Közlekedő kisokos

MUNKAFÜZET

Közreműködők: Abonyi Nóra, Barna Éva, Bíró Angelika,
Eisenkrammer Károly, Molnár Berta,
Váczi Vincent, Victor-Kovács Nikolett

Pedagógiai lektor: Pompor Zoltán

Készült a Közúti Közlekedésbiztonsági Akcióprogram támogatásával,
az Aktív Magyarországért Felelős Kormánybiztosság megbízásából

Kiadó: Innovációs és Technológiai Minisztérium
Nyomdai kivitelezés: DUNA-MIX Kft.
Felelős vezető: Szakolczai Lóránt bv. ezredes, ügyvezető igazgató

www.dunamix.hu

Budapest, 2018.

Abelovszky Tamás - Berta Tamás

Közlekedő kisokos munkafüzet

GYALOGOS ÉS KERÉKPÁROS KÖZLEKEDÉSI ISMERETEK
ÁLTALÁNOS ISKOLÁS TANULÓK RÉSZÉRE

Közreműködő szervezetek:

Aktív Magyarország

BRINGA AKADÉMIA

Innovációs és Technológiai Minisztérium

KTI Alapítva - Since 1938

Magyar Kerékpárosklub

Vuelta Sportiroda

1992 óta a balesetek megelőzéséért
ORFK Országos Balesetmegelőzési Bizottság

Kedves Szülő!

Gyermeke gyalogosként (sőt, talán bicikliskent is) nap mint nap részt vesz a forgalomban közlekedőként. Gyalogosként is számos szabályt ismernie kell annak érdekében, hogy biztonságosan tudjon közlekedni – ez még inkább igaz akkor, ha kerékpárral szeretne önállóan közlekedni.

A Közlekedő kisokos munkafüzet célja, hogy segítsünk megtanulni a gyerekeknek a biztonságos gyalogos és kerékpáros közlekedés alapjait. Ehhez elengedhetetlen az alapvető közlekedési szabályok ismerete ugyanúgy, mint azok megfelelő alkalmazása közlekedés közben.

Ebben a kiadványban összegyűjtöttük a legfontosabb gyalogos és kerékpáros közlekedési szabályokat, amelyeket egy általános iskolás korú gyermeknek mindenképpen ismernie kell. A szabályokon túl olyan közlekedési helyzeteket is bemutatunk, amelyek mindennaposak a kerékpárral közlekedők számára.

Kedves Szülő! Kérjük, segítsen gyermekének a gyakorlásban ezt a kiadványt otthon együtt forgatva éppúgy, mint a közös gyalogos vagy kerékpáros közlekedés során jó példát mutatva neki.

Az út részei

Az út az a terület, ahol a gyalogosok és a járművek közlekednek. Az útnak különböző részei vannak, melyeket más és más közlekedők használhatnak.

- Az úttest az útnak a járművek közlekedésére szolgáló része.
- A járda az útnak az a része, ahol a gyalogosok közlekedhetnek. A két területet járdaszegély választja el egymástól. Ahogy te is tapasztalhattad, a járda valamivel magasabban van, mint az úttest.
- Fontos tudni, hogy a gyalogút, ahogy a nevében rejlik, szintén a gyalogosok közlekedésére szolgál, azonban az nem az út része, nem járda, hanem önálló út, a gépjárművektől elzárt terület.

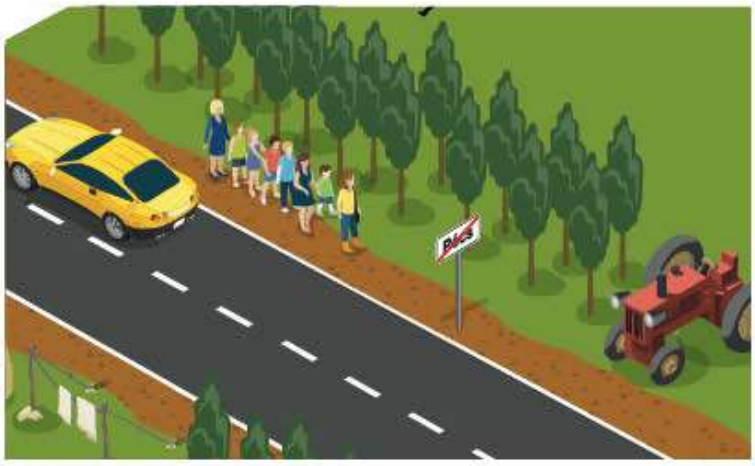
Igyekezz mindig a járda közepén, vagy a házak felőli oldalán gyalogolni, és ne az úttest felőli szélén!

Főszabályként a gyalogos csak a járdán közlekedhet! A járdaszegélyt csak átkeléskor közelítheted meg, az úttestre is csak ekkor léphetsz!

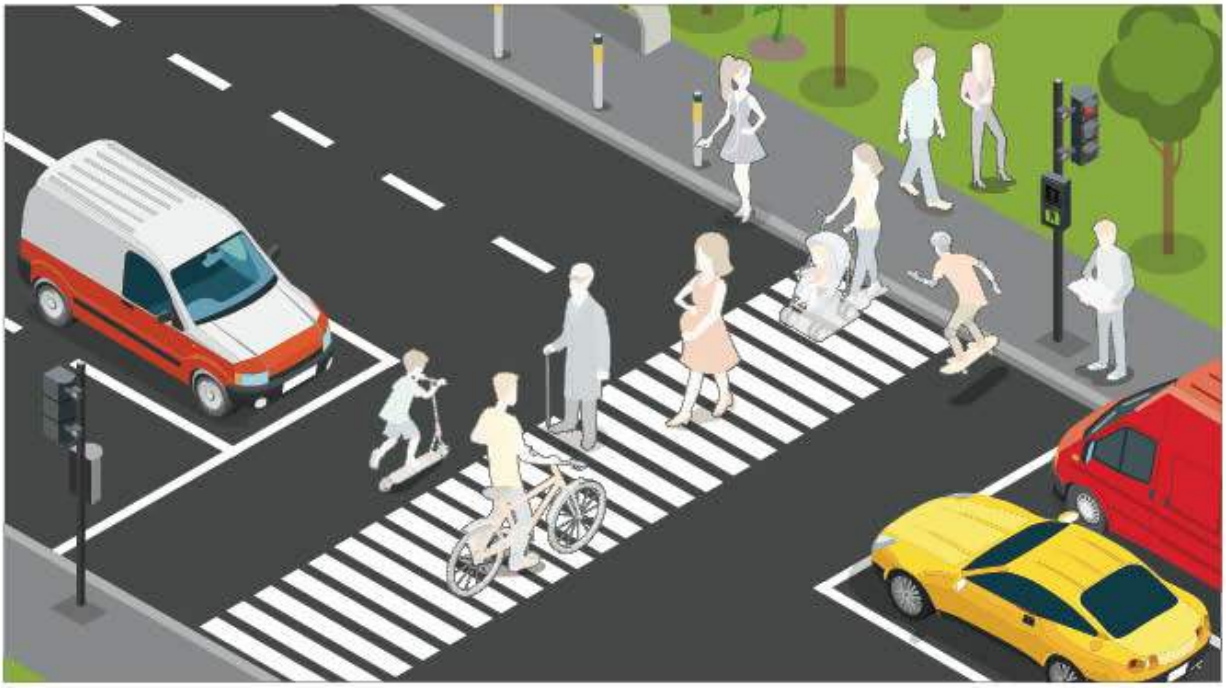
Ki a gyalogos, és hol közlekedhet?

Gyalogos az, aki az úton gyalogosan közlekedik. Ha tolod a kerékpárodat, gyalogosnak számítasz. Alapvető szabályként a gyalogosnak a járdán kell közlekednie, azonban ha nincs járda, akkor a leállósávon, útpadkán vagy a kerékpárúton közlekedhet. Ha ezek nincsenek, vagy alkalmatlanok a közlekedésre, akkor a gyalogosok az úttesten is közlekedhetnek. Természetesen gyerekek esetében ez csak felnőtt kíséretében lehetséges!

- Ha járda hiányában csak kerékpárúton tudsz közlekedni, akkor igyekezz annak a szélén, a menetiránnyal szemben gyalogolni! Így nem zavarod a kerékpárosok haladását, és könnyebben észreveszed a közeledő kerékpárost, ahogy ő is téged.



Jelöld meg a gyalogosokat az alábbi képen!

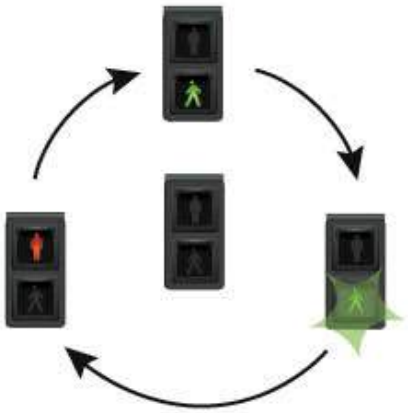


Ha olyan helyen gyalogolsz, ahol nincs járda, és csak úttesten közlekedhetsz, akkor arra kell figyelni, hogy az úttest szélén, egy sorban a járműforgalommal szemben haladj!

Jelzőlámpák

A gyalogosok forgalmát kétlencsés jelzőlámpa irányítja. Tilos az átkelés, ha felül az álló gyalogos pirosan világít! Akkor szabad csak átkelned, ha alul a haladó gyalogos zölden világít. Ha a zöld lámpa villogni kezd, akkor már nem szabad elindulnod a túloldalra, azonban, ha átkelés közben kezd villogni, akkor minél hamarabb be kell fejezned az átkelést!

- Ne feledd, ha nem működik a jelzőlámpa, akkor úgy kell átkelni, ahogy jelzőlámpa nélküli zebrán tennénk: alaposan körbenézve átkelés előtt!



