

PRŮVODCE PRO RODIČE:  
JAK UČIT DĚTI DOPRAVNÍ BEZPEČNOSTI

# BEZPEČNĚ NA SILNICI

**PM**  
PRAŽSKÉ  
MÁTKY



Vážení rodiče!

Víte, kdo nejlépe naučí Vaše dítě přežít v silničním provozu? Nejlepší učitelé dopravní bezpečnosti pro Vaše děti jste právě VY!



## PROČ?

Proč? Protože dopravní bezpečnost se nejlépe učí přímo na ulici. Vaše dítě je neustále s Vámi. Jdete mu příkladem v dobrém i špatném.

Nečekejte, prosím, až Vaše dítě bude probírat dopravní výchovu ve škole. Naučte ho základní pravidla sami. Toto jsou fakta:

- V ČR umírá v důsledku dopravní nehody téměř 42 % všech dětí do 15-ti let, které utrpěly úraz. Jenom pro porovnání – utonutí tvoří přibližně 11 % úmrtí, pády 5 %, otravy 2 % a požáry 5 %.
- Na našich silnicích je při chůzi nebo jízdě na kole každoročně zabito více než 20 dětí, přes 400 jich utrpí těžká zranění a přes 3000 zranění lehká.
- K nejhorším nehodám dochází při chůzi nebo jízdě na kole v blízkosti bydliště na klidnějších silnicích, kde je malý provoz.
- Největší pravděpodobnost, že budou zabity nebo těžce zraněny, mají děti ve věku 12 – 15 let. Ačkoli znají pravidla bezpečného pohybu na silnici, nedovedou je vždy správně použít.
- Samostatnou kapitolou jsou děti jako spolujezdci – ročně jich zahyne přes 25 a několik desítek je velmi vážně zraněno.

## (O MŮŽETE UDĚLAT VY?

Pro zdraví a bezpečí svého dítěte můžete udělat mnoho. Tato příručka Vám řekne, jak děti nejlépe naučit, aby bezpečně obstály v silničním provozu.

Ujistěte se, že prarodiče, sourozenci, vychovatelé a vůbec všichni, jímž dítě svěříte, mu dávají stejný příklad jako Vy.

Nezapomínejte, že děti se vyvíjejí různým tempem. Jen Vy můžete rozhodnout, kdy je Vaše dítě schopno zvládnout vyšší nároky.

3

# CHRÁŇTE SVÉ DÍTĚ

VĚK 1-4



Děti do pěti let se neumějí s provozem na silnici vypořádat. Nikdy je nepouštějte ven samotné, dokonce ani v doprovodu staršího dítěte.

Najděte pro ně bezpečné místo, kde si mohou hrát. V žádném případě je nenechávejte hrát si na chodníku nebo na silnici, jakkoli jsou klidné. Nejde-li to jinak, ubezpečte se, že na ně dospělí dohlížejí.

Jdete-li ven, zajistěte, aby Vaše dítě šlo po té straně chodníku, která je od dopravního provozu vzdálenější, držte je za ruku nebo v popruzích, vezte je v kočáru nebo na sportáku. Nikdy je nenechávejte jezdit na kole po silnici, i když jste nablízku.

Dávejte dítěti svým chováním dobrý příklad. Vysvětlete mu, co je silniční provoz. Opakujte dítěti pravidlo, že dříve, než přejde silnici, je třeba zastavit se na kraji chodníku, rozhlédnout se a poslouchat, zda nejede auto. Vysvětlete mu rozdíl mezi chodníkem a silnicí – silnice jsou pro auta a chodník pro lidi. Vysvětlete, že někdy auto najede i na chodník, takže je třeba dávat neustále pozor.

Každé dítě se musí učit o provozu na silnici ještě než začne chodit do školy. Ptejte se na úřadě (obecním či městském), zda pořádají pro děti do pěti let nějaký dopravní program, jak organizují dopravní výchovu, nebo provozují dopravní klub.

Pokud vozíte dítě v automobilu, vždycky používejte odpovídající a schválenou autosedačku. Dítě v sedačce nikdy nepřevážejte na sedadle vybaveném airbagem.

