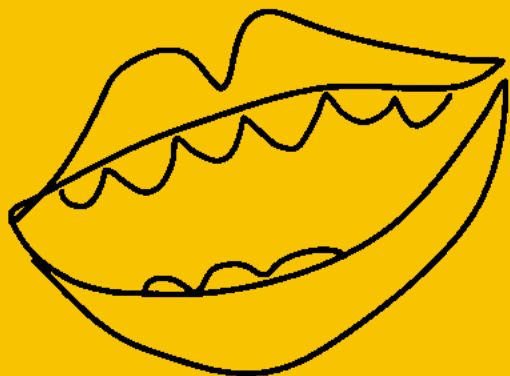
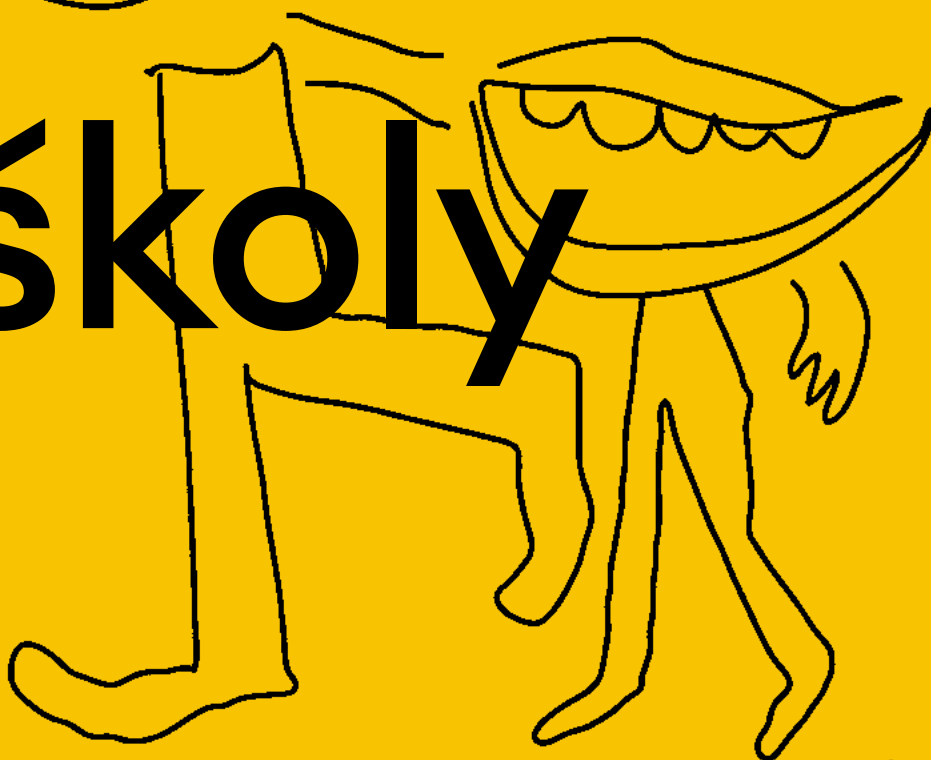


Pěšky



do

školy



Osvětová kampaň na podporu zdravé
a udržitelné dopravy do škol

pěšky
.....
městem

Pěšky do školy metodická příručka

Autoři publikace

Blanka
Klimešová

Marie
Čiverná

Petra
Syravá

Zdroje uváděných dat

Dotazníkové šetření
programu

Bezpečné cesty do
školy 2018–2024,
Pěšky městem

Evaluace kampaně
Pěšky do školy
2018–2024, Pěšky
městem

Udržitelně do škol 2023
a 2024 – výzkumný
projekt organizací
Pěšky městem (2023)
a Socionaut (2024)

© Pěšky městem, 2024

Foto © Helena Pěchoučková, Květoslav Syrový,
Štěpán Hon, Jan Hromádka, Petr Zewlakk Vrabec
a archiv Pěšky městem

Illustrations © Butterfliess & Hurricanes,
Martina Kupsová, Dominik Miklušák

Vychází s finanční podporou fondu zábrany škod
České kanceláře pojistitelů.



Vychází s podporou Ministerstva životního
prostředí. Materiál nemusí vyjadřovat
stanoviska MŽP.

Ministerstvo životního prostředí

Pěšky do školy nabízí
možnost změny.



Cesta do školy je příležitost
hýbat se, popovídat si, někoho
potkat nebo něco zažít.



Chůze vás probere a nastartuje,
je to balzám pro tělo i duši.

Pojďte s námi **pěšky do školy!**



Obsah

Slovo úvodem	4
Proč chodit do školy pěšky	5
České děti a jejich cesta do školy	6
Chodit pěšky prospěje všem	8
Problémy a překážky	9
Pěšky do školy nabízí	12
Pěšky do školy krok za krokem	15
Doprovodné aktivity – co se osvědčilo	19
A co dál?	24
Co je školní ulice?	25
Co je taktický urbanismus?	26
Jarní výzva Pěšky do školy po celý rok aneb jak o tom hravě učit?	28

Slovo úvodem



Výzva Pěšky do školy začala jako malý projekt na třech školách v roce 2017. V roce 2024 probíhala již na 500 školách ze 338 obcí, což znamená, že se zapojila přibližně každá desátá škola v ČR. Z výzvy se stala tradiční akce, která se koná v září jako součást Evropského týdne mobility. Pěší dny a motivační soutěž pomáhají školám vést děti k odpovědnému dopravnímu chování s ohledem na zásady zdravého životního stylu a s respektem k přírodnímu i vystavěnému životnímu prostředí.

Počet dětí, které každodenně cestují autem až před dveře školy, rok od roku stoupá. Průměrně se v ČR dopravuje autem do školy 24 % dětí. Před školami často vznikají nepřehledné a nebezpečné situace, 43 % dětí považuje ranní provoz před školou za nebezpečný a 75 % rodičů by uvítalo u škol bezpečnější cesty pro pěší. Každé auto před školními budovami zhoršuje vzduch, který děti celý den dýchají. Dětem chybí přirozený pohyb i kontakt s vrstevníky a okolím. A proto stojí za to se zamyslet nad tím, zda by děti nemohly častěji vyrazit do školy pěšky. Alespoň kousek.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy předložilo Plán podpory pohybu dětí, žáků a studentů pro období 2024–2028. Tento koncepční dokument si klade za cíl zvýšit rozsah pohybových aktivit žáků a snížit tak negativní vlivy nedostatku pohybu na zdraví. Prvním ze zmiňovaných pilířů je podpora aktivního pohybového režimu žáků během celého dne, tedy zejména aktivní transport do/z školy, aktivní přestávky, pohybové chvíle, otevřená hřiště nebo kampaně na podporu pohybu.

