

Plan na 4 tygodnie – po 10 minut

Jeden punkt dziennie, pięć dni w tygodniu. Testy z działów i egzaminy próbne są na test-na-karte-rowerowa.pl. Po każdym ćwiczeniu dziecko zaznacza kratkę.

Tydzień 1: Znaki drogowe

10 minut dziennie

☐ znaki
ostrzegawcze☐ znaki zakazu☐ znaki nakazu☐ znaki
informacyjne☐ ściaga – nazwij
10 znaków na
spacerze

Tydzień 2: Gdzie jechać i kto pierwszy

10 minut dziennie

☐ gdzie jechać
rowerem☐ skrzyżowania i
pierwszeństwo☐ włączanie się do
ruchu☐ sygnaty świetlne☐ powtórka
błędów

Tydzień 3: Manewry i jazda

10 minut dziennie

☐ manewry na
papierze☐ jazda: ruszanie z
obejrzeniem się☐ jazda: ręka w
bok przed
skrętem☐ jazda:
hamowanie
przed linią☐ wyposażenie
roweru – lista
obok

Tydzień 4: Egzamin próbny

10 minut dziennie

☐ kask i przepisy☐ pierwsza pomoc☐ egzamin próbny
nr 1☐ powtórka
błędów☐ egzamin próbny
nr 2 – cel: 20/25

Jazdę ćwiczcie na podwórku, pustym placu albo w miasteczku ruchu drogowego – zawsze w kasku.

Lista kontrolna: rower i kask

Rower

- ☐ Z przodu światło białe lub żółte selektywne
- ☐ Z tyłu światło czerwone
- ☐ Z tyłu czerwony odblask – w kształcie innym niż trójkąt
- ☐ Co najmniej jeden skutecznie działający hamulec
- ☐ Dzwonek lub inny sygnał o nieprzerwałym dźwięku
- ☐ Napompowane opony, łańcuch nie spada
- ☐ Siodło: przy najniższym pedale noga prawie wyprostowana

Kask

- ☐ Kask leży poziomo, ok. dwa palce nad brwiami
- ☐ Pasek pod brodą zapięty – mieści się pod nim jeden palec
- ☐ Po potrząśnięciu głową kask się nie przesuwa
- ☐ Kask bez pęknięć – po upadku wymieniamy na nowy

Od 3 czerwca 2026 r. rowerzysta, który nie ukończył 16 lat, musi jechać po drodze w kasku. Na egzamin praktyczny też go zabierzcie.

Wyposażenie roweru określa § 53 rozporządzenia w sprawie warunków technicznych pojazdów. Światła można zdjąć na dzień, gdy nie trzeba ich używać – odblask zostaje zawsze.

Ściąga: 24 znaki dla rowerzysty

Trójkąt ostrzega, czerwone koło zakazuje, niebieskie koło nakazuje, niebieski kwadrat informuje.



A-7

ustęp pierwszeństwa



A-5

skrzyżowanie dróg



A-8

skrzyżowanie o ruchu okrężnym



A-16

przejście dla pieszych



A-17

dzieci



A-24

rowerzyści



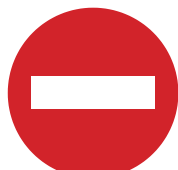
B-20

stop



B-1

zakaz ruchu w obu kierunkach



B-2

zakaz wjazdu



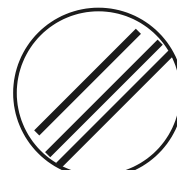
B-9

zakaz wjazdu rowerów



B-21

zakaz skręcania w lewo



B-42

koniec zakazów



C-13

droga dla rowerów



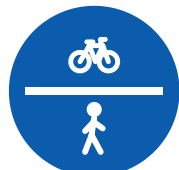
C-13a

koniec drogi dla rowerów



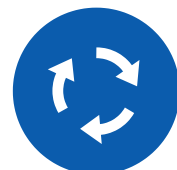
C-16

droga dla pieszych



C-13/16

droga dla pieszych i rowerów – wspólna



C-12

ruch okrężny



C-2

nakaz jazdy w prawo za znakiem



D-1

droga z pierwszeństwem



D-3

droga jednokierunkowa



D-6

przejście dla pieszych



D-6a

przejazd dla rowerzystów



D-40

strefa zamieszkania



P-23

rower – znak poziomy