4

5

# JDĚTE PŘÍKLADEM

VĚK 5-6



Kdykoli jdete s dítětem ven na procházku, vysvětlete mu, co děláte a proč. Naučte ho hlavní zásady bezpečného pohybu na silnici:

**ZASTAV SE!  
ROZHLEĎNI SE!  
POSLOUCHEJ!**

Toto jsou první pravidla, která by se mělo Vaše dítě naučit. Všechna pravidla najdete na str. 14.

Trénujte je na tichých silnicích blízko domova. Nejdříve ukažte co dělat. Pak nechejte dítě, ať Vás přes ulici převede. Nakonec nechejte dítě přejít samotné a bedlivě jej přitom sledujte. V tomto věku ještě děti nejsou schopny přecházet samy. Zařídte, aby s nimi přecházel vždycky někdo z dospělých. Riziko dopravní nehody se zvyšuje, když dítě začne chodit do školy. Zkuste zorganizovat skupinu rodičů, kteří se v doprovázení dětí budou střídat.

Vyberte nejbezpečnější cestu do školy, přecházejte na nejbezpečnějším místě a vysvětlete dítěti proč. Pokud je to možné, využijte přechodu.

# VYSVĚTLETE PRAVIDLA

VĚK 7-9



Vysvětlete pravidla dopravní bezpečnosti viz str. 14.

Až si budete jisti, že Vaše dítě je bezpečně zná a chápe, nechejte je, ať si vyzkouší přecházení nejdříve na klidných silnicích, kde jste to už spolu cvičili. Dávejte pozor a než necháte dítě přejít úplně samo, ověřte si, zda to bezpečně zvládá.

Později spolu začněte trénovat přecházení přes rušnější silnice. Než necháte přejít dítě samo, mnohokrát to vyzkoušejte.

Mnohé děti nedokážou odhadnout, jak rychle vozidla jedou a jak jsou daleko. Také věk, v němž je dítě schopno pochopit a použít pravidla bezpečného pohybu, bývá různý. Děti se učí příkladem, takže na cestě s nimi se vždy řiďte pravidly bezpečného pohybu na silnici.

## BÝT VIDĚT

Ujistěte se, že Vaše dítě je dobře vidět. Pestré barvy a zářivé nebo fluorescenční oblečení jsou dobře vidět i v mlze, nebo když je pod mrakem. Za tmy ale poslouží lépe reflexní materiály, které dobře odrážejí světla aut. Vysvětlete svému dítěti, proč by mělo na sobě mít vždy něco zářivého, zejména v noci.

# POMÁHEJTE K SAMOSTATNOSTI

VĚK 10-15



10

V tomto věku potřebují děti stále více nezávislosti. Do školy to mívají někdy daleko a samy chodí na návštěvu ke kamarádům.

I v tomto věku mluve s dětmi o nebezpečích silničního provozu. Upozorněte je na lidi, kteří ohrožují sebe nebo ostatní.

Projděte si cestu do školy a proberte spolu různá nebezpečí.

Přimějte děti, aby se cvičily v odhadu rychlosti a vzdálenosti přibližujících se vozidel na rušné silnici a učili se rozpoznat bezpečnou mezeru.

Zdůrazněte, že by nikdy neměly slepě následovat druhé přes silnici. Musejí se vždycky rozhodnout samy za sebe.

U dětí mezi 12 a 15 rokem je největší riziko zabití nebo vážného zranění. Často se domnívají, že „všechno vědí“. Je na Vás, aby braly bezpečnost na silnici vážně.

## DOPRAVNÍ BEZPEČNOST VE ŠKOLE

Zeptejte se učitele či ředitele Vašeho dítěte na dopravní výchovu ve škole a zda, případně jaké, pořádá škola cyklistické kursy. Motivujte své dítě k tomu, aby nějaký absolvoval. Zajistěte, aby Vaše dítě mělo vždy na hlavě helmu, jedete-li na kole Vy sami, noste ji také.

11

# JAK POUŽÍVAT PŘECHOD

1. Zastavte se na kraji chodníku. Počkejte, až se auta zastaví, nebo až vznikne bezpečně velká mezera. Je-li na přechodu světelná signalizace, zmáčkněte tlačítko a čekejte na zeleného panáčka. Přestože to někdy trvá dlouho, než se rozsvítí, počkejte!

