



TURKU
ÅBO

MIKÄ TEKEE
SINUN
MATKASTASI
SEIKKAILUN?

MITÄ LIIKEN-
NESÄÄNTÖJÄ
SINÄ OSAAT
JO?

MITEN SINÄ
YLEENSÄ
LIIKUT?

Käpynen



kävelleen



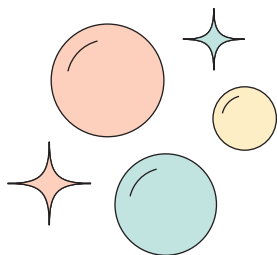
pyöräillen



seikkaillen

Käpynen ja lasten pyöräilyn edistäminen saivat alkunsa Scale-up-hankkeessa. Tehtäväkortit, tehtävävihko ja Käpynen tarina luotiin osana Kävelleen, pyöräillen, seikkaillen -hanketta.





Tehtävä 1

Saippuakuplien metsästys

Aikuinen puhaltaa saippuakuplia ympäri rajattua aluetta/kenttää. Lasten tehtävä on osua mahdollisimman moneen saippuakuplaan kädellä, päällä, jalalla tai pyörällä. Hauska toteuttaa myös kävellen tai juosten.







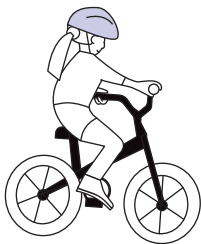
Tehtävä 2

Maailman hitain pyöräilijä

Ryhmä ajaa viivalta viivalle mahdollisimman hitaasti. Hitaimmin perille päässyt on voittaja. Kilpailu ajetaan muutaman kerran. Jokaisen kierroksen jälkeen voi yhdessä pohtia, mitkä tekniikat auttavat hitaasti ajamista. Jos pyörässä on vaihteet, kannattaa kokeilla, millä vaihteella pääsee hitaimmin etenemään.







Tehtävä 3

Vähiten polkaisuja

Ryhmä ajaa viivalta viivalle mahdollisimman vähin polkaisuin. Vähiten polkaisuja tehnyt on voittaja. Kilpailu ajetaan muutaman kerran. Jokaisen kierroksen jälkeen voi yhdessä pohtia, mitkä tekniikat auttavat siihen, että etenee mahdollisimman vähin polkaisuin. Jos pyörässä on vaihteet, kannattaa kokeilla, millä vaihteella polkaisu on tehokkain ja pääsee rullaamaan mahdollisimman pitkään.







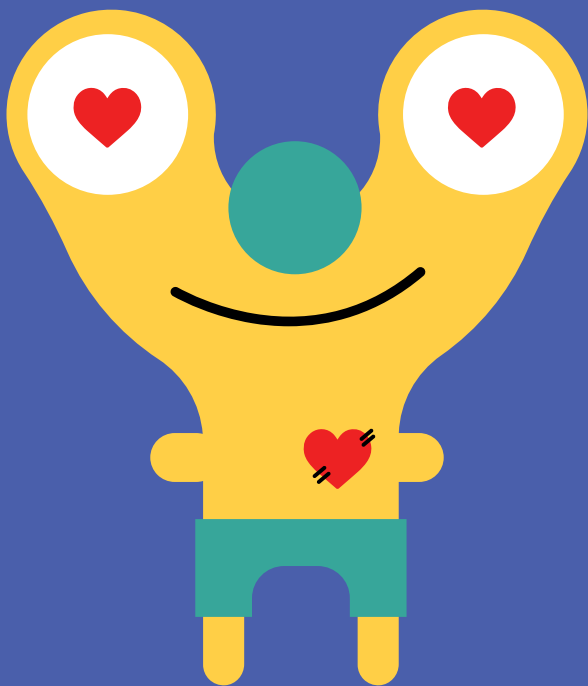
Tehtävä 4

Rullauksen mestari

Sopikaa kiihdytysmatkan pituus ja merkitkää esimerkiksi hiekkaan piirretyllä viivalla kiihdytysmatkan alku ja loppu.

