

**PROGRAM  
WYCHOWANIA KOMUNIKACYJNEGO**

**DLA**

**SZKOŁY PODSTAWOWEJ  
DLA DZIECI UPOŚLEDZONYCH UMYŚLOWO  
W STOPNIU LEKKIM**

**Nr: DOW-600-2/97**

**Program opracowany  
przez**

**WOJEWÓDZKI OŚRODEK  
DOSKONALENIA NAUCZYCIELI  
W WARSZAWIE**

**oraz**

**KOMENDĘ STOŁECZNĄ POLICJI**



# PROGRAM WYCHOWANIA KOMUNIKACYJNEGO

## SZKOŁY PODSTAWOWEJ

DLA DZIECI UPOŚLEDZONYCH UMYSŁOWO W STOPNIU LEKKIM

OPRACOWAŁ ZESPÓŁ W SKŁADZIE

kom. mgr Bogumiła Bogacka - Osińska - Komenda Stołeczna Policji

mgr Ewa Królicka

- Doradca metodyczny techniki  
Wojewódzki Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli  
w Warszawie

mgr Anna Wysokińska - Obacz

- Doradca metodyczny do spraw  
kształcenia specjalnego dzieci  
upośledzonych umysłowo  
w stopniu lekkim  
Wojewódzki Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli  
w Warszawie



374,2(073)

67776 / c



## SPIS TREŚCI

1. Wstęp.....	2
2. Cele i zadania wychowania komunikacyjnego w szkołach podstawowych specjalnych.....	3
3. Treści programowe:	
-- klasa pierwsza.....	4
przykładowe ćwiczenia.....	6
-- klasa druga.....	7
przykładowe ćwiczenia.....	9
-- klasa trzecia.....	10
przykładowe ćwiczenia.....	12
-- klasa czwarta.....	14
przykładowe ćwiczenia.....	15
-- klasa piąta.....	16
przykładowe ćwiczenia.....	17
-- klasa szósta.....	18
przykładowe ćwiczenia.....	19
-- klasa siódma.....	20
przykładowe ćwiczenia.....	22
-- klasa ósma.....	23
przykładowe ćwiczenia.....	25
4. Uwagi o realizacji.....	26
5. Bibliografia.....	31

## W S T Ę P

W związku z Zarządzeniem nr 9 Ministra Edukacji Narodowej z dnia 7 czerwca 1996r. 3 pkt 6. nauczyciele szkół podstawowych specjalnych dla dzieci z upośledzeniem umysłowym w stopniu lekkim mają obowiązek realizacji treści z bezpieczeństwa ruchu drogowego na zajęciach z przedmiotów: środowisko społeczno-przyrodnicze, technika, wychowanie fizyczne, oraz na godzinie pozostawionej do dyspozycji wychowawcy w wymiarze 20-30 godzin dydaktycznych rocznie.

Wprowadzenie tego Zarządzenia podyktowane było faktem zwiększającego się zagrożenia bezpieczeństwa na drogach i stale rosnącej w naszym kraju liczbie wypadków drogowych z udziałem dzieci.

Dzieci są specyficzną grupą uczestników ruchu drogowego ze względu na ich mniejsze możliwości intelektualne i percepcyjne, małą odporność na urazy i zwiększone ryzyko trwałych uszkodzeń ciała. Dzieci (zwłaszcza upośledzone umysłowo) często nie zdają sobie sprawy z występujących na drodze zagrożeń - bywają nieostrożne, nie skupiają uwagi, są mało spostrzegawcze, nie analizują sytuacji, nie dostrzegają skutków swoich zachowań.

Dlatego też przed nauczycielami szkół specjalnych stoi bardzo ważne zadanie - stworzenie systemu działań profilaktycznych, prowadzących do bogacenia wiedzy i doświadczeń uczniów, wyposażania ich we właściwe umiejętności i nawyki, a w konsekwencji do poprawy ich bezpieczeństwa na drodze. Realizacji tego celu ma służyć niniejszy program wychowania komunikacyjnego.

## CELE I ZADANIA WYCHOWANIA KOMUNIKACYJNEGO W SZKOŁACH PODSTAWOWYCH SPECJALNYCH

Ogólnym i zarazem nadrzędnym celem wychowania komunikacyjnego w szkole podstawowej specjalnej jest przygotowanie uczniów do bezpiecznego uczestnictwa w ruchu drogowym w charakterze przede wszystkim pieszych i pasażerów. Wynikiem oddziaływań powinno być nauczenie dzieci takiego zachowania, by nie powodowały zagrożeń na drodze i stały się samodzielными i świadomymi uczestnikami ruchu drogowego.

Realizując ten cel, nauczyciel szkoły specjalnej dla dzieci z upośledzeniem umysłowym ma za zadanie:

- \* rozwijać u uczniów zdolności poznawcze - uwagę, spostrzegawczość, orientację przestrzenną, wyobraźnię, umiejętność obserwacji, myślenia przyczynowo - skutkowego, przewidywania i podejmowania właściwych decyzji,
- \* przekazywać uczniom wiedzę o ruchu drogowym, o obiektach i zjawiskach występujących w ruchu, a w szczególności o zagrożeniach i skutkach niewłaściwego zachowania się na drogach,
- \* wdrażać uczniów do pożądanego zachowań na drogach, przystankach, w środkach komunikacji publicznej i samochodach osobowych oraz innych pojazdach,
- \* wdrażać uczniów do poszanowania infrastruktury komunikacyjnej i turystycznej,
- \* rozwijać i kształtować u uczniów społecznie pożądane postawy: szacunku i życzliwości, wzajemnej pomocy, poszanowania prawa, odpowiedzialności za innych użytkowników dróg.



# TREŚCI PROGRAMOWE

## KLASA PIERWSZA

1. UCZESTNICY RUCHU DROGOWEGO: PIESZY, PASAŻER, KIERUJĄCY POJAZDEM.

2. ELEMENTY DROGI: JEZDNIĄ, CHODNIK, POBOCZE.

3. DROGA Z DOMU DO SZKOŁY I ZE SZKOŁY DO DOMU:

- wskazanie zagrożeń, np. zła widoczność, brak chodnika, brak pobocza, duże natężenie ruchu, przejazd kolejowy, torowisko tramwajowe itp.
- wybór najbezpieczniejszej trasy.

4. OGÓLNE ZASADY PORUSZANIA SIĘ PIESZYCH I POJAZDÓW:

- zasada ruchu uporządkowanego na drodze (pojazdy i piesi korzystają z określonych miejsc na drodze według ustalonych reguł),
- zasada upewniania się przez pieszych (zatrzymanie się na chodniku w bezpiecznej odległości od jezdni, spojrzenie w lewo, w prawo, w lewo, wejście na jezdnię, gdy pojazd zatrzymał się lub nie jedzie),
- przechodzenie zdecydowanym krokiem

5. PORUSZANIE SIĘ PIESZYCH W TERENIE (OBSZARZE) ZABUDOWANYM - W MIEŚCIE:

- ruch uporządkowany prawą stroną chodnika,
- przechodzenie przez jezdnię w miejscach wyznaczonych:
  - a. bez sygnalizacji świetlnej*
  - sposoby oznaczania przejść bez sygnalizacji świetlnej znakami poziomymi i pionowymi,
  - zatrzymanie się na chodniku w miejscu dobrej widoczności i w bezpiecznej odległości od jezdni,
  - stosowanie zasady upewniania się - sprawdzanie przed wejściem na jezdnię, czy żaden pojazd nie nadjeżdża lub czy nadjeżdżające pojazdy zatrzymały się,
  - przechodzenie po najkrótszym odcinku drogi, prostopadle do jej krawędzi,
  - b. z sygnalizacją świetlną*
  - znajomość sygnałów dawanych przez sygnalizatory dla pieszych (zielony - idź, zielony pulsujący - uwaga, czerwony - stój!),
  - zatrzymanie się na chodniku w miejscu dobrej widoczności i w bezpiecz-



nej odległości od jezdni,

- stosowanie się do wskazań sygnalizatora świetlnego,
- stosowanie zasady upewniania się (niezależnie od sygnału zielonego),- sprawdzanie przed wejściem na jezdnię, czy żaden pojazd nie nadjeżdża lub czy nadjeżdżające pojazdy zatrzymały się,
- właściwe zachowanie się, gdy sygnał zielony pulsuje, a pieszy znajduje się na chodniku lub na przejściu.

*c. korzystanie z przejść podziemnych i nadziemnych (kładek) dla pieszych.*

#### 6. ZASADY PORUSZANIA SIĘ ZORGANIZOWANYCH GRUP PIESZYCH (KOLUMN) DO LAT 10 NA TERENIE ZABUDOWANYM

- dwójkami pod nadzorem osoby pełnoletniej,
- korzystanie z chodnika,
- przestrzeganie zasady ruchu prawostronnego.

