



## CYKELTJEK

**Fag:** Dansk, færdselslære

For at have det rart med at cykle og være sikker i trafikken er det vigtigt, at børnene fra starten af lærer om det udstyr, der er lovpligtigt på cyklen, og hvordan man tjekker, om det virker, som det skal.

Det handler om at give børnene en systematisk måde at arbejde med cyklen, så de altid kan tjekke, om den er i orden.

En cykel, der fungerer, giver større cykel-glæde og bedre trafiksikkerhed!

Husk at det giver et ekstra point at have tjekket sin cykel. Så glem ikke at sætte kryds på køreskemaet, når cyklerne er tjekket!

## TJEK PÅ CYKLEN

**Fag:** Dansk og færdselslære

**Tidsforbrug:** 2 x 45 min.

**Materialer:** "Tjek på cyklen" (aktivitetsark), en cykel

Træk en cykel ind i klassen eller foretag eventuelt samtalen udendørs.

Samtal med eleverne om:

- **Hvad hedder delene, som en cykel består af?**
  - For at have alle elever med er det vigtigt, at eleverne har begreberne på plads og dermed et fælles udgangspunkt for at løse opgaverne. Derfor arbejdes der i første omgang med, hvad de enkelte dele på cyklen hedder.
  - Der arbejdes her med en navneordliste på baggrund af elevernes forslag. F.eks.: Et styr, en sadel, en skærm, et stel, en håndbremse mv. Undervejs peges og vises delene på cyklen. Skriv gerne på karton, flipover eller smartboard, så ordene gemmes.

- **Hvad skal en cykel kunne? (dreje, bremse, lyse, dreje rundt, ringe mv.)**
  - En cykel har mange funktioner, og for at udføre et cykeltjek, afdækkes cyklens funktioner.
  - Der arbejdes derfor med en udsagnsordsliste – altså ”cyklens at gøre-liste”. F.eks.: En cykel kan bremse, dreje, trille, blinke, lyse mv. Skriv gerne på karton, flipover eller smartboard, så ordene gemmes.

Alle disse ord kan ved en senere lejlighed bruges til at lave cykeldigte og -historier. Eleverne sammenligner ordene på tavlen, studerer den udstillede cykel og sammenligner med cyklen på aktivitetsarket.

### Danskfaglige mål:

Læsning

- Sprogforståelse

Fremstilling

- Fremstilling

Kommunikation

- Dialog

### Færdselslære:

Trafikal adfærd

- Egen sikkerhed

## TJEK PÅ CYKLEN?

**Fag:** Færdselslære

**Tidsforbrug:** 1-2 x 45 min.

**Materialer:** ”Tjek din egen cykel” (aktivitetsark), en cykel, videoen ”Cykeltjek med Magnus” på [alleboerncykler.dk/cykeltjek](http://alleboerncykler.dk/cykeltjek).

Børnene skal nu lære, at de sagtens (selv om de ikke er så gamle endnu) kan være med til at forbedre deres cykelglæde og -sikkerhed.

Start eventuelt med at se videoen ”Cykeltjek med Magnus” på [alleboerncykler.dk/cykeltjek](http://alleboerncykler.dk/cykeltjek).

Læreren står i klassen med sin/en cykel og er genstand for en fælles undersøgelse af en cykel. Punkt for punkt læses oversigten igennem på aktivitetsarket ”Tjek din egen cykel”, og eleverne kommer med deres bud på, hvornår f.eks. et cykelstyr og sadel har en passende højde. Læreren korrigerer.

## Følgende tjekkes på lærerens cykel:

# ABC-CYKELTJEK

### 1. Er cyklen lovlig?

The diagram shows a blue bicycle with various components highlighted by red dashed lines and arrows pointing to labels. The labels are: Cykellås (seat lock), Rød baglygte (red rear light), Rød refleks (red reflector), Gule eller hvide reflekser (yellow or white reflectors), Ringeklokke (bell), Hvid/gul forlygte (white/yellow front light), Hvid refleks (white reflector), To bremsler (two brakes), and Gule reflekser (yellow reflectors).

### 2. Er cyklen køreklar?

- Er dækkene pumpet?
- Passer sadel og styr i højden?
- Er kæden stram og smurt?
- Virker håndbremsen godt?
- Er hjulene helt lige - altså ikke eksede?
- Er alt spændt godt, så ingenting rasler?

### Passer sadel og styr til din højde?

- I denne aldersgruppe, hvor man fortsat er nybegynder på cyklen, skal barnet kunne nå jorden med begge fødder, når det sidder på sadlen. For større børn og voksne kan det være tilstrækkeligt, hvis de kan nå med én fod.

### Er dækkene pumpet?

- Dækkene skal være gode pumpede.
- Er nok slidbane? Tjek om der stadig er riller, som kan give et godt vejgreb. Ellers er det tid til nye dæk.

