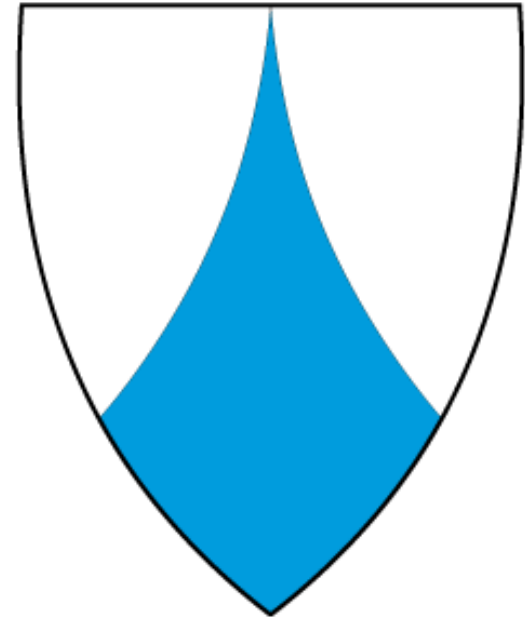


Trafikkplan for skulane i Sykkylven kommune



Skulane i Sykkylven er mykje ute i trafikken, både til fots og på sykkel. Denne planen er utarbeidd med fokus på trafikkopplæringa i 1.-10 klasse.

Allmenne reglar

§ 9a-2. Det fysiske miljøet

«Skulane skal planleggjast, byggjast, tilretteleggast og drivast slik at det blir teke omsyn til tryggleiken, helsa, trivselen og læringa til elevane. ‹‹

Trafikkplanen skal vere eit ledd i tryggleiken til elevane når skulen er ute i trafikken.

Læreplanen

I generell del av læreplanen står det blant anna at skulen skal ruste barn til å møte oppgåver og meistre utfordringar saman med andre. Skulen skal gi kvar elev nødvendig kunnskap til å ta hand om seg sjølv og sitt liv. Vidare står det at opplæringa må tilføre haldningar og kunnskap som varer livet ut, og lære dei unge å sjå framover og øve evna til å treffe val med fornuft. Læreplanen dannar eit grunnlag for at alle barn og unge skal få ein felles, kontinuerleg og god trafikkopplæring, men dette må følgjast opp ved den enkelte skule.

Slik gjer skulane i Sykkylven det

a) Når vi bruker buss;

- Det er ikkje sett eit elevtal pr. vaksen når skulen reiser med buss. Den enkelte reise må vurderast utifrå om det er leigebuss, rutebuss eller den kommunale minibussen. Elevane må ha fått tilstrekkeleg opplæring i korleis ein oppfører seg både på busshaldeplassen og i bussen.
- Alle elevar og vaksne skal bruke belte som er montert i bussen.

Risikovurdering før ein tur med buss;

- Korleis ser området på og rundt haldeplass/ påstigningsplass/avstigningsplass ut?
- Kva kan ein gjere for å trygge ,dersom det er spesielt trafikkfarlege stadar mellom skulen og haldeplass?

b) Når vi sykklar i trafikken:

- Det er ikkje sett eit elevtal pr vaksen når skulane sykklar. Dette er avhengig av situasjon og stad ein skal sykle
- Dei vaksne skal ha på seg refleksvest
- Dersom store elevmasser, skal det vere ein vaksen framfor elevane, og ein bak. Dei vaksne skal kunne ha kontakt med kvarandre pr telefon eller anna kommunikasjon.
- Alle skal bruke sykkelhjelm.

Risikovurdering før tur med sykkel;

- Ut ifrå strekninga ein skal sykle, kva må gåast gjennom med elevane på førehand? Gjennom sentrum? Langs trafikkert veg? Avstand mellom den enkelte slik at ikkje uhell skjer?
- Er sykkelen i forskriftsmessig stand? Lærarane minner føresette på dette via vekeplan / e-post / SMS etc. Føresette har ansvar for å sjekke sykkelen.
- Kva utstyr er nødvendig å ta med seg på turen? Førstehjelpsutstyr? Reparasjonskit for dekk?
- Kva rutinar skal følgjast dersom ein skade skjer?

c) Når vi går i trafikken.

