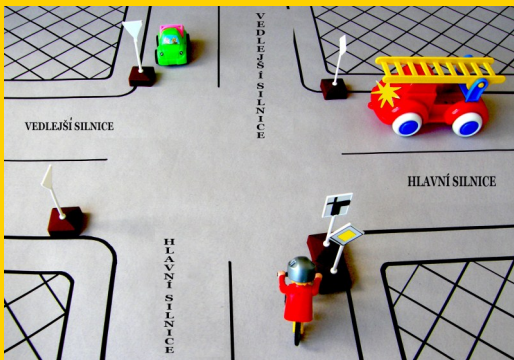
5 do 10

roků

*Němcová Marie*



- ◆ Učíme se jezdit na kole, zatáčet, brzdit
- ◆ Znáť dopravní značky, křižovatky, přejezdy
- ◆ Dozvíme se o historii jízdních kol, trojkolek
- ◆ Řešíme dopravní situace
- ◆ Jezdíme bezpečně



# OBSAH

## CYKLOŠKOLKA ŠKOLA JÍZDY NA KOLE

		<b>Str.</b>
<b>1</b>	<b>Dopravní prostředky pro malé děti</b>	<b>7</b>
1.1	Odrážka	7
1.2	Trojkolka	9
1.3	Koloběžka	12
<b>2</b>	<b>Jízdní kolo</b>	<b>17</b>
2.1	Jízda na kole s balančními kolečky	19
2.2	Jízda na menším jízdním kole	24
2.2.1	Učíme se správně šlapat na jízdním kole	28
2.2.2	Učíme se jezdit rovně	29
2.2.3	Učíme se jezdit do zatáček	31
2.2.4	Učíme se brzdit na malém kole	33
2.2.5	Jízda přes překážku	36
2.3	Poznáváme jízdní kolo	38
<b>3</b>	<b>Jezdíme bezpečně</b>	<b>42</b>

		<b>Str.</b>
<b>4</b>	<b>Základní dopravní předpisy</b>	<b>48</b>
<b>4.1</b>	<b>Jsme chodci</b>	<b>48</b>
<b>4.1.1</b>	<b>Na přechodu pro chodce</b>	<b>49</b>
<b>4.1.2</b>	<b>Přednost na přechodu pro chodce</b>	<b>50</b>
<b>4.1.3</b>	<b>Chodíme vpravo</b>	<b>54</b>
<b>5</b>	<b>Jsme řidiči</b>	<b>56</b>
<b>5.1</b>	<b>Jezdíme vpravo na jízdním kole</b>	<b>57</b>
<b>5.2</b>	<b>Základní dopravní značky</b>	<b>59</b>
<b>5.3</b>	<b>Přejezd pro cyklisty</b>	<b>62</b>
<b>5.4</b>	<b>Rozeznáváme křižovatky</b>	<b>65</b>
<b>5.4.1</b>	<b>Křižovatka řízená semaforem</b>	<b>65</b>
<b>5.4.2</b>	<b>Křižovatka řízená policistou</b>	<b>68</b>
<b>5.4.3</b>	<b>Kruhový objezd - kulatá křižovatka</b>	<b>69</b>
<b>5.4.4</b>	<b>Křižovatka neřízená dopr. značkami</b>	<b>70</b>
<b>5.4.5</b>	<b>Křižovatka řízená dopr. značkami</b>	<b>74</b>
<b>6</b>	<b>Kde mohou jezdit děti na kole</b>	<b>78</b>
<b>6.1</b>	<b>Stezka pro cyklisty</b>	<b>79</b>
<b>7</b>	<b>Čištění jízdního kola</b>	<b>83</b>
<b>8</b>	<b>Cyklistické mistrovské kousky</b>	<b>86</b>