#### 7. PORUSZANIE SIĘ PIESZEGO W TERENIE (OBSZARZE) NIEZABUDOWANYM - POZA MIASTEM:

- ruch uporządkowany lewym poboczem drogi (jeżeli go nie ma lub nie nadaje się do korzystania - poruszanie się jeden za drugim przy lewej krawędzi jezdni),
- noszenie elementów odblaskowych,
- przechodzenie przez jezdnię w miejscu dobrej widoczności (na odcinku prostym), po jak najkrótszym odcinku drogi.

#### 8. BEZPIECZEŃSTWO ZABAW W RÓŻNYCH PORACH ROKU:

##### **zabawy letnie**

- przestrzeganie wyznaczonych miejsc zabaw (plac zabaw, parki, ogrody jordanowskie) z dala od dróg, ulic, zbiorników wodnych,
- bezpieczeństwo własne i kolegów w czasie korzystania z rowerków, deskorolek, wrotek itp.

##### **zabawy zimowe:**

- przestrzeganie wyznaczonych miejsc (sztuczne lodowiska, tereny zjazdowe z dala od dróg).

9. WYBRANE SYMBOLE I ZNAKI, MAJĄCE CHARAKTER POWSZECHNEJ INFORMACJI, NA TERENIE SZKOŁY, określające zasady poruszania się po niej - wyjście ewakuacyjne, telefon, punkt opatrunkowy, toaleta publiczna itp.

#### 10. ZNAKI DROGOWE PRZEZNACZONE DLA PIESZYCH.

- znaki drogowe pionowe, informacyjne - miejsce przejścia dla pie-

szych, przejście podziemne dla pieszych, przejście nadziemne dla pieszych, "Agatka"(znak ten pełni funkcję znaku informacyjnego),  
- **znaki drogowe poziome** - przejście dla pieszych.

## 11. WDRAŻANIE DO INFORMOWANIA DOROSŁYCH O ZAISTNIAŁYCH URAZACH.

### *Przykładowe ćwiczenia*

1. Ćwiczenia w określaniu prawej, lewej strony.
2. Ćwiczenia w zakresie reagowania na bodźce wzrokowe rozwijające spostrzegawczość oraz ogólną percepcję wzrokową (odpoznanie obrazów ukazujących się w krótkich ekspozycjach, wyodrębnianie figury z tła, układanie obrazka z elementów według wzoru, z pamięci, różnicowanie barw i ich nazywanie).
3. Próby określania położenia wybranego obiektu lub obiektów według przyjętego punktu odniesienia za pomocą słów bliżej, dalej, po lewej, po prawej stronie, na wprost - przed siebie, w tył - za siebie, szybko, wolno, wyżej, niżej, teraz, potem, nad, pod, tu, tam.
4. Ćwiczenia kształcące percepcję słuchową - próby określania źródła dźwięku.
5. Ćwiczenia w bezkolizyjnym wchodzeniu i wychodzeniu z izby lekcyjnej.
6. Ćwiczenia we właściwym wchodzeniu, schodzeniu i wychodzeniu z przejść podziemnych i nadziemnych (kładek) dla pieszych.
7. Obserwacja ruchu drogowego ukierunkowana na uczestników ruchu drogowego.
8. Pokaz elementów drogi.
9. Ćwiczenia w rozpoznawaniu elementów drogi w pobliżu szkoły, domu. Określanie miejsc poruszania się uczestników ruchu po drodze. Obserwacja ruchu pojazdów i poruszania się pieszych w mieście i poza miastem. Porównywanie uporządkowanego ruchu drogowego ze swobodnym poruszaniem się dzieci, np. po boisku szkolnym.

10. Obserwacja sposobu przechodzenia pieszych przez jezdnię.
11. Określanie na chodniku miejsca dobrej widoczności drogi.
12. Rozwijanie umiejętności słownego porozumiewania się, np. formułowanie prośby, pytania do osób pełniących określone funkcje na drodze (np. do policjanta, strażnika szkolnego itp.).
13. Pokaz (na boisku szkolnym) bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię zgodnie z zasadami ruchu prawostronnego i upewniania się.
14. Praktyczna nauka przechodzenia przez jezdnię - ćwiczenia na boisku szkolnym lub na drodze o bardzo małym natężeniu ruchu.
15. Ćwiczenia kształtujące nawyk upewniania się przed wejściem na jezdnię.
16. Obserwacja działania sygnalizacji świetlnej dla pieszych.
17. Ćwiczenia kształtujące umiejętność reagowania na sygnały świetlne sygnalizatora dla pieszych.
18. Praktyczna nauka przechodzenia przez jezdnię na przejściu o ruchu kierowanym sygnalizacją świetlną.
19. Rozpoznanie znaków drogowych i powszechnej informacji.
20. Ćwiczenia w zakresie poruszania się po lewej stronie drogi.

## **KLASA DRUGA**

1. UTRWALENIE POJĘĆ: PIESZY, PASAŻER, KIERUJĄCY POJAZDEM.
2. UTRWALENIE POJĘĆ: JEZDNIA, CHODNIK, POBOCZE.
3. RODZAJE DRÓG - DROGI O DUŻYM I MAŁYM NATĘŻENIU RUCHU KOŁOWEGO I PIESZEGO.
4. PORUSZANIE SIĘ W MIEŚCIE I POZA MIASTEM PODCZAS UTRUDNIONYCH WARUNKÓW DROGOWYCH takich, jak: zaparkowa-

ne samochody na chodnikach i na jezdniach, roboty drogowe - określanie miejsca dobrej widoczności.

#### 5. SYGNAŁY DAWANE PRZEZ POLICJANTA KIERUJĄCEGO RUCHEM:

- postawa tyłem lub przodem - stój, uniesiona ręka - uwaga, postawa bokiem - idź (jedź).

#### 6. ZACHOWANIE SIĘ NA PRZYSTANKACH KOMUNIKACJI PUBLICZNEJ ORAZ W POJAZDACH KOMUNIKACJI ZBIOROWEJ LUB INDYWIDUALNEJ:

- wybór bezpiecznego miejsca z dala od jezdni,
- przestrzeganie zasady bezpieczeństwa przy wsiadaniu (nie wsiadać po usłyszeniu sygnału dźwiękowego, nie utrudniać wejścia lub wyjścia innym pasażerom) i wysiadaniu z autobusu, tramwaju oraz z samochodu (wsiadać i wysiadać od strony chodnika lub pobocza),
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas podróżowania pojazdami komunikacji zbiorowej (stać z dala od drzwi, trzymać się poręczy, ustępować miejsca osobom starszym, niepełnosprawnym, nie wychylać się przez okno, nie zanieczyszczać pojazdów i drogi, nie niszczyć ich wyposażenia, a także nie hałasować),
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas podróżowania pojazdami komunikacji indywidualnej - samochodem osobowym (zająć odpowiednie miejsce, nie przeszkadzać kierowcy, nie wychylać się przez okno samochodu, nie zanieczyszczać drogi itd.).

#### 7. PORUSZANIE SIĘ PO DROGACH O ZMIERZCHU I PODCZAS NIEKORZYSTNYCH WARUNKÓW ATMOSFERYCZNYCH (w czasie mgły, deszczu, opadów śniegu, gołoledzi itp.):

- znaczenie dla bezpieczeństwa noszenia wygodnych, nie krępujących ruchów, kolorowych ubrań oraz elementów odblaskowych.

#### 8. MIEJSCA NIEBEZPIECZNE (skrzyżowania, drogi o dużym nasileniu ruchu, przejazdy kolejowe: z zaporami i bez zapor, jedno- lub wielotorowe, przejazdy tramwajowe, roboty drogowe, bramy, zakręty, wzniesienia itd.).

