

Synbarhet och reflexer

Samhällsorienterande ämnen • Idrott och hälsa





Lektionsupplägg

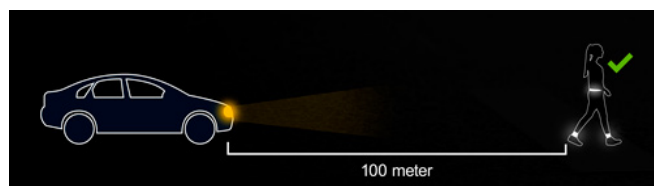
Förbered en bana i skolans närområde, välj om möjligt en väg där det finns säkra gångbanor som inte delas med cyklister. Rita ut banan på en karta.

Utefter banan sätter du ut ett antal saker med olika former, några som du fäster reflexer vid och några utan reflex. Man kan fästa självhäftande reflexband på föremål som t ex en stövel, en hockeyklubba och en galge och låta en nalle, en boll och en cykelhjälm vara utan reflex.

Börja titta på kartan i klassrummet för att tillsammans resonera om vart ni ska gå, hur långt det är, hur lång tid eleverna bedömer att det ska ta osv. Bor någon elev i närheten? Är vägen del av någon annans väg till skolan? Är vägen upplyst när det är mörkt ute? Finns det gångbanor? Delar man yta med cyklister? Tycker eleverna att det är en säker skolväg?

Dela upp eleverna i mindre grupper och ge varje grupp en ficklampa och papper/penna för dokumentation. Med hjälp av ficklampor ska eleverna kunna identifiera vilka föremålen är. Det bör alltså vara ganska mörkt ute, så antingen börjar ni eller avslutar skoldagen med denna aktivitet. Eleverna dokumenterar, sammanställer och redovisar resultaten för varandra.

Tillbaka i klassrummet visar ni filmen [mörker och reflexer](#) från UR.



Med reflex ser bilen dig på minst 100 meter och hinner bromsa.



Diskutera i klassen!

Hur mycket bättre syns man om man använder reflexer?

Hur långt syns man?

När behöver man en reflex?

Vilka olika reflexer finns det? Vilka gillar eleverna bäst?

Vilka behöver reflexer?

Kompletterande upplägg på kvällstid tillsammans med föräldrar:

Utgå även här ifrån en karta genom att rita ut vilken väg ni ska åka. Utefter banan ställer ni upp figurer eller föremål med eller utan reflexer. Varje familj kör sedan sträckan med sin bil och låter bilens lyktor lysa på föremålen. Frågan är vilka ser man och vilka inte? Hur tidigt ser man dem, med eller utan reflex?

Eleverna dokumenterar, sammanställer och redovisar familjens resultat efteråt. Denna aktivitet ger förstås ingen motion, men kan ändå vara givande och ett bra komplement då elever och föräldrar tillsammans tydligt inser vikten av att använda reflexer, bra lyktor på bilen och att sänka farten när det är mörkt.

Mer information om reflexer finns på NTF:s webbplats