Átkeléskor mindig a jelzőlámpa jelzéseire figyelj, és annak megfelelően cselekedj, akkor is, ha mások esetleg szabálytalanok!

Gyalogosokra vonatkozó jelzőtáblák

Ha gyalogosan közlekedsz, útközben nagyon sok táblával találkozhatsz. Ezek a jelzőtáblák segítik a közlekedőket – gyalogosokat, kerékpárosokat, járművezetőket –, hogy biztonságosan közlekedjenek.

- A jelzőtábla jelzése alapesetben minden vele szemben közlekedőre vonatkozik.
- Az úttestre felfestett úgynevezett útburkolati jelek szintén tájékoztatnak, a járművezetők tájékozódását segítik: utasítást, tilalmat, útba igazítást adnak, illetve veszélyre figyelmeztetnek.
- Gyalogosként azok a kék alapon fehér, illetve kék-fehér-fekete jelzések vonatkoznak rád, amelyeken gyalogost jelző kis ember figurát látsz.

Gyalogút

Gyalog- és kerékpárút (osztott)

Gyalog- és kerékpárút (közös)

Gyalogút vége

Kijelölt gyalogátkelőhely

Gyalogos átkelés (veszélyt jelző tábla)

Kijelölt gyalogátkelőhely

1. Melyik tábla/útburkolati jel szól csak neked, a gyalogosnak, melyik csak a járművezetőknek, és melyik mindkettőtöknek? Karikázd be pirossal a gyalogosoknak, zölddel a járművezetőknek szóló táblákat, feketével pedig azokat, amelyek mindkettejüknek!

2. Melyik jelzőtábla hátoldalát látod a képen?

Előfordulhat, hogy gyalog- és kerékpárúton kell közlekedned, vagyis a kerékpárosokkal osztoztok az úton. Ilyenkor arra figyelj, hogy az út szélén haladj, így vagy biztonságban!

Az átkelés szabályai

Gyalogosként az úttesten elsősorban a kijelölt gyalogos-átkelőhelyen mehetsz át, amit jelzőtábla és az úttestre festett fehér csíkok jeleznek. Természetesen, ha van a közelben alul- vagy felüljáró, akkor azt is lehet használni. Ha nincs se alul-, se felüljáró, se „zebra", akkor a közeli útkereszteződésben a járda meghosszabbított vonalában mehetsz át.

- Ha nincs útkereszteződés, akkor bárhol átmehetsz a legrövidebb irányban, az úttestre merőlegesen, de nem átlósan vagy cikk-cakkban!
- Mielőtt a járdáról az úttestre lépsz, mindig szét kell nézned, és meg kell győződnöd arról, hogy nem jön jármű, illetve a közeledő jármű lelassított, megállt, és megadta az elsőbbséget, vagyis biztonságosan átkelhetsz.
- Ha kétirányú a forgalom, két irányból jöhet jármű, ekkor a járdáról történő lelépés előtt először balra kell nézni, majd jobbra, utána ismét balra, azaz mindkét irányba.
- Ne feledd, átkeléskor az átkelésre és a közeledő járművekre figyelj! Ne zavard a járművezetőket rohangálással, bizonytalan magatartással, legyen számukra is egyértelmű, hogy szeretnél átkelni a túloldalra! Ebben segít a szemkontaktus is, ha a járművezetőre nézel, és jelzed átkelési szándékodat, illetve meggyőződsz arról, hogy ő is rád figyel.

A figyelemelterelés veszélyei

A közlekedés során több érzékszervünkre is szükség van. A látásunkra és a hallásunkra is támaszkodnunk kell ahhoz, hogy biztonságban legyünk. Mindkettő segít az eligazodásban!

Ezért fontos, hogy gyaloglás, kerékpározás vagy tömegközlekedés során semmi ne vonja el a figyelmünket a közlekedésről, utazásról. Különösen lényeges ez akkor, amikor átkelés során az úttestre lépsz! Mi vonhatja el a figyelmedet? Például az, ha a telefonodat nézed gyaloglás közben, vagy fülhallgatóval zenét hallgatsz, és nem hallod meg a közeledő gépjármű, esetleg megkülönböztető jelzést használó jármű érkezését, és figyelmetlenül lelépsz az úttestre. Ezeket a tevékenységeket függeszd fel útközben, és mindig a közlekedésre koncentrálj! Az is gondot okozhat, ha a kapucni van rajtad, és nem látsz ki alóla rendesen.

- Tedd szabaddá a látásodat és hallásodat miközben közlekedsz! A biztonságod múlik rajta!

1. Sorolj fel olyan tevékenységeket, amelyek szerinted veszélyesek lehetnek gyaloglás közben! Beszéljétek meg, hogy miért!

Soha ne lépj le úgy a járdáról, hogy közben a mobilodat nézed, újságot, könyvet, szórólapot stb. olvasol vagy fülhallgatóval zenét hallgatsz!

Láthatóság

Biztos te is tapasztaltad: nem mindegy, hogy világosban vagy sötétben, napsütéses időben vagy esős, ködös, esetleg hóval, jéggel borított utakon közlekedsz. Az időjárás befolyásolja a közlekedés biztonságát.

- Esős, csúszós időben a járművek fékezéskor nehezebben állnak meg, és a gyalogosok is könnyebben megcsúszhatnak.
- Csapadékos, ködös időben - ahogy sötétedés után is mindig - rosszabbak a látási viszonyok: nehezebben látják egymást a járművezetők és a gyalogosok. Ilyen esetekben csak az óvatosság, az egymásra figyelés és a láthatóság biztosítása adhat védelmet.
- Mi segít gyalogosként, hogy jól látható légy? Az, ha élénk színű, világos ruhát hordasz, ha fényvisszaverő pántot, fényvisszaverő matricát vagy láthatósági mellényt viselsz.

Ne feledd, sötétedés után, valamint esős, ködös időben és havazáskor légy mindig sokkal óvatosabb és körültekintőbb! Viselj jól látható öltözéket!

1. Karikázd be az alábbi eszközök közül azokat, amelyek segítenek, hogy gyalogosként rossz látási viszonyok között is jól látható légy!

2. Mit gondolsz, melyik gyalogos látható jól a vezető számára, és miért? Beszéljétek meg!

Ha lakott területen kívül éjszaka és rossz látási viszonyok között gyalogolsz, akkor nem csak tanácsos, hanem kötelező láthatósági mellényt viselni!

Takarásból kilépés veszélyei

Közlekedés során a gyalogosnak figyelnie kell arra, hogy átkeléskor jól látható legyen a járművezetők számára, átkelési szándékát a vezető időben felismerje, és így időben meg tudjon állni. Természetesen az is fontos, hogy gyalogosként te is észrevedd a közeledő járműveket.

- Lényeges tehát, hogy olyan helyen kelj át, ahol jól látható vagy, ahol valamilyen nagyobb tárgy, oszlop, álló jármű, esetleg fa nem akadályozza a láthatóságodat, vagyis nem vagy takarásban.
- Fontos, hogy az ilyen tárgyaktól, növényzettől távolabb menj, ahol már észlelhető vagy a közeledő járművezetők számára. Szintén lényeges, hogy buszmegállóban álló busz mögül vagy előtte ne lépj ki váratlanul, hanem várd meg, amíg elmegy, s csak utána kelj át az úttesten!

Ne feledd, mivel a gyerekek alacsonyabbak, mint a felnőttek, ezért kevésbé láthatóak messziről a közeledő járművek vezetői számára! Légy mindig jól látható, észrevehető!

Nézd meg az alábbi képet! Beszéljétek meg, hogy miért helytelen úgy átkelni, ahogy a fiú szeretne.

Soha ne lépj ki az útra téged eltakaró nagyobb tárgy mögül!

Megkülönböztető jelzést használó járművek

Utunk során előfordul, hogy mentőautóval, rendőrautóval vagy tűzoltóautóval találkozunk, melyek bajba jutott emberek segítségére sietnek, életet, személyt, vagyont mentenek. Annak érdekében, hogy minél hamarabb a célállomásra érkezhessenek fény- és hangjelzést használhatnak. Ilyenkor a többi közlekedővel, járművel, gyalogossal szemben egyaránt elsőbbséget élveznek: a járműveknek félre kell húzódniuk, hogy szabad utat engedjenek a számukra.

- Ha gyalogosként ilyen jármű érkezését hallod és látod, akkor még a zebrán is meg kell adni számukra az elsőbbséget, függetlenül attól, hogy esetleg épp zöldet mutat neked a lámpa. Vagyis el kell engedned őket, mielőtt átkelnél az úttesten.
- Ne feledd, a megkülönböztető jelzést (fény- és hangjelzés együtt) használó járműveknek minden esetben, minden közlekedővel szemben elsőbbségük van!

Az alábbi járművek közül melyek a megkülönböztető jelzést használó járművek? Mi különbözteti meg őket a többi járműtől? Beszéljétek meg!

Tilos az úttestre lépni, ha már meghallod a megkülönböztető jelzést használó jármű szirénáját! Akkor sem indulhatsz át a túloldalra, ha neked van elsőbbséged, és úgy véled, még épp átérnél! Meg kell várnod, hogy a jármű elhaladjon előtted!