### Er kæden stram og smurt?

- Kæden skal være stram og smurt. Den må ikke hænge slapt ned i en bue, og den må heller ikke være rød af rust.

### Er hjulene helt lige – altså ikke eksede?

- Forhjul og baghjul løftes efter tur og drejes rundt. Eleverne iagttager, om de kører lige.

### Virker håndbremsen godt, og er den let at trykke ind?

- Forhjulet løftes og snurres rundt, og bremsen aktiveres. Håndbremsen skal være let at trykke ind og bremse med det samme.
- Baghjulet løftes efterfølgende, og bremsen tjekkes.

- Der skal være enten en fodbremse og en håndbremse - eller to håndbremses. Hvis cyklen er købt før 1. januar 1998, er det lovligt med kun en fodbremse - men det er bedst at have to bremses. Hvis du kører med cykelanhænger, skal du altid have to bremses.

### Er alt fra skærme til bagagebærer spændt godt, så ingenting rasler?

- Eleverne afprøver/mærker efter, om dele er fastgjort ordentligt. Cyklen trækkes rundt og "bumpes" i gulvet for at høre, om noget rasler. Hvis noget rasler, skal det skrues fast.

### Cyklen tjekkes for følgende dele:

- To bremses – en på hvert hjul
- Ringeklokke
- Rød refleks bagpå
- Hvid refleks foran
- Gule reflekser på egerne eller hvide refleksstriber i dækkene
- To gule reflekser på hver pedal
- Godkendt lås

### Når du cykler i mørke, skal der også være lys på:

- Hvid eller gul lygte foran (den må gerne blinke)
- Rød lygte bagpå (den må gerne blinke)

Denne fælles gennemgang af en cykel giver eleverne mulighed for at arbejde selvstændigt med efterfølgende opgave "Tjek din egen cykel".

## TJEK DIN EGEN CYKEL

**Fag:** Færdselslære

**Tidsforbrug:** 2 x 45 min.

**Materialer:** "Tjek din egen cykel" (aktivitetsark), elevernes egne cykler

Nu er det tid til, at eleverne skal tjekke deres egen cykel. Arket "Tjek din egen cykel" udleveres. Hvis I ikke tidligere har set videoen "Cykeltjek med Magnus", er det en god idé at se den i klassen, inden cykler skal efterses.

Udenfor skal eleverne bruge deres egen cykel, arket samt en blyant.

Alle dele gennemgås nu, og eleven sætter kryds ved de dele, som er i orden. Eleverne kan arbejde alene, parvist eller i små grupper om opgaven. Det kan for nogle elever være en hjælp at have nogen til at holde cyklen og/eller at samtale med undervejs. Læreren cirkulerer rundt blandt eleverne og holder øje og hjælper med, at de får sat krydser de rigtige steder. Afslutningsvist underskriver læreren arket, så forældrene kan se, at denne har overværet tjekket.

Sedlen sendes med eleven hjem.

Cykeltjekket er en god idé at lave som optakt til cykelforløbet, da det også kan være med til at sikre, at alle cykler faktisk virker, når cykelaktiviteterne for alvor går i gang.

**En god idé!** Der er stor forskel på, hvor lang tid eleverne bruger på at løse denne sidste praktiske opgave. Det vil derfor være en fin idé at medbringe klude og et par spande vand, så elever, der er hurtige, kan bruge tiden på noget fornuftigt, nemlig at gøre cyklen flot og ren.

### **Formål med færdselslære:**

Eleverne skal i emnet færdselslære udvikle kompetencer til at færdes sikkert og ansvarsfuldt i trafikken uden risiko for sig selv og andre og kunne yde førstehjælp i færdselsrelaterede ulykkesituationer.

**Stk. 2.** Eleverne skal gennem viden om og erfaring med at færdes i trafikken lære, at deres adfærd i trafikken er led i en sammenhæng, som giver dem handlemuligheder og samtidig sætter begrænsninger i forhold til egen og andre trafikanters færden. Eleverne skal gennem viden om og færdigheder i førstehjælp blive i stand til at hjælpe i forbindelse med ulykker i trafikken.

**Stk. 3.** I færdselslære skal eleverne blive opmærksomme og ansvarlige trafikanter, der forstår deres medansvar og forpligtigelser i trafikken både i forhold til deres færden og ved ulykkestilfælde, der kræver førstehjælp.

### **Kompetencemålet i færdselslære efter 3. klassetrin:**

Trafikal adfærd

- Eleven kan færdes sikkert i trafikken i lokalområdet

Ulykkehåndtering

- Eleven kan hjælpe i forbindelse med tilskadekomst på skolens område

Forfatter: Anne Hindkjær, Udeskolelærer