Cílem výzvy je zvýšit počet dětí, které se pravidelně dopravují do školy pěšky, na kole nebo veřejnou dopravou a snížit tak také dopravní zátěž před školami. Nepředpokládáme, že děti, které bydlí daleko, budou denně podnikat mnohakilometrové túry, nejde nám o počet kilometrů, ale o nastartování a udržení změny. Pro někoho je cesta autem do školy z různých důvodů nezbytná, i pak je ale většinou možné zaparkovat dále od školy a zbývajících kus cesty dojít pěšky.

Pojďme s dětmi pěšky a ukažme jim, že je to normální, zdravé a může to být i zábavné.

„Aby mohly děti ve škole podávat dostatečný a věku přiměřený výkon, přijímat nové informace a zpracovávat úkoly a pokyny pedagogů, potřebují aktivitu centrálního nervového systému. Základní podmínkou je snídaně, která dodá energii, a následná fyzická aktivita. Aby energii získanou snídaní mozek zpracoval, je potřeba ho rozhybat. A to doslova. Cesta pěšky do školy je pro děti ideální mozková rozcvička.“



MUDr. Zlatko Marinov,
obezitolog z Fakultní
nemocnice Motol

Proč chodit do školy pěšky

Bezpečí

Automobilový provoz spojený s dovážením dětí až ke škole je často ohrožující a nebezpečný. Obzvláště malé děti nejsou mezi couvajícími a parkujícími auty vidět. Řidiči často zastavují na přechodech a znemožňují dětem bezpečně přejít nebo jim brání ve výhledu. Rodiče dovážející děti do bezprostřední blízkosti školy ohrožují ostatní děti, které se před školou pohybují. Pro rodiče máme připravený leták **Osmero doporučení pro zodpovědné řidiče**.

Přirozená dopravní výchova

Děti, které pravidelně chodí s rodiči pěšky, se nejlépe naučí zásadám bezpečného pohybu po ulici. Připravili jsme pro vás **Desatero bezpečných cest do školy**, a jak se s dětmi bezpečně pohybovat po ulici od nejútlejšího věku, poradí naše brožura **Bacha, du!**

Zdravé vztahy a sebevědomí

Cesta do školy má pro děti důležitý socializační rozměr. Ať již chodí s rodiči nebo kamarády. Během ní mohou vznikat přátelství i první lásky, děti získávají společné zážitky a pozitivní vztah ke svému okolí. Děti získávají důležité kompetence, budují si samostatnost a zodpovědnost.

Zdraví

Děti by se měly aktivně pohybovat minimálně 60 minut denně. Většině dětí dnes však přirozený pohyb chybí, každé čtvrté dítě okolo 13. roku bojuje s nadváhou, nebo dokonce s obezitou. Chůze je zdravá, zlepšuje krevní oběh, pomáhá předcházet kardiovaskulárním a jiným civilizačním onemocněním. Ranní procházka dětem pomáhá se ve škole lépe soustředit.

Životní prostředí

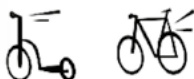
Každé auto před školou zhoršuje vzduch, který děti celý den dýchají. Emise z dopravy jsou jedním z hlavních zdrojů znečištěného ovzduší (např. v Praze je doprava zodpovědná za 90 % emisí prachových částic). Znečištěné ovzduší způsobuje v ČR přibližně 10 000 předčasných úmrtí ročně, každému z nás zkrátí život asi o 9 měsíců.

České děti a jejich cesta do školy

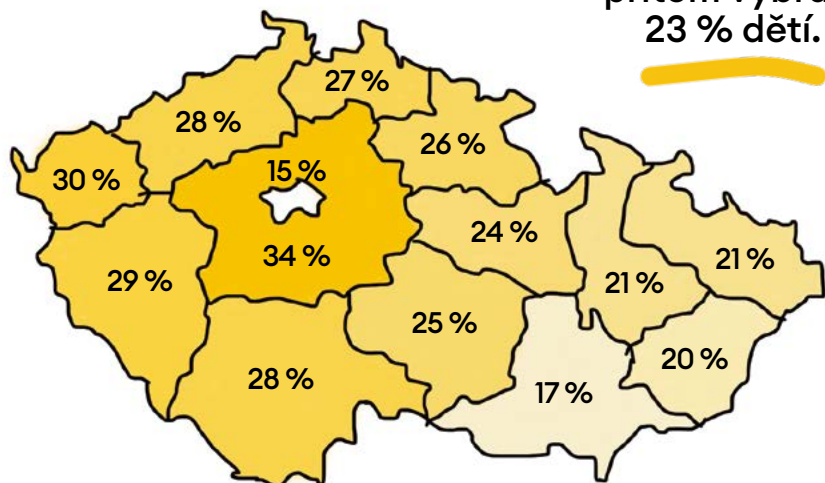
Většina
dětí do škol
přichází
pěšky
z domova
nebo od
zastávky
veřejné
dopravy.



Autem cestuje
pravidelně
do školy každé
čtvrté dítě.



Jen 1 % dětí
jezdí na kole
nebo na
koloběžce.
Koloběžku by si
přitom vybralo
23 % dětí.



Největší podíl dětí dovážených do škol autem je ve Středočeském kraji (34 %), kde také nejvíce dětí za vzděláním dojíždí do jiného kraje, nejčastěji do Prahy.

1/3

Třetina
dětí, které
ráno jedou
autem, se
odpoledne
dopravuje
pěšky nebo
veřejnou
dopravou.

1 km

18 % rodičů,
kteří vozí děti
denně do školy
autem, bydlí
do 1 km od
školy.

73 %

rodičů
postrádá u
školy možnost
bezpečného
odložení
kola nebo
koloběžky.

Nejčastějším důvodem, proč rodiče
s dětmi ráno sednou do auta, je to,
že sami jedou autem do práce.

43 %

dětí hodnotí ranní
provoz před školou
jako nepříjemný.

75 %

rodičů by uvítalo
u škol bezpečnější
cesty pro chodce.



S kamarádem děti chodí častěji odpoledne
než ráno. Společnost kamarádů mají při cestě
ze školy 4 z 10 dětí, které využívají veřejnou
dopravu, koloběžku, nebo jdou pěšky. Při cestě
autem má kamaráda jen každé šesté dítě.

Chodit pěšky prospěje všem

Děti:

Pravidelný zdravý pohyb samostatnost a zodpovědnost pozitivní vztah k místu, kde žijí zdravé dopravní návyky zážitky

Rodiče:

Čas strávený se svým dítětem bezpečnější cesty pro všechny děti samostatnější, zdravější a zodpovědnější děti

Škola:

Klidnější, bezpečnější a čistší prostředí v okolí školy děti, které jsou připravené se učit kvalitní náplň environmentální a dopravní výchovy školní komunita

Obec Městská část:

Snížení dopravní zátěže bezpečnější ulice a lepší ovzduší pro všechny smysluplné využití veřejných prostranství

Co nám pěší cesta do školy přinese?