#### 9. UTRWALANIE ZNAJOMOŚCI ZNAKÓW DROGOWYCH PRZEZNACZONYCH DLA PIESZYCH POZNANYCH W KLASIE PIERWSZEJ.

#### 10. POZNANIE WYBRANYCH ZNAKÓW DROGOWYCH PIONOWYCH:



- informacyjne -strefa zamieszkania, przystanek tramwajowy, przystanek autobusowy, parking, telefon, poczta,
- zakazu: zakaz ruchu pieszych,
- nakazu: droga dla pieszych,

## 11. OBYWANE ZADRAPANEJ SKÓRY, ZAKLEJANIE PLASTREM.

### *Przykładowe ćwiczenia*

1. Doskonalenie umiejętności w zakresie określania stron (prawa, lewa) i kierunków (górze, dół, przód, tył).
2. Utrwalenie umiejętności określania położenia wybranego obiektu lub obiektów według przyjętego punktu odniesienia za pomocą słów: bliżej, dalej, po lewej, po prawej stronie oraz ocenianie odległości szacunkowo lub za pomocą pomiaru (np. krokami).
3. Ćwiczenia przygotowujące do uważnego patrzenia i słuchania podczas poruszania się po drogach (reagowanie na sygnały świetlne i dźwiękowe, na postawy i polecenia, np. nauczyciela, policjanta), rozpoznawanie dźwięków w otoczeniu, wskazywanie źródła kierunku dźwięku, określanie stopnia jego nasilenia.
4. Próby formułowania poleceń związanych z bezpiecznym uczestnictwem w ruchu drogowym, np. zatrzymaj się, spójrz w lewo, w prawo, spójrz jeszcze raz w lewo, przechodź krokiem zdecydowanym, nie przebiegaj itp.
5. Ćwiczenia w bezkolizyjnym wchodzeniu i wychodzeniu z szatni szkolnej, z budynku itp.
6. Doskonalenie umiejętności określania bezpiecznego miejsca zatrzymania się pieszego na chodniku lub poboczu przed wejściem na jezdnię (określanie widoczności drogi).
7. Próby określania miejsca dobrej widoczności drogi podczas wchodzenia na jezdnię pomiędzy zaparkowanymi pojazdami lub przeszkodami na drogach osiedlowych.
8. Pokaz widoczności osób z elementami odbłaskowymi i bez nich,

o zmierzchu, podczas złych warunków atmosferycznych (lub w zaciemnionej sali), w ubraniu ciemnym i jasnym.

9. Obserwacja ruchu ulicznego w miejscach niebezpiecznych takich, jak: skrzyżowania, przejścia dla pieszych, przejazdy kolejowe, roboty drogowe, bramy, wzniesienia, zakręty itp.

10. Obserwacja sygnałów dawanych przez osoby kierujące pojazdami: włączone kierunkowskazy, światła stopu, cofania awaryjne oraz sygnały wysyłane przez pojazdy uprzywilejowane w ruchu drogowym.

11. Ćwiczenia wdrażające do koniecznej dyscypliny podczas spacerów i wycieczek.

12. Doskonalenie umiejętności rozpoznawania znaków drogowych oraz znaków powszechnej informacji.

13. Praktyczna nauka chodzenia (podczas wycieczek) w zorganizowanej grupie (po chodnikach i poboczach dróg).

14. Ćwiczenia kształtujące umiejętność bezpiecznego, spokojnego przechodzenia przez jezdnię.

15. Ćwiczenia w poznawaniu, nazywaniu i różnicowaniu pojazdów komunikacji zbiorowej.

16. Obserwacja przystanków, ich oznakowania i urządzeń.

17. Zabawy sprzyjające kształtowaniu kulturalnych nawyków podczas czekania na przyjazd pojazdów komunikacji zbiorowej. Inscenizacje.

18. Próby prawidłowego postępowania (udzielania pomocy) w przypadku drobnych zadrapań.

## **KLASA TRZECIA**

1. RODZAJE DRÓG ZE WZGLĘDU NA SZEROKOŚĆ - z jedną jezdnią, z dwoma jezdniami oddzielonymi wysepką lub torowiskiem pojazdów szynowych.

2. SIEĆ KOMUNIKACYJNA: LINIE KOLEJOWE, PRZEJAZDY KOLEJOWE, MOSTY, WIADUKTY.

3. NIEBEZPIECZEŃSTWA ZWIĄZANE ZE STOPNIEM NASILENIA RUCHU, CHARAKTERYSTYCZNYMI SYTUACJAMI DROGOWYMI W NASZEJ MIEJSCOWOŚCI.

4. DALSZE DOSKONALENIE UMIEJĘTNOŚCI BEZPIECZNEGO PRZECHODZENIA PRZEZ JEZDNIĘ

- na odcinku prostym (drogi o bardzo małym natężeniu ruchu ) bez wyznaczonych przejść dla pieszych, stosowanie zasady upewniania się i wchodzenia na jezdnię tylko w miejscu dobrej widoczności,
- zasady przechodzenia przez drogę z dwoma jezdniami (na przejściu dla pieszych) oddzielonymi pasem zieleni lub torowiskiem.

5. NIEWŁAŚCIWE ZACHOWANIA PIESZYCH JAKO PRZYCZYNY WYPADKÓW DROGOWYCH (nieostrożne wejście na jezdnię, zza przeszkody, bezpośrednio przed nadjeżdżający pojazd, przebieganie, wchodzenie na jezdnię przy czerwonym świetle, przechodzenie przez jezdnię w miejscu niewidocznym, na łukach, wzniesieniach, w miejscach, gdzie są bariery, chodzenie po torowiskach lub niewłaściwą stroną drogi itp.).

6. OBSERWACJA POGODY W RÓŻNYCH PORACH ROKU - ich wpływ na warunki drogowe i zachowanie się ludzi:

- pory roku sprzyjające i nie sprzyjające uczestnikom ruchu drogowego,
- charakterystyczne cechy pór roku a ich wpływ na zachowania uczestników ruchu drogowego (np. *lato* - długi dzień, sucha nawierzchnia jezdni, ubrania letnie - kolorowe; *jesień, zima* - szybko zapadający zmrok, opady deszczu, śniegu, śliska nawierzchnia jezdni, ubrania ciemne, szare; *piesi* - potrzeba noszenia elementów odblaskowych; *pojazdy* - potrzeba dobrego stanu opon, sprawnych hamulców, prawidłowego oświetlenia zewnętrznego itp.)

7. DROGA ZATRZYMANIA PIESZEGO IDĄCEGO WOLNO I BIEGNĄCEGO.

8. UTRWALANIE PRAWIDŁOWYCH ZACHOWAŃ NA PRZYSTANKACH KOMUNIKACJI PUBLICZNEJ ORAZ W POJAZDACH KOMUNIKACJI ZBIOROWEJ I INDYWIDUALNEJ:

- troska o porządek publiczny (zachowanie się pasażerów, ich bezpieczeństwo),
- troska o mienie publiczne.

9. UTRWALANIE ZNAJOMOŚCI ZNAKÓW DROGOWYCH



PRZEZNACZONYCH DLA PIESZYCH, POZNANYCH W KLASACH MŁODSZYCH.

10. ZNAKI DROGOWE PIONOWE:

- ostrzegawcze: niebezpieczny zakręt w prawo, niebezpieczny zakręt w lewo, przejazd kolejowy, bez zapór i z zaporami,
- zakazu: stop,
- informacyjne: szpital.

11. WĘDRÓWKI DO LASU I NAD WODĘ

- las jako miejsce wypoczynku ludzi - poznanie wybranych znaków drogowych oraz powszechnej informacji,
- zachowanie ciszy i porządku w lesie,
- troska o środowisko.

12. ŚRODKI TRANSPORTU:

- pojazdy osobowe, ciężarowe,
- pojazdy komunikacji indywidualnej i zbiorowej.

13. POJAZDY UPRZYWILEJOWANE W RUCHU np. samochód pogotowia ratunkowego, policji, straży pożarnej:

- cechy pojazdów uprzywilejowanych w ruchu-sygnał dźwiękowy o zmiennym tonie i sygnał świetlny, błyskowy (światło niebieskie),
- rola jaką mają do spełnienia - ratowanie życia lub mienia znacznej wartości .

14. POZNAWANIE NUMERÓW ALARMOWYCH POGOTOWIA RATUNKOWEGO 999, POLICJI 997, STRAŻY POŻARNEJ 998.

15. UDZIELANIE PIERWSZEJ POMOCY PRZY SKALECZENIACH I ZADRAPANIACH, PRÓBY BANDAŻOWANIA.

***Przykładowe ćwiczenia***

1. Obserwacja infrastruktury drogi miasta i wsi.
2. Ćwiczenia w ocenie odległości, czasu przejścia i czasu przejazdu samochodu.
3. Ćwiczenia w określaniu drogi zatrzymania pieszego idącego wolno

i biegnącego. Reagowanie na polecenie lub sygnał dźwiękowy.

4. Obserwacja, a następnie pokaz sposobu przechodzenia przez jezdnię po prostym odcinku bez wyznaczonych miejsc dla pieszych (drogi o bardzo małym natężeniu ruchu).

5. Praktyczna nauka przechodzenia przez jezdnię po prostym odcinku drogi bez wyznaczonych przejść dla pieszych.

6. Doskonalenie umiejętności określania widoczności drogi w przypadku wchodzenia na jezdnię pomiędzy zaparkowanych samochodów lub przeszkody na drogach osiedlowych.

7. Oglądanie filmów, ilustracji ukazujących zmniejszenie widoczności drogi podczas jazdy w trudnych warunkach atmosferycznych.

