

Drejebog, Trafiksikkerhed for unge og voksne på sprogskolen

Teknik – krav til lokale, materialer mm

Forberedelse:

- Inden opstart er det en god ide at finde ud af hvor mange der har cykler, og hjælpe dem der ikke har cykler med at låne.
- Print "Den lille teoriprøve"
- Powerpoint skal vises som slideshow. Hvis link til videoer ikke virker, skal der linkes på ny til videoer.
- Bærbar computer, højtaler
- Indkøb 3 æg str M/L

Færdelsesundervisning for tosprogede

Punkt	Tid	Program og formål	Forløb	Materialer og teknik	Ansvar
0		Optegning af bane		Plan A3 med mål er i værktøjskasse Målebånd Kridt Kegler	
1	8.15 5 min	Indledning	Gennemgang af slide 2 - Dagorden	Computer - powerpoint	
2	8:20 25 min	Tjek af cykel Formål: lære eleverne hvad der skal til for at en cykel er lovlig.	Gennemgang af slide 3 Hvad skal der være på en lovlig cykel 1. To bremses (hånd eller fod) 2. Gul refleks på pedal 3. Rød refleks bagpå	Computer - powerpoint	

Drejebog, Trafiksikkerhed for unge og voksne på sprogskolen

Punkt	Tid	Program og formål	Forløb	Materialer og teknik	Ansvar
			4. Hvid refleks foran 5. Gul refleks i hjul eller hvid refleks på dæk 6. Ringeklokke 7. Godkendt lås 8. Hvid forlygte 9. Rød baglygte 10. Gennemgå evt. cyklerne		
3	8.45 10 min	Regler, tegn og bødetakster <i>Formål:</i> lære eleverne hvad man må på en cykel.	Gennemgang af slide 4 – 20 Grøn ramme – Lovligt Rød ramme – Ulovligt Der er hjælpetekst på slide Husk og nævn bødetaksten Der er små hjælpefilm undervejs	Computer - powerpoint	
4	9. 8.55 10 min	Skilte <i>Formål:</i> Lære eleverne om de vigtigste færdselsskilte	Gennemgang af slide 21 - 25 Som ekstra kan der tilføjes Det koster 1.000 kroner, hvis du: <ul style="list-style-type: none"> • ... kører over for rødt • ... kører mod færdselsretningen • ... overtræder ubetinget vigepligt Det koster 700 kroner, hvis du: <ul style="list-style-type: none"> • ... kører i modsat retning på cykelstien • ... ikke respekterer skilte og afmærkning 	Computer - powerpoint	
5		Pause			
6	9.15 15 min.	Teoriprøve	Slide 26 Eleverne udfylder prøven	Teoriprøver samt rettevejledning	

Drejebog, Trafiksikkerhed for unge og voksne på sprogskolen

Punkt	Tid	Program og formål	Forløb	Materialer og teknik	Ansvar
			Gennemgås efterfølgende		
7	9.30 15 min	Cykelhjelme <i>Formål:</i> Få eleverne til at bruge cykelhjelme.	Gennemgang af slide 27 Vise hvad der sker med et æg, når det har hjelm på og hvad der sker uden.	Computer - powerpoint Minihjelm 2-3 æg plasticpose	
8	9.45 40 min.	Cykeløvelser <i>Formål:</i> Træne færdigheder på cyklen	Slide 28-29 Vejledning: Øvelse 1: Slalom: Stil 5 kegler med ca. to meters mellemrum Cykel banen igennem uden at ramme kegler og stå af cyklen Øvelse 2: Cykel i ottetal Tegn to cirkler med en diameter på 1 m, fordel 8 kegler rundt om. Cykel banen igennem uden at ramme kegler og stå af cyklen Øvelse 3: Start stop Tegn en bane der er 30 cm bred med start streg og stop streg 10 m længere fremme. Cykel med god fart inden for banen og slut af med stopstreg, husk og kig dig tilbage Øvelse 4 Sådan cykler du i et kryds Tegn et kryds op se – Se tegning		

Drejebog, Trafiksikkerhed for unge og voksne på sprogskolen

Punkt	Tid	Program og formål	Forløb	Materialer og teknik	Ansvar
			<p>Alle elever stiller sig i krydset, på skift cykler man over krydset. Øv både Højresving og venstresving. OBS: Ved venstresving cykler man overkrydser og orientere sig inden man fortsætter.</p> <p>Gennemgang af øvelser på klassen</p> <p>Ud og sætte de 4 baner op</p> <p>Alle grupper prøver alle baner, ca. 5 min. pr. bane</p>		
10	9.45 40 min	<p>Praktisk cykeløvelse</p> <p>(Kan benyttes hvis alle har forståelse for regler i trafikken)</p>	<p>Gennemgang af banen på klassen Slide 30</p> <div style="background-color: #ADD8E6; padding: 10px; margin-bottom: 10px;"> <p style="text-align: center;">1</p> <p>Start og stop Før start skal eleven sidde på sadlen med en fod på jorden. Den anden fod skal være på den fremadvendte pedal, som er lidt over vandret. Eleven kører frem. Ved første tværstreg skal eleven orientere sig bagud. Ved anden tværstreg gives stop tegn, og ved sidste streg skal eleven standse cyklen, lige før strengen røres med forhjulet.</p> </div> <div style="background-color: #ADD8E6; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">2</p> <p>Kørsel i sving Eleven skal cykle mellem stregerne uden at røre dem. Der må ikke støttes med fødderne, og der må ikke stoppes op.</p> </div>	<p>Computer – powerpoint</p> <p>Plan A3 med mål</p> <p>Målebånd</p> <p>Kridt</p> <p>Kegler</p> <p>Kortfigurer</p>	Jane

Drejebog, Trafiksikkerhed for unge og voksne på sprogskolen

Punkt	Tid	Program og formål	Forløb	Materialer og teknik	Ansvar
			<p>3</p> <p>Slalom Man kan eventuelt stille nogle kegler på banens slalomafmærkninger for at gøre det tydeligere, at der skal køres mellem mærkerne. Også her gælder det, at fødderne ikke må sættes ned, og at der ikke må standses op.</p> <p>4</p> <p>Kørsel i sving Ved indkørsel til øvelse 4 gives tegn til højresving. Hånden sættes på styret igen inden svinget. Næste sving foretages uden tegngivning. Øvelsen gennemkøres, uden at stregerne berøres.</p> <p>5</p> <p>Se tilbage Ved starten af øvelsen står læreren med nogle kortfigurer eller andre let genkendelige ting. Du kan bruge piktogrammerne bagerst i dette hæfte. Eleven kører langsomt frem mellem stregerne. På et signal løfter læreren kortet op og eleven ser sig tilbage og siger, hvilken figur/genstand eleven ser. Det gælder om at holde balancen uden at røre stregerne.</p>		

Drejebog, Trafiksikkerhed for unge og voksne på sprogskolen

Punkt	Tid	Program og formål	Forløb	Materialer og teknik	Ansvar
			<p>6</p> <p>Balanceprøve Første lange del gennemkøres med rimelig fart uden at stregerne berøres. Ved første tværstreg gives stop tegn, og ved sidste tværstreg standser eleven lige før tværstregen.</p> <p>Gennemkørsel af bane</p> <p>Cykelprøve</p>		
12	10.25 10 min.	Afslutning	Tak for i dag		