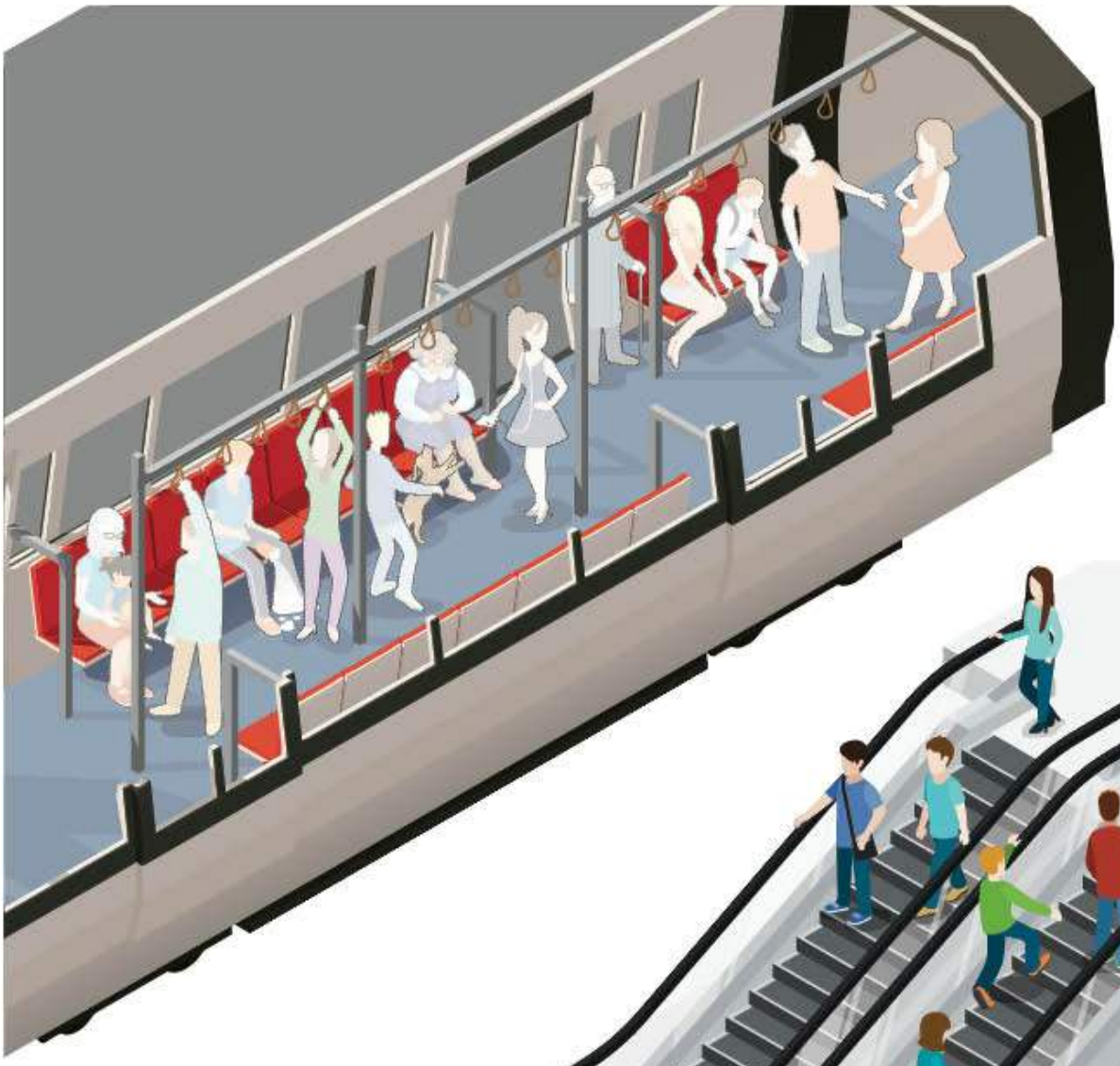
A közösségi közlekedés szabályai

Ha közösségi közlekedési eszközön – vagyis buszon, villamoson, metrón, vonaton stb. – utazol, akkor az a legfontosabb, hogy betartsd a biztonsági szabályokat, odafigyelj magad és mások épségére, valamint, hogy udvarias légy az utastársaiddal

- Ezért mindig csak álló járműre szállj fel, illetve le, akkor, ha teljesen kinyíltak az ajtók!
- Addig ne szállj fel, amíg vannak leszállók!
- Lehetőség szerint ülve utazz, ha nincs ülőhely, akkor mindig kapaszkodj!
- Ha hátizsákod van, azt vedd le, vagy úgy tartsd, hogy másokat ne zavarjon!
- Légy előzékeny az idősekkel, kismamákkal, beteg vagy sérült emberekkel szemben: engedd őket előre, add át nekik az ülőhelyedet!
- Ha telefonálsz, vagy fülhallgatóval zenét hallgatsz, barátaiddal beszélgettek, mindig ügyelj arra, hogy hangoskodással másokat ne zavarj! Járművön soha ne szemetelj!

Nem érdemes busz vagy villamos után futni! Jön másik! Veszélyes lehet, ha a sineken vagy az úton átfutva próbálod elérni a járművet! Inkább várd meg a következőt!

Melyik utas utazik helyesen? Színezd ki azt, aki helyesen viselkedik! Beszéljétek meg, hogy a többi utas viselkedése miért kifogásolható!



Tilos a jármű lépcsőjén utazni, kihajolni az ablakon, és a járművezetőt zavarni a vezetésben!

Indulás előtt

Ha bringát szeretnél vásárolni, és bemész egy boltba, vagy megnézed egy webáruház kínálatát, számtalan méretű, formájú, felszereltségű bringával találod magadat szembe. Te mi alapján választanál magadnak biciklit?

Minden bringa más és más felhasználásra alkalmas:

- Vannak, akik inkább aszfalton szeretnek tekerni, mások inkább erdei utakon.
- Van, aki szabadidejében hosszú túrákra vállalkozik, más csak a sarki boltig szeretne elgurulni.
- Egyesek versenyezni szeretnének, mások iskolába vagy munkába menet használnák szívesen a kétkerekűt.

Te merre tekernél legszívesebben?

Forrás: kross.hu

A **városi bringa** a legjobb iskolába vagy munkába járáshoz, elgurulni a boltba vagy a nagymamához.

Forrás: media.mongoose.com

A **mountain bike** magyarul azt jelenti: hegyikerékpár. Ebből kitalálhatod, hogy ezeket a bringákat arra találták ki, hogy hegyen-völgyön, árkon bokron át lehessen tekerni vele – aszfaltra, városba nem az igazi.

Forrás: kross.hu (Kicsi)

A **túrakerékpár** – mint neve is mutatja – túrázásra termett. Ha jó erőben vagy, nyergében nagy távolságokat tehetsz meg, és csomagjaidat is kényelmesen magaddal viheted.

Te milyen bringát választanál? Milyen bringákat ismersz még?

Kerékpárvásárlás előtt gondold végig, mire szeretnéd használni az új bringát! Mindig hozzád illő méretű bringát válassz – egy megfelelő méretű, jól beállított bringával élmény a tekerés!

Ezen az oldalon néhány érdekesebb bringát mutatunk be, olyanokat, amiket sportolásra, szórakozásra, vagy éppen áruszállításra használnak.

Az **országúti bringával** lehet a leggyorsabban suhanni az aszfaltutakon. A világ leghíresebb kerékpárversenyén, a Tour de France-on is ilyen bringákon kerülik meg a versenyzők egész Franciaországot három hét alatt.

A **BMX biciklit** látványos trükkök bemutatására találták ki, akár földön, akár levegőben is lehet találkozni ügyes bringásokkal BMX-ek nyergében.

A **fatbike** (angulol „kövér bringa") egy érdekes újdonság, amit erdőn-mezőn-havon tekerve érdemes kipróbálni, mert a nagyon széles gumik miatt könnyedén átgurul mindenféle akadályon.

A **cargobiciklit** áruszállításra használják – nagyvárosokban sokszor olyan helyre is be lehet vele menni, ahova autóval nem, ráadásul nem szennyezi a környezetet.

Kötelező felszerelések

Amikor bringázni indulsz, nem szabad csak úgy kigurulni az utcára, mindig ellenőrizned kell, hogy megvannak-e a KRESZ által előírt felszerelések a kerékpárodon, és azok megfelelően működnek-e. Szerinted melyek ezek a felszerelések?

Minden bringát fel kell szerelni a következőkkel:

1. Két jól működő fék
2. Jól működő kormányszerkezet
3. Fehér vagy sárga fényű első lámpa
4. Piros fényű hátsó lámpa
5. Fehér színű első prizma
6. Piros színű hátsó prizma
7. Borostyánsárga színű küllőprizma (legalább az első keréken legalább 2 darab), vagy fényvisszaverő csík a gumin
8. Csengő

Gondolkodj! Ha van a biciklin lámpa, miért kell felszerelni prizmákat is?

Tudtad-e, hogy a kerékpár lámpája villogó fényt is adhat?

Látni és látszani

A kerékpár kötelező felszerelései közül sok szolgálja azt, hogy jól lásson a biciklis sötétben, és ő maga is látható legyen. Milyen kötelező felszerelések szolgálják a láthatóságot? Milyen eszközöket ismersz még?

A kerékpárt fel kell szerelni
- első és hátsó lámpával,
- első és hátsó prizmával,
- és küllőprizmákkal is.

Bringásként lakott területen kívül kötelező láthatósági ruházatot viselned sötétben és rossz látási viszonyok (pl. eső, köd, szürke téli napok) esetén, de a városban, faluban is ajánlott.

A KRESZ által ajánlott felszerelés még a borostyánsárga színű küllőprizma (vagy fényvisszaverő csík a gumin) a hátsó keréken, illetve a borostyánsárga színű pedálprizma is.

Mit tehetsz még, hogy jobban látható legyél?

- Mindig világos, feltűnő színű ruhában indulj bringázni!
- Olyan hátizsákot vigyél magaddal, amin van fényvisszaverő csík, vagy macskaszem!
- Tegyél bokádra, csuklódra fényvisszaverő pántot!

Kerékpáros fejvédő

A bringás sisak egy olyan felszerelés, amelynek viselését a KRESZ csak egy esetben írja elő: lakott területen kívül, 40 km/óra sebesség felett. Te biztosan nem hajtasz ilyen gyorsan, de ez nem baj – mindig ajánlott sisakot viselni, ha biciklire ülsz.