Úspěch! Projekt #peskydoskoly nám pomohl vytvořit zdravější a šťastnější školní prostředí! Díky tomuto projektu jsme dokázali zlepšit návyky našich dětí i rodičů a motivovat je, aby nejezdili autem až těsně před školu. Společně tvoříme školní komunitu, která dbá na zdraví, pohyb a čistý vzduch.

ZŠ Benešov, Na Karlově

Problémy a překážky



Výzva Pěšky do školy motivuje děti i rodiče, aby podle svých možností co nejvíce prodloužili tu část cesty, kterou mohou jít pěšky. Neznamená to, že by děti ráno měly chodit mnoha-kilometrové túry nebo nemohly pěší dopravu kombinovat s veřejnou dopravou, případně i s cestou autem. Děti se často musí dopravovat z velké vzdálenosti nebo se do školy nedostanou jinak než autem. Situace každé rodiny je individuální a řada okolností může zcela nebo částečně znemožňovat, aby děti chodily pěšky.

Klíčové faktory volby způsobu dopravy jsou:

- vnímaná bezpečnost nebo nebezpečnost cesty,
- vzdálenost bydliště od školy,
- časová tíseň, ranní spěch, celkový management dne,
- pohodlí a jednoduchost zvoleného způsobu dopravy
- absence alternativ (nabídka veřejné dopravy, neexistující infrastruktura pro pěší nebo cyklo dopravy)
- dopravní návyky a kultura dopravování,
- počasí.

Výsledky našeho dotazníkových šetření opakovaně ukazují, že dominantním důvodem pro cesty autem jsou dopravní návyky rodičů, a pochopitelná snaha vyřešit rodinnou logistiku co nejefektivnějším způsobem. Rodiče, kteří dováží pravidelně děti do školy autem, jako důvod uvádí především **společnou cestu do práce** (51 %), druhým hlavním důvodem je to, že to považují za **nejrychlejší možnost** (33 %). Není výjimkou, že někteří rodiče dováží děti ke škole i z velmi malých vzdáleností. Blíže než 1 km od školy bydlí 18 % rodičů, kteří dováží děti do školy denně.

Výhrady rodičů je potřeba brát vážně, protože to jsou právě oni, kdo rozhodují o tom, jak se jejich děti budou do školy dopravovat.

V následujícím přehledu shrneme
nej důležitější námitky ze strany rodičů i jejich
možná řešení, která jim můžete nabídnout.



Problém

Doporučení pro rodiče

Cestou do školy musí
děti překonat velmi
rušné nebo
nebezpečné silnice.

Zkuste dětem vymyslet alternativní trasu, která je
bezpečná. Projděte si cestu s dětmi a uče je zásadám
bezpečného pohybu. Opakujte jim, na co si mají dát pozor.
Dejte jim dost času, než je pustíte samotné.
Pokud se bojíte je pouštět samotné, chodte s nimi
nebo se domluvte s jinými rodiči a střídejte se.
Upozorněte společně se školou na nebezpečná místa
odpovědný úřad a žádejte nápravu.

Děti bydlí moc daleko,
přeci nebudou chodit
10 km pěšky.

Jít pěšky do školy neznamená jít celou cestu pěšky. I využití
veřejné dopravy se počítá. Nechte auto na kraji města,
možná zjistíte, že cesta veřejnou dopravou do centra je
rychlejší než autem.

Jinak než autem se děti
do školy nedostanou,
cesta veřejnou
dopravou není možná.

Zaparkujte dál od školy a užijte si ranní desetiminutovou
procházku. Udělá dobře vám i dětem, které budou lépe
připravené na vyučování. Navíc pomůžete udržet prostor
před školou bezpečnější pro ty, kteří se tam pohybují pěšky.
Méně aut před školou znamená čistší vzduch ve třídách.

Rodiče vozí děti
cestou do práce,
je to nejjednodušší.

Zkuste cestu naplánovat jinak – pustit dítě samotné (pěšky
či MHD), pokud je to bezpečné, nebo se domluvte, aby šlo
se spolužáky či jiným rodičem. Vždycky můžete nechat
auto dále od školy a jít kousek pěšky.

A co když je venku
zima nebo prší?

Říká se, že není špatné počasí, ale jen nevhodné oblečení.
Děti milují louže a sníh. Kupte holínky, pláštěnky, deštníky,
rukavice a čepice a žádné počasí vás už nezastaví.

Proč by zrovna oni
měli s dětmi chodit
pěšky, když autem
jezdí všichni a je to
normální.

Děti se nejvíce učí nápodobou. Pokud rodiče běžně jezdí
po městě autem, budou i děti tento způsob dopravy
považovat za normální. Rodičovský příklad je nejdůležitější.
I velké změny začínají u individuálních rozhodnutí. Nikdy
nevíte, zda právě váš příklad nestrhne ostatní.

Problém

Doporučení pro rodiče

Rodiče s dětmi by
chtěli zkusit chodit
pěšky, ale ráno
většinou tolik spěchají.

Pokud necestujete autem, musíte cestu více plánovat
(např. znát jízdní řády MHD). Dobře naplánovaná cesta vám
ale nakonec může ušetřit čas či nervy. Začněte s malými
změnami, jděte pěšky alespoň někdy nebo třeba jen kousek
cesty.
Jděte pěšky odpoledne ze školy či na kroužky. Všechny
výhody chůze si užijete i odpoledne a děti si zvyknou,
že chodit pěšky je fajn.

Dítě je příliš malé,
aby mohlo chodit
samo, a nemůžou vždy
zařídít, aby jej někdo
doprovodil.

Najděte si spojení. Střídejte se s ostatními rodinami, které
bydlí poblíž. Můžete zkusit zorganizovat i tzv. pěškobus,
tedy skupinu dětí, kterou doprovází po domluvené trase
dospělý (rodič či prarodič) a nabírá další děti na určených
„zastávkách“. Takto se můžete v doprovázení dětí střídat
s více rodiči.

Někdy se dětem prostě
nechce nebo jsou
unavení. Cestou
kňourají, nebaví je to,
bolí je nohy.

Hrajte si cestou a vymyslete nějakou legraci, můžete třeba
pozorovat různé vzory dlažebních kostek na chodnících.
I ve městech je možné pozorovat přírodu – stromy, květiny,
ptáky nebo změny ročního období. Využijte cestu do školy
k „intelektuální rozcvičce“. Počítejte nebo procvičujte
násobilku. Hrajte slovní hry. Nebo si prostě jen povídejte.
Pravidelnost a důslednost vám ušetří část dohadování.

Nápad je to dobrý,
ale ve velkých
městech je ráno takový
smrad z aut, že je to
o zdraví jít pěšky.

To je pravda. Vozit dítě autem však není řešením, protože
je prokázáno, že v autě dítě dýchá několikanásobně horší
vzduch než venku. Nejlépe uděláte, když budete hledat
cestu klidnějšími ulicemi. Každý metr od zdroje znečištění
je znát.