# Cykloškolka

## Škola jízdy na kole

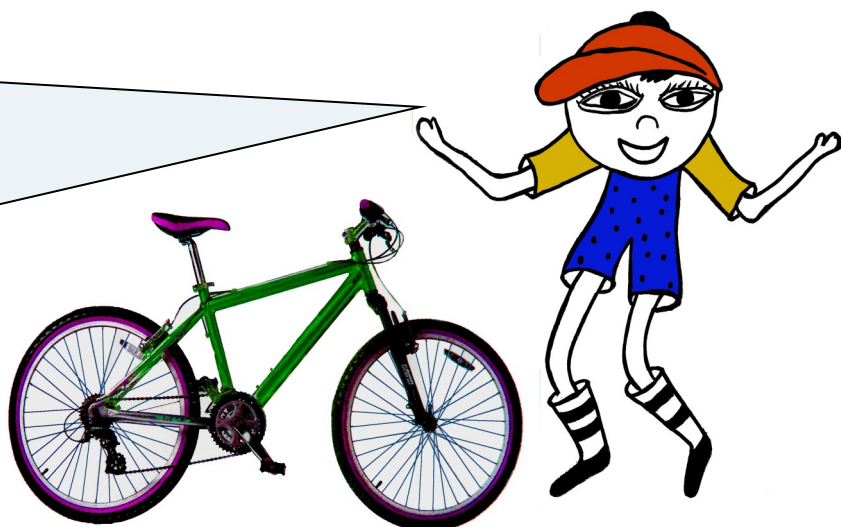
*Němcová Marie*

Pod vánočním stromkem našel Honzík malé jízdní kolo. Celou zimu stálo v komoře a Honzík se na něj chodil jen dívat. A když vysvitlo sluníčko, chodníky se zbavily sněhu a uschly, slíbil táta Honzíkovi, že ráno začne výuka jízdy na kole.

Honzík se nemohl dočkat. Večer v postýlce pořád přemýšlel, jestli to zvládne a nakonec z toho stálého přemýšlení tvrdě usnul.

Najednou seděl v lavici, vedle něj nějaký kluk a za ním čtyři další. Na učitelském stolku vpředu byl umístěn počítač a nad tabulí velké plátno a na něm kluk s kolem.

**Klidně bych mohl  
ten kurz místo  
Emila vést já!  
Jezdím na kole jako  
mistr světa  
Kolečko!**



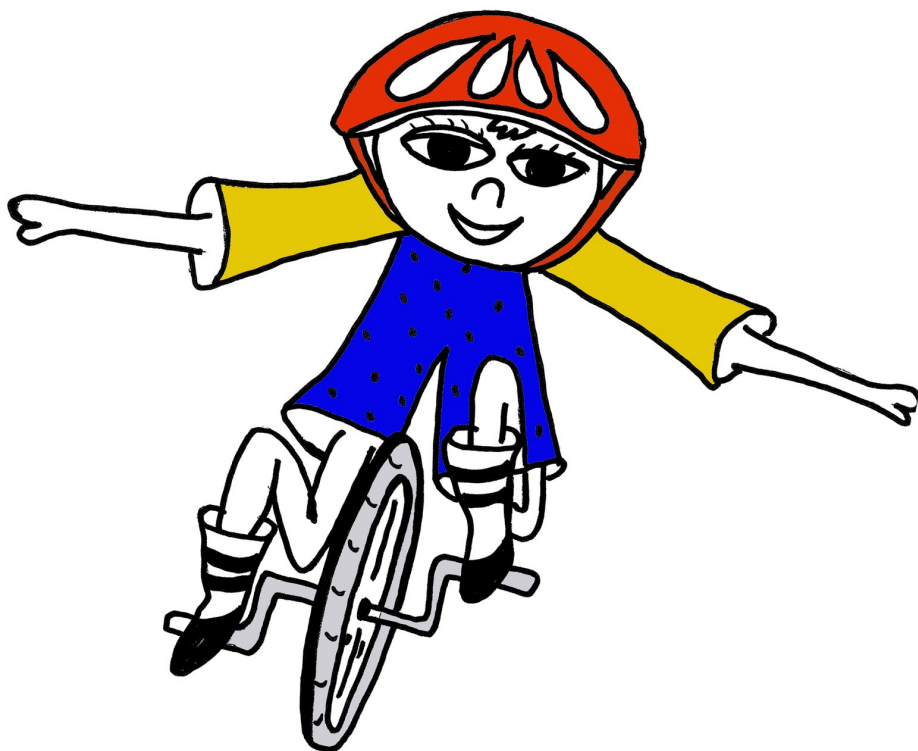
Honzík přemýšlel, co tam vůbec dělá, jak se tam dostal, když do místnosti vstoupil mladý muž. Pozdravil kluky, přistoupil k učitelskému stolku a spustil:

"Jmenuji se Emil a vítám vás v Cykloškolce. Budete se učit jezdit na malém kole, ale nejdříve se o něm musíte hodně dozvědět. Proto jste teď v Cykloškolce, protože jízdní kolo není možné řídit bez řidičského průkazu. Ten získáte, až zvládnete závěrečné testy. Proto musíte dávat dobrý pozor a zapamatovat si dvšechny důležité rady. Začneme však od začátku."