8. Wykorzystanie kalendarza pogody prowadzonego przez uczniów do określania warunków drogowych.

9. Określanie miejsc bezpiecznego postoju podczas podróżowania pojazdami komunikacji indywidualnej i zbiorowej.

10. Ćwiczenia w wychodzeniu z pojazdu od strony chodnika lub pobocza.

11. Zabawy sprzyjające kształtowaniu nawyków kulturalnego zachowania podczas pobytu na dworcu autobusowym i kolejowym oraz w czasie podróżowania pojazdami komunikacji zbiorowej.

12. Ćwiczenia w bezkolizyjnym wchodzeniu i wychodzeniu z obiektów i pojazdów transportu publicznego.

13. Ćwiczenia w rozpoznawaniu, nazywaniu i różnicowaniu pojazdów uprzywilejowanych w ruchu.

14. Zabawy sprzyjające zapamiętywaniu numerów alarmowych. Inscenizacje - próby telefonowania.

15. Ćwiczenia w rozpoznawaniu poznanych znaków drogowych oraz powszechnej informacji.

16. Ćwiczenia kształtujące umiejętność postępowania w przypadku niewielkich skaleczeń i zadrapań. Próby bandażowania.

## KLASA CZWARTA

### 1. PRZECHODZENIE PRZEZ JEZDNIĘ

- na skrzyżowaniach bez wyznaczonego miejsca dla pieszych (tylko w miejscach o małym natężeniu ruchu) - pieszy ustępuje pierwszeństwa kierującemu jadącemu prosto, gdy skręcają w drogę poprzeczną, pieszy ma pierwszeństwo przed pojazdem.

2. WIDOCZNY POJAZD, WIDOCZNY PIESZY - znaczenie prawidłowego oświetlenia pojazdów i elementów ułatwiających dostrzeżenie pieszych dla bezpieczeństwa na drogach.

3. DROGA ZATRZYMANIA POJAZDU JADĄCEGO SZYBKO, WOLNO.

4. DOSTRZEGANIE ZWIĄZKÓW PRZYCZYNOWO - SKUTKOWYCH POMIĘDZY WPŁYWEM NIEKORZYSTNYCH WARUNKÓW POGODOWYCH A POWSTAWANIEM ZAGROŻEŃ W RUCHU DROGOWYM (śliska nawierzchnia jezdni, zła widoczność drogi itp.).

5. POSTĘPOWANIE PIESZEGO WOBEC NADJEŹDŻAJĄCEGO POJAZDU UPRZYWILEJOWANEGO W RUCHU.

6. UTRWALANIE PRAWIDŁOWYCH ZACHOWAŃ NA PRZYSTANKACH KOMUNIKACJI PUBLICZNEJ ORAZ W POJAZDACH KOMUNIKACJI ZBIOROWEJ I INDYWIDUALNEJ.

7. STOSOWANIE ZNAKÓW POWSZECHNEJ INFORMACJI JAKO JEDEN ZE SPOSOBÓW POROZUMIEWANIA SIĘ LUDZI NA CAŁYM ŚWIECIE. ZNACZENIE KOLORU I KSZTAŁTU ZNAKÓW (znaki bezpieczeństwa - przeciwpożarowe i ewakuacyjne, informacyjne, drogowe).

8. KLASYFIKACJA ZNAKÓW DROGOWYCH PIONOWYCH (wyodrębnienie cech - barwy i kształtu): ostrzegawcze, zakazu, nakazu, informacyjne.

9. BEZPIECZNE MIEJSCA DO ODPOCZYNKU W CZASIE PODRÓŻY.

10. UTRWALANIE ZNAJOMOŚCI BEZPŁATNYCH NUMERÓW ALARMOWYCH - pogotowia ratunkowego 999, policji 997, straży pożarnej 998.

## 11. POSTĘPOWANIE W PRZYPADKU WYSTĄPIENIA KRWAWIENIA Z NOSA.

### *Przykładowe ćwiczenia*

1. Ćwiczenia w przechodzeniu przez jezdnię na skrzyżowaniu bez wyznaczonych miejsc dla pieszych, gdy pojazdy jadą prosto i gdy skręcają w drogę poprzeczną - inscenizacja ruchu drogowego.
2. Obserwacja odległości, z jakiej widoczne są o zmroku przedmioty (osoby) w kolorach jasnych i ciemnych oraz z elementami odblaskowymi.
3. Obserwacja drogi zatrzymania:
  - piłki poruszającej się szybko, wolno,
  - samochodu (zabawki) jadącego szybko, wolno,
  - rowerzysty jadącego szybko, wolno.
4. Próby zatrzymania się osoby biegnącej po nawierzchni szorstkiej, śliskiej.
5. Próby zatrzymania samochodu (zabawki mechanicznej) jadącej po nawierzchni szorstkiej, śliskiej.
6. Obserwacja i omawianie zachowania uczestników ruchu drogowego podczas zbliżania się pojazdu uprzywilejowanego w ruchu.
7. Praktyczna nauka reagowania na sygnały świetlne i dźwiękowe - określanie źródeł dźwięku, wysokości, długości, natężenia, odróżnianie brzmienia dźwięków wysyłanych przez pojazdy uprzywilejowane od innych dźwięków związanych z ruchem ulicznym.
8. Klasyfikowanie znaków drogowych według kształtu i koloru tarczy.
9. Zabawy sprzyjające zapamiętaniu numerów alarmowych, próby telefonowania i przekazywania wiadomości o wypadku osobom starszym.
10. Wybór miejsca odpoczynku w czasie podróży - inscenizacje.
11. Ćwiczenia w ocenie odległości (rzucanie do celu, np. lotką, woreczkiem, piłką itp.).

12. Praktyczna nauka zachowania się w przypadku wystąpienia krwawienia z nosa.

## **KLASA PIĄTA**

1. BEZKOLIZYJNE PORUSZANIE SIĘ PIESZYCH W MIEJSCACH PUBLICZNYCH: drogi, środki lokomocji, schody, windy, sklepy itp.

2. PIESZY W RUCHU DROGOWYM :

- utrwalenie znaków drogowych (pionowych i poziomych) dotyczących pieszych,
- miejsca i okoliczności przechodzenia przez jezdnię w mieście i poza nim,
- poruszanie się po drogach poza miastem,
- znaczenie odpowiedniego ubioru dla bezpieczeństwa pieszego,
- ocena prędkości i odległości pojazdów.

3. DROGA ZATRZYMANIA POJAZDU, GDY NAWIERZCHNIA DROGI JEST SUCHA, SZORSTKA I GDY JEST MOKRA, ŚLISKA.

4. SPOSOBY SYGNALIZOWANIA PRZEZ KIERUJĄCYCH POJAZDAMI MANEWRÓW - skrętu w lewo, w prawo, cofania, wyprzedzania, postoju z powodu awarii itp. Niebezpieczeństwa wynikające z takiej sytuacji dla pieszych.

5. ŚWIADOMOŚĆ ZAGROZEŃ I SKUTKÓW NIEWŁAŚCIWIE ZORGANIZOWANEJ ZABAWY:

- jazda na deskorolce, wrotkach itp. w pobliżu jezdni,
- przyczepianie sanek do pojazdów,
- używanie walkmanów, diskmanów itp. na ulicy,
- rzucanie śnieżkami w nadjeżdżające pojazdy itd.

6. POSZANOWANIE URZĄDZEŃ ZWIĄZANYCH Z KOMUNIKACJĄ PUBLICZNĄ.

7. POJĘCIE DROGI PUBLICZNEJ I NIEPUBLICZNEJ, UTWARDZONEJ I NIEUTWARDZONEJ.

8. ZASADY PORUSZANIA SIĘ ROWEREM PO DROGACH



PUBLICZNYCH I NIEPUBLICZNYCH (np. osiedlowych, wewnętrznych, leśnych, polnych), obowiązek posiadania karty rowerowej podczas jazdy rowerem po drodze publicznej.

9. OBOWIĄZKOWE WYPOSAŻENIE ROWERU (oświetlenie, skutecznie działające hamulce, sygnał dźwiękowy).

10. ZNACZENIE DBAŁOŚCI O STAN TECHNICZNY ROWERU.

11. TECHNIKA JAZDY NA ROWERZE:

- jazda na wprost,
- jazda po łuku,
- skręcanie w prawo i lewo - sygnalizowanie manewrów.

12. MIEJSCA BEZPIECZNE DLA ROWERZYSTÓW - ścieżki dla rowerzystów, drogi polne, parki, drogi osiedlowe, boiska szkolne.

13. DOSKONALENIE UMIEJĘTNOŚCI RADZENIA SOBIE W PRZYPADKU WYSTĄPIENIA DROBNYCH URAZÓW.

### ***Przykładowe ćwiczenia***

1. Ćwiczenia doskonalące bezkolizyjne poruszanie się po klasie, szkole (np. po korytarzu, schodach itd.), przechodzenie obok siebie w bezpiecznej odległości podczas poruszania się w tym samym kierunku, w przeciwnych kierunkach.