Lapsi lähtee kiihdyttämään ja kun hän saapuu kiihdytysmatkan loppuun, jatkaa lapsi renkaat rullaten polkematta niin pitkälle kuin pääsee. Voi suorittaa lapsi kerrallaan, pienryhmissä tai koko ryhmä kerrallaan. Kierrosten ajamisen välissä voitte yhdessä miettiä mikä tekniikka oli hyvä. Osasivatko jotkut rullata todella hyvin ja voisiko heistä ottaa mallia ja koittaa matkia heidän tekniikkaansa?







Tehtävä 5



Potkuttelun ammattilaiset -viesti

Lapset potkuttelevat viestinä. Pyörien satulat lasketaan tarpeeksi alas, jotta jokaisen jalat ylettävät kunnolla maahan eivätkä sotkeudu polkimiin. Lähtö/maalilinja merkitään maahan ja kääntymispaikan merkiksi viedään kartio, ryhmän tasoon nähden sopivan etäisyyden päähän. Lapset järjestäytyvät lähtölinjan taakse jonoon. Ensimmäinen lapsi lähtee aikuisen merkistä kiertämään kartion ja siitä seuraavat lapset lähtevät, kun edellinen on ylittänyt maalilinjan (aikuinen auttaa tarvittaessa). Jos ryhmä ei ole iso, voivat lapset kilpailla yhtenä ryhmänä ja yrittää tehdä mahdollisimman hyvän ajan (aikuinen kellottaa ajan). Jos ryhmä on isompi, jaetaan lapset ryhmiin. Jos kaikille lapsille ei riitä pyöriä, katsotaan, että jokaisessa ryhmässä on tasaisesti pyörällisiä ja pyörättömiä lapsia, jotta pyöriä voi ketterästi kierrättää ryhmän sisällä. Kannattaa sopia ennakoon pyöriä vaihtavat parit sujuvuuden lisäämiseksi.

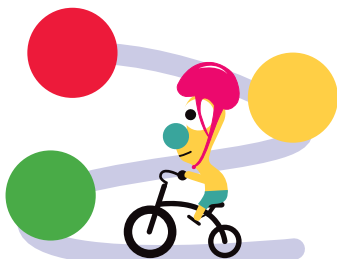


Sääntömerkit



SUOJATIE

Liikennemerkillä osoitetaan suojatien paikka. Autoilijoiden on annettava tietä jalankulkijoille, jotka ovat suojatiellä tai menossa sille. Huom! Varmista ennen ylitystä, että autoilijat ovat nähneet sinut.



Tehtävä 6

Liikennevaloleikki

Leikissä on liikennevalon värit: punainen (seis), keltainen (jalka polkimelle tai hiljentää vauhtia) ja vihreä (saa polkea). Lapsi polkee ympäri kenttää, aikuinen huutaa värin ja lapsi toimii huudetun värin mukaisesti. Tehtävän voi toteuttaa myös kävellen tai juosten.



Varoitusmerkit



LAPSIA

Liikennemerkillä voidaan varoittaa tienkohdasta, jossa liikkuu usein lapsia.



Tehtävä 7

Ruuhka-ajo

Lapset pyöräilevät merkityn alueen sisällä vapaasti. Ennen seuraavaa ajoa ohjeistetaan lapsia ajamaan keskenään samaan suuntaan. Ennen kolmatta ajoa ohjeistetaan lapsia ajamaan oikealla puolella ja nopeampaa pyöräileviä lapsia ohittamaan vasemmalta puolelta edessä ajavat lapset.

Alkuun kannattaa polkea vastapäivään, jotta hitaammin polkevat jäävät ulkokehälle (oikealle puolelle) ja nopeammin polkevat voivat sisäkehän kautta eli vasemmalta puolelta ohittaa hitaammin pyöräilevät.



Etuajo-oikeus ja väistämismerkkit



VÄISTÄMISVELVOLLISUUS (ns. kärkikolmio)

Liikennemerkillä osoitetaan, että ajoneuvolla ja raitiovaunulla on väistettävä risteyksessä muita ajoneuvoja ja raitiovaunuja.