"Ještě, že se nemusí dělat řidičák na trojkolku nebo koloběžku," utrousil poznámku kluk, co seděl vedle Honzíka.

Honzíka však zaujala postavička, která se objevila vedle plátna a to na kole. Panáček nebyl jen nakreslený, ale začal předvádět různé triky, jakoby se s kolem narodil. Vůbec nikdo si ho však nevšímal, jakoby tam nebyl.

Proto měl Honzík podezření, že toho panáčka vidí vedle plátna pouze on sám.





Možná se panáček Kolečko přeměnil z tohoto kolečka, které ujelo jízdniému kolu nebo se mu už nechtělo vůbec jezdit. Ale je docela možné, že si chtělo s kluky jen tak hrát nebo je dokonce poučovat.

Kdoví, jak to vlastně bylo...

# HISTORIE

*Před 2500 lety před naším letopočtem vynalezli kolo obyvatelé nejstaršího státu světa, ležícího v jižní Mezopotánii, kteří se jmenovali Sumerové. Nebylo to jízdní kolo, ale pouze samotné kolo. Lidé stále vymýšleli kolo, které by poháněli vlastní silou. Až roku 1791 vymyslel Francouz M. de Sivrac "rychloběžku".*

*Byla to dvě pevná kola, spojená lavičkou, na které jezdec seděl obkročmo a nohama se odrážel od země. Avšak tento pokus se neprosadil.*

**Umím jezdit jen na jednom kole jako Sumerové! Dokonce jsem si jednokolku úplně sám nejen vymyslel, ale také sestrojil!**



# 1 Dopravní prostředky pro menší děti

Většina z vás už vystřídala několik dopravních prostředků pro děti. Někdo z vás má mladší sourozence, kteří ještě nemohou na kole jezdit a tak si krátce povíme, na čem právě jezdí a na čem jste jezdili vy.

## 1.1 Odrážečka

Většina z vás určitě jezdila na odrážečce. Emil vzal "myšku" do ruky a na plátně se objevily obrázky odrážečky.

„Proč říkáme malé trojkolce "odrážečka", Kamile?“ zeptal se Emil a ukázal na Honzíkova souseda. Kluk si stoupl a spustil: „Protože se odrážíme nohama. Odrážečka nemá šlapátka!“ „Výborně“, pochválil Kamila Emil.

„Zdá se, že odrážečka je pro mimina, ale ona nás toho opravdu hodně naučí,“ dodal Emil.

Honzík koukl na plátno, kde byly vyjmenovány všechny dovednosti, které dokáže odrážečka naučit.





## Odrážečka nás naučí:



- ⇒ **Pomocí řídítek "řít" dopravní prostředek**
- ⇒ **Udržovat směr**
- ⇒ **Vyhýbat se překážkám a zatáčet.**



## HISTORIE

*Na těžkém dřevěném podstavci, opatřeném dvěma dřevěnými koly, byla připevněná poduška, která připomínala sedlo. Jezdec měl ruce vpředu na tyči, kterou řídil přední kolo a odrážel se nohama.*

*Když jel jezdec do kopce, jel pomaleji, než šel chodec. Pokud jel na „draisině“, ujel za jednu hodinu 10 kilometrů.*

## 1.2 Trojkolka

„Jen jste povyrostiti, přesedlali jste na trojkolku“, pokračoval Emil a trojkolka se objevila na plátně. Na ní jste se naučily šlapat, protože je vybavená šlapátky, není třeba se odrážet nohama o zem.

„Na plátně vidíte snímek Karolínky, jak sedí na trojkolce. Než by se rozjela, co by musela udělat?“ zeptal se Emil.



„Vzít si přilbu!“ vykřikl Filip.

„Výborně,“ pochválil ho Emil.

„A co dál?“ zeptal se znovu.

Chvíli bylo ticho a pak se ozval Erik.

„Musela by šlapat a držet se řídítek.“

Kluci se pochichtávali a Emil spokojený nebyl.

„Podívejte se na její obutí. Na jízdu jakýmkoliv dopravním prostředkem, ať už je to odrážečka, trojkolka nebo kolo, musíme mít správnou obuv!“ skončil výklad Emil.

