



TURKU
ÅBO

VAD GÖR DIN
FÄRD TILL ETT
ÄVENTYR?

VILKA
TRAFIKREGLER
KAN DU
REDAN?

HUR BRUKAR
DU RÖRA PÅ
DIG?

Kottesson



till fots



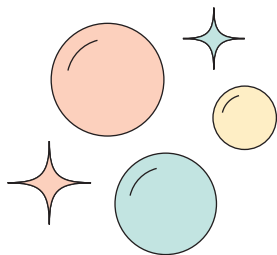
med cykel



ute på äventyr

Kottesson och främjandet av cykling bland barn fick sin början i Scale-up-projektet. Uppdragskorten, arbetshäftet och berättelsen om Kottesson skapades som en del av Kävellen, pyöräillen, seikkaillen (Till fots, med cykel, ute på äventyr) -projektet.





Uppgift 1

Jakt på såpbubblor

Den vuxna blåser såpbubblor och barnet försöker träffa så många såpbubblor som möjligt med sina händer, fötter, huvud och/eller cykel.







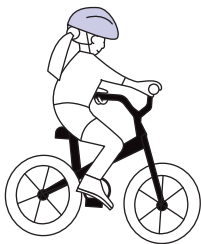
Uppgift 2

Världens långsammaste cyklist

Gruppen cyklar från startlinjen till mållinjen så långsamt som möjligt. Den som kommer fram sist vinner. Tävlingen genomförs några gånger. Efter varje omgång kan man tillsammans fundera på vilka tekniker som hjälper att cykla långsamt. Om cykeln har växlar, kan man prova vilken växel man kan cykla långsammast med.







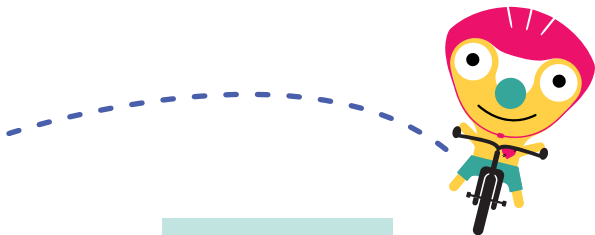
Uppgift 3

Minst trampningar

Gruppen cyklar från startlinjen till mållinjen med så få tramp som möjligt. Den som kommer fram med minst trampningar är vinnaren. Tävlingen genomförs flera gånger. Efter varje omgång kan man fundera på vilka tekniker som hjälper en att cykla med färre tramp. Om cykeln har växlar, kan man prova vilken växel man kan trampa effektivast med så att man rullar så långt som möjligt.







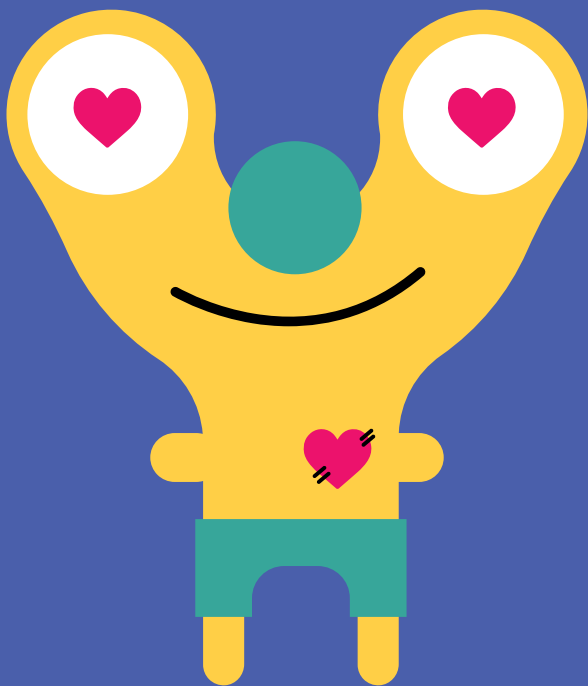
Uppgift 4

Rullningens mästare

Bestäm accelerationssträckans längd och markera den. Barnet accelererar och när barnet har nått slutet av accelerationssträckan, fortsätter barnet att rulla utan att trampa så långt som farten räcker till. Detta kan göras en och en, i små grupper eller med hela gruppen samtidigt.

Efter varje omgång kan man fundera på vilka tekniker som fungerade bra. Kanske någon kan rulla väldigt bra och man kan försöka imitera deras teknik.







