

Stručni rad

# **KAKO TRENIRATI BICIKLISTE U SLOVENSKIM ŠKOLAMA**

Tina Šifrer Gazvoda

Osnovna škola Stražišče Kranj, Slovenija

**Sažetak**

Nedavno su postignuća slovenskih biciklista odjeknula u sportskim krugovima - postigli su uspjehe na velikim natjecanjima, posljednje su postigli Primož Roglič i Tadej Pogačar, kada su na Olimpijskim igrama osvojili zlato i broncu. Slovenci su također biciklistička nacija, a broj biciklista se povećao tijekom COVID-a. I prije svega toga puno smo radili u školama na obrazovanju mladih biciklista. U nastavku je prikazana provedba biciklističkog ispita u jednoj od slovenskih škola.

**Ključne riječi:** biciklistički ispit, prometna pravila, praktična vožnja

## 1. Uvod

Slovensko zakonodavstvo propisuje, da škola mora omogućiti učenicima polaganje biciklističkog ispita nakon navršene osme godine života. To je zapisano u članku 49. Zakona o vozačima (ZVoz). Očekuje se da će u 5. razredu obuka biti završena te će učenici moći postati samostalni sudionici u prometu. Unatoč jasnim zakonima i propisima, put do završnog ispita također mora biti dobro definiran. Postoji mnogo pristupa poučavanju pa je planiranje učitelju vrlo izazovno. U ovom članku opisujem kako pristupam pripremi i provedbi biciklističkog ispita.

## 2. Priprema i provedba biciklističkog ispita

Priprema i provedba biciklističkog ispita dugotrajan je proces koji se sastoji od tri dijela: teoretskog ispita, vožnje na biciklističkom poligonu i praktičnog ispita u prometu. Za sve učenike obavezan je samo teoretski dio koji se izvodi unutar razreda. Druga dva dijela škola mora ponuditi, ali nisu obavezna za učenike, pa se izvode izvan nastave. To je zapisano u Konceptu osposobljavanja za biciklizam i biciklističkom ispitu u osnovnoj školi Ministarstva obrazovanja, znanosti i športa Republike Slovenije.

### 2.1. Teoretski dio ispita biciklizma

Učenici svakodnevno sudjeluju u prometu kao pješaci ili putnici u vozilu. Oni već imaju određeno predznanje iz nižih razreda, jer se prometno obrazovanje kontinuirano integrira u nastavni plan i program. Međutim, teoretski sadržaj biciklističkog ispita daleko je od poznavanja nekoliko prometnih znakova, bliži je polaganju vozačkog ispita B kategorije. Uz poplavu zakona, pravila, znakova i drugih posebnosti, teško je pronaći zajedničku nit i postaviti pravi redoslijed u nastavi. Stoga se postupno nosim s tim od lakšeg sadržaja do težeg.

Prvo donosim bicikl u razred i razgledam njegove sastavne dijelove. Kažem koji su obavezni da bi se bicikl označio kao siguran za promet. Učenici skiciraju takav bicikl u bilježnicu, a u likovnoj umjetnosti učvršćuju svoje znanje većim crtežom bicikla sigurnog u prometu ukrašenog prema njihovoj mašti.

Zatim govorimo o preporukama koje se odnose na odjeću biciklista: dovoljno topla uska sportska odjeća, po mogućnosti s reflektorima, po potrebi rukavice, dugu kosu treba vezati u rep. Obavezno je nositi biciklističku kacigu. U razred donosim dvije kacige koje mi naizgled odgovaraju, ali jedna od njih mi ne odgovara. To se vidi kad ju stavim, ali unatoč namještanju naramenice ne mogu pravilno namjestiti (kaciga mi se pri gurkanju diže previsoko iznad čela). Pokazujem i odgovarajuću biciklističku kacigu kako bi učenici točno vidjeli kako treba biti postavljena. Pokazujem položaj naramenica i koliko visoko nosimo kacigu (tik iznad obrva). Obavezno nošenje dječje kacige propisano je člankom 34. Zakona o pravilima cestovnog prometa (ZPrCP).