## **Trojkolka nás naučí:**



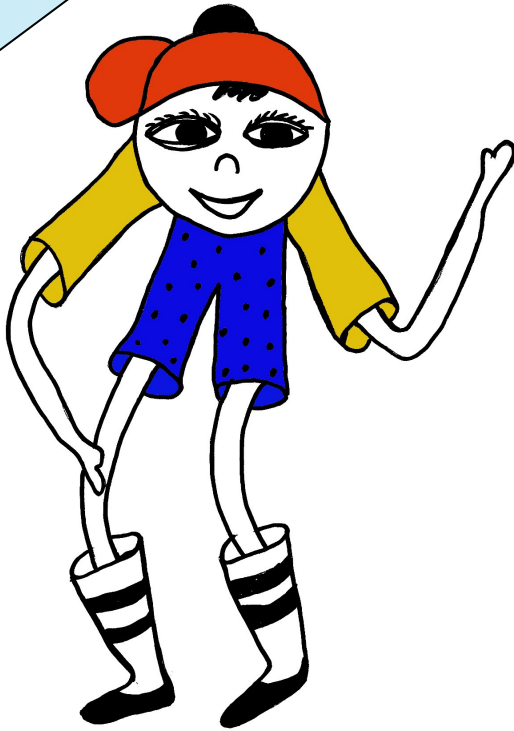
⇒ **Dobře zatáčet a udržovat rovnováhu, zejména v ostřejší zatáčce.**



## **HISTORIE**

*Na obrázcích vidíte "prababičky" trojkolky, tricykly. Ten s velkými koly je z Rakouska, vyrobený v roce 1894 a ten s jedním velkým kolem vpředu a malými koly vzadu, je z Německa z roku 1865." Tricykl byl vyroben pro jednu nebo dvě osoby. Na velocipédu nemohly jezdit ženy a děti, ale na tricyklu ano. Jakmile se kola zmenšila, mohl na tricyklu jezdit kdokoli a tak sloužil na rozvoz čehokoliv, hlavně pečiva. Spíše se začalo jezdit na velocipédech.*

Jednička jsem já,  
ta trojkolka je má!  
Jezdím rychle, pomalu,  
velký kopec vyšlapu!



Vedle historické trojkolky, na které seděla malá slečna, si opět lebedil malý panáček a něco si pro sebe brumlal. Honzík nevycházel z údivu. Pak se otočil na kluka, co seděl s ním v lavici. Ten se vůbec netvářil udiveně, přesto se ho Honzík zeptal: „Nevíš, kdo to je a co tam dělá?“

„Koho myslíš?“ zeptal se potichu kluk.

„To je přece učitel a jmenuje se Emil,“ řekl kluk, zakroutil hlavou a koukal udiveně na Honzíka.

Kluk se pak rozhlédl a zaklepal si na čelo. Díval se na Honzíka jako by se divil, odkud se vzal on.

Honzík chvíli přemýšlel a pak si řekl, že toho panáčka vidí asi jen on sám. Bylo mu to divné a když začala přestávka šel k plátnu, až k panáčkovvi a zašeptal, aby ho nikdo jiný neslyšel. „Co tady děláš, a kdo jsi?“



„Já se jmenuji Kolečko, budu tě obveselovat při vyučování, aby ses nenudil. Umím jezdit na všem možném, tak se můžeš ode mě některé dovednosti naučit!“

### 1.3 Koloběžka

„Co ses naučil na koloběžce? zeptal se Emil Honzíka. „Odrážet jednou nohou!“ vyhrkl Honzík a ostatní žáci se začali pochichtávat. „No, to také,“ řekl Emil, „ale hlavně udržovat rovnováhu.“

Honzík se zamračil a mrzela ho nesprávná odpověď.