2. Wybór bezpiecznych miejsc przejścia przez jezdnię w mieście i poza nim - na ilustracjach i w rzeczywistości.

3. Wybór dziecka najlepiej widocznego z dużej odległości. Ustalanie warunków dobrej widoczności pieszego na drodze (kolor ubrania, noszenie elementów odblaskowych, o zmierzchu i w trudnych warunkach atmosferycznych, stosowanie latarki).

4. Ćwiczenia w przechodzeniu przez jezdnię, gdy nadjeżdża pojazd wolno, szybko - inscenizacja.

5. Przewidywanie zachowań pojazdów na podstawie sygnałów dawanych przez osoby kierujące.

6. Próby zatrzymania się w miejscu podczas jazdy na wrotkach, łyżworolkach, deskorolkach (na różnych nawierzchniach) itp.

7. Próby odtworzenia dźwięków dochodzących z zewnątrz, gdy na uszach umieszczone są słuchawki walkmanów itp.

8. Rozróżnianie (na ilustracji i w rzeczywistości) drogi publicznej, niepublicznej, utwardzonej, nieutwardzonej.

9. Ćwiczenia w różnicowaniu pojazdów wyposażonych prawidłowo i nieprawidłowo.

10. Sprawdzanie roweru przed jazdą: stanu ogumienia, naciągu łańcucha, działania światła pozycyjnego i hamulców, ustawienie wysokości siodełka i kierownicy.

11. Doskonalenie techniki jazdy na rowerze - bezpieczne ruszanie i zatrzymywanie, jazda na wprost i po łuku, odwracanie głowy, kierowanie jedną ręką, skręcanie (sygnalizowanie manewrów).

11. Symulacja ruchu drogowego (piesi, rowerzyści) na drogach publicznych i niepublicznych - ruch swobodny, ruch uporządkowany.

12. Rzuty przyrządami do celu stałego i ruchomego.

## **KLASA SZÓSTA**

1. KULTURA ZACHOWANIA SIĘ W MIEJSCACH PUBLICZNYCH, np. na dworcu kolejowym, autobusowym, parkingu itp.

2. DOSKONALENIE UMIEJĘTNOŚCI WŁAŚCIWEGO REAGOWANIA NA SYGNAŁY DAWANE PRZEZ OSOBY KIERUJĄCE POJAZDEM: kierunkowskazy, światła stopu, cofania, awaryjne, pojazdów uprzywilejowanych, służb porządkowych itp.

3. DOSKONALENIE UMIEJĘTNOŚCI KIEROWANIA ROWEREM:  
- bezpieczne ruszanie i zatrzymywanie, przejeżdżanie obok przeszkody, obok idącego pieszego lub jadącego pojazdu w tym samym kierunku i w przeciwnym.



4. OBSŁUGA ROWERU - codzienna i okresowa.
5. KONSERWACJA ROWERU - wg zaleceń podanych w instrukcji.
6. ZASADA RUCHU PRAWOSTRONNEGO I SZCZEGÓLNEJ OSTROŻNOŚCI.
7. KOLEJNOŚĆ STOSOWANIA SIĘ DO PRZEPISÓW, ZNAKÓW DROGOWYCH, SYGNAŁÓW ŚWIETLNYCH ORAZ POLECEŃ I SYGNAŁÓW DAWANYCH PRZEZ OSOBY UPOWAŻNIONE DO KIEROWANIA RUCHEM.
8. WŁĄCZANIE SIĘ DO RUCHU.
9. SKRĘCANIE W PRAWO, W LEWO NA JEZDNI JEDNOKIERUNKOWEJ I DWUKIERUNKOWEJ ORAZ ZAWRACANIE.
10. ROWERZYSTA W RUCHU DROGOWYM NA SKRZYŻOWANIACH:
  - nie oznakowanych,
  - oznakowanych,
  - o ruchu okrężnym,
  - o ruchu kierowanym.
11. BEZPIECZNE PRZEWOŻENIE BAGAŻU NA ROWERZE.
12. NIEPRAWIDŁOWE ZACHOWANIA ROWERZYSTÓW (np. jazda z dala od prawej krawędzi jezdni, niewłaściwa zmiana pasa ruchu, jazda obok innego uczestnika ruchu, jazda wzdłuż przejść dla pieszych itd.) PRZYCZYNĄ WYPADKÓW DROGOWYCH.
13. DOSKONALENIE UMIEJĘTNOŚCI RADZENIA SOBIE W PRZYPADKU WYSTĄPIENIA DROBNYCH URAZÓW.

### ***Przykładowe ćwiczenia***

1. Inscenizacje - kulturalne zachowanie w miejscach publicznych (odgrywanie scenek rodzajowych).
2. Doskonalenie umiejętności określania zamierzeń kierujących pojazdami na podstawie obserwacji sygnałów przez nich dawanych.

3. Obserwacja zachowania się kierujących pojazdami, w tym rowerzystów, podczas włączania się do ruchu. Odróżnianie włączania się do ruchu od innych manewrów.
4. Doskonalenie techniki jazdy - bezpieczne ruszanie i zatrzymywanie się na sygnał dźwiękowy lub na znak dawany przez osobę kierującą, przejeżdżanie obok przeszkody - w tym samym kierunku i w przeciwnym. Sygnalizowanie manewrów.
5. Sprawdzanie stanu technicznego roweru, odróżnianie roweru technicznie sprawnego od niesprawnego oraz ćwiczenia w dopasowaniu jego elementów do sylwetki rowerzysty (wysokość siodelka, odległość kierownicy).
6. Praktyczna nauka obsługi codziennej i okresowej roweru - posługiwanie się instrukcją obsługi.
7. Ćwiczenia w prawidłowym umieszczaniu bagażu na rowerze.
8. Obserwacja postępowania kierujących na skrzyżowaniach.
9. Rozstrzyganie o pierwszeństwie przejazdu przez skrzyżowanie dwóch pojazdów (np. na makietach, planszach, filmach itp.):
  - nie oznakowane,
  - oznakowane,
  - z sygnalizacją świetlną ,
  - o ruchu kierowanym przez uprawnioną osobę.
10. Ćwiczenia w przemywaniu ran, nakładaniu plastrów z opatrunkiem i bandażowaniu.

## **KLASA SIÓDMA**

1. PLANOWANIE BEZPIECZNEJ TRASY POJAZDAMI KOMUNIKACJI PUBLICZNEJ:
  - czytanie rozkładu jazdy na przystankach autobusowych i tramwajowych,
  - czytanie planu miasta.
2. BEZPIECZNA TURYSTYKA:
  - znaki informacyjne turystyczne, drogowskie,
  - zachowanie szczególnej ostrożności (pozostawienie wiadomości o trasie

wędrówki i przypuszczalnej godzinie powrotu, przestrzeganie obowiązującego na danym terenie regulaminu),

- orientacja w kierunkach w terenie,
- sposoby wzywania pomocy.

### 3. ŚRODKI OSTROŻNOŚCI ZABEZPIECZAJĄCE PRZED KRADZIEŻĄ W POJAZDACH KOMUNIKACJI PUBLICZNEJ.

### 4. ROZSTRZYGANIE PIERWSZEŃSTWA PRZEJAZDU NA SKRZYŻOWANIACH (więcej niż dwóch pojazdów):

- oznakowanych,
- nie oznakowanych,
- o ruchu kierowanym sygnalizacją świetlną,
- o ruchu kierowanym przez osobę uprawnioną.

### 5. ZASADY USTĘPOWANIA PIERWSZEŃSTWA PRZEZ KIERUJĄCYCH PIESZYM:

- na przejściach dla pieszych,
- w miejscach, gdzie nie ma wyznaczonych przejść dla pieszych, np. na przystankach tramwajowych bez wysepek, podczas skręcania w drogę poprzeczną.

### 6. ZAGROŻENIA WYNIKAJĄCE Z CORAZ WIĘKSZYCH PRĘDKOŚCI OSIĄGANÝCH PRZEZ SAMOCHODY:

- wzrost liczby kolizji i wypadków drogowych z ofiarami śmiertelnymi,
- zanieczyszczenie środowiska wynikające ze wzrostu ilości spalin.

### 7. UNIKANIE ZAGROŻEŃ WYNIKAJĄCYCH ZE WZROSTU PRĘDKOŚCI:

- dostosowanie prędkości do warunków jazdy,
- progi zwalniające,
- znaki ograniczające prędkość,
- tablice informujące o niebezpieczeństwie,
- zachowanie bezpiecznej odległości od poprzedzającego pojazdu itp.