A kerékpáros bukósisak megvéd egy esetleges bukáskor a komolyabb fejsérüléstől. Ma már nagyon sok szép sisak közül válogathatsz! De mire kell odafigyelni, amikor kiválasztod a számodra megfelelő sisakot?

- Kényelmesen tudod benne mozgatni a fejedet minden irányba.
- Védi a halántékodat, homlokodat és tarkódat is.
- Kényelmes: illeszkedik fejed méretéhez, formájához.
- Számos nagyméretű szellőzőnyílással rendelkezik.
- Van benne háló, amely a rovarok ellen véd.

Az sem mindegy azonban, hogyan veszed fel, hogyan állítod be sisakodat.

Próbáld ki! Állítsd be magadnak a bukósisakot az alábbi szempontok alapján:

- A sisaknak vízszintesen kell feküdnie fejeden, és a szélének kétujjnyi magasságban kell lennie a szemek felett.

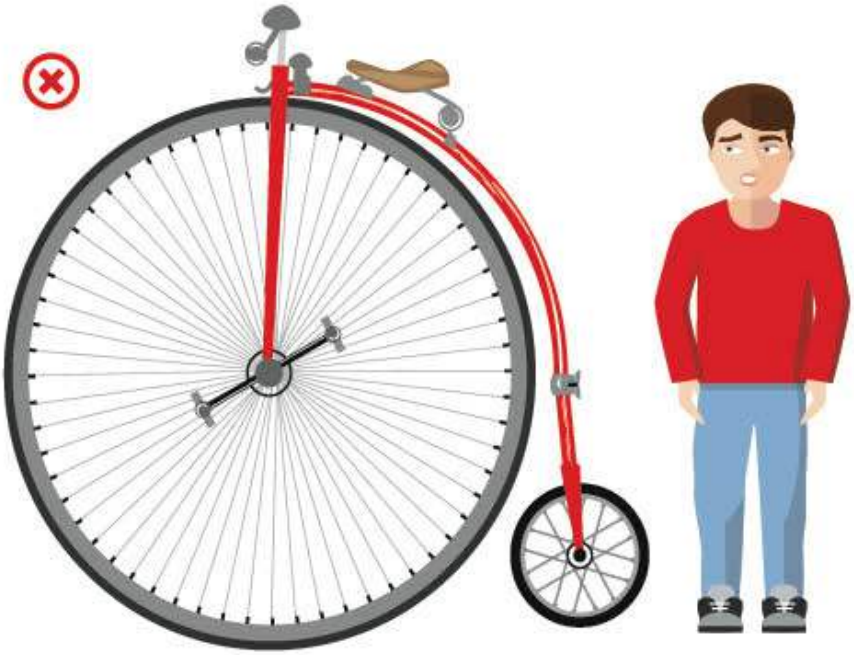
- A sisak fejgyűrűjét állítsd olyan szorosra, hogy a pántot kikapcsolva, a fejed enyhén megrázva is maradjon a helyén a fejvédő.

- A két pánt kicsivel füled alatt érjen össze V alakban.
- Állad és a pánt között egyujjnyi hely maradjon. A pánt ne akadályozza a hátranézést vagy a levegővételt!

A fejvédő a balesetek bekövetkezésétől nem óv meg, „csak" a komolyabb sérülések ellen véd! Az igazi védelmet a kerékpáros figyelme, tudása, rutinja biztosítja.

A kerékpár beállítása

Egy jól beállított bringával élmény a tekerés! Te kényelmesen ülsz a nyeregben?



A bringát nagyon egyszerű beállítani – ha jó a mérete. Ha valaki túl kicsi, vagy túl nagy bringán ül, akkor neki sosem lesz kényelmes a bicikli. Éppen ezért már vásárláskor oda kell figyelni arra, hogy megfelelő méretű biciklit válasszunk.

Ha a bringa mérete megfelelő, akkor már csak a nyereg magasságát kell jól beállítani.

Próbáld ki! Ha az egyik pedál legalsó helyzetben van, Te pedig a nyeregben ülsz, tedd rá a sarkadat a pedálra. Ha a lábad éppen hogy egy kicsit be van hajlítva, akkor jól van beállítva a nyereg.

Kerékpár-ellenőrzés

Bringádat minden indulás előtt alaposan át kell nézni, hogy biztosan célba érj. Lássuk, melyik alkatrészeket kell megvizsgálni!

Első kerék	OK	Hibás
Elég keményre van fújva a gumi?		
Nincs elkopva, nem sérült a gumi?		
Nincs benne „nyolcas"?		
Hátsó kerék	**OK**	**Hibás**
Elég keményre van fújva a gumi?		
Nincs elkopva, nem sérült a gumi?		
Nincs benne „nyolcas"?		
Első fék	**OK**	**Hibás**
Kényelmesen eléred a fékkart?		
Megfelelően fog a fék?		
Hátsó fék	**OK**	**Hibás**
Kényelmesen eléred a fékkart?		
Megfelelően fog a fék?		
Kormány	**OK**	**Hibás**
Könnyen tudod forgatni minden irányba?		
Lánc	**OK**	**Hibás**
Be van olajozva?		
Nyereg	**OK**	**Hibás**
A bringán ülve sarkaddal kényelemesen eléred a pedált?		
Kötelező felszerelések	**OK**	**Hibás**
Első lámpád működik, jól látható?		
Hátsó lámpád működik, jól látható?		
Első (fehér) prizma van a bringádon?		
Hátsó (piros) prizma van a bringádon?		
Küllőprizma van a bringádon?		
Csengő van a bringádon?		

Ha bármilyen hibát találsz a kerékpáron, keresd meg a legközelebbi bringaszervizt, ahol segítenek megjavítani. Egy jól beállított, jól karbantartott bringával élmény a tekerés!

Tudtad, hogy minden évben legalább egyszer érdemes elvinni szervízbe a bringádat?

Ellenőrző kérdések

1.) Írd a vonalra a számokhoz tartozó kötelező felszereléseket!

1. .....
2. .....
3. .....
4. .....
5. .....
6. .....
7. .....
8. .....

2) Mi az, amit minden elindulás előtt ellenőrizni kell bringádon?

1. .....
2. .....
3. .....
4. .....
5. .....
6. .....
7. .....

3) Milyen eszközökkel teheted magadat jobban láthatóvá, ha este vagy rossz látási viszonyok között biciklizel?

1. .....
2. .....
3. .....
4. .....
5. .....
6. .....
7. .....

Hol szabad biciklivel közlekedni?

Úttest, járda, kerékpárút, kerékpársáv – mind alkalmas a bringázásra. De vajon mikor melyiket kell használni, ha kerékpárral közlekedünk?

Kerékpárút. A kerékpárút el van választva az úttesttől és a járdától is. Közlekedési tábla és felfestés is jelöli. Ha ilyet látunk, kötelező itt kerékpározni. Mindkét irányban szabad rajta tekerni.

Gyalog- és kerékpárút. Két fajtája van: az egyiknél a gyalogosok és a biciklisek ugyanott közlekedhetnek, a másiknál egy sárga csík az aszfalton elválasztja őket egymástól. Közlekedési tábla és felfestés is jelöli. Mindkét irányban szabad rajta tekerni, használata kötelező.

Ha kerékpárutat, gyalog- és kerékpárutat vagy kerékpársávot látsz, bringával ott kell közlekedned. Ha egyik sincs, az úttest jobb oldalán kell biciklivel közlekedni.

Van olyan gyalog- és kerékpárút is, ahol az aszfalton középen egy sárga csík választja el a gyalogosok és a kerékpárosok felét egymástól. Itt csak azon az oldalon tekerhetsz, ahol a biciklis van felfestve.

Ha van gyalog- és kerékpárút, azt tábla is jelzi, mindkét irányba szabad tekerni rajta, használata kötelező.

Kerékpársáv. A kerékpársáv az úttest része, felfestés mindig jelzi az aszfalton, és sokszor közlekedési tábla is mutatja. Ha ilyet látunk, kötelező itt kerékpározni. Csak abba az irányba szabad rajta tekerni, amerre a forgalom is megy.

Úttest. Ha nem látunk sem kerékpárutat, sem kerékpársávot, akkor az úttest jobb oldalán kell közlekedni kerékpárral. Az úttesten csak libasorban, azaz egymás mögött, megfelelő féktávolságot tartva szabad biciklizni.

Járda. Járdán csak akkor szabad biciklivel közlekedni, ha az úttest kerékpározásra alkalmatlan. A járda azonban a gyalogosoké, így ott csak nagyon lassan és óvatosan szabad tekerni.

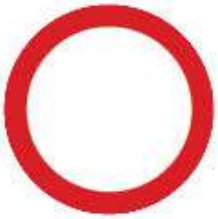
Ha kerékpárutat, gyalog- és kerékpárutat vagy kerékpársávot látsz, bringával ott kell közlekedned. Ha egyik sincs, az úttest jobb oldalán kell biciklivel közlekedni.

Hol nem szabad biciklivel közlekedni?

Vannak olyan utak, ahol nem szabad kerékpárral közlekedni. Ezeket az utakat közlekedési táblák jelölik. Bringával ezeket el kell kerülni, vagy a járdán sétálva, a biciklit tolva szabad ott közlekedni.

Kerékpárral behajtani tilos. Ha ilyen táblát látsz, másik utat kell keresned, vagy a járdán tolni tovább a bringát. Előfordul, hogy a táblán más járművek is vannak: nekik sem lehet behajtani a táblával jelölt útra.

Behajtani tilos. A behajtani tilos táblával jelzett utcába bringával sem szabad behajtani. Akkor viszont igen, ha ezt egy kis tábla megengedi („kivéve kerékpár").