Pěšky do školy nabízí



Změnu nebezpečné dopravní situace u školy

Mnoho škol se potýká s velmi nebezpečnými situacemi v souvislosti s dovážením dětí. Zapojení do celostátní kampaně školám pomáhá nastartovat změnu.

„Projekt je smysluplný, je dobrým impulsem pro změnu myšlení a rutiny v zaběhnutých způsobech dopravy do školy, právě na začátku školního roku.“

Pozitivní zkušenost či zážitek

Chceme dětem a rodičům zprostředkovat zážitek bezpečného a přívětivého prostoru před školou a zároveň ukázat, že cestovat jinak než autem, může být zábavné a snazší, než si mysleli.

„Akce je motivující, děti si prožitkem uvědomí, kolik je možností smysluplné dopravy do školy.“

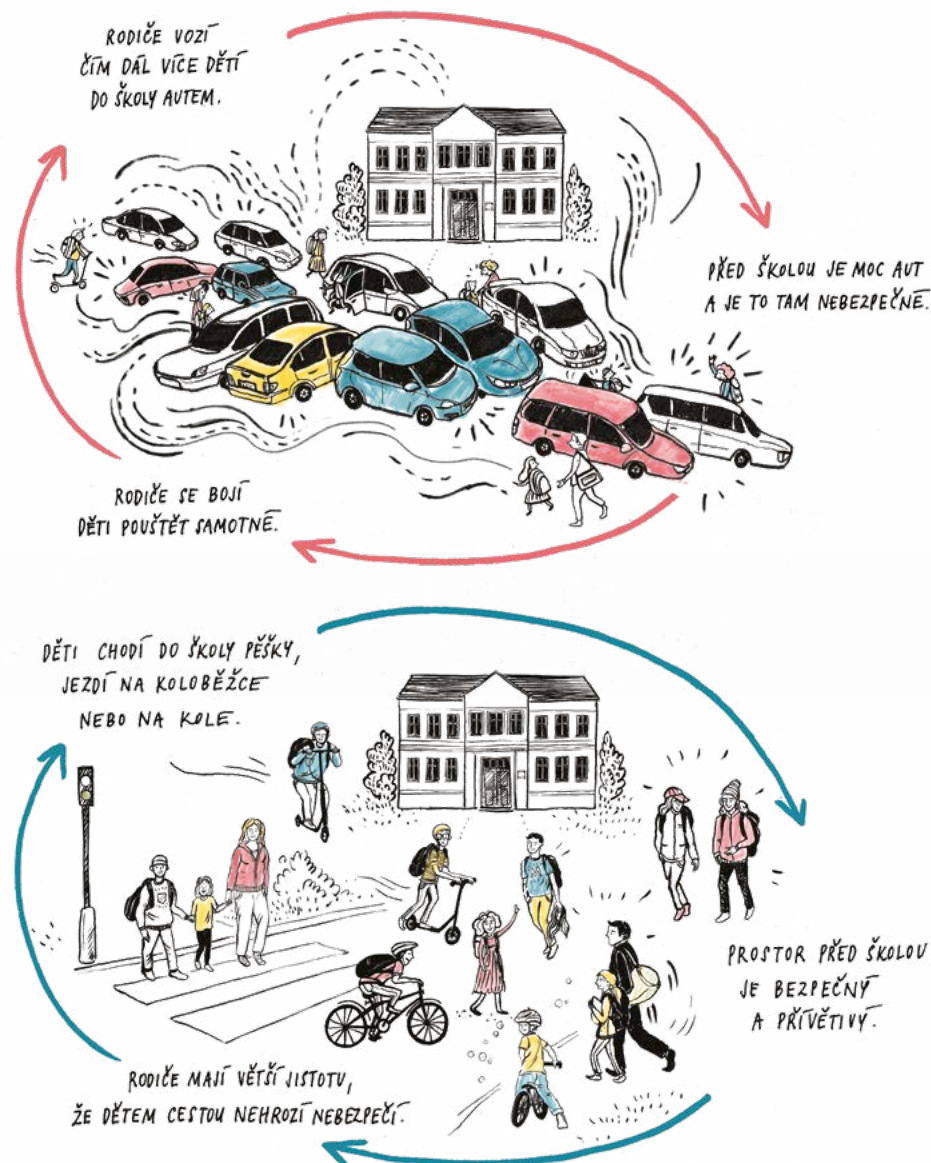
Dostatek informací

Osvětová část pomáhá pochopit, proč je důležité věnovat pozornost způsobu dopravy a jak to ovlivňuje zdraví nás všech i kvalitu místa, kde žijeme.

„Líbilo se mi, že nápady už jsou předpřipravené a nemusím vše vymýšlet sama. Žáci mohou dělat něco společně, společně se do něčeho prospěšného zapojit. Šestáci už si výzvu zvládli organizovat do velké míry sami a tím se taky hodně naučili.“

Výzva Pěšky do školy

Pěšky do školy je tradiční podzimní výzva, jejímž cílem je zvýšit počet dětí, které se budou pravidelně dopravovat do školy pěšky. Jádrem výzvy je pěší týden. Čím méně aut přijede až před školu, tím bezpečněji a příjemněji tam pro děti bude. Zapojit se mohou celé školy i jednotlivé třídy z mateřských, základních nebo středních škol z celé ČR. Součástí je i motivační soutěž o hodnotné ceny.



Pěší týden



Děti přijdou do školy pěšky, přijedou na koloběžce, na skateboardu, na kole nebo veřejnou dopravou.

Děti a rodiče, kteří pojedou autem, mohou zaparkovat dále od školy a jít alespoň část cesty pěšky.

Bude se mluvit o dopravě, životním prostředí a veřejném prostoru.

Jsou to dny, na které se děti budou těšit a které je budou bavit.

Výzva se koná vždy v září, kdy při příležitosti Mezinárodního dne bez aut (22. 9.) každoročně probíhá Evropský týden mobility. Září a s ním spojený začátek školního roku je vhodná příležitost zopakovat zásady bezpečné a zdravé dopravy. Probíhají úvodní třídní schůzky s rodiči, kde lze představit výzvu a s ní spojené dopravní doporučení školy (kde parkovat, jak se před školou chovat apod.).

„Dlouhodobé omezení pohybu v posledních měsících vede ke zvýšené úzkostnosti dětí i rodičů.

Prvním účinným pomocníkem při odstraňování stresu a napětí je chůze. Uvolňuje psychický tlak, snižuje tenzi v těle, má pozitivní vliv na naši mysl. Návrat k organizovanému je sportu náročný, chůze je můstkem k aktivnímu pohybu. Důležitá je všímavá chůze: sledovat, kudy a jakým

terénem jdu, pozorovat změny a detaily, které cestou potkám.

Místa, která prochodíme, si lépe pamatujeme, vytváříme si k nim vztah.