Tehtävä 8

Ryhmässä ajaminen

Tehtävää on hyvä harjoitella alkuun ilman pyöriä ja harjoitella ryhmässä ajamisen alkeita ensin kävellen. Aikuinen ajaa (tai kävelee) ensimmäisenä ja lapset järjestäytyvät jonoon aikuisen perään. Lapset seuraavat aikuisen esimerkkiä ja pysyvät jonomuodostelmassa.

Harjoitellaan kädellä suuntamerkin näyttämistä oikealle ja vasemmalle. Ajetaan jonossa välillä hitaammin ja välillä nopeammin. Jätetään koiran/norsun/linja-auton verran väliä edellä ajavaan.



Etuajo-oikeus ja väistämismerkkit



PAKOLLINEN PYSÄHTYMINEN (ns. stop-merkki)

Liikennemerkillä osoitetaan, että ajoneuvo ja raitiovaunu on pysäytettävä pysäytysviivan kohdalle. Missä pysäytysviivaa ei ole, ajoneuvo on pysäytettävä sellaiseen kohtaan, josta on hyvä näkemä risteävään suuntaan.

Tehtävä 9

Jonon eka, jonon vika

Lapset pyöräilevät jonossa kenttää ympäri.

Päätetään, lähteekö jonon viimeinen jonon ensimmäiseksi (helpompi), vai jättäytyykö jonon ensimmäinen jonon viimeiseksi (haastavampi, kun täytyy hidastaa omaa polkemista/vauhtia ja odotella, että jono ohittaa). Jonon ohittaja saa lähteä ohittamaan jonoa, kun edellinen on päässyt takaisin jonoon. Ohittajan päästyä takaisin jonoon, hän (tai aikuinen) huutaa ”hep”, jonka jälkeen seuraava voi lähteä suorittamaan ohitusta.

Kävely: Jono kävelee eteenpäin. Jonon ensimmäinen juoksee viimeiseksi ja lähettää kosketuksen viestiksi eli koskee edellä kävelevän olkapäätä, jonka jälkeen edellä oleva koskee seuraavan olkapäähän jne. Kun kosketus on saapunut jonon edessä olevan olkapäähän, saa hän juosta jonon viimeiseksi ja lähettää seuraavana kosketuksen jonon ensimmäiselle.



Kielto- ja rajoitusmerkit



KIELLETTY AJOSUUNTA

Liikennemerkkin sivuuttaminen ajoneuvolla on kielletty. Merkin sivuuttaminen polkupyörällä voidaan sallia lisäkilvellä varustettuna tekstillä ”Ei koske”.

POLJE!

JARRUTA!

STOP!

HIDASTA!

Tehtävä 10

TALUTA!

Käskystä!

Lapset polkevat samaan suuntaan ympäri kenttää. Aikuinen huutaa käskyn ja lapset tekevät ohjeen mukaan. Esimerkkejä käskyistä: pysähdy/seis/stop, jarruta/hidasta, polje muiden kanssa samaa vauhtia, taluta pyörää, kävele pyörän ympäri samalla pitäen pyörää pystyssä (jos pyörä kaatuu, harjoittele pyörän nostamista pystyyn), nouse satulaan, lähde polkemaan, näytä suuntamerkki, näytä suuntamerkki toiseen suuntaan, käänny oikealle, käänny vasemmalle, katso taakse, katso sivulle, vaihda suuntaa, aja ympyrä.



Määräysmerkit



JALKAKÄYTÄVÄ

Tieliikennelaki 18 § 4 momentti: Alle 12-vuotias saa ajaa polkupyörää jalkakäytävällä, jollei siitä aiheudu huomattavaa haittaa jalankululle.

Moi!



Tehtävä 11

Moikkaa kaveria

Lapset pyöräilevät kentällä vapaasti ja moikkaavat kaveria käden heilautuksella. Moikkaamisen voi aloittaa nostamalla yhtä sormeaa. Kun yhden sormen nostaminen sujuu, voi lähteä nostamaan sormia mutta peukalo on vielä tukevasti tangossa kiinni.