Mindkét irányból behajtani tilos. Az ilyen táblával jelzett útra bringával sem szabad behajtani, kivéve, ha alatta a kis tábla bármilyen kivételt jelez.

Főútvonal. Főútvonalon 12 éves kor alatt nem szabad kerékpározni, azonban ha ilyen utat látsz, a járdán közlekedhetsz biciklivel. A járda azonban a gyalogosoké, így ott csak nagyon lassan és óvatosan szabad tekerni. A főútvonal végét külön tábla jelzi.

Autópálya, autóút. Autópályán vagy autóúton tilos kerékpárral közlekedni.

Mit jelentenek a közlekedési táblák?

Az utakon közlekedve sokféle közlekedési táblával találkozhatunk. Mindegyiknek más a színe, a formája, más ábrák vannak rájuk rajzolva. Tudod-e, mit jelentenek?

A sokféle közlekedési táblának más és más jelentése van. A színük, formájuk, és a rájuk rajzolt ábrák segítségével könnyen kitalálható azonban, mit jelentenek.

A veszélyt jelző táblák

- háromszög alakúak,
- piros szegélyük van,
- középen pedig egy ábra figyelmeztet a veszélyre.

Veszélyes útkanyarulat balra/jobbra

Egymás utáni veszélyes útkanyarulatok

Bukkanó

Egyenetlen úttest

Útszűkület

Körforgalom

Vasúti átjáró

Egyéb veszély

Gyalogos-átkelőhely

2. Kerékpáros közlekedés szabályai

Az utasítást adó táblák

- kör alakúak,
- kék színűek,
- középen fehér nyíllal.

A kötelező haladási irányt jelző táblákat látva a nyilaknak megfelelő irányban haladhatsz tovább.

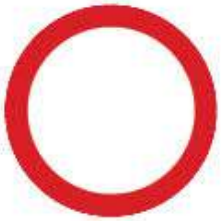
Kikerülési irányt jelző táblák. A táblát vagy az akadályt a táblán jelzett irányban kell kikerülnöd.

A tiltó táblák

- kör alakúak,
- piros szegélyük van (néha még középen át is vannak húzva piros csíkkal)
- középen van az, amit tiltanak.

Balra, illetve jobbra bekanyarodni tilos. A tábla azt jelzi, hogy egy útkereszteződésben az adott irányba nem szabad bekanyarodni.

Behajtani tilos. A behajtani tilos táblával jelzett utcába a tábla irányából bringával sem szabad behajtani. Akkor viszont igen, ha ezt egy kis tábla megengedi („kivéve kerékpár").



Mindkét irányból behajtani tilos. Sem bringával, sem más járművel nem lehet behajtani az utcába, egyik irányból sem. Ha ilyen táblát látsz, másik utat kell keresned, vagy a járdán tolni tovább a bringát, kivéve, ha alatta a kis tábla bármilyen kivételt jelez.

Kerékpárral behajtani tilos. Ha ilyen táblát látsz, másik utat kell keresned, vagy a járdán tolni tovább a bringát. Előfordul, hogy a táblán más járművek is vannak: nekik sem lehet behajtani arra az útra.

Sebességkorlátozás. Természetesen a kerékpárral közlekedőkre is vonatkozik. Itt például legfeljebb 30 km/óra sebességgel szabad közlekedni.

2. Kerékpáros közlekedés szabályai

A tájékoztatást adó jelzőtáblák rendszerint
- szögletesek
- kék színűek,
- közepükön valamilyen ábra van.

De ebbe a csoportba számos másként kinéző tábla is tartozik.

Egyirányú utca. A tábla azt jelenti, hogy csak abból az irányból szabad behajtani az utcába, ahol a táblát látjuk. Az utca másik végén a behajtani tilos tábla jelzi azt, hogy onnan nem szabad behajtani.

Kijelölt gyalogos-átkelőhely, azaz zebra. A zebrán a gyalogosnak mindig elsőbbsége van, azaz minden járműnek át kell őt engednie. Biciklivel nem szabad áthajtani a zebrán: le kell szállni, és tolni kell a bringát.

A többi tábla közül csak néhány fontosabbat sorolunk fel.

Elsősegély

Kórház

Fürdőhely

Vasútállomás

Étterem

Büfé

Buszmegállóhely

Zsákutca

A közlekedési tábla formájából, színéből, és a rajta lévő ábrából ki lehet találni mit jelent. A közlekedési táblák utasításait mindig be kell tartani.

Ellenőrző kérdések

1) Karikázd be a kerékpározást tiltó táblákat! Mit teszel, ha ilyen táblát látsz?

.....

.....

2) Az iskolából hazafelé menet milyen közúti jelzésekkel találkozol? Sorold fel ezeket!

1. .....
2. .....
3. .....
4. .....
5. .....
6. .....
7. .....
8. .....

3) Mit jelentenek az alábbi, veszélyt jelző táblák?

.....

.....

.....

.....

Elsőbbségadás, áthaladás egy kereszteződésen

Ha egy kereszteződéshez egyszerre érkezik több jármű, valamiképp el kell dönteni, melyik jármű mikor haladhat át a kereszteződésen. Közlekedési táblák, jelzőlámpa, rendőr, vagy a jobbkéz-szabály segítheti a közlekedőket a döntésben.

Azt, hogy ki mehet át először egy kereszteződésen, az dönti el, kinek van elsőbbsége. Ennek eldöntésében közlekedési táblák, jelzőlámpa, rendőr, vagy a jobbkéz-szabály segítenek.

Egy kereszteződéshez érve mindig meg kell fontolni a következőket:

- Kinek van elsőbbsége?
- Meg kell állnod, vagy áttekerhetsz a kereszteződésen?
- Mindenki észrevett téged?
- Te is észrevettél mindenkit?
- Mindenki megadja az elsőbbséget a másiknak?

**Ha bizonytalan vagy,
szállj le a bringáról,
és told át a kereszteződésen!**

A közlekedési táblák, a jelzőlámpa, a rendőr vagy a jobbkéz-szabály eldönti, kinek van elsőbbsége, de mindig figyelni kell, valóban meg is adják-e az elsőbbséget.

A STOP-tábla

Állj!
Elsőbbségadás kötelező!

Mit kell tenned?

- Teljesen meg kell állni.
- Körülnézni, és elsőbbséget adni a másik úton közlekedőknek.

A megállás azt jelenti, teljesen meg kell állnod, és egyik lábadat letenni a földre.

Elsőbbségadás kötelező!

Elsőbbségadás kötelező!

Mit kell tenned?

- A kereszteződéshez érve lassítanod kell.
- Körül kell nézned, és elsőbbséget adni a másik úton közlekedőknek.
- Ha szükséges, meg is kell állnod.

Az „Elsőbbségadás kötelező!" tábla az egyetlen olyan tábla, amely egy csúcsára állított háromszög.
A STOP-tábla az egyetlen nyolcszögletű tábla.
Mind a két tábla könnyen felismerhető hátulról is. Így könnyen eldöntheted, ha egy kereszteződésben neked van elsőbbséged a mellékútról érkezőkkel szemben.

Jobbkéz-szabály

Ha a kereszteződésben nincsenek sem táblák, sem rendőr, sem közlekedési lámpa, akkor a jobbkéz-szabály dönti el, kinek van elsőbbsége.

A jobbkéz-szabály azt jelenti, hogy mindig a neked jobbról érkező járműveknek kell elsőbbséget adnod. Ez egyben ezt is jelenti, hogy ha valaki neked balról érkezik, neked van elsőbbséged.

Jobbról közeledik egy jármű.

- Elsőbbséget kell neki adnod, és megvárni, amíg elmegy.

Balról közeledik egy jármű.

- Elsőbbséged van, áthaladhatsz a kereszteződésen.

A jobbkéz-szabály azt jelenti, hogy mindig a neked jobbról érkező járműveknek kell elsőbbséget adnod.

Kerékpáros átvezetés

Ha kerékpárúton, vagy gyalog- és kerékpárúton tekersz, a kereszteződésekben az aszfaltra festett sárga négyzetek jelzik, merre kell menned kerékpárral.

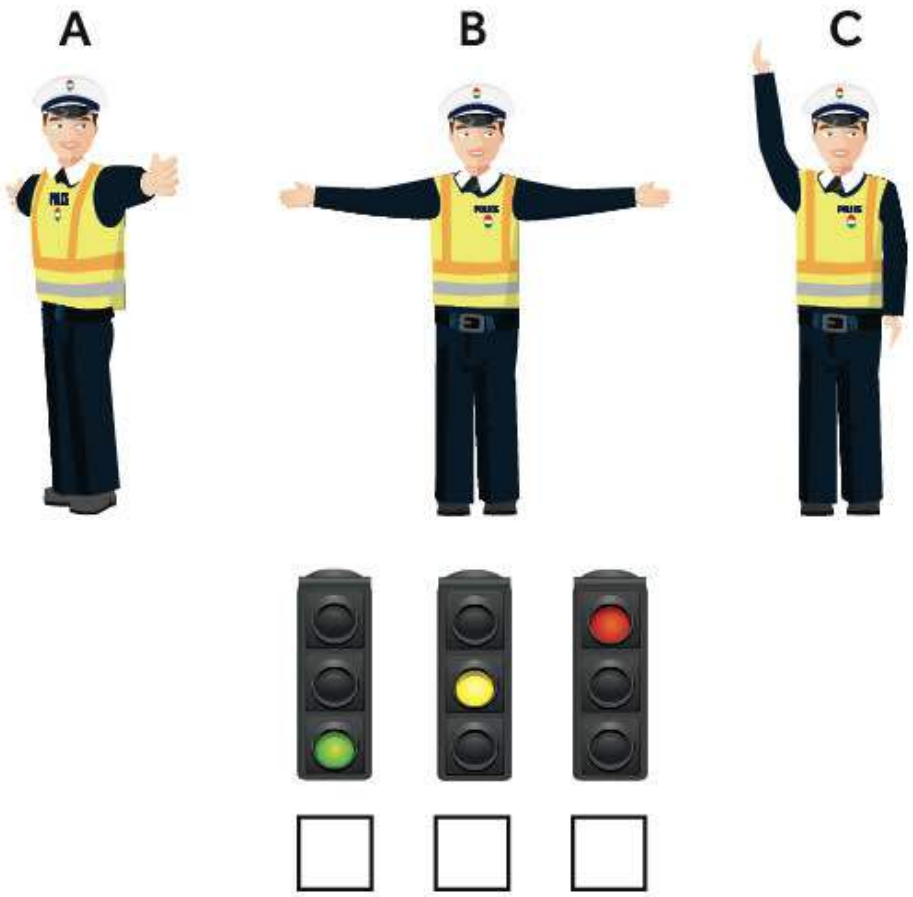
Kereszteződéshez érve mindig figyeld meg, elsőbbséged van-e!