Slijedi opća rasprava o biciklizmu. Moramo prilagoditi vožnju uvjetima (vrijeme, promet, dio dana, doba godine) i voditi računa o vlastitoj sigurnosti. Učenike je tijekom procesa učenja potrebno podsjećati da se moraju brinuti za sebe, postupati razborito, predvidjeti reakcije drugih vozača i tražiti kontakt očima s

njima. To možemo vježbati na dane aktivnosti kada napuštamo školske prostorije i prelazimo cestu na pješačkom prijelazu.

Upoznajemo pravilo na kojem kasnije gradimo temelje prometnih pravila. To govori o činjenici, da se moramo držati pravila desne strane i pravila nailaska na raskrižjima ekvivalentnih cesta; na raskrižjima nejednakih cesta moramo uzeti u obzir semafore, ako ih nema (ili ne rade) prometne znakove; kad postoji policajac koji usmjerava promet na kolniku, mi to uzimamo u obzir. Pogledajmo поближе pravilo desne strane. Nekim učenicima koji imaju lošiju prostornu reprezentaciju potrebno je više prakse da bi ih svladali. Uz slike, igramo se prometnih situacija u kojima sudjelujemo kao pješaci: nacrtam raskrižje ekvivalentnih cesta i navodim ih da hodaju njima. Vodimo ih tako, da svi dožive različite situacije.

Za rješavanje prometnih znakova potrebno je malo više vremena, jer ih biciklisti doista moraju poznavati puno. Učitelj si može pomoći priručnicima, informacije su također na internetu. I sama ih tretiram u skupinama: znakovi opasnosti, znakovi zabrane i ograničenja, znakovi obveza, znakovi obavijesti, dopunske ploče, svjetlosni znakovi i znakovi policajaca. Raspravljamo o svakoj skupini cijeli školski sat, a zatim je pojačavamo nekoliko puta (pokazujem znak, a učenici govore što to znači). Sva spomenuta pravila zapisana su u Zakonu o pravilima cestovnog prometa (ZPrCP).

Zatim se počinjemo pripremati za teoretski ispit. Zadaci su teški, neki čak dovode u zabludu i napisani su tako da lošiji čitatelji imaju mnogo problema. Stoga nekoliko sati posvećujem zajedničkom rješavanju unaprijed pripremljenih teških zadataka. Slijede vježbe u informatičkoj učionici.

Potom se učenicima daje nekoliko tjedana za vježbu na kućnim računalima. Teoretski ispit obično prvi put položi oko polovica učenika, ostali su uspješni drugi put, treći je pokušaj namijenjen samo nekolicini iznimki koje su nakon spleta okolnosti bile neuspješne. Svjesna sam da nije odgovorno nuditi mogućnosti na neodređeno vrijeme, jer se učenici bez teorijskog predznanja neće ponašati pravilno u prometu.

## 2.2. Praktičan dio ispita biciklizma

Učenici najprije moraju uspješno završiti vještinu i prometni poligon, tek tada mogu postati prometni vježbači. Znamo da su djeca danas manje tjelesno aktivna nego što su bila. Također se opaža loše rukovanje kotačima (ravnoteža, skretanje, kočenje itd.). Ne preporučujem roditeljima da kupuju nove bicikle neposredno prije ispita, jer se dijete mora dobro naviknuti na svoj bicikl. Trebali bi što više voziti s obitelji kako bi bili suvereni na biciklu i imali vremena baviti se prometom oko sebe. Vježbalište za bicikle namijenjeno je i vježbama. Najbolje je vježbati cijelo prijepodne, jer jedna vožnja neće biti dovoljna.

Radimo u grupama na stanicama. Pozivam i lokalne policajce, da pomognu kod izvođenja. Prije nego počnemo, provjerim da li su svi učenici pravilno postavili biciklističke kacige. Uzimam si vremena, potrebna je provjera postavljanja za svakog učenika. Ne zaboravljam ni zagrijati tijelo jer je vožnja biciklom sportska aktivnost.

Prva postaja na poligonu namijenjena je pregledu bicikala za sigurnost u prometu. Ako nemaju sve komponente, to označavam na posebnom obrascu Izvještaj o pregledu bicikla. Nedostaci se moraju otkloniti prije ulaska u promet.