Chůze umožňuje prozkoumávat a objevovat prostor, ve kterém se cítíme dobře. Otisk těchto míst nám může být nápomocný při tvůrčí činnosti.“

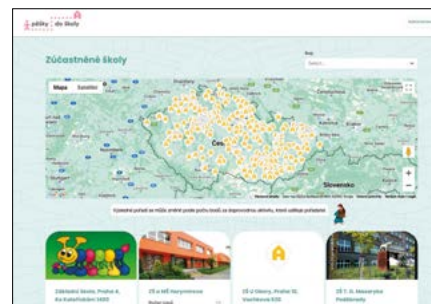


Alena Sobotová,
speciální pedagožka
a terapeutka

Pěšky do školy krok za krokem

Krok 1

Registrujte se, plánujte, spolupracujte



Do aktuálního ročníku výzvy se zaregistrujete nebo přihlásíte přes webovou aplikaci Pěšky do školy (aplikace.peskydoskoly.cz). Je potřeba potvrdit účast v aktuálním ročníku, i když se vaše škola účastnila v minulých letech. Díky webové aplikaci budete mít k dispozici všechny materiály i metodickou podporu. Registrace je možná od května, aby školy měly dostatek času na přípravu a plánování.

Návod pro webovou aplikaci najdete v nápovědě aplikace nebo na našich webových stránkách www.peskydoskoly.cz.

Do aplikace se vždy registruje škola. Každá škola má svého hlavního správce (**správce školy**), který zve do aplikace kolegy (správce tříd). Správci tříd zadávají jednotlivé třídy a jejich docházku i doprovodné aktivity. Vždy je lepší, když má každá třída svého správce třídy, aby správce školy nebyl zavalen přílišnou administrací. Pokud je toto pravidlo dodrženo, je aplikace uživatelsky přívětivá.

Vymyslete náplň a obsah akce. Naplánujete společnou akci pro celou školu nebo náplň necháte na jednotlivých třídách? Uspořádáte pro děti projektový den nebo třeba snídani před školou? Můžete se soustředit na dopravní průzkum nebo se věnovat výukovým aktivitám. Některé nápady na doprovodné aktivity jsou uvedeny v kapitole „Doprovodné aktivity – co se osvědčilo“. Nezapomeňte si stanovit jasný, odvážný, ale reálný cíl, kterého chcete dosáhnout.

Sestavte si produkční tým, který vám s organizací pomůže. Přizvěte učitele, rodiče nebo dobrovolníky. Zapojte děti do tvorby plakátů, dokumentace pěších dnů, sběru zpětné vazby, přípravy vystoupení nebo aktivit pro spolužáky. Rodiče mohou napéct dobroty na snídani před školou, věnovat sponzorské dary, pomoci jako doprovod pro skupiny dětí nebo dohled na rizikových místech. Pěší týden je výborná příležitost ke stmelení školní komunity.

Najděte vhodné a bezpečné cesty do školy, které budete dětem pro pěší cesty doporučovat. Upozorněte děti na nebezpečná místa, kde musí dávat pozor. Vytipujte místa dále od školy, kde budou moci zaparkovat ti, kteří přijedou autem. Nemusí se jednat jen o veřejné parkovací plochy. Často je v blízkosti školy nějaká provozovna (např. restaurace), která v ranních hodinách parkoviště nevyužívá.

Krok 2 Propagace a získání podpory

O zapojení do výzvy Pěšky do školy dostatečně dopředu informujte děti, rodiče i zaměstnance školy. Vysvětlete důvody, které vás k zapojení vedly, i cíl, kterého chcete dosáhnout. Informujte všechny pedagogy a poproste je, aby vysvětlili dětem smysl i účel pěších dnů.

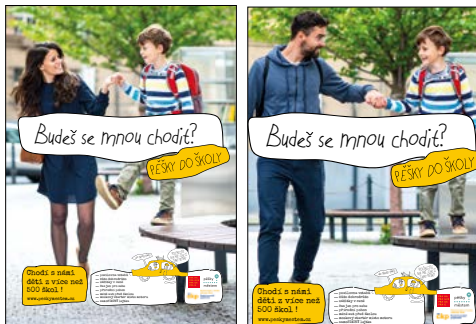
Co nejvíce způsoby informujte rodiče – zveřejněte informace na nástěnkách, na webu školy, prostřednictvím elektronických záznamů knížek nebo e-mailem.



Pokuste se pro pěší týden získat podporu městské části nebo obce. Oslovte radnici, představte jim výzvu a pozvěte na zahájení akce zástupce zřizovatele. Požádejte o věcné ceny, oslovte lokální tisk, aby o pěších dnech informoval. Spojte se s okolními školami. Jestli jsou přihlášeny snadno zjistíte ve webových aplikacích. Informujte městskou policii, obzvláště pokud v rámci pěšího dne plánujete nějaký průvod, hromadnou vycházku, cyklojízdu apod.

Doporučujeme využívat jednotný styl komunikace. Pro vaši podporu jsme připravili kompletní sadu grafiky a komunikačních nástrojů, které najdete v aplikaci nebo na webu. Součástí je také podrobný on-line manuál komunikace, který vás provede správným používáním prvků kampaně a loga. Najdete v něm i jasné pokyny, jak efektivně komunikovat o kampani na sociálních sítích a dalších platformách. Díky těmto nástrojům bude vaše zapojení do kampaně ještě viditelnější a srozumitelnější. **Děkujeme, že ve veškeré komunikaci (na vlastních materiálech a příspěvcích) uvádíte logo Pěšky do školy, @peskymestem nebo #peskydoskoly.**

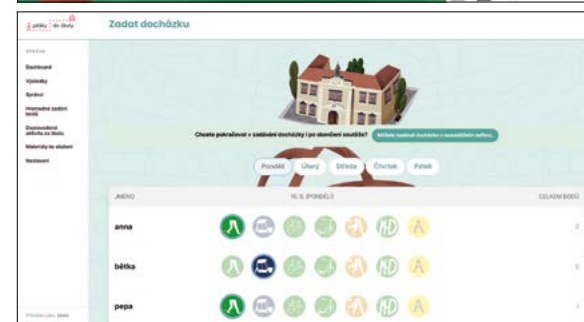
„Tak kde začít? No u učitelů. A bolelo to. Neboť zvyk je železná košile. Celou situaci jsme konzultovali s vedením obce, které nám vyšlo vstříc a upravilo parkovací místa nedaleko školy. První krok byl za námi.“



Krok 3 Vlastní pěší týden

Termín pěšího týdne je pro každý ročník vyhlášený jednotně v souladu s termínem Evropského týdne mobility. Můžete chodit pěšky i déle, ale do soutěže se počítá jen jeden školní týden (5 dní). Motivujte děti k aktivní dopravě, ale dejte pozor, aby v rámci soutěživosti nevznikaly negativní emoce vůči dětem, které jezdí autem. Způsob dopravy do školy můžete zaznamenávat a sledovat za pomoci webové aplikace Pěšky do školy nebo soutěžního papírového plakátu.