### 8. DROGA ZATRZYMANIA POJAZDU:

- czynniki mające wpływ na czas reakcji kierującego (np. refleks, kąt widzenia, spostrzegawczość, doświadczenie itp.).
- czynniki mające wpływ na drogę hamowania (stan nawierzchni jezdni, stan ogumienia pojazdu, sprawność hamulców, masa pojazdu).

#### 9. KORZYSTANIE Z DRÓG PRZEZ POGANIACZY ZWIERZĄT:

- miejsce poruszania się poganiacza ze zwierzętami po drodze (wyznaczone ścieżki, pasy, a w razie ich braku - pobocze lub jezdnia),
- miejsca i sytuacje, w których zakazane jest pędzenie zwierząt (w miejscach niebezpiecznych, w czasie złych warunków atmosferycznych, złej widoczności),
- miejsce poganiacza przy zwierzętach (od strony jezdni).

10. POTRZEBA ŻYCZLIWOŚCI W RUCHU DROGOWYM ORAZ ZASADA SZCZEGÓLNEJ OSTROŻNOŚCI (w miejscach niebezpiecznych, w czasie złych warunków atmosferycznych, złej widoczności, trudnych manewrów), I ZASADA OGRANICZONEGO ZAUFANIA (wobec pieszych - szczególnie dzieci i osób zachowujących się odmiennie oraz wobec kierujących).

11. POWIADAMIANIE DOROSŁYCH O WYPADKU. ZACHOWANIA MAJĄCE NA CELU UNIKANIE ZAGROŻEŃ BEZPIECZEŃSTWA WŁASNEGO I INNYCH UCZESTNIKÓW RUCHU DROGOWEGO (stanie z daleka od miejsca wypadku, nieblokowanie dojazdu pojazdom służb ratowniczych).

#### 12. UMIEJĘTNOŚĆ PRZEKAZYWANIA INFORMACJI O WYPADKU:

- rodzaj zdarzenia,
- miejsce,
- liczba osób poszkodowanych.

#### 13. DEWASTACJA AUTOMATÓW TELEFONICZNYCH UTRUDNIENIEM W NIESIENIU POMOCY

14. PODSTAWOWE ŚRODKI OPATRUNKOWE I SPRZĘT (np. agrafki, nożyczki, bandaż, plastry, chusta itp.) ORAZ SPOSÓB ICH WYKORZYSTANIA PRZY UDZIELANIU PIERWSZEJ POMOCY W RAZIE WYSTĄPIENIA DROBNYCH URAZÓW (np. stłuczenia, zadrapania, skaleczenia, zwichnięcia).

### ***Przykładowe ćwiczenia***

1. Ćwiczenia w czytaniu rozkładu jazdy na przystankach autobusowych i tramwajowych.
2. Ćwiczenia w wyznaczaniu najkrótszej trasy, a następnie najbezpiecz-



niejszej, między dwoma wskazanymi na mapie punktami.

3. Planowanie trasy wycieczki.

4. Opracowywanie informacji, którą należy pozostawić przed wyjściem z domu.

5. Wyszukiwanie sposobów przechowywania dokumentów, pieniędzy, kluczy, tak aby zapobiec ich kradzieży.

6. Ćwiczenia w określaniu kierunków w terenie na podstawie położenia słońca, lokalizacji mchu na drzewach, pochylenia korony drzew oraz z zastosowaniem kompasu.

7. Doskonalenie umiejętności określania pierwszeństwa przejazdu na skrzyżowaniach - inscenizacje, plansze.

8. Ćwiczenia w bezkolizyjnym poruszaniu się pieszych i pojazdów po drogach - inscenizacje.

9. Ćwiczenia mające na celu sprawdzanie refleksu, kąta widzenia, spostrzegawczości.

10. Opracowywanie informacji o wypadku i próby ich przekazania.

11. Ćwiczenia w udzielaniu pierwszej pomocy przy stłuczeniach, zadra-  
paniach, skaleczeniach, zwichnięciach.

## **KLASA ÓSMA**

1. PRAWA PISANE I NIEPISANE - przestrzeganie obowiązujących norm w różnych dziedzinach naszego życia (np. w rodzinie, szkole, na drodze itp.).

2. WYPADKI DROGOWE (z ofiarami w ludziach, przy znacznych stratach materialnych) I ICH PRZYCZYNY:

- z winy kierujących,
- z winy pieszych.

3. PRZECIWWSKAZANIA DO UCZESTNICTWA W RUCHU DRO-



GOWYM (np. zmęczenie, choroba, alkohol, wpływ niektórych leków i narkotyków na organizm ludzki).

#### 4. NIETRZEŻWOŚĆ PIESZYCH I KIERUJĄCYCH POJAZDAMI PRZYCZYNĄ NAJWIĘKSZEGO ZAGROŻENIA BEZPIECZEŃSTWA.

#### 5. SPOSOBY ZAPOBIEGANIA WYPADKOM DROGOWYM:

- rozwiązania inżynieryjno - drogowe, np. stosowanie sygnalizacji świetlnej, bezkolizyjne skrzyżowania, bezkolizyjne przejścia dla pieszych, wydzielanie pasów dla pojazdów jednośladowych, dla pojazdów komunikacji publicznej, dla pojazdów wolnobieżnych, oddzielanie ruchu kołowego od pieszego itp.,
- wpływanie na świadomość ludzką, np. analiza przyczyn wypadków drogowych.

#### 6. PRZEWIDYWANIE ZACHOWAŃ KIERUJĄCYCH POJAZDAMI I PIESZYCH - STOSOWANIE ZASADY SZCZEGÓLNEJ OSTROŻNOŚCI:

- przy zbliżaniu się do miejsc szczególnie niebezpiecznych,
- w czasie wykonywania niebezpiecznych manewrów,
- podczas ograniczonej widoczności.

#### 7. STOSOWANIE ZASADY OGRANICZONEGO ZAUFANIA:

- przez kierujących wobec pieszych, zwłaszcza dzieci, ludzi starszych, kalekich lub odmiennie zachowujących się,
- przez pieszych wobec kierujących, np. przy wchodzeniu na jezdnię, podczas poruszania się po drogach (osiedlowych, w strefie zamieszkania, poza miastem) itp.

#### 8. DEWASTACJA ZNAKÓW DROGOWYCH I URZĄDZEŃ INŻYNIERYJNYCH ZAGROŻENIEM DLA BEZPIECZEŃSTWA RUCHU DROGOWEGO.

#### 9. MOTORYZACJA A OCHRONA ŚRODOWISKA :

- skutki rozwoju motoryzacji,
- zapobieganie degradacji środowiska (zmniejszenie ilości spalin, zmiana rodzaju paliw, zmniejszenie ilości pyłów, metali ciężkich itp.).

#### 10. DOSKONALENIE UMIEJĘTNOŚCI PLANOWANIA BEZPIECZNEJ TRASY POJAZDAMI KOMUNIKACJI PUBLICZNEJ:

- czytanie rozkładu jazdy na przystankach autobusowych i tramwajowych,
- czytanie planu miasta.

11. DOSKONALENIE UMIEJĘTNOŚCI PRZEKAZYWANIA INFORMACJI O WYPADKU.

12. ZAWÓD KIEROWCA:

- warunki, jakie powinien spełniać,
- odpowiedzialność za życie i zdrowie uczestników ruchu drogowego.

13. ROZBUDZANIE ZAINTERESOWANIA MOTORYZACJĄ POPRZEZ CZYTANIE KSIĄŻEK, CZASOPISM I OGLĄDANIE FILMÓW O TEMATYCE MOTORYZACYJNEJ.

### ***Przykładowe ćwiczenia***

1. Obserwacja i ocena zachowań ludzi w różnych sytuacjach i miejscach - prawa pisane i niepisane.
2. Dyskusja na temat praw obowiązujących w rodzinie, szkole, na drodze.
3. Analiza przyczyn wypadków na podstawie np. artykułów, filmów, ilustracji rzeczywistych zdarzeń itp.
4. Wykonanie metaplanu: przyczyny wypadków - jak jest, jak być powinno, co należy zmienić.
5. Doskonalenie umiejętności czytania planu miasta i rozkładu jazdy na przystankach autobusowych i tramwajowych.
6. Planowanie bezpiecznej drogi do szkoły ponadpodstawowej.
7. Obserwacja stanu znaków drogowych i urządzeń inżynierskich.
8. Ćwiczenia w różnicowaniu samochodów pod względem szkodliwości dla środowiska (np. hałas, spaliny).



## UWAGI O REALIZACJI

Wychowanie komunikacyjne to jeden z elementów edukacji dzieci upośledzonych umysłowo. Jest to proces długotrwały i nieodzowny dla kształtowania świadomego człowieka, który ma w przyszłości jak najpełniej uczestniczyć w życiu społecznym, kulturalnym i zawodowym.