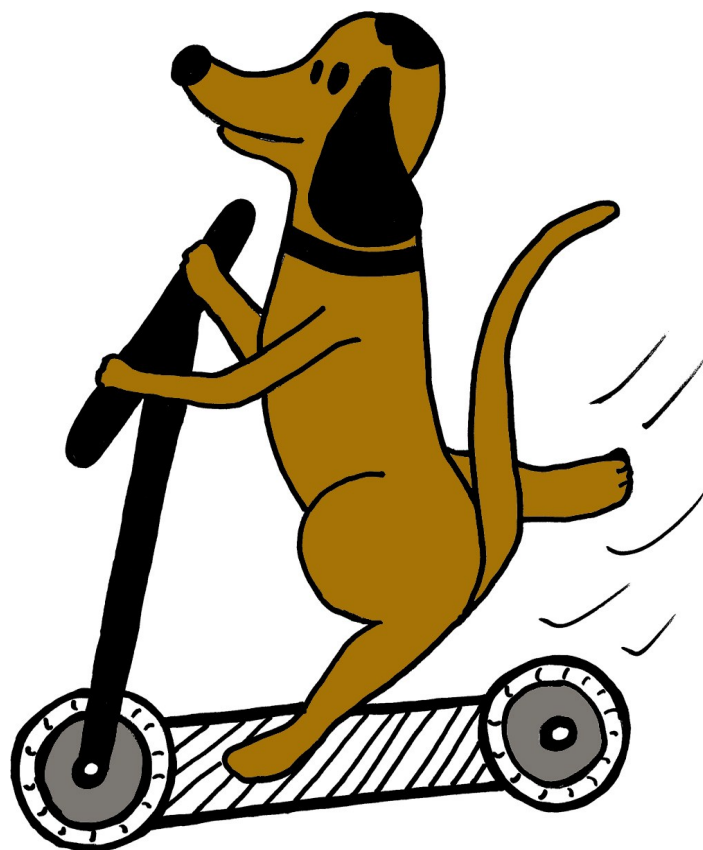
Emil hned vyvolal dalšího žáka. „Adame, co jsi musel udělat, než jsi sedl na odrážičku, trojkolku nebo koloběžku?”

Nastalo chvíli ticho a pak zvolal Honzík bez vyzvání. „Vzít si přilbu!” „Správně!” pochválil ho Emil a Honzík byl šťastný, že jediný znal správnou odpověď.



**Obě slečny zapomněly na přilbu. Ta větší jenom koloběžku vede, ale ta menší, ta se veze! Já mít přilbu nemusím. V zákoně není napsáno, že pejsci musí mít přilbu.**

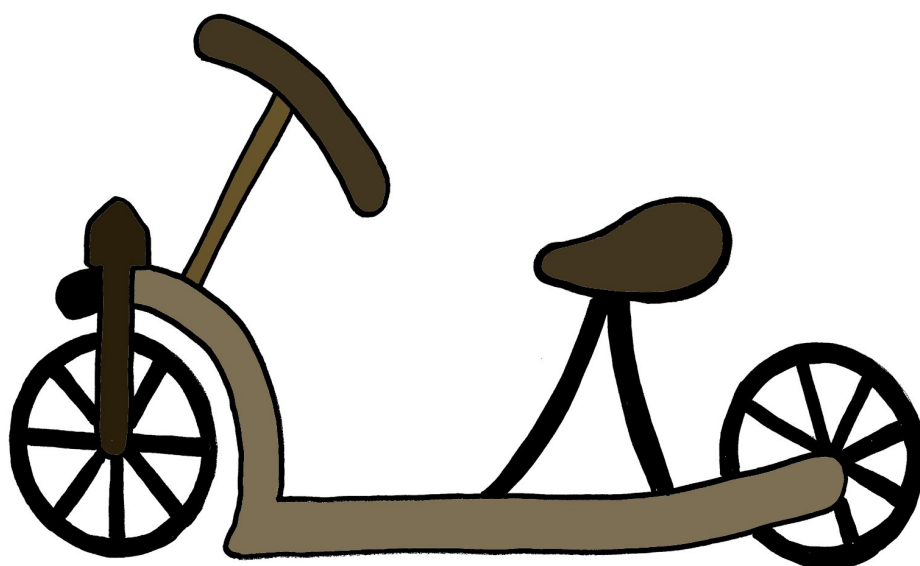
**JENOM DĚTI do 18 let!**



„Když jedeme na koloběžce, odrážíme se jednou nohou od země, zatímco druhá stojí na plošince se veze.

Jízda na koloběžce nás naučí udržovat rovnováhu a to zejména tehdy, když se odrazíme a potom ujedeme větší úsek s oběma nohama na plošince koloběžky. Jinak se jedna noha veze a druhá odráží od země.

Ztrácíme-li rovnováhu, může jedna noha zakotvit na zemi a vytvoří oporu.