2. Když se vozidla zastaví, přejděte, ale buďte neustále na pozoru, rozhlížejte se a poslouchajte. Přecházejte po zebře. Pokud je do 50ti metrů přechod, nikdy nejděte přes ulici mimo něj. Nepřecházejte ani na klikaté čáře, protože k nehodám většinou dochází blízko přechodů.

3. Je-li uprostřed přechodu ostrůvek, používejte každou polovinu vozovky jako samostatnou silnici. Zastavte se na ostrůvku a počkejte, dokud provoz na druhé polovině vozovky neustane, nebo nevznikne bezpečně volná mezera.

12



# V AUTĚ

Učte své dítě chovat se jako správný spolujezdec. Vysvětlete mu, že nikdy nesmí rozptylovat řidiče.

Pro bezpečnou jízdu je třeba, aby každý cestující byl v automobilu připoután a dítě do 12 let nebo do 150 cm výšky použilo sedačku. Používejte dětskou sedačku a bezpečnostní pás, který odpovídá velikosti a věku Vašeho dítěte. Dítě v sedačce má téměř 70 % šanci přežít nehodu oproti dítěti, které v sedačce není. Dítě v sedačce převázejte vždy, a to i na krátké vzdálenosti! Podle zákona nesmíte na předním sedadle vézt dítě mladší 12 let a menší než 150 cm, pokud není umístěno v sedačce. Nikdy nepoužívejte sedačku na předním sedadle tam, kde je umístěn airbag!

Řidič odpovídá za to, že jsou děti připoutány.

Je několik typů sedaček, jejichž správné použití závisí na váze, velikosti a věku dítěte. Všechny zádržné systémy musejí odpovídat mezinárodním předpisům OSN a české normě. Poznáte to podle toho, že sedačka má štítek s E v kroužku a číslem normy R-44.

Chráněno by mělo být i Vaše nenarozené dítě. I žena ve vysokém stupni těhotenství musí při jízdě osobním automobilem použít bezpečnostní pás.

13

# BEZPEČNĚ PŘES ULICI

# NAUČTE NĚ SPRÁVNĚ PŘECHÁZET

## 1. NEJDŘÍVE PŘEMYŠLEJ.

Najdi bezpečné místo k přecházení a pak se zastav.

Je-li nablízku přechod, použij jej. Jinak najdi místo, kde dobře vidíš na všechny strany.

Vyhni se přecházení mezi automobily. Přecházej v místě, kde tě mohou řidiči dobře vidět.

## 2. ZASTAV SE.

Zastav se na chodníku u obrubníku.

Stoupni si na místo, odkud dobře uvidíš, zda něco jede. Nestůj příliš blízko u vozovky.

Pokud v tomto místě není chodník, stoupni si až za okraj vozovky, ale tak, abys viděl/a blížící se vozidla.

## 3. POUŽÍVEJ OČI A VÍ.

Rozhlédni se, zda něco nejede a poslouchej.

Auto může vyjet z jakéhokoli směru. Poslouchej tedy pozorně, protože někdy můžeš vozidla slyšet dříve, než je uvidíš.



14



## 4. POČKEJ, AŽ BUDEŠ MOCI BEZPEČNĚ PŘEJÍT.

Pokud něco jede, nechej vozidlo projet a opět se rozhlédni.

Rozhlédni se kolem a poslouchej. Nepřecházej, dokud nevznikne mezi auty bezpečná mezera a dokud si nejsi jist/a, že máš dostatek času. Nezapomeň, že i když se ti zdá, že je auto daleko, může jet velmi rychle.

## 5. ROZHLEĐNI SE A POSLOUCHEJ.

Není-li žádné vozidlo nablízku, jdi přímo přes vozovku.

Při přecházení se stále rozhlížeš a poslouchej pro případ, že jsi něco přehlédl/a, nebo se náhle něco objevilo.

## 6. BEZPEČNĚ PŘEJDI NA DRUHOU STRANU.

Dokud přecházíš, neustále dávej pozor a poslouchej, zda něco nejede.



15



Tento leták byl vydán za finanční podpory Nadace Partnerství,  
společnosti AXA a Evropské unie, v rámci programu  
Transition Facility 2004.



NADACE  
PARTNERSTVÍ