Każde dziecko niemalże od urodzenia, niezależnie od swojej woli, staje się uczestnikiem ruchu drogowego. Jest to konsekwencja rozwoju motoryzacji. Bezpieczeństwo ucznia - obecnie, a w przyszłości bezpieczeństwo dorosłego już człowieka, będzie zależało między innymi od tego, w jakim stopniu szkoła specjalna przygotowuje dzieci upośledzone umysłowo do właściwego uczestnictwa w ruchu drogowym.

W swojej działalności edukacyjnej szkoła nie może pozostać osamotniona. Do realizacji zadań wychowania komunikacyjnego należy włączyć rodziców i opiekunów dzieci, współpracować z policją i władzami lokalnymi. Osoby dorosłe pozostające w kontakcie z dziećmi muszą być świadome swojej roli i własnego zachowania na drodze, muszą pełnić rolę arbitrów oceniających zachowanie innych ludzi na ulicy. Jest to nieodzowne ze względu na fakt, że dzieci najszybciej uczą się pełnienia określonych ról przez naśladowanie. Zachowanie opiekunów powinno więc stanowić wzór do naśladowania. Rodzice i nauczyciele przy każdej okazji powinni wskazywać dzieciom właściwe postępowanie na ulicy oraz tłumaczyć je. Na szkole spoczywa obowiązek pedagogizacji rodziców, którzy wspólnie z nauczycielami pracować powinni nad poprawą bezpieczeństwa, współuczestniczyć z dziećmi w zabawach, ćwiczeniach, konkursach i szkoleniach z zakresu ruchu drogowego.

Treści wychowania komunikacyjnego stanowią integralną część programu nauczania i wychowania w szkole specjalnej. Są one skorelowane z treściami innych przedmiotów, a w klasach I - IV tworzą dział „droga ucznia do szkoły”.

Program zbudowany jest koncentrycznie, treści wychowania komunikacyjnego narastają stopniowo. Te same tematy realizuje nauczyciel w stopniu coraz szerszym, dając możliwość powtarzania i utrwalania wiadomości z klasy poprzedniej. Dobrym sposobem utrwalania poznanych treści stać się mogą częste zabawy, konkursy i quizy organizowane w zespołach klasowych, międzyklasowych, międzyszkolnych. Powtarzanie jest w procesie dydaktycznym niezwykle istotne ze względu na specyficzne właściwości pamięci uczniów upośledzonych umysłowo.

Zaleca się, aby każde zagadnienie dotyczące wychowania komunikacyjnego opracowywane było w sposób zapewniający maksimum

korzyści dla rozwoju dziecka, aby służyło usprawnieniu funkcji psychofizycznych. Należy stworzyć uczniom możliwości bezpośredniego zdobywania wiedzy w trakcie naturalnego kontaktu z otaczającą rzeczywistością. Ważną rolę odgrywać będą tu wycieczki - jedna z podstawowych form pracy w szkole specjalnej, w trakcie których nauczyciel zbierze materiał do dalszej pracy i do praktycznych ćwiczeń.

Treści wychowania komunikacyjnego należy tak dobierać, aby materiał był tematycznie bliski dziecku. Dobór tematów uzależnić trzeba początkowo od lokalnych warunków szkoły, od charakteru miejscowości (wieś, miasto), od warunków ukształtowania terenu itp. Dopiero później można przejść do treści ogólniejszych, o większym stopniu abstrakcji. Przy okazji opracowywania tematów, przekazywania konkretnej wiedzy należy zwrócić uwagę na kształtowanie odpowiednich społecznie pożądanych postaw, wpajać odpowiednie nawyki i określone normy zachowań.

Przy realizacji programu wychowania komunikacyjnego nauczyciel powinien zastosować różnorodne metody i formy pracy dostosowane do potrzeb i możliwości dzieci upośledzonych umysłowo. Preferować należy metody czynnościowe dające możliwości konkretyzacji poznawanych zjawisk, przedmiotów, jak i utrwalające materiał, pogłębiające doświadczenia i przeżycia. Nauczyciel powinien stwarzać takie sytuacje, aby dziecko miało okazję przekonać się, że np. istniejące zasady ruchu drogowego opracowano w trosce o bezpieczeństwo wszystkich uczestników dróg. Nie sposób pominąć tu roli takich form pracy z dzieckiem, jak zabawa, ćwiczenia praktyczne w terenie i gry symulacyjne, drama. W organizacji pracy w klasach I - IV będą one miały na celu wyrobienie m.in. następujących nawyków:

- \* przechodzenia w bezpiecznej odległości obok innego pieszego lub przeszkody,
- \* zatrzymywania się przed wejściem na jezdnię,
- \* stania w bezpiecznej odległości od jezdni,
- \* przechodzenia przez jezdnię po jak najkrótszym odcinku,
- \* reagowania na sygnały świetlne i dźwiękowe,
- \* właściwego zachowania się na przystankach, w pojazdach komunikacji publicznej samochodach lub innych pojazdach itp.

Równoległe do wyżej wymienionych umiejętności należy rozwijać u uczniów zdolności poznawcze, uwagę, spostrzegawczość, orientację przestrzenną, myślenie przyczynowo-skutkowe, a więc umiejętność przewidywania i podejmowania właściwych decyzji.

Szczególnie wskazane będą zabawy i ćwiczenia orientacyjno - porządkowe i ruchowe:

- \* różnicowanie dźwięków w otoczeniu,
- \* wskazywanie kierunku źródła dźwięku,

- \* określanie stopnia jego nasilenia,
- \* odpoznanie stron i kierunków,
- \* różnicowanie barw i sygnałów świetlnych,
- \* reagowanie na znaki, sygnały i polecenia,
- \* określanie, w jakiej odległości znajdują się przedmioty,
- \* ocenianie szybkości poruszania się obiektu czy dwóch obiektów (szybko, wolno, bardzo szybko, wolniej itp.),
- \* ocenianie drogi całkowitego zatrzymania pojazdu (zależnie od szybkości pojazdu lub pieszego, stanu nawierzchni, warunków atmosferycznych itp.)

Nauczyciele, którzy uczą wychowania fizycznego bądź pracują metodą ośrodków pracy, powinni zwrócić uwagę na rozwijanie cech motorycznych dzieci i uwzględnić ćwiczenia oraz zabawy rzutne, ćwiczenia uczące szybkiego reagowania, podnoszące ogólną sprawność ruchową, przygotowujące do jazdy na rowerze. W czasie zabaw kształtujących prawidłowe nawyki należy zaakcentować następujące elementy właściwego zachowania się pieszego i pasażera:

- \* chodzimy zawsze prawą stroną,
- \* po drodze, jeśli nie ma chodnika, chodzimy lewą stroną,
- \* poruszamy się w sposób uporządkowany, nie wpadamy na siebie, zachowujemy bezpieczną odległość od siebie,
- \* przestrzegamy zasady upewniania się w każdym przypadku pokonywania jezdni,
- \* zachowujemy szczególną ostrożność w miejscach niebezpiecznych (przejazdy kolejowe i tramwajowe, torowiska, tunele, wykopy, skrzyżowania, zakręty, wzniesienia, bramy itp.),
- \* w czasie jazdy nie przeszkadzamy kierowcy,
- \* nie stwarzamy sytuacji zagrażających innym uczestnikom ruchu drogowego, np. wyrzucając przedmioty z okien samochodu, autobusu, tramwaju, pociągu itp.,
- \* nie rzucamy przedmiotami w kierunku nadjeżdżających pojazdów.

W czasie realizacji zadań wychowania komunikacyjnego w klasach V -VIII szkoły specjalnej obok ćwiczeń i zabaw symulacyjnych należałoby włączyć nauczanie problemowe, uwzględniając potrzeby i możliwości dorastającego już dziecka, które bierze aktywny udział w ruchu drogowym jako pieszy i pasażer.

Działania nauczyciela powinny zmierzać do:

- \* kształtowania u dziecka umiejętności dokładnej obserwacji i oceny sytuacji na drodze oraz podejmowania decyzji,
- \* kształtowania postawy szacunku dla siebie jako uczestnika ruchu drogowego, zbiorowości społecznej, środowiska naturalnego, urządzeń i miejsc użyteczności publicznej,



- \* wskazywania niebezpiecznych sytuacji, przyczyn kolizji i wypadków drogowych oraz dostrzegania związków przyczynowo - skutkowych między niewłaściwym zachowaniem a powstawaniem tych tragicznych w skutkach sytuacji,
- \* szukania sposobów zapobiegania pogarszającemu się stanowi bezpieczeństwa na drogach.

W wyniku realizacji programu nauczania uczniowie powinni:

- \* zrozumieć i zaakceptować potrzebę istnienia norm i przepisów, znaków i symboli,
- \* właściwie odczytywać znaczenie tych znaków i umieć stosować się do nich.