Uppgift 5

Sparkcykelproffs

Barnen sparkcyklar i en cykelstafett. Sänk sadeln tillräckligt lågt så att alla kan nå marken utan att trassla sig i pedalerna. Markera start-/mållinjen och placera en kon på ett lämpligt avstånd från gruppen.

Barnen ställer sig bakom startlinjen. Första barnet åker och rundar konen. Nästa barn startar när föregående har passerat mållinjen (den vuxna hjälper om det behövs). Om gruppen är liten, kan barnen tävla som en grupp och försöka göra så bra tid som möjligt (den vuxna tar tid). Om gruppen är stor, delas de upp i mindre grupper. Om cyklarna inte räcker åt alla, delas barnen upp så att varje grupp har lika många barn med och utan cykel. Välj ut par som byter cyklar, så att cyklarna kan roteras smidigare.

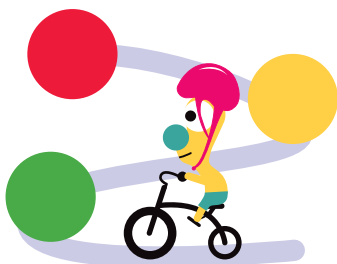


Regelmärken



ÖVERGÅNGSSTÄLLE

Med märket anges platsen för övergångsstället. Bilister måste ge företräde åt fotgängare som är på övergångsstället eller på väg dit. Obs! Se till att bilisterna har sett dig innan du korsar vägen.



Uppgift 6

Trafikljusleken

Spelet har trafikljusets färger: röd (stanna/ stopp), gult (foten på pedalen eller sakta ner farten) och grönt (tillåtet att cykla). Barnet cyklar runt på planen, den vuxna ropar ut en färg och barnen agerar enligt den utropade färgen. Det här kan också göras gående/ springande.



Varningsmärken



BARN

Med vägmärket kan det varnas för ett sådant ställe på vägen där det ofta rör sig barn.



Uppgift 7

Rusningstiden

Barnen cyklar fritt inom ett markerat område. Innan nästa runda bes barnen att cykla åt samma håll. Innan den tredje rundan bes barnen att cykla på den högra sidan och de snabbare cyklisterna ska passera de saktare cyklande barnen på den vänstra sidan. Börja med att cykla moturs så att de långsammare cyklisterna hamnar på ytterkanten (höger sida) och snabbare cyklister kan passera på innerkanten av området (vänster sida).

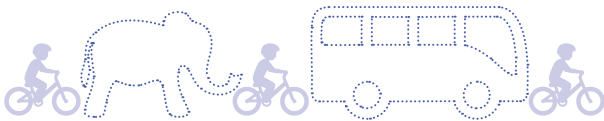


Märken som anger förkörsrätt och väjningsplikt



VÄJNINGSPLIKT I KORSNING

Vägmärket anger att fordon och spårvagn ska väja för andra fordon och spårvagnar i en korsning.



Uppgift 8

Cykla i grupp

Det är bra att börja öva i grupp först utan cyklar. Man går i ett led och övar de olika färdigheter som behövs för att cykling i grupp skall vara tryggt. Den vuxna cyklar (eller går) först och barnen ställer sig i ett led bakom den vuxna. Barnen följer den vuxna och barnen håller sig i ledet. Träna på att visa riktning med handen innan ni svänger. Cykla ibland långsammare och ibland snabbare. Lämna ett avstånd som är lika långt som en hund/häst/giraff/enhornring till den som cyklar framför dig (här kan man välja vilket djur som helst eller låta barnen välja ett djur för att beskriva avståndet som man försöker hålla till den som cyklar framför en).



Märken som anger förkörsrätt och väjningsplikt



OBLIGATORISKT ATT STANNA (S.K. STOP-MÄRKET)

Vägmärket anger att fordon och spårvagnar ska stanna vid stopplinjen. Där det inte finns någon stopplinje ska fordonen och spårvagnarna stanna på ett sådant ställe från vilket det är god sikt till den korsande vägen.

Uppgift 9

Först i kön, sist i kön

Barnen cyklar i ett led runt planen. Bestäm om den som är sist byter plats till först i ledet (lättare) eller om den som är först byter till sist (svårare, då man måste sakta ner farten och vänta att gruppen kommer förbi). Nästa får börja köra om hela gruppen när den föregående omköraren har nått sin nya plats. När man byter från först till sist och är på sin nya plats ropar cyklisten "hepp" som signal till den nya första cyklisten att falla sist.