- Ha a kerékpárút (gyalog- és kerékpárút) mellett van egy Elsőbbségadás kötelező! vagy egy STOP-tábla, akkor neked kell elsőbbséget adnod.
- Gyalog- és kerékpárút esetében általában zebra is van felfestve a gyalogosoknak. Ez azonban nem jelenti mindig azt, hogy itt a biciklisnek is elsőbbsége van.
- Ha neked van elsőbbséged, akkor is mindig győződj meg arról, hogy meg is adják!

Jegyezd meg! Kerékpáros átvezetéshez érve mindig figyeld meg, elsőbbséged van-e a kereszteződésben? Ha neked van elsőbbséged, akkor is győződj meg róla, hogy mindenki megadja-e!

Ellenőrző kérdések

1) Melyik karjelzés melyik jelzőlámpa fényével azonos? Írd a megfelelő betűket a négyzetekbe!



2) Nézd meg jól a képet! A biciklisnek, vagy a piros autónak van elsőbbsége? Miért?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Kanyarodás kerékpárral

Ahogy bármilyen más jármű vezetőjének, úgy a kerékpárosnak is jeleznie kell, ha irányt szeretne változtatni. A biciklisek úgy tudják jelezni, merre szeretnének menni, hogy felemelik egyik karjukat.

Irányváltás előtt minden alkalommal hátra kell nézni, utána pedig jelezni, merre szeretnél továbbmenni.

Gondolkodj! Miért kell minden irányváltoztatás és karjelzés előtt hátranézni?

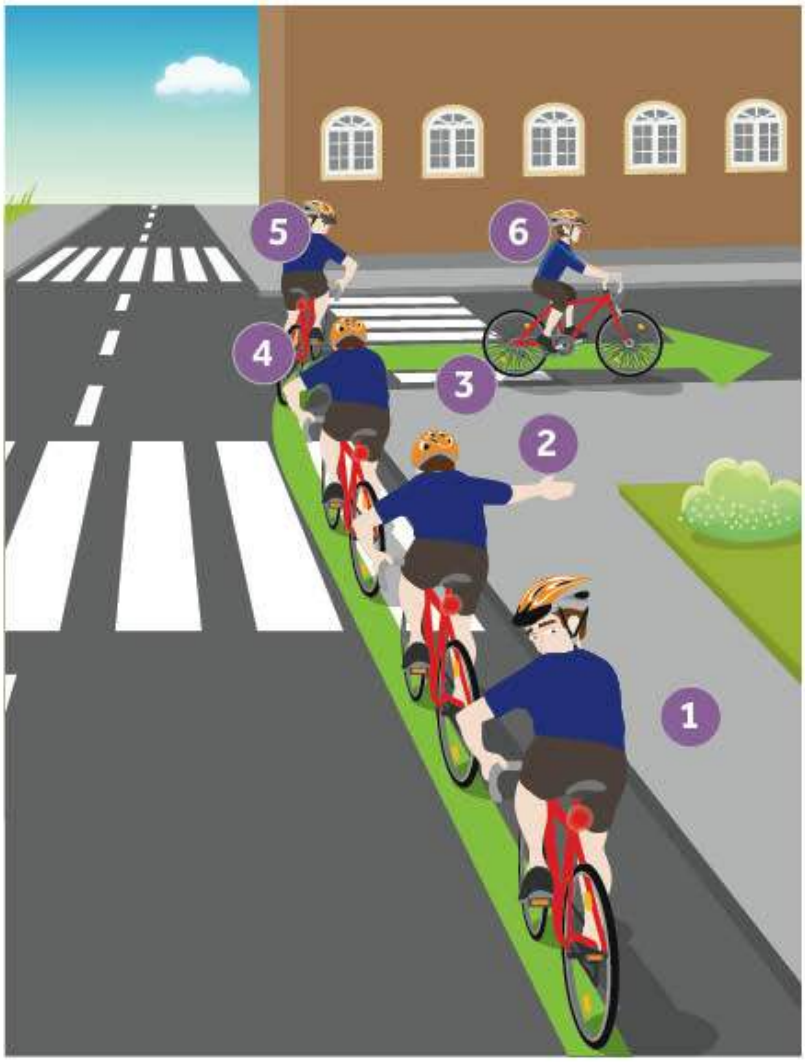
Ahhoz, hogy az biciklis irányjelzés jól látható legyen, karodat fel kell emelned törzsed mellé, ki kell nyújtanod, tenyeredet pedig ki kell fordítanod.

Minden irányváltoztatás előtt hátra kell nézni, és jelezni kell kezeddel, merre szeretnél továbbmenni.

Jobbra kanyarodás

- Már a kereszteződés előtt készülj fel a kanyarodásra!
- Figyeld meg, milyen elsőbbségi szabályok érvényesek a kereszteződésben!
- Kanyarodás előtt mindig nézz hátra!
- Jelezd jobb kezed kinyújtásával, merre szeretnél kanyarodni!
- Ha kell, add meg az elsőbbséget a többi közlekedőnek!

Tudtad-e, hogy ha bekanyarodsz valahova, akkor ott a gyalogosoknak akkor is elsőbbségük van, ha nincs felfestve zebra?



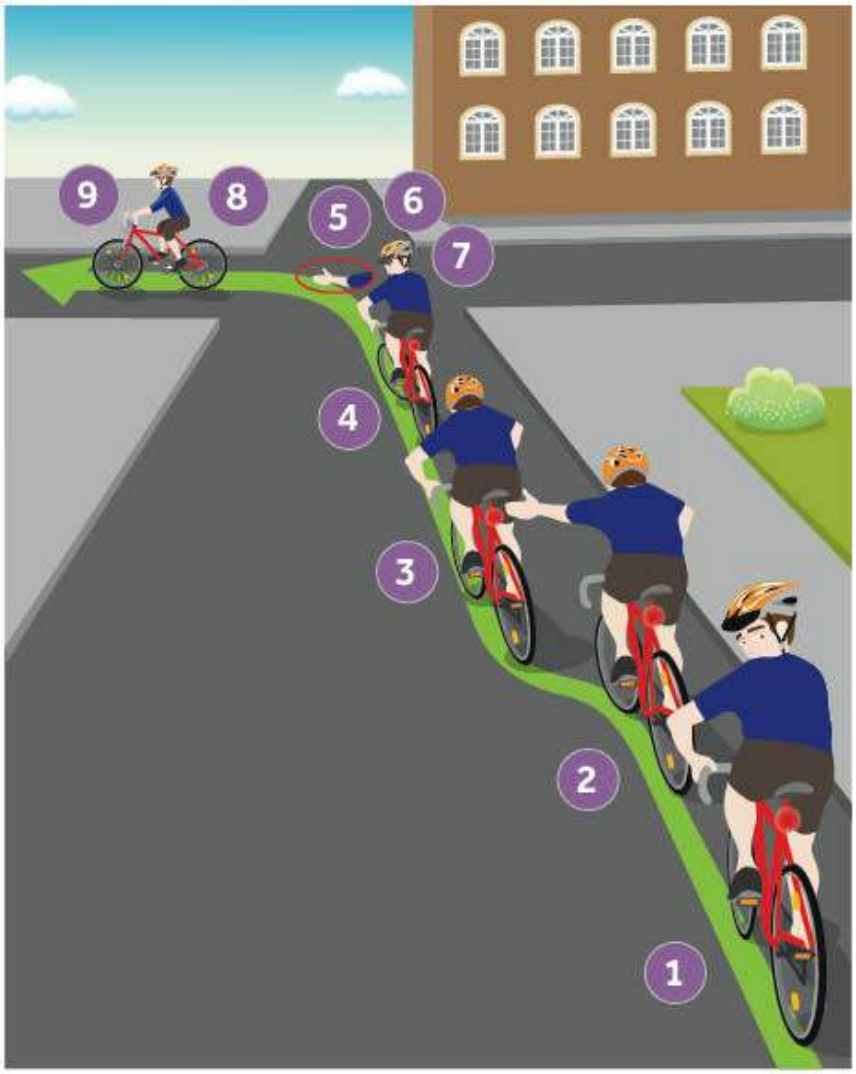
Hogyan kanyarodok jobbra egy kereszteződésben?

1. Hátranézek
2. Karjelzés: jobb kezemmel jelzem, merre szeretnék kanyarodni
3. Kanyarodás előtt megfogom a kormányt
4. Figyelek az elsőbbségi szabályokra és a forgalomra
5. Kis ívben kanyarodok, a jobb oldali pedál fent van
6. Figyelek a gyalogosokra

Kanyarodás előtt mindig hátra kell nézni, majd jelezni kell, melyik irányba szeretnél menni. Egyszerre mindig csak egy dolgot csinálj!