Należy pamiętać o tym, że dziecko tak długo nie będzie stosowało się do przepisów, jak długo nie zrozumie ich sensu.

W programie klasy V znalazły się treści dotyczące poruszania się rowerem po drogach osiedlowych, wewnętrznych, leśnych i polnych oraz techniki jazdy na rowerze. W następnej klasie materiał został rozszerzony o konserwację roweru i zasady jazdy po drodze publicznej.

Nauka jazdy na rowerze wymaga odpowiedniego zaplecza - sprzętu, placów manewrowych itp. Wskazane jest, aby prowadzona była w miasteczku ruchu drogowego bądź specjalnie przygotowanych placach, zmodyfikowanym boisku szkolnym itp. Nauczyciel nie ma obowiązku nauczyć dzieci jazdy na rowerze, ale jeżeli ma ku temu warunki, powinien im w tym pomóc. Nauczyciel powinien natomiast uświadomić uczniom, że rowerzyści muszą znać zasady i przepisy ruchu drogowego, bo kierują pojazdem w tych samych warunkach co inni kierowcy i w takim samym, a nawet większym stopniu narażeni są na niebezpieczeństwa. Ze względu na to, że nauczyciel szkoły specjalnej pracuje z dziećmi mającymi mniejsze możliwości intelektualne i percepcyjne, musi im uzmysłowić, jakie zagrożenia na nie czyhają i uczyć na unikanie ryzyka, wskazywać miejsca bezpieczne do jazdy, a mianowicie: ścieżki rowerowe, place zabaw, parki, boiska szkolne, drogi polne, leśne.

Zwiększająca się samodzielność uczniów wymagać będzie nie tylko większej wiedzy, ale i uświadamiania potrzeby stosowania się do obowiązujących przepisów, norm i zasad postępowania nie tylko na drogach, ale w każdym miejscu publicznym oraz w domu. Uczeń musi umieć unikać zagrożeń i skutków związanych z niewłaściwie zorganizowaną zabawą (jazda na wrotkach, deskorolkach, sankach, gra w piłkę w pobliżu drogi, rzucanie śnieżkami i workami z wodą w nadjeżdżające samochody itp.).

Okazją do poszerzenia wiedzy i umiejętności może stać się wycieczka szkolna. Ćwiczenia przeprowadzane z uczniami dotyczyć mogą

samodzielnego planowania bezpiecznych tras, czytania map, rozszerzania wiedzy na temat odpowiedniego wyposażenia wycieczkowicza i turysty, zapobiegania wypadkom, właściwego ubioru i sposobów zabezpieczania przed kradzieżą wartościowych przedmiotów w środkach lokomocji, miejscach publicznych itp.

Na zakończenie jeszcze jedna uwaga - uczniowie, zwłaszcza starsi, niechętnie patrzą na różnego rodzaju nakazy i zakazy. Przeżywają okres buntu przeciwko wszystkiemu, co jest im narzucone z zewnątrz. Bardzo ważne jest zatem, aby ich myślenie skierować na właściwe tory, wskazywać przyczyny i skutki różnych sytuacji. Od nauczyciela zależy będzie, jaką drogę postępowania wybierze, jakie formy i środki zastosuje. Najważniejsze jest osiągnięcie celu - modelowanie zachowania uczniów, uwrażliwienie na potrzeby drugiego człowieka, wskazanie, jak nie szkodzić sobie i innym ludziom. Młody człowiek powinien wiedzieć ponadto, jak zmienia się zachowanie człowieka po spożyciu alkoholu, narkotyków czy niektórych lekarstw (zmniejszenie refleksu, pola widzenia, osłabienie ostrości słuchu, niezdarność ruchów, wzrost reakcji agresywnych itp.). Musi też wiedzieć, jakie zagrożenie taki człowiek stwarza na drodze, zarówno będąc pieszym, jak i kierującym.

Przystępując do realizacji wychowania komunikacyjnego, nie zapomnijmy zwrócić uwagi na zaopatrzenie placówek w środki i pomoce takie, jak : plansze, tablice tematyczne, filmy, makiety, książki, zestawy znaków drogowych, gry dydaktyczne itp. Niektóre pomoce nauczyciele mogą wykonać wspólnie z dziećmi na zajęciach technicznych, wykorzystując wiadomości z elektrotechniki oraz umiejętności obróbki metalu, drewna, papieru. Szkoła powinna dążyć do systematycznego aktualizowania zestawu pomocy i środków dydaktycznych, co przyczyni się do zwiększenia efektywności nauczania i wychowania.



## BIBLIOGRAFIA

### Programy nauczania

1. Programy szkoły podstawowej dla dzieci upośledzonych umysłowo w stopniu lekkim. Klasy I - VIII. Nr OP 23 - 4112 - 5/84
2. Program wychowania komunikacyjnego dla przedszkoli Nr DKO - 4013 - 3/96
3. Program wychowania komunikacyjnego dla szkół podstawowych Nr DKO - 4014 - 2/96

### Przepisy prawne

1. Zarządzenie Nr 9 Ministra Edukacji Narodowej z dnia 07. 06. 1996r. w sprawie ramowych planów nauczania w publicznych specjalnych szkołach podstawowych oraz zasadniczych i średnich zawodowych.
2. Ustawa z dnia 1 lutego 1983r. Prawo o ruchu drogowym. Dz.U. z 1992r. Nr 11 poz. 41 i Nr 26 poz. 114.
3. Uzyskiwanie uprawnień do kierowania pojazdami i uprawnień instruktorów, wykładowców, egzaminatorów oraz szkolenia i egzaminowania .  
Rozporządzenie Ministra Transportu i Gospodarki Morskiej z dnia 10 marca - Dz.U. z 1992r. Nr 33 poz. 146 i z 1994r. Nr 76 poz.36.
4. Znaki i sygnały drogowe.  
Rozporządzenie Ministra Transportu i Gospodarki Morskiej oraz Spraw Wewnętrznych z dnia 11 stycznia 1993r. -Dz. U. z 1993r. Nr 32 poz. 145.
5. Warunki techniczne i badania pojazdów.  
Rozporządzenie Ministra Transportu i Gospodarki Morskiej z dnia 1 lutego 1993r. - Dz. U. z 1993r. Nr 21 poz. 91 i Nr 134 poz. 656, z 1994r. Nr 11 poz. 557 i z 1995r. Nr 45 poz. 236.

**Poradniki dla nauczycieli i ćwiczenia dla uczniów**

371.2(073)

PRO

1. Emilia, Jan Frątczak: Edukacja komunikacyjna w wieku wczesnoszkolnym. Poradnik metodyczny dla nauczycieli i wychowawców zajęć przedszkolnych oraz wychowawców klas I - III i wychowawców zajęć przedszkolnych oraz wychowawców klas I - III. W-wa 1993, Oficyna Wydawnicza "Turpress".
2. Bronisław Szafarczyk: Z Agatką na drodze. Bielsko - Biała 1993, Cieszyńska Drukarnia Wydawnicza.
3. Stanisław De Korwin i Bernard Schneider: Dziecko na drodze. Zachowani-a nie do przewidzenia. Warszawa 1996, WSiP.
4. Bogumiła Bogacka - Osińska: Bądź bezpieczny na drodze. Konspekty dla nauczycieli techniki klas IV - VIII szkoły podstawowej. W - wa 1996. WSiP.
5. Bogumiła Bogacka - Osińska, Natalia Kasprzycka: Bądź bezpieczny na drodze. Konspekty dla nauczycieli techniki klas I - III szkoły podstawowej. W - wa 1996. WSiP.
6. Danuta Łazuchiewicz, Bogumiła Bogacka - Osińska: Bądź bezpieczny na drodze. Podręcznik z ćwiczeniami dla klas 4 -6 szkoły podstawowej. W - wa 1996. WSiP.
7. Ewa Królicka, Bogumiła Bogacka - Osińska: Bądź bezpieczny na drodze. Ćwiczenia dla klas 7 -8 szkoły podstawowej. W - wa 1996. WSiP.
8. Bogumiła Bogacka - Osińska, Aleksandra Usielska - Ptaszek: Przedszkolak bezpieczny na drodze. W - wa 1997. WSiP.
9. Bogumiła Bogacka - Osińska, Natalia Kasprzycka: Bądź bezpieczny na drodze. Konspekty dla nauczycieli klas I - III szkoły podstawowej. W - wa 1997. WSiP.
10. Janina Stępińska, Tomasz Szajawski: Pierwsza pomoc. W - wa 1994. Wydawnictwo Tenten.
11. Przekład z angielskiego Ewa Brejnakowska, Wojciech Hanke: Pierwsza pomoc dziecku. Ilustrowany poradnik dla rodziców i opiekunów. Łódź 1996. Oficyna Wydawnicza Lotos s.c.