Gång: Raden går framåt. Den första i raden springer sist och rör vid axeln på den som går framför, och den som är framför rör vid axeln på nästa, och så vidare. När beröringen har nått axeln på den främsta personen i raden, får hen springa till sist i raden och skicka nästa beröring till den första i raden.



Förbuds- och begränsningsmärken



FÖRBJUDEN FÄRDRIKTNING

Det är förbjudet för fordon och spårvagnar att passera vägmärket. Cyklar kan tillåtas passera märket med tillägsskylt och texten "Gäller inte".

CYKLA!
BROMSA!
STANNA!
TITTA BAKÅT!
LED!

Uppgift 10

På kommando!

Barnen cyklar åt samma håll runt fältet. Den vuxne ropar ett kommando och barnen följer instruktionen. Exempel på kommandon: stanna, bromsa, cykla i samma takt som de andra, led cykeln, gå runt cykeln medan du håller den upprätt (om cykeln faller, öva på att lyfta upp den), sätt dig på sadeln, börja cykla, visa svängtecken, visa svängtecken åt andra hållet, sväng åt höger, sväng åt vänster, titta bakåt, titta åt sidan, byt riktning, cykla i en cirkel.



Påbudsmärken



GÅNGBANA

Vägtrafiklag 729/2018 18 § 4 moment: Barn under 12 år får cykla på gångbanan, om detta inte medför avsevärd olägenhet för gångtrafiken.



Uppgift 11

Hälsa på en vän

Barnen cyklar fritt runt fältet och hälsar på sina vänner genom att vinka.

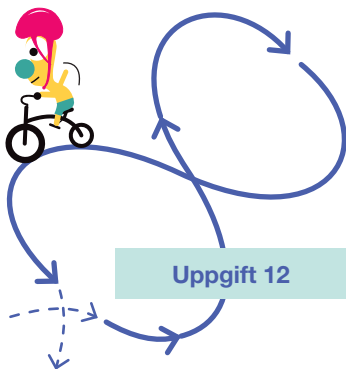
Hälsningen kan börja med att lyfta ett finger. När det går bra att lyfta ett finger kan man börja lyfta fler fingrar men tumme måste fortfarande vara på styret. Nästa steg kan vara att lyfta hela handen i en vinkning.



Förbuds- och begränsningsmärken



**GÅNGTRAFIK OCH
CYKELÅKNING FÖRBUDNA**



Cykla med en hand

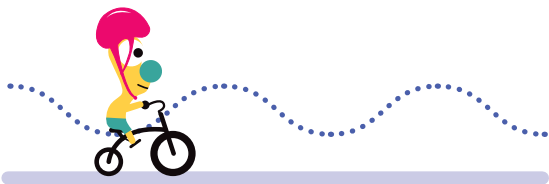
Öva på att cykla med en hand längs en förutbestämd rutt eller genom att öva på enskilda pass, antingen som en hinderbana eller fritt cyklande. Uppgifter kan vara att svänga, cykla en åtta, bromsa eller cykla rakt. Träna båda händerna att bli lika starka men börja med den starkare handen för att få goda erfarenheter och glädje av cyklingen.



Påbudsmärken



**KOMBINERAD CYKEL-
OCH GÅNGBANA**



Uppgift 13

Cykelbana

En vuxen gör en cykelbana. Märken kan ritas i sanden eller markeras med krita på asfalten. Barnet utför uppgifterna så bra som möjligt. Möjliga uppgifter: cykla på en linje (rak eller slingrande), köra mellan två linjer (rak eller kurvig), slalom mellan markeringar, balansera inom en ruta, köra en åtta, bromsa innan en linje eller bromsa in i en ruta ritad på marken.

På cykelbanan kan användas bilder på vägskyltar från baksidan av uppgiftskorten.

Cykelbanan kan också genomföras som en gång-/löparbana.



Påbudsmärken



CYKELBANA OCH GÅNGBANA SOM LÖPER PARALLELLT

Symbolerna på vägmärket anger hur
cykelbanan och gångbanan löper i
förhållande till varandra.



Uppgift 14

Vilken gömde sig?

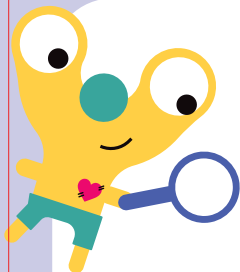
Använd trafikmärken på baksidan av uppgiftskort. Trafikmärken placeras på marken och barnen får titta på dem en stund. Barnen ombeds att stänga ögonen och den vuxna tar bort ett märke. Barnen får öppna ögonen och försöka minnas vilken skylt som togs bort. När de har kommit på rätt svar, sätts märket tillbaka. Barnen stänger ögonen igen och ett nytt märke tas bort.