- Det er ikkje sett eit elevtall pr. vaksen når skulane er ute og går. Det er avhengig av situasjon og stad.
- De vaksne skal ha på seg refleksvest.

Risikovurdering før tur;

- Kva må gåast gjennom med elevane om ruta ein skal gå.
- Kva rutinar skal følgjast dersom ein skade skjer?

d) Ved bruk av privatbilar, foreldrekjøring og liknande

- Tilsette skal bruke sine privatbilar minimalt. Dei kommunale skjema om kjøring av elevar i privatbil, ligg i Risk Manager. Desse skal fyllast ut i god tid før turen skal avviklast. Det er berre i heilt spesielle tilfelle at privatbilar vert nytta.
- Dersom det er nødvendig å bruke foreldre/føresette til å skyse elevgruppa i private bilar, skal kommunale skjema fyllast ut av sjåfør, og ein skal sikre seg at transporten vert gjennomført på ein forsvarleg måte.

Risikovurdering før gjennomføring av tur:

- Transporten skal vere forskriftsmessig og sikker. Er kjøretøya som skal nyttast i forsvarleg stand, og forsikra? Skjema for kjøring av elevar i privatbil skal fyllast ut.
- Kva gjer skulen dersom elevar ikkje får delta på turar der privatbilar vert nytta?
- Er foreldre/føresette som skal kjøre gjort klar over ansvar og rutinar?

Rutinar dersom ulykke skjer:

Ved eventuelle skader på tur:

- Foreldre/føresette skal snarast verte kontakta. Dersom ein ikkje får kontakt med foreldre, ring drosje og få eleven med følgje til legevakta. Skulen skal varslast.
- Dersom skaden er alvorleg, ring 113 . Ring deretter foreldre og skule
- Skulen skal følgje sine rutinekart ved skader.

Bruk av refleksvest

- Alle vaksne skal bruke refleksvestar når ein er saman med elevane, uansett situasjon.
- 1. og 2.klassesteg skal bruke refleksvestar når dei er ute på tur.
- Høgare klassesteg brukar refleksvest utifrå kva situasjonen krev
- FAU har «Reflekskveld» for elevar og foreldre i sin årsplan

Reglar og konsekvensar ved brot :

- Opplæringa skal fokusere på korleis elevane skal tenkje på tryggleik og eventuelle farar i trafikkbildet. Reglane som er utarbeidde i forhold til om ein går, sykklar eller brukar bil/buss, skal følgjast.
- For at elevane skal verte kjende med, og akseptere reglane, er det viktig at alle er konsekvente i forhold til desse.

a) Sykling til skulen utan hjelm:

- Eleven vert korrigert av ein vaksen. Sykkelen må stå inntil eleven har fått henta/lånt seg ein hjelm. Heimen får melding
- Påbud om hjelm skal vere nedfelt i skulen sitt ordensreglement.

b) Sykling der sykkelen ikkje er i forskriftsmessig stand:

- Eleven vert korrigert av ein vaksen. Sykkelen må stå inntil eleven har fått henta/lånt seg ein anna sykkel. Eleven kan få låne sykkel med skulen dersom dette tilbodet finst. Dersom anna sykkel ikkje vert tilgjengeleg for elev, kan han/ho ikkje delta. Eleven må då vere med på anna tilrettelagde aktivitetar td i ei anna klasse. Heimen får melding

c) Regelbrot på sykkelturn:

- Eleven vert korrigert av dei vaksne som er med på turen.
- Dersom eleven rettar seg etter reglane får han/ho sykle ferdig turen.
- Dersom eleven ikkje rettar seg etter reglane og gjer fleire regelbrot, får eleven sykle ferdig den turen han/ho er på, men på neste tur vil eleven måtte gå/ikkje delta.

d) Regelbrot som gåande:

- Eleven vert korrigert av dei vaksne som er med på turen.



e) Regelbrot på buss:

- Eleven vert korrigert av dei vaksne som er med på turen.