Během akce Pěšky do školy s dětmi zopakujte zásady dopravní bezpečnosti, věnujte se environmentálním tématům, zdravému životnímu stylu a veřejnému prostoru. Připravte pro děti nějaký speciální zážitek. Můžete využít připravené materiály, které najdete v aplikaci v sekci „Materiály ke stažení“. Motivační sada obsahuje například plakát pro zaznamenávání cest do školy, pěší deník, výukové hodiny a pracovní listy a další materiály.



Soutěž

V rámci Pěšky do školy nabízíme zapojeným školám soutěž o hodnotné ceny. Účast v soutěži je dobrovolná.

V celorepublikové soutěži budou oceněny třídy ve třech kategoriích:

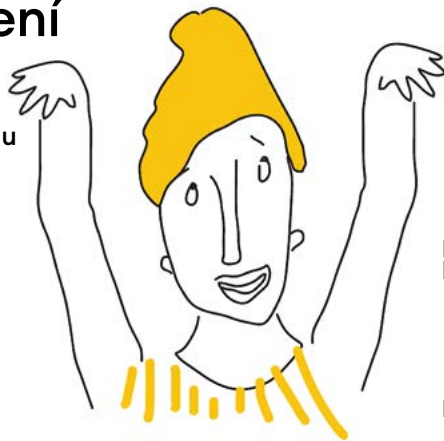
1. mateřské školy,
2. první stupeň základních škol,
3. druhý stupeň základních škol a střední školy.

Aktuální pravidla soutěže jsou dostupná na www.peskydoskoly.cz nebo v aplikaci.

Krok 4

Zhodnocení

Důležitou součástí Pěšky do školy je zhodnocení dopadu akce.



- Ptejte se na názor a zhodnocení všech zúčastněných – dětí, rodičů i učitelů, nejlépe přímo před školou nebo věnujte zhodnocení pár minut z vyučovací hodiny. Nechte děti o pěších dnech napsat úvahu, vyzvěte rodiče ke zpětné vazbě.

- Aktuální nebo dlouhodobou změnu dopravního chování vám pomůže zmapovat metodika pro dopravní průzkum. Pokud jste zmapovali okolí školy a máte podněty ke změně, předejte je s dětmi veřejné správě obce.

- Zhodnocení pěších dnů zveřejněte prostřednictvím informačních kanálů školy. Napište článek do novin. Sdílejte zhodnocení i s organizací Pěšky městem, pomůžete tak výzvu stále vylepšovat a šířit.

„Kdo plánuje město? Jsme to my všichni. Každé ráno. Když se rozhodujeme, jak vyrazíme do města a za jakým cílem. Pokud sedneme ráno do auta a pojedeme na velkou vzdálenost, probudíme se za pár let v automobilovém světě, zahlceném dopravní infrastrukturou a mrtvým veřejným prostorem. Pokud se ráno rozhodneme vyrazit do práce nebo do školy pěšky, ocitneme se brzy v pestrém a obyvatelném městě lidského měřítka a krátkých vzdáleností.“



Osamu Okamura,
architekt a urbanista

„Výzva nás inspirovala k akcím, které jsme ještě nevyzkoušeli (např. komunitní snídani). Skvěle doplňuje naše ŠVP v měsíci září jak ve škole, tak ve školní družině. Dopravní situace před školou nás tíží, k výzvě jsme se připojili druhým rokem a vidíme zlepšení oproti předchozím rokům.“

„Před školou ubýlo aut. Více dětí přišlo pěšky, jely veřejnou dopravou nebo využily koloběžku či kolo. Rodiče se aktivně zapojili. Děti se aktivně zapojily. Výsledky průzkumu způsobu dopravy do školy před a během týdne Pěšky do školy předložíme paní starostce, abychom podpořili nákup cykloboxů, o které jsme již před nějakou dobou zažádali.“

Doprovodné aktivity – co se osvědčilo



ZŠ Jiřího z Lobkovic, Praha



ZŠ Lukavice



ZŠ Ostrčilova, Ostrava



ZŠ Zahrádka, Praha

Happening před školou a akce ve veřejném prostoru

Nabídněte dětem výjimečný zážitek. Uspořádejte snídani před školou, pozvěte starostu, nacvičte vystoupení, vyzvěte děti, aby přišly v převlecích. Děti si užijí, když s nimi vyrazíte ven a pomůžete jim zažít, že mohou veřejně vyjádřit svůj názor. Zapojte děti do hledání argumentů na podporu aktivní dopravy a připravte s nimi plakáty nebo letáčky.

„V den akce bylo stále před školou mnoho aut, ale bylo jich méně než obvykle. Většina žáků i učitelů se opravdu snažila dojet alespoň kousek pěšky. Takže z toho plyne, že kdybychom se takto snažili každý den, možná by bylo před školou mnohem bezpečněji a my bychom pomohli nejen bezpečnosti, ale i našemu životnímu prostředí a našemu zdraví.“

Vyzkoušejte změnu



Udělejte před školou na pár dnů místo parkoviště příjemný prostor. Pokud není škola na důležité průjezdné komunikaci, můžete zkusit, jak by to vypadalo, kdyby před školou nebyla žádná auta a prostor byl bezpečný pro pěší či cyklisty. Přes náš benefiční obchod si můžete objednat makety, které řidiče upozorňují na pohyb dětí. Případně si podobné můžete vyrobit.



Chcete-li se dozvědět víc o projektu tzv. školní ulice, ozvěte se nám (více v kapitole „Školní ulice“). Pokud se budete pouštět do akcí, které ovlivní dopravu, musíte mít povolení silničního správního úřadu.

Nárazově lze pro kola vyhradit nouzový prostor, ZŠ Kutnohorská, Praha



Školy se často potýkají s nedostatečnými možnostmi pro parkování kol a koloběžek. Při organizaci pěšího týdne budete pravděpodobně potřebovat vymyslet, kam je dát. Pro dlouhodobé řešení se obraťte na svého zřizovatele (doporučení a příklady naleznete na www.peskymestem.cz).



Vytipujte si místa, kde se děti mohou sejit a pokračovat společně. Doprovázet je mohou starší spolužáci, nebo se vystřídají rodiče. Můžete vyzkoušet „pěšikobus“ („pěšibús“), pravidelnou skupinu, která má na cestě ke škole „zastávky“, na kterých se děti mohou přidat. Pokud jsou na cestě ke škole nějaká riziková místa, zkuste sestavit rodičovské hlídky, které je dětem pomohou překonat.