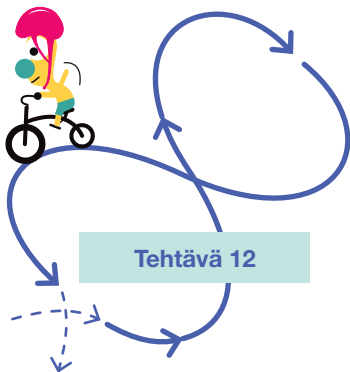
Seuraavaksi voi nostaa sormien mukana vähän kämmentä ilmaan. Kun taidot kasvaa, sitä ilmavammin voi kaverille heilauttaa kättä.



Kielto- ja rajoitusmerkit



**JALANKULKU JA
POLKUPYÖRÄLLÄ
AJO KIELLETTY**



Ajetaan yhdellä kädellä

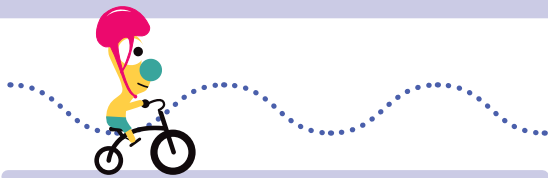
Yhdellä kädellä ajamista voi harjoitella ennalta sovitulla reitillä, ajotaitoradalla tai harjoitella yksittäisiä taitoja, joko rastipisteenä tai vapaana pyöräilynä. Tehtävinä voi olla esimerkiksi mutkittelua, kahdeksikon ajamista, jarrutuksia tai suoraan ajamista. Harjoitellaan molemmat kädet yhtä vahvoiksi mutta aloitetaan harjoittelu vahvemmillä kädellä, jotta saadaan onnistumisia ja iloa pyöräilyyn.



Määräysmerkit



**YHDISTETTY PYÖRÄTIE JA
JALKAKÄYTÄVÄ**



Tehtävä 13

Taitoajorata

Aikuinen tekee taitoajoradan. Tehtävät voi piirtää hiekkaan tai merkitä liidulla asfalttiin. Lapsi suorittaa tehtävät parhaansa mukaan.

Mahdollisia tehtäviä: viivan päällä pyöräily (suora tai mutkitteleva), kahden viivan välissä ajaminen (suora tai kaareva), merkkien pujottelu, tasapainoilu ruudun sisällä, kahdeksikon päällä ajaminen, jarruttaminen ennen viivaa tai jarruttaminen maahan piirretyn laatikon sisään. Taitoajoradalla voidaan hyödyntää tehtäväkorttien takana olevia liikennemerkkien kuvia. Taitoajoradan voi toteuttaa myös kävely-/juoksuratana.



Määräysmerkit



PYÖRÄTIE JA JALKAKÄYTÄVÄ RINNAKKAIN

Liikennemerkillä osoitetaan pyörätien ja
jalkakäytävän keskinäinen sijainti.



Tehtävä 14

Mikä meni piiloon

Tehtävässä hyödynnetään tehtäväkorttien takana olevia liikennemerkejä. Liikennemerkit laitetaan maahan ja lapset saavat katsoa niitä hetken. Lapsia pyydetään sulkemaan silmänsä ja aikuinen poistaa yhden liikennemerkin.

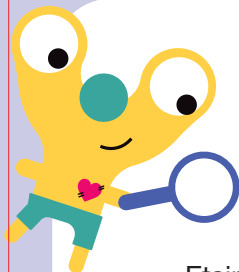
Lapset saavat avata silmänsä ja koittaa muistaa mikä liikennemerkki on otettu pois. Oikean vastauksen löydyttyä, liikennemerkki palautetaan. Lapset sulkevat uudestaan silmänsä ja otetaan uusi liikennemerkki pois.