Kartlegging av risikofaktorar i skulen sine nærrområde

- Skulen sin parkeringsplass - risikofaktor for alle som er knytt til skulen. Det skal avklarast korleis og kvar elevar, foreldre og tilsette syklar, kjører og parkerer.
- Skulen bør oppfordre både tilsette, elevar og foreldre til å gå eller sykle til skulen?
- Der gang og sykkelveg manglar , må ein oppfordre elevane til å på vegskuldra. Det vert forventa at foreldre følgjer dei minste elevane inntil desse føler seg trygge.
- Mini-AMU tek trafikksituasjonen ved og rundt skulen , med i sine risikovurderingar og vernerunder.


Plan for trafikkopplæring

1.klasse		
Aktivitet	Utstyr/materiale/nettressurs	Kva tid
Tur i nærmiljøet og skulevegen <ul style="list-style-type: none"> • Kvar bur den enkelte • Korleis er skulevegen • Gangveg • Fotgjengarfelt 	<ul style="list-style-type: none"> • https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/ 	August-september
Fokusere på trafikkbildet på og rundt skulen <ul style="list-style-type: none"> • Bilveg • Parkeringsplass 	 https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/	September-oktober/heile skuleåret
Refleks <ul style="list-style-type: none"> • FAU arrangere reflekskveld • Politiet besøke og dele ut refleksvestar til elevane 		Oktober
Reglar i forhold til transport <ul style="list-style-type: none"> • Kva reglar gjeld, og korleis oppfører ein seg 		Informasjon før første tur, seinare repetisjon heile året
Skilt <ul style="list-style-type: none"> • Gangfelt • Gang og sykkelveg • Forbods-skilt 		Heile året

Plan for trafikkopplæring



2.klasse		
Aktivitet	Utstyr / materiale / nettressurs	Kva tid
Reglar i forhold til transport <ul style="list-style-type: none">• Kva reglar gjeld, og korleis oppfører ein seg		Informasjon før første tur, seinare repetisjon heile året
Reglar når ein er ute og går <ul style="list-style-type: none">• Gå langs vegar utan og med fortau og gangveg• Gangfelt- kryssing av vegbane	https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/ 	Heile året, og på turar
Refleks <ul style="list-style-type: none">• FAU arrangere reflekskveld		Oktober
Repetisjon av skilt <ul style="list-style-type: none">• Gangfelt• Gang og sykkelveg I tillegg; <ul style="list-style-type: none">• Haldeplass for buss• Forbode for gåande• Forbode for gåande og syklande	https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/sykkelopplaering-barnetrinn/trafikkskilt/	Heile året , og på turar

Plan for trafikkopplæring


3.klasse		
Aktivitet	Utstyr/materiale/nettressurs	Kva tid
Bruke tilgjengelege ressursar på Trygg trafikk sine nettsider <ul style="list-style-type: none">Trafikkboka ;både teorien og dei praktiske oppgåveneGåprøve; både teorien og dei praktiske oppgåvene	https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/ 	August- oktober
Trygg trafikk si refleksjakt		Haust
Repetisjon av skilt lært i 1.og 2.klasse <ul style="list-style-type: none">GangfeltGang og sykkelvegHaldeplass for bussForbode for gåandeForbode for gåande og syklande		Heile året

Plan for trafikopplæring



Kompetansemål i kroppsøving etter 4. trinn: Elevane skal kunne følge trafikkreglar for fotgjengarar og sykkistar.

4.klasse		
Aktivitet	Utstyr/materiale/nettressurs	Kva tid
Sykelopplæring <ul style="list-style-type: none">• Teoretisk prøve• Praktisk sykkeltraining.• Praktisk sykkelprøve• Vedlikehald av sykkel.• Trafikkreglar for sykkistar.• Vektleggja bruk av hjelm• Øving på skuleplassen	https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/sykelopplæring-barnetrinn/trafikkskilt/ Skulen kan velje mellom digital prøve eller i papirformat 	Våren i 4.klasse
Skilt <ul style="list-style-type: none">• Repetisjon av skilt lært på tidlegare steg• Tillegg;• Innkjøring forbode• Trafikkforbod• Forbode for syklande• Forbode for gåande og syklande• Vikeplikt• Farleg vegkryss• Forkjøringsveg	https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/sykelopplæring-barnetrinn/trafikkskilt/ https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/filmer-til-sykelproven/ 	Heile året