## HISTORIE

*První koloběžce je už více jak 100 roků. Byly ze dřeva a dlouho nevydržely. Navíc jejich podvozek při jízdě zadržával. Později je vystřídaly koloběžky kovové, ale časem ustoupily ze slávy, protože přenechaly vládu jízdním kolům. Jezdil na nich snad jen Hurvínek. Avšak v poslední době se koloběžka vrací na výslunní.*



⇒ Bez přilby

⇒ S igelitovým sáčkem na řídítkách blízko kola

⇒ Po prostředku cestičky

Vezměte si ze mě příklad.



Bez přilby nejedu!



⇒ Bez přilby oba kluci

⇒ Dva kluci na jedné koloběžce

⇒ S igelitovým sáčkem na řídítkách blízko kola



⇒ Bez přilby

⇒ Přes přechod po prostředku místo po pravé straně

⇒ Řídí jednou rukou, v druhé mobil



⇒ Bez přilby, i když kolo vede přes přechod, stejně pojede na koloběžce

⇒ Co to lízátko? Co kdyby spadla nebo do ní někdo vrazil?



Po koloběžce nás čeká jízdní kolo," sdělil Emil a zeptal se: „Co musíme udělat, než sedneme na kolo, Kamile?" Kamil chvíli přemýšlel a pak vyhrkl: „Oblečeme se!" V tom všichni vyprskli smíchy.

„Vezmeme si přilbu!" zavolał Honzík. „Výborně!" pochválil ho Emil a ukázal na plátně první pravidlo:

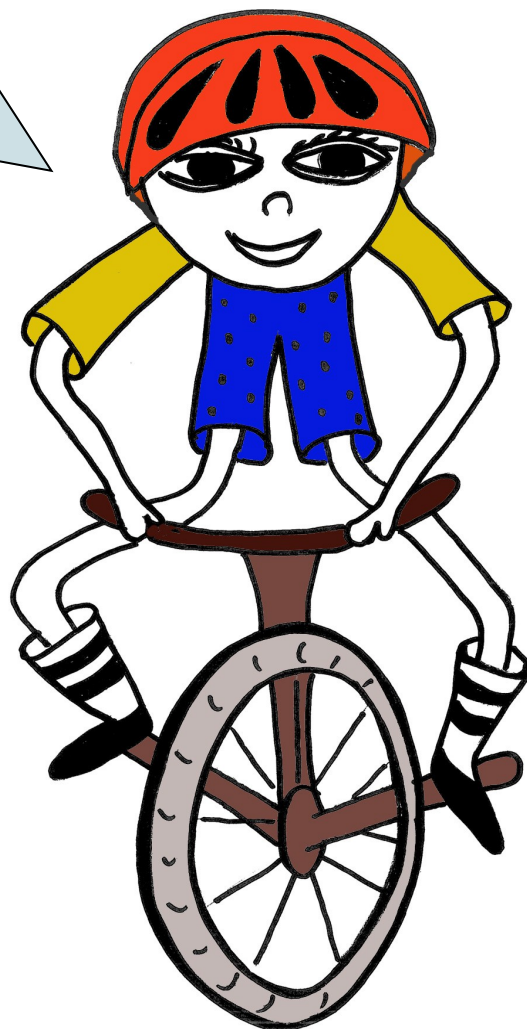
## **Pravidlo č. 1 - PŘILBA**

*Jedeme-li na odrážece, trojkolce, koloběžce nebo jiném sportovním zařízení, měli bychom mít na hlavě přilbu.*

*Děti do 18 let, pokud jedou na jízdním kole, musí mít podle zákona na hlavě přilbu vždy.*