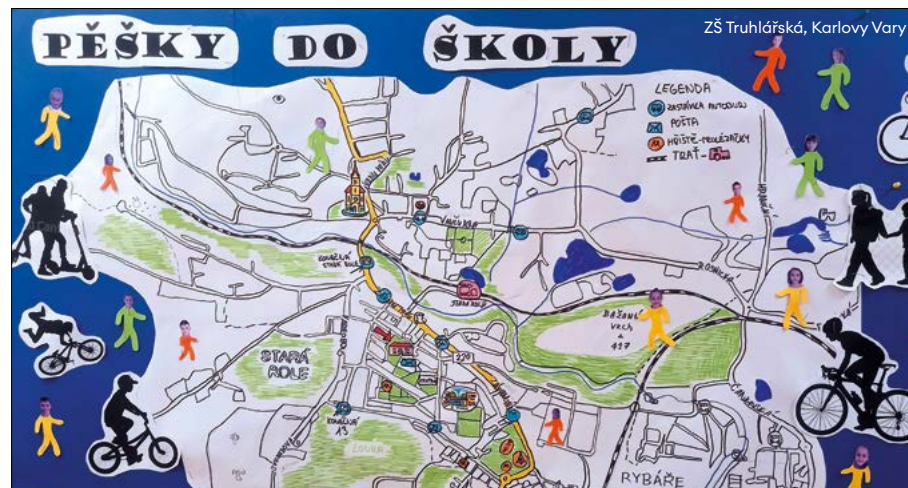
Ukažte dětem správné chování na konkrétních místech, kudy chodí, ZŠ Bošovice, ZŠ Dona Bosca, Praha



Zopakujte si s dětmi zásady bezpečného pohybu po ulici. Raději než na dopravní hřišti, je vezměte do okolí školy, hledejte s nimi nepříjemná nebo nebezpečná místa a ukažte si, jak se tam správně chovat. Na nebezpečná místa můžete upozornit radnici a požadovat úpravu.

Zapojení Pěšky do školy do různých předmětů nebo projektový den

Věnujte jeden den, nebo jeho část, tématu dopravy, dopravní bezpečnosti, zdravému životnímu stylu a environmentální výchově. Tématu je možné se věnovat v různých předmětech: v českém i cizím jazyce, výtvarné výchově, vlastivědě a prvouce, ale třeba také v matematice nebo fyzice.



ZŠ Londýnská, Praha



Zmapujte okolí školy a předejte radnici podněty, kde vnímáte nebezpečná místa.

Můžete využít také připravené výukové materiály na témata související s dopravou, veřejným prostorem, životním prostředím nebo se zdravím. Výukové materiály jsou k dispozici všem přihlášeným školám nebo třídám v aplikaci v sekci „Materiály ke stažení“.

Spolupráce s Policií ČR nebo krajskými koordinátory BESIP

Policisty můžete pozvat na besedu, ale také můžete ve spolupráci s nimi například hodnotit chování řidičů. Zvýšení bezpečnosti na silnicích není jen otázkou uspořádání infrastruktury nebo omezení automobilové dopravy, ale také dodržování a respektování pravidel.

Ve spolupráci s Policií můžete zorganizovat také dětské hlídky a ukázat dopravní přestupky v praxi.



ZŠ Černošice



ZŠ Na Karlově, Benešov

ZŠ Oldřichov



Skutečné nebo virtuální výlety

Choďte s dětmi pěšky na akce, které jsou mimo školní budovu (na plavání, do divadla apod.). Vydejte se s dětmi na výlet, ať už pěšky nebo na kole.

Výlet může být také virtuální – společně můžete sbírat kilometry a cestovat tak po světě. ZŠ Dona Bosca například u příležitosti stého výročí ČSR symbolicky putovala do Paříže, kde byla vyhlášena první prozatímní československá vláda.



ZŠ Švehlova

Dokumentace a zhodnocení

Můžete udělat reportáž, dopravní průzkum nebo anketu pro ostatní děti ze školy či pro širokou veřejnost. Sledujte, jak akce změnila prostor okolo školy. Připravili jsme pro vás vzor pro realizaci dopravního průzkumu. Nakonec můžete své postřehy z průzkumů předat vedení obce (viz kapitola A co dál).



MŠ K Polabinám Pardubice



ZŠ A. Sochora, Duchcov

Na co nezapomenout?

- Při všech akcích je důležité mít na paměti bezpečnost dětí a doporučit takové cesty, kde je minimalizované riziko dopravních nehod. Připomeňte to dětem a poproste o připomenutí také rodiče.
- Po akci pochvalte všechny účastníky a nezapomeňte na rodiče, protože ti rozhodují, jak se ráno děti do školy vypraví.

A co dál?



Výzva Pěšky do školy je příležitost, jak nastartovat debatu o dopravě do školy s různými aktéry. Možná se Vám podařilo aktivovat děti, rodiče i pedagogy a teď si kladete otázku, co můžete dělat dál. Změna dopravního chování je dlouhý proces, a není namístě očekávat, že se změní po jednom týdnu. Pokud vás pěší dny bavily, opakujte je, kdykoliv se vám bude chtít. Pěšky městem vám nabízí ještě **jarní výzvu** nebo program **Pěšky do školy po celý rok** (viz dále). Udělejte z pěší dopravy běžnou součástí vašich akcí, chodte s dětmi pěšky, kdykoliv to jde – do divadla, na plavání, do muzea.

Opakovaně informujte rodiče o preferovaném dopravním chování u školy a výhodách aktivní dopravy do školy. Pravidla můžete zveřejnit například na webu školy, opakovat je na třídních schůzkách prostřednictvím letáčků či plakátů (můžete využít třeba naše **letáčky pro rodiče-řidiče**). Vyzývejte rodiče k pomalé a ohleduplné jízdě v okolí školy, a především k tomu, aby nechávali auta dále od školy. Doporučte dětem a rodičům kudy se vydat a na co si dát cestou pozor. Inspirovat se můžete například letákem **Dobré cesty**.

Klíčovým faktorem při rozhodování o způsobu dopravy dětí do školy je **vnímaný pocit bezpečí**. Stačí jedno nebezpečné místo na cestě a rodiče se raději rozhodnou dítě ke škole přivést autem. Proto je nezbytné nabízet bezpečnou a pohodlnou infrastrukturu pro pěší a cyklisty. Nebojte se obracet na městskou část nebo zastupitele obce a požadovat opatření na zklidnění dopravy před vaší školou. Sestavte školní plán mobility – dlouhodobý plán, jak se budete snažit podporovat udržitelné a zdravé způsoby cestování dětí do školy.

Školní ulice, taktický urbanismus a další zklidňující opatření

Co je školní ulice?

Školní ulice je dopravní opatření, které zajišťuje bezpečí před školou v době největšího provozu, nejčastěji v době před začátkem vyučování. Spočívá v zákazu vjezdu automobilů a vyhrazení prostranství před školou pouze chodcům a cyklistům. Ve zkušební fázi se vyznačuje pomocí dopravního značení, mobilních zábran (kužely, ploty, balisety) a vyžaduje součinnost zástupců školy, rodičů a odpovědných úřadů. V další fázi je vhodné dopravní opatření rozšířit o odvážnější úpravy veřejného prostranství, které potvrzují prioritu chodců (zeleň, herní prvky, lavičky, street art atd.), nebo potvrdit rekonstrukci ulice. Školní ulice jsou běžné v řadě evropských měst, ale také v USA, Kanadě nebo Austrálii. V ČR se s nimi můžeme setkat například v Praze, Plzni, Mladé Boleslavi, Dobrušce a dalších městech.