Plan for trafikkopplæring

5.klasse		
Aktivitet	Utstyr/materiale/nettressurs	Kva tid
Repetisjon på trafikkreglar, skilt , elev som trafikkant både som gåande og syklende		Heile året
Repetisjon av reglar i forhold til transport <ul style="list-style-type: none">• Kva reglar gjeld, og korleis oppfører ein seg		Avhengig av situasjon
<ul style="list-style-type: none">• Repetisjon og vidare sykkeltraining• Repetisjon trafikkreglane for fotgjengarar.• Repetisjon grunnleggjande trafikk- og sykkeldugleik.• Repetisjon trafikkreglar for syklistar.• Repetisjon bruk av hjelm• Øving på skuleplassen• Sykkeltur.	<p>https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/sykkelopplaering-barnetrinn/</p> <p>https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/filmer-til-sykkelproven/</p> 	Haust

Plan for trafikkopplæring

6.klasse		
Aktivitet	Utstyr/materiale/nettressurs	Kva tid
<p>Kartlegging og bruk av statestikk</p> <ul style="list-style-type: none">• Avstandar sykla pr veke, pr mnd, pr år• Konkurranse mellom stega i storskulen?	<p>https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/sykkelopplaering-barnetrinn/</p> 	Haust og vår
<ul style="list-style-type: none">• Repetisjon og vidare sykkeltrening• Repetisjon trafikkreglane for fotgjengarar.• Repetisjon grunnleggjande trafikk- og sykkeldugleik.• Repetisjon trafikkreglar for syklistar.• Repetisjon bruk av hjelm• Øving på skulelassen• Sykkeltur.	<p>https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/filmer-til-sykkelproven/</p> 	Haust eller vår

Plan for trafikkopplæring

Kompetansemål i kroppsøving etter 7. trinn: Elevane skal kunne praktisere trygg bruk av sykkel som framkomstmiddel.

7.klasse		
Aktivitet	Utstyr/materiale/nettressurs	Kva tid
<ul style="list-style-type: none">• Repetisjon og vidare sykkeltraining• Repetisjon trafikkreglane for fotgjengarar.• Repetisjon grunnleggjande trafikk- og sykkeldugleik.• Repetisjon trafikkreglar for syklistar.• Repetisjon bruk av hjelm• Sykkeltur.	Trygg trafikk sitt materiale; filmar og hefter	Haust og vår
Repetisjon av reglar i forhold til transport <ul style="list-style-type: none">• Kva reglar gjeld, og korleis oppfører ein seg		Haust

Plan for trafikkopplæring

8.klasse		
Aktivitet	Utstyr/materiale/nettressurs	Kva tid
<ul style="list-style-type: none">• Trygg skuleveg <p>Kva trafikkreglar og trafikkskilt gjeld for gåande og syklande. Kva vil det seie å ha ,og å velge ein trygg skuleveg?</p>	https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2005-10-07-1219/KAPITTEL_2#KAPITTEL_2	Haust/ vår
<ul style="list-style-type: none">• Sykkelhjelmer <p>Kva trafiksikkerhetsutstyr finst for mjuke trafikantar?</p>	https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/filmer-til-bruk-i-ungdomsskolen/ 	
<ul style="list-style-type: none">• Refleks		

Plan for trafikopplæring

9.klasse		
Aktivitet	Utstyr/materiale/nettressurs	Kva tid
<ul style="list-style-type: none">Rusmidlar i trafikken Gjere greie for korleis bruk av rusmidlar kan føre til helseskader og drøfte korleis den enkelte og samfunnet kan førebygge helseskadene.	https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/filmer-til-bruk-i-ungdomsskolen/	Haust/vår
<ul style="list-style-type: none">Lys og refleksjon/ refleks Gjennomføre forsøk med lys ,syn og fargar.		Haust