SVET ZA PREVENTIVO I VZGOJO V CESTNEM PROMETU

Mesto pregleda: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

### Poročilo o pregledu kolesa

Ime in priimek uporabnika kolesa: \_\_\_\_\_

Številka in tip kolesa: \_\_\_\_\_

<p><b>OBVEZNA OPREMA NA KOLESU</b></p> <p><input type="checkbox"/> a. Zvonec</p> <p><input type="checkbox"/> b. Luč za osvetljevanje ceste</p> <p><input type="checkbox"/> c. Rdeča luč, zadaj</p> <p><input type="checkbox"/> č. Rdeči odsevnik, zadaj</p> <p><input type="checkbox"/> d. Rumeni odsevniki v pedalih</p> <p><input type="checkbox"/> e. Zadnja zavora</p> <p><input type="checkbox"/> f. Prednja zavora</p> <p><input type="checkbox"/> g. Bočni odsevniki</p> <p><input type="checkbox"/> Čelada</p>	<p><b>VZDRŽEVANJE KOLESA</b></p> <p><input type="checkbox"/> Zavore</p> <p><input type="checkbox"/> Krmilo in ročice</p> <p><input type="checkbox"/> Pedala in pogon</p> <p><input type="checkbox"/> Okvir kolesa</p> <p><input type="checkbox"/> Pnevmatike</p> <p><input type="checkbox"/> Čiščenje in mazanje</p>
--	--

**PRIPOROČLJIVO**

Ščitnik verige

Blatniki

Ogledalo

Prtljažnik



Pregledano kolo ni brezhibno. Ponovni pregled dne: \_\_\_\_\_

Pregledano kolo je tehnično brezhibno in varno  
 Nalepka "VARNO KOLO" izdana dne: \_\_\_\_\_



Podpis uporabnika kolesa
Žig
Komisija za pregled koles

Slika 1: Zapisnik o pregledu bicikla (<https://www.avp-rs.si/preventiva/gradiva/gradiva-2/zapisniki-o-pregledu-kolesa/>)

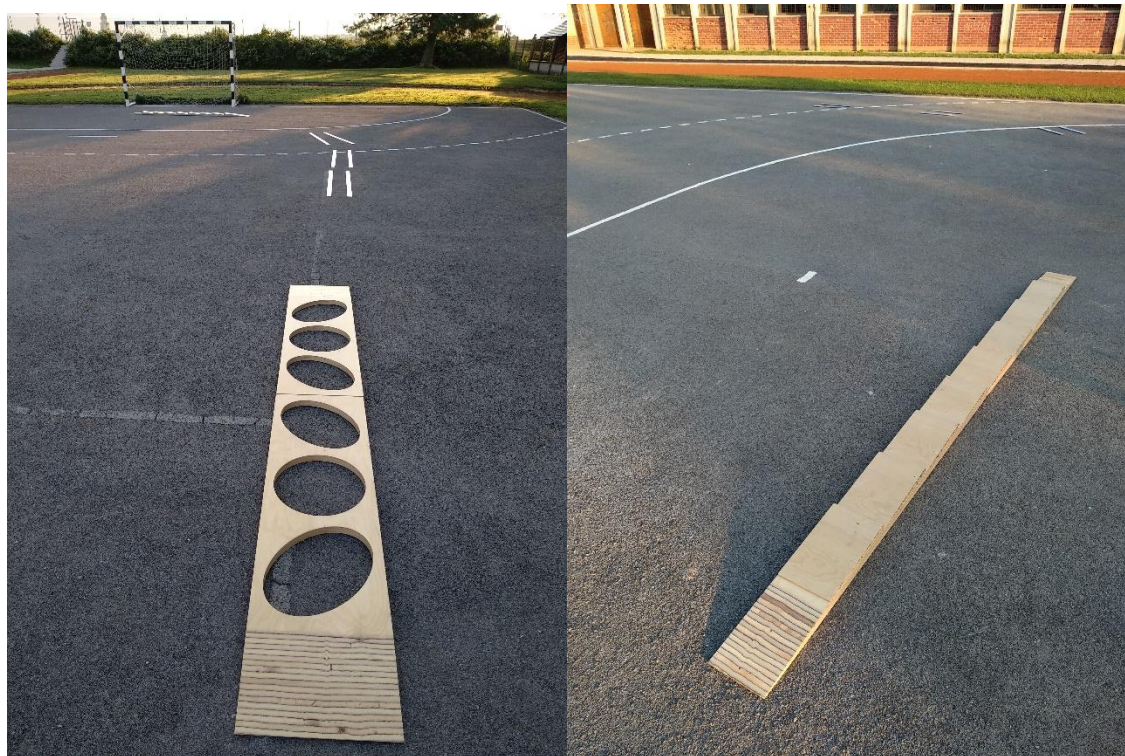
Druga grupa odlazi na cestu s policijom i gleda rutu po kojoj ćemo voziti bicikl.