Påbudsmärken



PÅBJUDEN KÖRRIKTNING



Uppgift 15

Bingobingo

Ett sökuppdrag under en promenad eller cykeltur. Man letar efter vad som helst man kan komma på att leta efter. Man söker efter träd, färger, former, bokstäver, siffror, något mjukt, något taggigt, något kallt, något stort.

Man spanar efter vägskyltar, cykelhjälm, reflexvästar, bussar, lastbilar. Man räknar röda bilar, trappsteg, fåglar, cyklar, hundar.

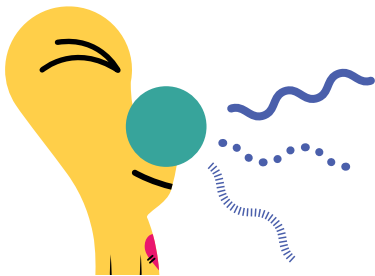
Under promenaden kan man stoppa gruppen och be barnen stänga ögonen. Den vuxna frågar "Var är...?" (möjliga alternativ: något rött, gungor, cykel, blomma, bänk, vägskylt, övergångsställe) och barnen försöker peka på var den efterfrågade saken kan finnas.



Påbudsmärken



PÅBJUDEN KÖRRIKTNING



Uppgift 16

Noggrann näsa

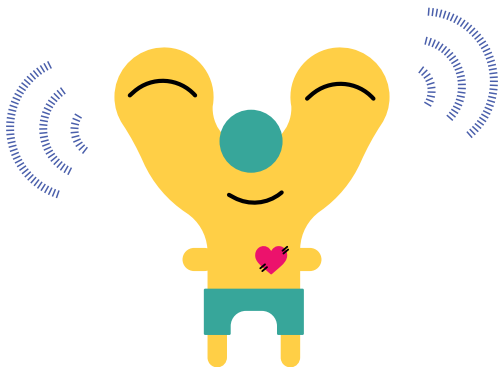
Stäng ögonen och känn på luften. Hur luktar luften? Känner ni en viss doft? Kan ni lokalisera var doften kommer ifrån? Fundera på: hur luktar det på vintern, hur luktar det efter regn, vad är barnens favoritdof?



Påbudsmärken



PÅBJUDEN KÖRRIKTNING



Uppgift 17

Vad hörs?

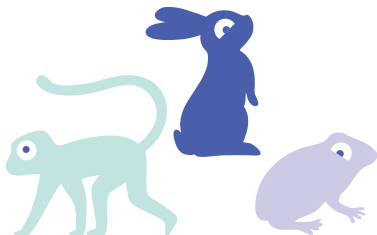
Stäng ögonen och försök att känna igen olika ljud. Hur många ljud kan ni identifiera?
Kan ni säga från vilket håll ljudet kommer?
Kan ni härma ljudet ni hör?



Påbudsmärken



PÅBJUDEN KÖRRIKTNING



Uppgift 18

Hur rör sig djur?

Titta omkring er och försök att härma hur djur rör sig. Kom tillsammans på fler djur ni kan härma. Exempel: groda, kanin, hund, björn, apa, pingvin, mask.

Kom ihåg att också låta som det djur ni imiterar.



Påbudsmärken



PÅBJUDEN KÖRRIKTNING

Märket anger den tillåtna färdriktningen för fordon på körbanan i en cirkulationsplats (s.k. rondell)



Uppgift 19

Bussåkning

Tänk tillsammans på vad hållbart resande (promenader, cykling, kollektivtrafik) är och diskutera vem som använder dessa sätt att ta sig fram. Barnen väljer bussförare och resten är passagerare. Bussförarna "kör" runt på planen till fots och plockar upp passagerare. Barnen visar sitt busskort eller leker på annat sätt att de betalar för resan när de går ombord och går till sina platser bakom föraren och går i takt med föraren samt trycker på STOP-knappen genom att ropa STOP. När bussen har stannat, måste det barn som leker förare stoppa bussen. Om man vill kan man skapa rutter för bussarna (till exempel från gungorna till trädet, från trädet till målet och sedan tillbaka till gungorna) som bussarna ska följa.



Påbudsmärken



PÅBJUDEN KÖRRIKTNING