**Dej si přilbu na hlavu,  
i na kole můžeš mít nehodu.  
Bez hlavy se nedá žít,  
přilba na hlavě musí být.**



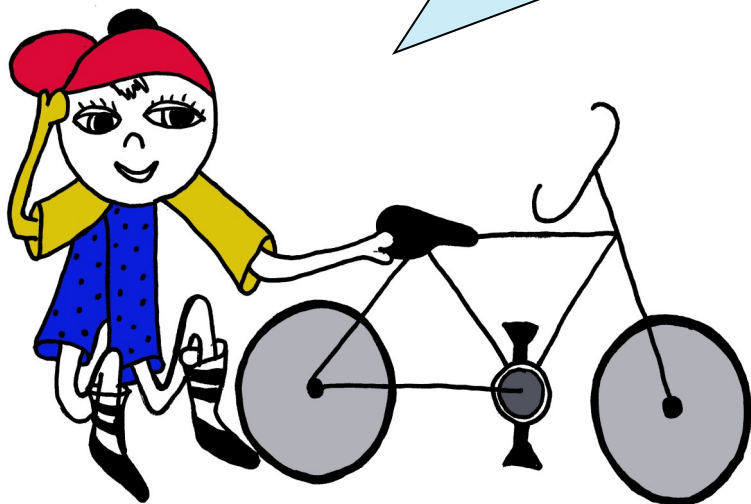
## 2 Jízdní kolo

„Na jízdním kole se můžeme učit jezdit několika způsoby“, začal výklad o jízdním kole Emil a všichni se podívali na plátno, kde bylo napsáno:

### **Jak se učíme jezdit na malém kole:**

- ♦ **Kolo, které má navíc dvě malá balanční kolečka, je jako čtyřkolka, takže na něm snadno udržíme rovnováhu. Pomohou nám ji udržet dvě balanční kolečka, která se postupně dávají výš a výš a my musíme začít udržovat rovnováhu.**
- ♦ **Na malém kole bez balančních koleček, kdy se dá sedlo níž, abychom dosáhli nohama na zem. Nejdříve se na kole odrážíme jako na odrážičce, postupně máme sedlo výš, až dokážeme udržet rovnováhu. Pak se nepotřebujeme ani opírat nohama o zem. Aby nám nevadily pedály a kliky, mohou se na dobu učení odmontovat.**
- ♦ **Rodiče nebo jiný dospělý drží jednou rukou sedlo kola a druhou rukou rameno malého cyklisty. Musí utíkat s ním, podle toho, jak rychle dítě šlape. Běhá tak dlouho, až se dítě naučí držet rovnováhu samo.**

Na kole jezdím rovně, ale také dokola, vždycky jenom zvesela. Až budu mít 15 let, po silnici můžu sám jet.



## **Pravidlo č. 2 - KDE MOHOU JEZDIT DĚTI NA KOLE**

***Od 2-4 roků jezdí malé děti jen pod dohledem rodičů nebo starších sourozenců, které rodiče dozorem pověří.***

***Od 5-6 roků mohou rodiče dětem vyhradit prostor, kde mohou s kolem jezdit a nic neohrožuje jejich bezpečnost.***

***Od 7-10 roků mohou děti jezdit kolem domu, na pěší zóně, po polní nebo lesní cestě.***

***Od 11-15 roků mohou jezdit v uzavřené silnici, což však předpokládá znalost základních dopravních předpisů***

***Nad 15 roků mohou děti jezdit po rušné silnici za předpokladu, že jim to rodiče dovolí a perfektně ovládají základní dopravní předpisy pro cyklisty.***

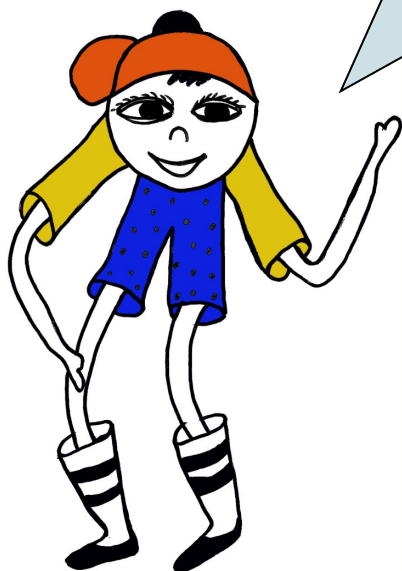


## 2.1 Jízda na kole s balančními kolečky



Po přestávce otevřel Emil skříň a každému dal jednu přilbu. Pak zašli do místnosti, kde se leskla nová kola. Emil je zavedl k menším kolům, která měla balanční kolečka. Vyšli s nimi na malé hřiště za budovu. Celé odpoledne se proháněli na kolech. Někdo jezdil i o přestávce, jen doplnili tekutiny. S balančními kolečky to šlo všem úplně skvěle.

**Šátek na hlavě holčičce nepomůže. Určitě jde pro přilbu. Proto na kole nejede, ale jenom ho vede.**



Toto je pouze náhled elektronické knihy. Zakoupení její plné verze je možné v elektronickém obchodě společnosti eReading.