Määräysmerkit



PAKOLLINEN AJOSUUNTA



Tehtävä 15

Bongataan

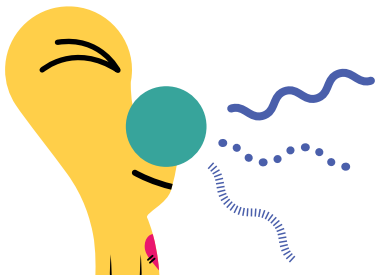
Etsimistehtävän voi tehdä matkalla, kävelyretkellä tai pyöräillessä. Etsitään mitä ikinä keksitäänkään etsiä. Etsitään puita, värejä, muotoja, kirjaimia, numeroita, jotain pehmeää, jotain piikikästä, jotain kylmää, jotain isoa. Bongataan liikennemerkkejä, pyöräilykypäriä, heijastinliivejä, busseja, fölläreitä. Lasketaan punaisia autoja, rappusten askelmia, lintuja, pyöriä, koiria. Kävelyllä voi pysäyttää ryhmän ja pyytää lapsia sulkemaan silmänsä. Aikuinen kysyy ”missä on...?” (mahdollisia vaihtoehtoja: punaista, keinut, pyörä, kukka, kallio, penkki, liikennemerkki, suojatie) ja lapset koittavat silmät kiinni osoittaa mistä kysytyn asian voi löytää.



Määräysmerkit



PAKOLLINEN AJOSUUNTA



Tehtävä 16

Tarkka nenä

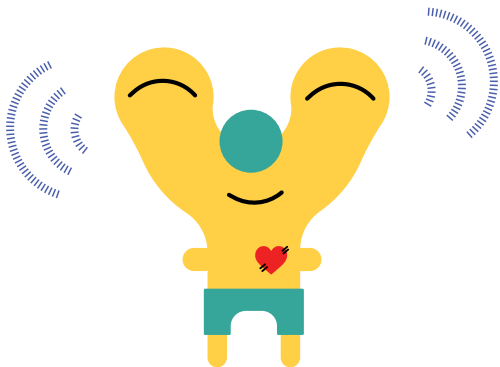
Laittakaa silmät kiinni ja haistelkaa ilmaa.
Miltä ilma tuoksuu? Haistatteko jonkun tietyn hajun? Osaatteko paikallistaa mistä haju tulee?
Pohtikaa: miltä talvella tuoksuu, miltä sateen jälkeen tuoksuu, mikä on lasten suosikkituoksu.



Määräysmerkit



PAKOLLINEN AJOSUUNTA



Tehtävä 17

Mitä kuuluu

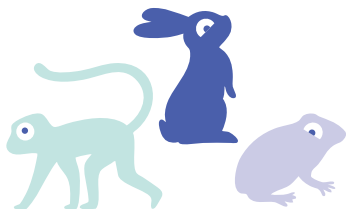
Laittakaa silmät kiinni ja koittakaa tunnistaa eri ääniä. Kuinka monta ääntä tunnistatte? Osaatteko sanoa mistä suunnasta ääni kuuluu? Osaatteko matkia kuulemaanne ääntä?



Määräysmerkit



PAKOLLINEN AJOSUUNTA



Tehtävä 18

Miten eläimet liikkuvat

Katselkaa ympärillenne ja koittakaa matkia miten eläimet liikkuvat. Keksikää yhdessä myös mitä muita eläimiä voitte matkia. Esimerkkeinä: sammakko, pupu, koira, karhu, apina, pingviini, mato. Muistakaa myös äännellä kuten matkittava eläin äänтелеe.



Määräysmerkit



PAKOLLINEN AJOSUUNTA

Merkillä osoitetaan ajoneuvoille sallittu ajosuunta ajoradalla liikenneympyrässä



Tehtävä 19

Bussilla huristellen

Miettikää yhdessä mitä kestävä liikkuminen (kävely, pyöräily, joukkoliikenne) on ja keskustelkaa siitä, ketkä ovat näitä käyttäneet.

Lapsista valitaan bussikuskit ja loput ovat matkustajia. Bussikuskit ”ajelevat” kävellen ympäri kenttää ja poimivat matkustajia kyytiin. Lapset näyttävät bussikorttiaan tai muulla tavalla leikkivät maksavansa matkan noustessaan kyytiin ja menevät paikoilleen kuskin taakse ja kävelevät kuskin tahdissa sekä painavat STOP-merkkiä sanomalla STOP. Kun bussia on pyydetty pysähtymään, tulee kuljettajaa leikkivän lapsen pysäyttää bussi. Halutessaan busseille voidaan tehdä reitit (esimerkkinä: keinulta puulle, puulta maalille ja maalilta takaisin keinulle), joita pitkin bussit kulkevat.



Määräysmerkit



PAKOLLINEN AJOSUUNTA