Plan for trafikopplæring

10.klasse		
Aktivitet	Utstyr/materiale/nettressurs	Kva tid
<ul style="list-style-type: none">• Bilbelte, hjelm,	https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/filmer-til-bruk-i-ungdomsskolen/	Haust/vår
<ul style="list-style-type: none">• Fart og akselerasjon. Lære om sammenhengen mellom fart, akselerasjon og krefter. Kraft, fart og akselerasjon i trafikken. Lære om friksjon og kva det har å seie for bremselengde.	https://www.tryggtrafikk.no/tema/skole/filmer-til-bruk-i-ungdomsskolen/	Haust/vår

Trafikk som valfag, ungdomsskulen

Valfaget trafikk har to hovudområde, «*mennesket i trafikken* og *risiko og sikkerhet*.» Desse områda blir fletta i kvarandre, og er bakteppe for heile undervisninga.

I følgje Udir.no skal elevane sine egne erfaringar i trafikken danne grunnlaget for opplæringa, undervisninga skal tilpassast deira forkunnskap.

Stikkord som haldningar, motivasjon og sjølvinnsikt blir viktige i undervisninga. Det handlar mykje om at elevane blir bevisste korleis dei sjølve skal te seg i trafikken. Målet er å gjere elevane trygge i trafikken, og at dei skal forstå korleis dei kan bidra med å gjere andre trygge. Samspelet i trafikken er komplisert, med mange reglar å ta omsyn til, i tillegg til at skjønn alltid vil spele inn. Såleis er det ein lang veg fram til å bli gode trafikantar. Elevane har vore i trafikkbiletet lengje, men gjennom Valfag trafikk blir dei kanskje for første gong bevisstgjort reglane og omsyna ein må ta i trafikken.

«Det er særleg viktig å ivareta den holdningsskapende delen av faget i denne perioden av ungdomstiden, da gruppepresset kan oppleves som stort. Trafikk er en arena for samhandling der vi må lære å ta hensyn til hverandre. Som trafikanter må vi dele plassen med andre, ta andres perspektiv, følge regler, beherske følelser, vente på tur og inngå kompromisser.»

Metodane i faget er varierte. Vi legg opp til mange praktiske øvingar, slik som observasjon av trafikken, undersøking av bremselengde, førstehjelpskurs, refleksdemonstrasjonar, kontroll av kjøretøy mm. I tillegg vert det arbeid individuelt og i grupper, og prosjektarbeid.

Målet er at elevane gjennom Valfag trafikk skal få godkjend *trafikkalt grunnkurs*. For å få godkjend kurset, må elevane ha minst 80% oppmøte i timane, og 100% oppmøte i førstehjelpsdelen.

I læreplanen til faget kjem Udir med forslag til praktiske øvingar. Desse vil vi følgje, tilpassa vår skule og nærmiljø.

- [Eksempel 1 Trafikken som system](#)
- [Eksempel 2 Øvelse gjør mester](#)

- [Eksempel 3 Bremselengde](#)
- [Eksempel 4 Hjelm](#)
- [Eksempel 5 Refleksdemonstrasjon](#)
- [Eksempel 6 Opptreden på et skadested](#)
- [Eksempel 7 Kjøretøy i forskriftsmessig stand](#)
- [Eksempel 8 Prosjektarbeid](#)
- [Eksempel 9 Ungdomsulykker](#)

Haustsemester	Hovudområde/ emne	Arbeidsmetode/ innhald
	Trafikken som system.	Observasjon i trafikken. Innsamling av data. Bilbelte- og mobilbruk. Refleksjon av funna dei gjer. Diskusjon i gruppe.
	Trafikken som system. Bremselengde.	Informasjon om faget. Kvifor ein treng opplæring. Læreplanar. Teori og øvingar i bok. Jobbe med reglar og skilt. Sjekarke bremselengde på sykkel på grus.

	Øving gjer meister.	Kontroll av sykklar. Er køyretøyet i god teknisk stand? Praktiske øvingar med sykkel. Simulere trafikale situasjonar.
	Trafikken som system Bremselengde Hjelm	Teori og øvingar i bok. Jobbe med reglar og skilt. Sjekk bremselengde på tørr og våt asfalt. Fokus på sikkerheit. Kva tiltak kan ein gjere for å sikre seg? I bil og som «mjuk trafikant». Gjere forsøk med hjelm.
	Øving gjer meister Bremselengde Køyretøy i forskrifts messig stand	Praktiske øvingar med sykkel. Simulere trafikale situasjonar. Bremselengde på is og snø. Vere med på PKK-kontroll av bil på verkstad.
	Førstehjelp	Kva skal ein gjere når det har skjedd bilulykke. Først på skadestaden. Rollespel.