Více informací o školní ulici se dozvíte na www.peskymestem.cz

Někdy ke zvýšení bezpečnosti pomohou i nestavební dopravní opatření jako například změna dopravního značení, časově omezené nebo trvalé zjednosměrnění ulic, zákaz parkování na exponovaných místech, zákaz vjezdu před školou, K+R parkování dále od školy.



Školní ulice, ZŠ Hanpauka, Praha



Školní ulice, ZŠ Na Dlouhém Lánu, Praha



Školní plácek, ZŠ Solidarita, Praha

Co je taktický urbanismus?



Taktický urbanismus je nízkonákladové dočasné řešení realizovatelné v krátkém časovém horizontu, které směřuje ke zlepšení místního prostředí – zvýšení bezpečnosti pro pěší a cyklistickou dopravu, či kultivaci veřejného prostoru. Využívá řadu nástrojů jako je venkovní mobiliář, přenosné kontejnery s rostlinami, dopravní zábrany a přechodná dopravní opatření. Často se spojuje se street artem či asphalt artem. Intervence taktického urbanismu bývají přechodného charakteru a slouží k testování změn ve veřejném prostoru před jejich trvalou a nákladnější realizací.

1 Návrh na zklidnění dopravy u ZŠ Grafická, Praha

2 Asphalt art před SUŠ Hollarova, Praha

3 Příklad taktického urbanismu, Milano

4 Příklad taktického urbanismu, Tirana

Školy jsou jediné budovy ve městě, kam se každý všední den ve velmi krátkém časovém úseku dopravují vyšší stovky dětí různých věkových kategorií. Prostor před školami je zároveň využíván rodiči, prarodiči či staršími sourozenci, kteří menší děti na cestě do školy a ze školy doprovázejí. Jedná se o důležitá místa komunitního setkávání a jako k takovým je k nim třeba přistupovat.

Dopravní infrastruktura v okolí škol je třeba věnovat zvláštní pozornost, a to s ohledem na specifické potřeby a možnosti dětí, které jsou zde zpravidla primárními uživateli.

Doprava v okolí škol by proto měla být maximálně bezpečná, zklidněná a přehledná. Prostor před školou by navíc měl nabízet inspirativní a přívětivé prostředí.

Mezi hlavní možnosti zklidnění dopravy patří například:

- snížení povolené rychlosti,
- zřízení bezpečných přechodů a přecházení,
- zřízení pohodlných, širokých chodníků,
- zřízení obytné či pěší zóny,
- zřízení oddělené cyklostezky,
- přesunutí parkování dál od školy,
- přizpůsobení veřejné dopravy potřebám školáků.

Pokud chcete orientačně zjistit, jak na tom vaše škola je, zkuste náš jednoduchý **chec-klisť**. Více informací o zklidňování dopravy u škol se dozvíte v našem praktickém Průvodci zklidňováním dopravy a tvorbou veřejných prostranství u škol, který je ke stažení na www.peskymestem.cz/pruvodce. Další rady a doporučení naleznete na www.peskymestem.cz v sekci **Chci jednat**.

Klid a bezpečí u škol



Děti by většinou rády jezdily na kolech a koloběžkách. Požadujte po svém zřizovateli, aby vám bezpečné parkování kol a koloběžek zajistil. Příklady a doporučení naleznete na www.peskymestem.cz.

Jarní výzva – krok sem, krok tam, planetě pomáhám

Zapojte se také do naší další výzvy, která se koná v dubnu a je více zaměřena na téma propojující udržitelnou dopravu a životní prostředí. Hlavním rozdílem mezi výzvami je, že v jarní výzvě se soutěží v počtu nachozených kroků nebo kilometrů, kdežto v září jde o pravidelnost v udržitelném dopravování do školy.

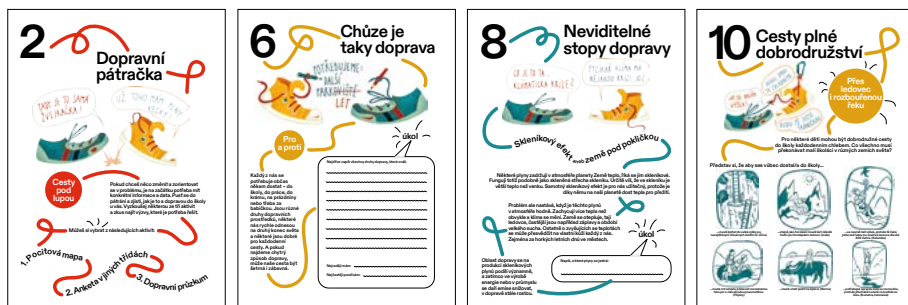
Pěšky do školy po celý rok aneb jak o tom hravě učit?

Nestačil vám jen jeden pěší týden?
Zapojte se do našeho celoročního programu
Pěšky do školy po celý rok.

Chodit pěšky (nejen) do školy je cesta, jak si zlepšit životní prostředí, zdraví, náladu, ale třeba také rozšířit obzory a kamarádské vztahy. A právě to ukazují z různých pohledů pracovní listy pro základní školy. Nejsou ale jen o chůzi, otevírají také související témata jako je tvorba veřejného prostoru nebo třeba ochrana životního prostředí. Pracovní listy nabízejí pestré a zábavné pracovní úkoly, které vedou k rozvoji klíčových kompetencí.

Program se skládá z motivační a osvětové složky, které tvoří:

1. **pěší týdny**, které se opakují pro celou školu každý měsíc a během kterých děti sbírají odměny za aktivní dopravu do školy;
2. **pracovní listy** zpracovávající deset měsíčních témat.



Více informací na www.peskydoskoly.cz

Inspirativní výukové materiály a aplikace

Spousta inspirace k venkovní výuce (nejen ve městě)
www.ucimesevenku.cz

Kompletní propracované lekce ke klimatickému vzdělávání
www.ucimoklimatu.cz

Bezpečná doprava
www.besip.cz/Vzdelavani

Vzdělávací materiály o městě a zahradách Nadace Proměny
www.nadace-promeny.cz/cz/vzdelavani/pro-skoly

Vzdělávací materiály o participaci a rozvoji města (nejen) o Brně
www.skoly.damenavas.cz/publikace/

Minilekce vycházející z místně zakotveného učení a další materiály k programu Škola za školou
www.skolaprozivot.cz/odkazy-a-publikace

Inspirujte se konkrétními aktivitami škol z programu Ekoškola
www.ekoskola.cz/category/priklady-dobre-praxe

Aplikace, díky které můžete sdílet svá pozorování přírody (nejen) ve městě a pomoci tak mezinárodní komunitě vědců
www.inaturalist.org

