

Säker som cyklist

Samhällsorienterande ämnen





Kopplat till ämne/kursplan:

Samhällsorienterande ämnen
"Trafikregler och hur man beter sig i trafiken på ett säkert sätt".



Lektionsupplägg

Diskutera med eleverna

- Vad är en cyklist?
- Finns det vägmärken som gäller för cyklist? Måste man följa dem?
- Finns det några nya fordon som barn, ungdomar och vuxna använder i trafiken som gör att man kommer snabbt fram?
- Hur ska en säker cykel vara utrustad?
- Varför måste man använda cykelhjälm och till vilka fordon?

Genomgång

Cykel och elsparkcykel räknas som fordon, precis som en bil och det innebär att det finns särskilda regler som man måste följa. Gå igenom bildspelet [Säker som cyklist](#) och ta hjälp av tillhörande [talmanus](#).

Inlines, Skateboard, longboard och sparkcykel. Man kan även betraktas som cyklist när man åker inlines, skateboard, longboard eller sparkcykel - om man åker väldigt fort. Vanligtvis räknas man dock som gående.

Fördelar med att cykla

- Cykeln är smidig, billig och tyst.
- Den ger motion, bättre hälsa och släpper inte ut några avgaser vilket är bra för miljön.
- Inte minst tycker många att det är roligt att cykla.

Viktiga vägmärken



Påbjuden gång- och cykelbana.

Här ska man gå eller cykla och hålla sig på sin del av banan. Om strecket saknas på skylten delar man platsen. Då ska den som cyklar hålla till höger och den som går till vänster. Elspark ska köras på samma del som cyklarna.



Stopplik.

Förare måste stanna och stå stilla före infart på korsande väg.



Väjningsplikt. Förare, alltså även cyklist, måste stanna och låta fordon som korsar vägen köra före.