Balra kanyarodás

- Már a kereszteződés előtt készülj fel a kanyarodásra!
- Figyeld meg, milyen elsőbbségi szabályok érvényesek a kereszteződésben!
- Ha kell, add meg az elsőbbséget a többi közlekedőnek!



Hogyan kanyarodok balra egy kereszteződésben?

1. Hátranézek
2. Karjelzés: bal kezemmel jelzem, merre szeretnék kanyarodni
3. Az út vagy a sáv közepe felé húzódok
4. Még egyszer hátranézek
5. Karjelzés: ha kell, bal kezemmel ismét jelzem, merre szeretnék kanyarodni
6. Kanyarodás előtt megfogom a kormányt
7. Figyelek az elsőbbségi szabályokra és a forgalomra
8. Nagy ívben balra kanyarodok
9. Figyelek a gyalogosokra

Akár balra, akár jobbra fordulsz, kanyarodás közben mindig legyen mindkét kezed a kormányon!

Akadályok kikerülése

Ha bármilyen akadályt szeretnél kikerülni, előtte mindig nézz hátra, és karjelzéssel jelezd szándékodat!

Ha egy parkoló autót szeretnél kikerülni, mindig légy óvatos, számíts arra, hogy esetleg kinyitják ajtaját! Figyelj az autó elől esetleg eléd lépő gyalogosokra is!

Gondolkodj! Milyen távolságban kerülnél ki egy út szélén parkoló autót?

Hogyan kerülök ki egy parkoló autót?

1. Hátranézek
2. Karjelzés: bal kezemmel jelzem, hogy ki szeretném kerülni az autót
3. Fokozatosan az út vagy a sáv közepe felé húzódok; ha nincs nagy forgalom, „ajtónyitásnyi" távolságban kerülöm ki az autót
4. Figyelek az autó előtt esetleg felbukkanó gyalogosokra
5. Karjelzés: jobb kezemmel jelzem, hogy visszamegyek az út jobb oldalára
6. Fokozatosan visszahúzódok az út jobb oldalára.

Bármilyen akadályt szeretnél kikerülni, előtte mindig nézz hátra, és jelezd karjelzéssel szándékodat!

Vasúti átjáró

A vasúti átjárón való átkelést segítheti sorompó és fényjelző készülék (azaz lámpa) is. De előfordulhat az is, hogy csak egy közlekedési jelzőtábla, az András-kereszt figyelmeztet a vasúti átjáróra.

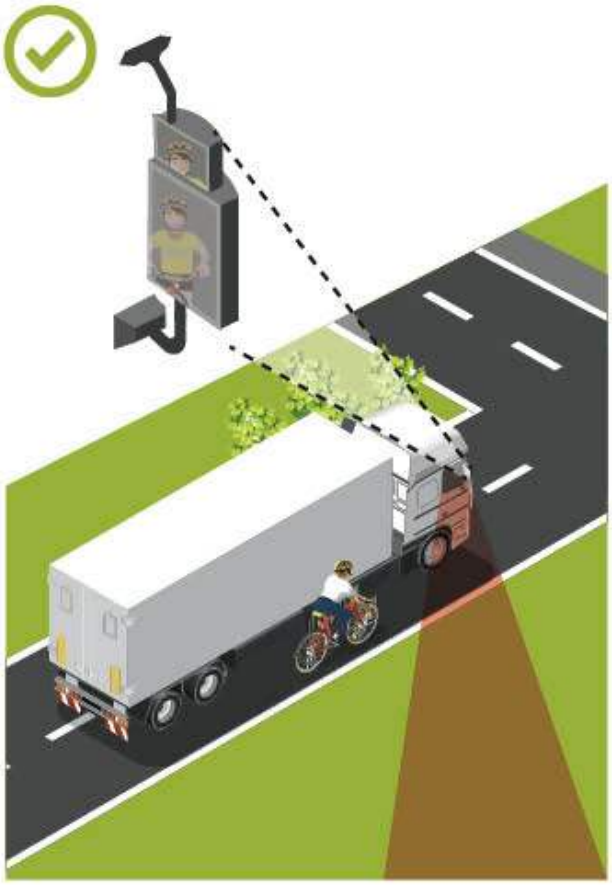
- Ha a sorompó le van eresztve, vagy pirosan villog a jelzőlámpa, akkor meg kell állni, és megvárni, míg a vonat elhalad.
- Ha fehéren villog a jelzőlámpa, akkor is körül kell nézni, mielőtt átmennél a síneken.
- Ha nem működik a jelzőlámpa, meg kell állni, és körülnézni, nem jön-e vonat.
- Ha csak András-kereszt jelzi a vasúti átjárót, akkor nagyon óvatosan, alaposan körülnézve szabad áthajtani.

- Ha sínek keresztezik az utat, igyekezz azokon óvatosan, lehetőleg merőlegesen áthajtani! A bringa kereke könnyen beeshet a sínek melletti vályúba.
- Esős, párás időben légy óvatos: a sínek a szokottnál is jobban csúsznak!

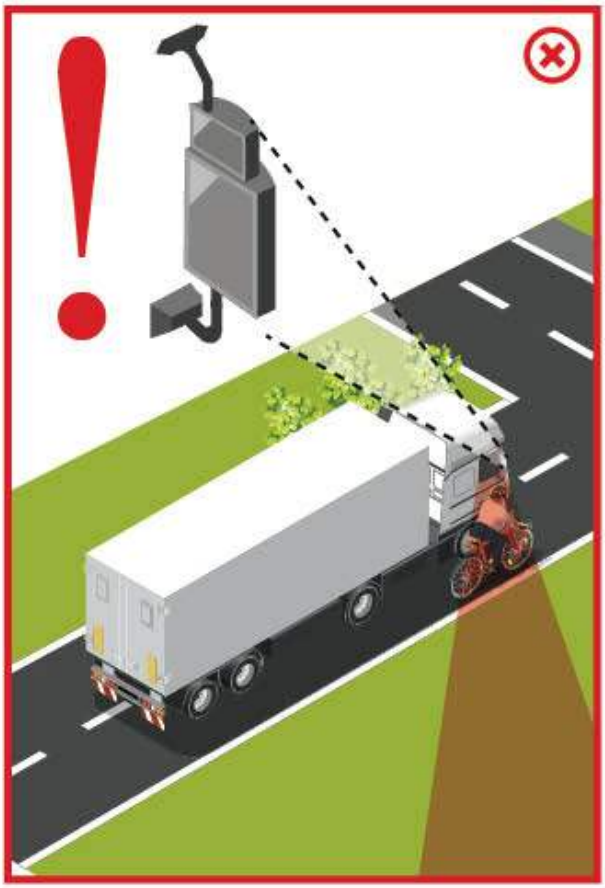
Holttér

A holttér az a terület egy nagy jármű (például teherautó vagy busz) mellett, előtt és mögött, amit vezető nem lát. Még az ablakon kinézve, vagy a tükröt figyelve sem látszik az a gyalogos vagy biciklis, aki a holttérben van.

Mit lát egy kamion vezetője a jármű jobb oldalán?



- Az ablakon kinézve látja azt, ami tőle pont jobbra van.
- A jobb oldali tükörbe nézve látja azt, ami a kamion oldala mellett van hátul.



De van egy olyan rész (a holttér) amit se akkor nem láthat, amikor kinéz az ablakon, se akkor, ha belenéz a tükörbe. Ezen a képen a biciklis pont a holttérben van, így a kamion sofőrje nem láthatja őt!

Holttér

A magasabb járműveknek elöl is van holtterük.

Hogyan kerülheted el egy jármű holtterét?

- Soha ne állj meg közvetlenül egy nagy jármű előtt, mögött vagy mellett!
- Soha ne előzz le jobb oldalról nagy járműveket egy kereszteződésnél!
- Mindig próbálj szemkontaktust teremteni a jármű vezetőjével!
- Ha nem érzed magadat biztonságban, szállj le a bringáról, és inkább told a járdán a bringádat. Ha így kikerülted a nagy járművet, ülj vissza a bringára, és tekerj tovább!