Treća i četvrta skupina (može ih biti više, ovisno o broju učenika) vježbaju dijelove poligona biciklima. Nije potrebno da se učenici nekoliko puta voze po poligonu - možemo postaviti samo nekoliko prepreka tamo gdje vježbaju, a zatim se preseliti na drugo mjesto gdje ih čekaju druge prepreke.





Slika 2: Vježba zamatanja



Slike 3 i 4: Vožnja preko prepreka na podu





Slika 5: Vožnja jednom rukom - tijekom okretanja, vozač mora proći kraj lanca oko stupa i natrag.



Slika 6: Vožnja ispod prepreke.



Slika 7: Brzo zaustavljanje - vozač mora spustiti prvi štapić, drugi ne smije.

Zadnji dio dana posvećen je cijelom poligonu, a na posljednjoj vožnji učitelji provjeravaju znanje. Uspješni učenici dobivaju dopuštenje za sudjelovanje u praktičnoj vožnji u prometu.



Slika 8: Poligon vještina



Učenici rutu upoznaju pješice prije nego je voze biciklima. Oni znaju da se moraju zaustaviti na vidljivom mjestu pored znaka stop, ali trebaju im i informacije o tome koliko je to vidljivo mjesto još uvijek sigurno. Stoga im detaljno objašnjavamo svaki korak koji od njih očekujemo.

Tijekom praktične vožnje učenici često putuju određenom rutom cestom oko škole. Učitelj obično traži pomoć od kolega, jer je opasno odvesti grupu djece u promet. Neki učitelji stoje na najopasnijim prometnim mjestima (pri skretanju na glavnu cestu), ostali voze bicikl s grupama od pet učenika. Moramo biti svjesni da je takva skupina jako rastegnuta dok se kreće u prometu - brzo netko ostane daleko iza učitelja koji prvi vozi. Stoga je važno unaprijed predvidjeti točke u kojima će skupina moći čekati da se zaostali okupe i zajedno nastaviti putovanje. Nakon svake vožnje pohvalim dobre stvari i svakom učeniku predlažem poboljšanja. Pazim, da učenici nose reflektirajuće prsluke.

Za praktičnu vožnju imam 5 sati na 5 djece. Pretposljednja vožnja je provjera znanja, a posljednja je ispit. Provjeru znanja provodim vozeći se iza učenika, samo na ispitnoj vožnji može biti sam.

Nekoliko učitelja sudjeluje u probnoj vožnji tako da se mogu rasporediti tako da učenik vožnje cijelo vrijeme bude u vidnom polju jednog od učitelja. Svaki učitelj također ima popis na kojem ocjenjuje ponašanje učenika u prometu. Učenici imaju brojke pričvršćene na rukave jer svi nastavnici ne znaju učenike po imenu. Nakon vožnje svima dajem povratnu informaciju o njihovom uspjehu na ispitu.



Slika 9: Učenik samostalno vozi na probnoj vožnji.

### 3. Zaključak

Učenicima moramo reći da je polaganje ispita radost, ali i velika odgovornost. U prometu moraju uvijek biti oprezni jer situacije ovise o svim sudionicima. Važno je da i roditelje obavijestimo o njihovim odgovornostima. Oni su i dalje odgovorni za djecu i polaganje biciklističkog ispita ne znači, da oni već sve znaju. Stoga se moraju pobrinuti, da djeca sigurno uđu u promet i provjeriti, da li poštuju sva pravila. Uvijek im savjetujem, da se prilagode svom djetetu i prate ga na biciklu sve dok dijete samo ne izrazi želju, da postane neovisni biciklist. Moramo biti svjesni, da je biciklistički ispit samo djelić znanja koje nam je potrebno za sigurno sudjelovanje u prometu.