Vårsemester	Hovudområde/ emne	Arbeidsmetode/ innhald
	- Praktiske øvingar med sykklar og skilt.	
	- Sjå på trafikkfarlege kryss, og kome med forslag til forbetringar (teikne).	
	- Ulike haldningsskapande prosjektarbeid.	
	- Praktiske øvingar med sykklar og skilt.	

Kompetansemåla i dei to hovudområda er gjeldande:

[Mennesket i trafikken](#)

Hovedområdet omfatter forståelse for hvorfor vi har trafikkregler, og hva elevene selv kan gjøre for å bidra til en effektiv og sikker trafikkavvikling. Bevissthet om betydningen av kommunikasjon og samhandling i trafikken er sentralt. Prosessen som foregår når vi sanser, oppfatter, beslutter, reagerer og automatiserer handlinger, inngår i dette hovedområdet. Det inneholder også refleksjon over egne valg og risikovurderinger. Området omfatter begrunnelser for hvorfor vi har formell trafikkopplæring, og hvorfor øvingskjøring er viktig. Førstehjelp og rutiner på et skadested hører også med til dette hovedområdet.

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- følge trafikkregler og demonstrere hva hensynsfull, oppmerksom og forsiktig atferd er*
- gi praktiske eksempler på og reflektere over hvordan sansing og reaksjoner, kommunikasjon og samhandling påvirker trafikkavvikling og trafiksikkerhet*
- diskutere hvordan oppmerksomhet og rusmidler kan påvirke sanser og reaksjonsevne i trafikken*

- *foreta risikovurdering av egen skolevei og forklare sammenhengen mellom erfaring og ulykkesrisiko*
- *demonstrere hvilke plikter og hvilket ansvar de har ved en trafikkulykke, og utføre livreddende førstehjelp gjennom praktiske øvelser*

Risiko og sikkerhet

I dette hovedområdet inngår øvelser og refleksjon som et grunnlag for elevenes forståelse av sammenhengen mellom krefter, risiko, kroppens tåleevne og bruk av sikkerhetsutstyr. Området omfatter demonstrasjoner under forskjellige vær- og føreforhold og i mørke. Opplæringen skal gi kunnskap om funksjonene til kjøretøy og krav til forskriftsmessig bruk og vedlikehold. Hovedområdet omhandler hvilke tiltak som bidrar til å hindre ulykker, og hvilke tiltak som kan redusere skadeomfanget ved en eventuell ulykke.

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- *vurdere fart, krefter og risiko i forskjellige trafikksituasjoner og drøfte resultatene*
- *vise hvordan trafiksikkerhetsutstyr kan redusere skader, og hvorfor det er viktig å bruke utstyret riktig*
- *presentere eksempler på trafiksikkerhetstiltak som reduserer faren for ulykker ved trafikk i mørke og under forskjellige vær- og føreforhold*
- *demonstrere at et kjøretøy er i forsvarlig og forskriftsmessig stand og utføre sikkerhetskontroll og vedlikehold*

I tillegg til dette har elevane:

- *Observert trafikken i sentrumsområda, ført statistikk på bilbeltebruk mm.*
- *Laga skilt og hatt øvingar på trafikale situasjonar i klasserommet.*
- *Gjennomført fartskontrollar i nærmiljøet til skulen. Målt opp avstand og tatt tida på bilane. Ført statistikk og rekna ut kor mykje dei som køyrde for fort ville ha fått i bot.*

- Laga Kahoot med spørsmål henta frå trafikk.
- Gjennomført rollespel der det har vore fokus på ungdomstid og trafikk. Rånemiljø, høg fart og høg musikk, køyring med rus osv.
- Laga reklameplakatar med overskrifter som «Bruk hjelm!» , «Bli sett i mørket» og «Med so mange hestar, er det lurt å bruke bilbelte».