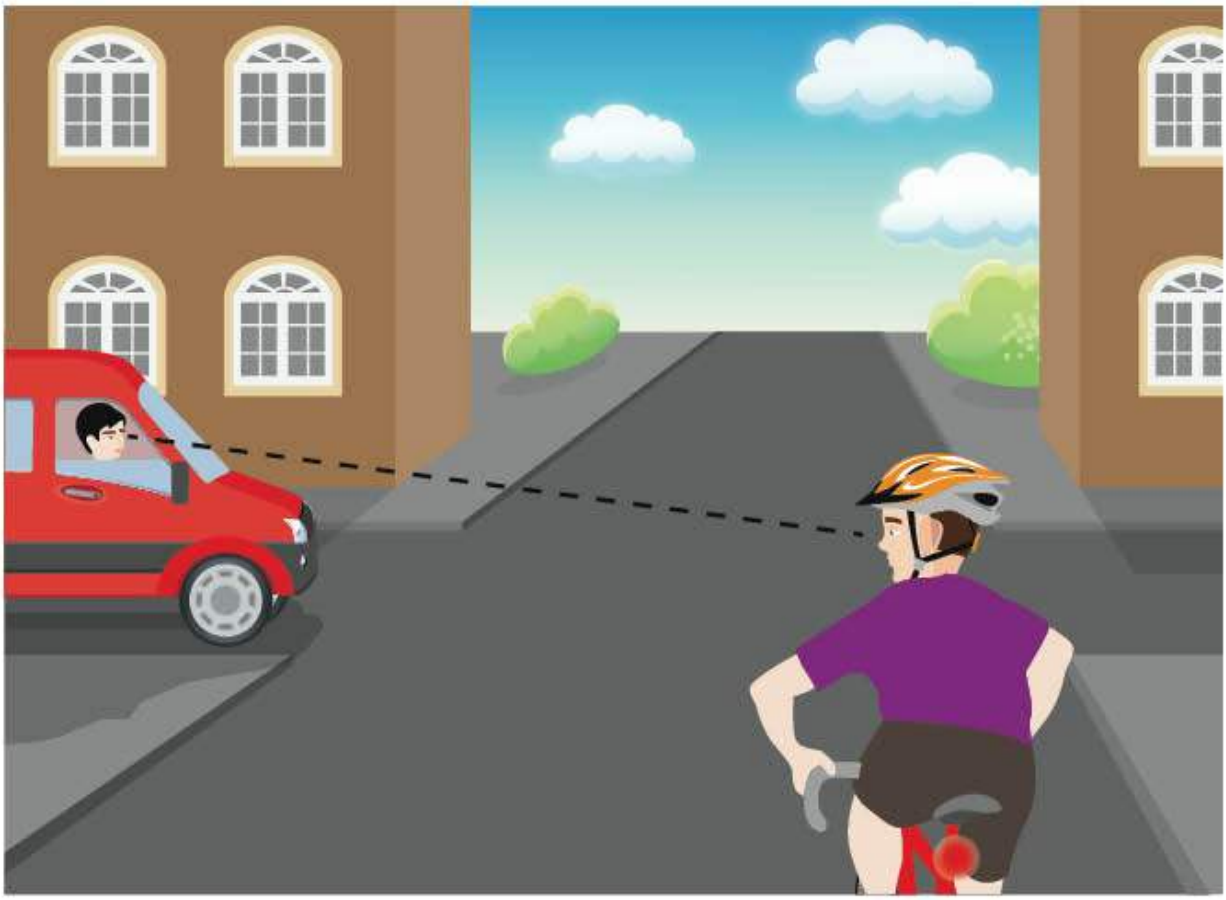
Soha ne állj meg közvetlenül egy nagy jármű előtt, mögött vagy mellett, kerüld el a holttereket!

Szemkontaktus

Ha a többi közlekedő szemét figyeled, akkor például egy kereszteződésben kitalálhatod, mi a szándékuk, de azt is megfigyelheted, észrevettek-e téged.

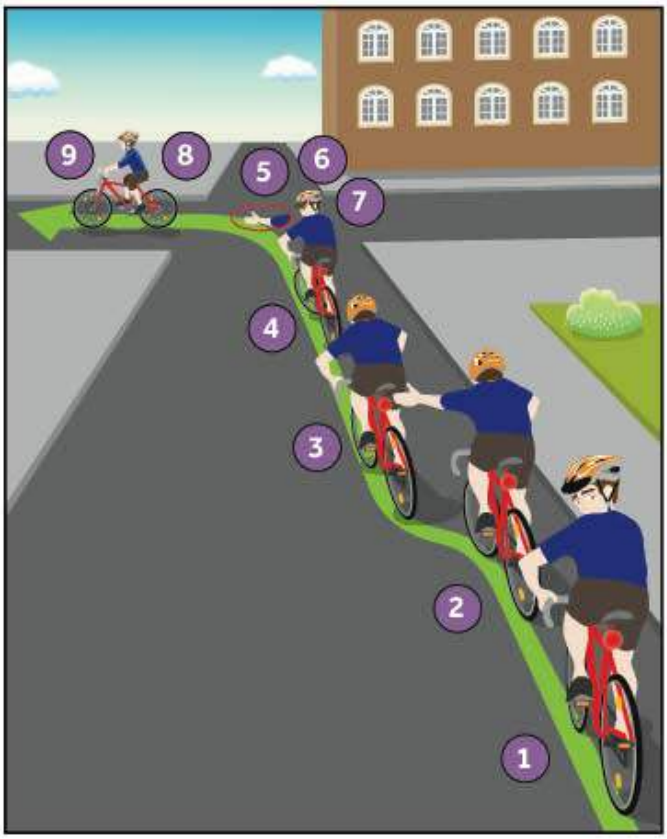
Hiába ismered jól a szabályokat, sohasem tudhatod pontosan, mik a szándékai a közlekedés többi szereplőjének. Ezért érdemes mindig megpróbálni megnézni a többi jármű vezetőjének az arcát, szemét.

Ha látod egy másik jármű vezetőjének a szemét, akkor majdnem biztos lehetsz abban, hogy észrevett téged.



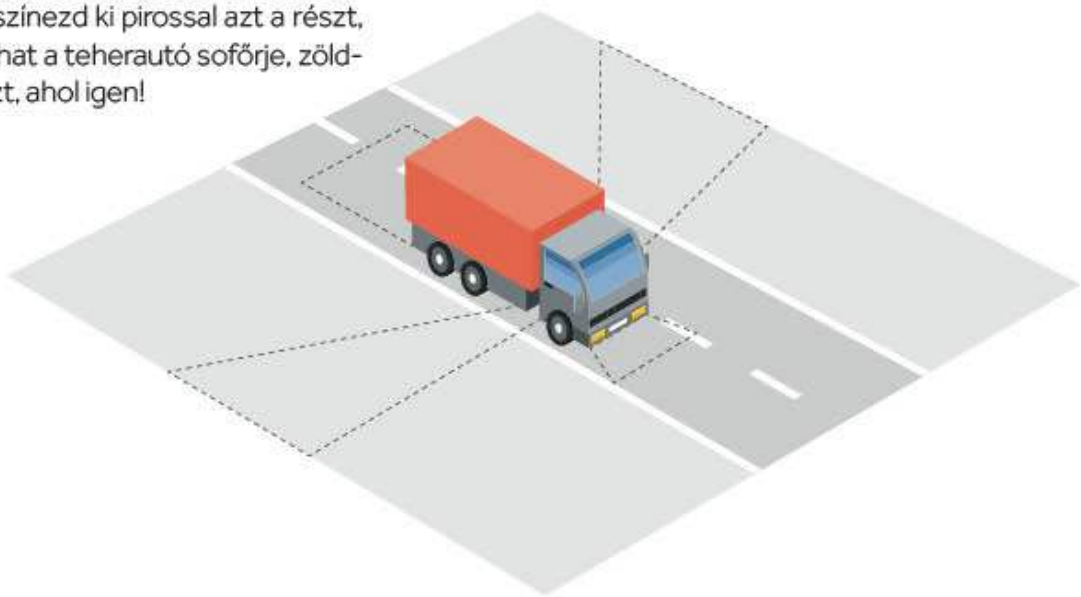
Ellenőrző kérdések

1) Balra kanyarodás – írd le a számok mellé, éppen mit csinál az ábrán a kerékpáros!



1. .....
2. .....
3. .....
4. .....
5. .....
6. .....
7. .....
8. .....
9. .....

2) Holttér – színezd ki pirossal azt a részt, ahol nem láthat a teherautó sofőrje, zölddel azt a részt, ahol igen!



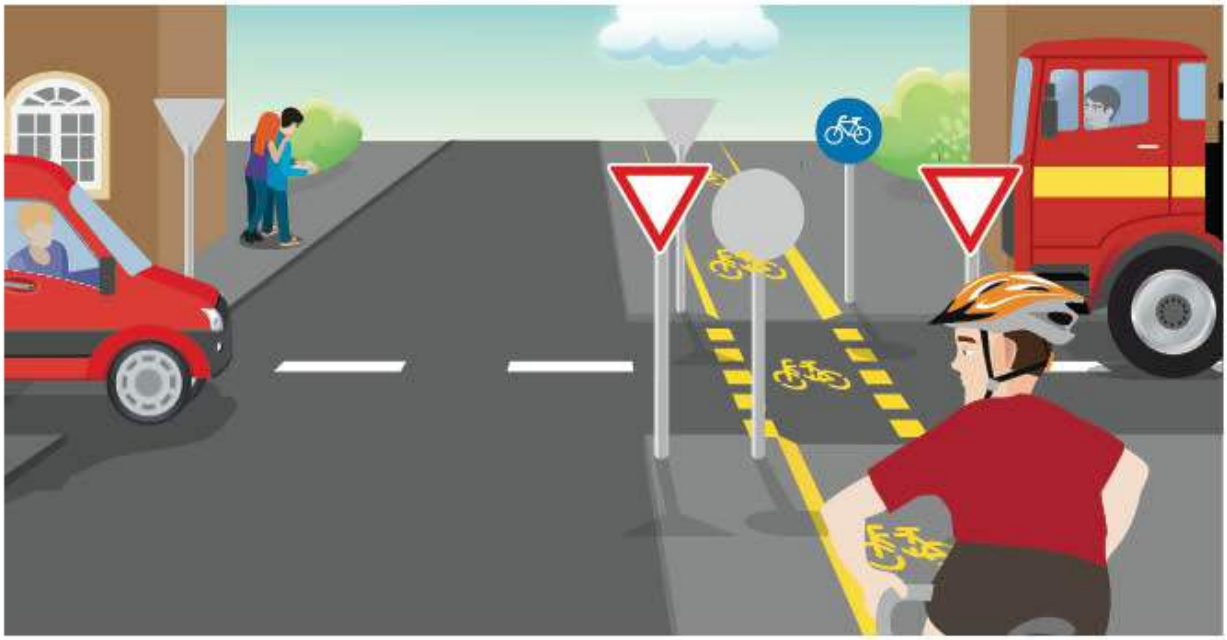
3) Mit kell tenned, ha STOP-táblát látsz?

.....

.....

4) Nézd meg alaposan a képet, és döntsd el, kinek lesz elsőbbsége! Miért?

.....



5) Bringaátvizsgálás: keresd meg a hibákat a képen!

1. .....
2. .....
3. .....
4. .....
5. .....

Ha autóban utazol, Te is figyeld a forgalmat!

A szüleid is vigyáznak a kerékpárosokra.

Az út közös: együtt közlekedünk!

Biztonságos előzési távolság