



TRYGG TRAFIKK

Sykling på skoleveien - trygt frem og hjem



*Veileder til skolens ledelse
og foreldreutvalg (FAU)*

Noen elever har enkle og oversiktlige skoleveier, mens andre må forholde seg til mer krevende trafikkforhold. For å vurdere om barn kan sykle trygt alene til skolen, må skoleveien vurderes og sees opp mot elevenes kunnskap, ferdigheter og modningsnivå.

Å sykle i trafikken kan være komplisert. Det forutsetter opplæring, trening og modning. Det er derfor Trygg Trafikk mener at barn bør være 10-12 år og ha gjennomgått sykkelopplæring over tid før de kan sykle alene i blandet trafikk.

De fleste skoler har lang og god tradisjon med å sette en felles aldersgrense for når elevene kan sykle alene på skoleveien. Endring i forskrift til opplæringsloven §12 – 1 av 20.august 2015 gir foreldrene rett til å bestemme når deres barn kan sykle til skolen. Skolene kan fortsatt gi anbefalinger om sykling på skoleveien ut fra trafiksikkerhetssyn.

Trygg Trafikk oppfordrer ledelsen ved alle landets skoler å ta opp saken i skolens rådsorganer og bli enige om felles anbefalinger i samarbeid med FAU. Anbefalingene bør bygge på lokale sikkerhetsvurderinger av forholdene rundt skoleporten, på skoleveien, barns forutsetninger i trafikken og skolens sykkelopplæring. Vi ønsker med dette veiledningsheftet å gi tips og råd på veien.

Oktober 2015
Trygg Trafikk

Sykeltrygghet
gir sykkelglede



Innhold

Hva sier regelverket om sykling?

Sykling på skoleveien	5
Skolens ansvar for elevenes sikkerhet	5
Skolens ansvar for sykkelopplæring	5
Forsikring på skoleveien	5
Regler for syklende	5

Hvordan gjøre lokale sikkerhetsvurderinger?

Rundt skoleporten	6
På skoleveien	8
Barns forutsetninger i trafikken	11
Sykkelopplæring	14

Sjekkliste for lokale sikkerhetsvurderinger

Rundt skoleporten	16
På skoleveien	16
Barns forutsetninger i trafikken	16
Sykkelopplæring	16

Ressurser i sykkelopplæringen	19
-------------------------------------	----



En syklist er fører av et kjøretøy og må derfor kjenne til og følge de samme reglene som kjørende.

Hva sier regelverket om sykling?

Selv om foreldre bestemmer når barna kan begynne å sykle alene til skolen, kan skolene fortsatt lage anbefalinger om aldersgrense for sykling, sykkelprøve og bruk av sikkerhetsutstyr. Dette bør gjøres i samarbeid med foreldreutvalgene.

Sykling på skoleveien

Det er foreldrene som bestemmer om barna får sykle til skolen eller ikke. Det er stadfestet i forskrift til opplæringsloven §12-1:

«I ordensreglementet for skolen kan det takast inn føresegner som nærmare regulerer trafikktryggleik og andre førebyggjande tiltak. Foreldra avgjer om barna får sykle til skolen eller ikkje.»

Skolens ansvar for elevenes sikkerhet

Kommunen og skolen har ansvar for at elevene er trygge på skoleveien. Det står i forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler og i opplæringsloven.

Skolens ansvar for sykkelopplæring

Skolen skal sørge for at elevene kan følge trafikkregler for fotgjengere og syklister etter 4. trinn og praktisere trygg bruk av sykkel etter 7. trinn. Det står i læreplanen for kroppsøving.

Forsikring på skoleveien

Kommunen skal sørge for ulykkesforsikring for elevene. Forsikringen skal også dekke skoleveien. Det står i forskrift til opplæringsloven § 8-4, som ikke er endret. Forsikringen gjelder selv om foreldrene bestemmer at barna skal sykle mot skolens anbefalinger.

Regler for syklende

Sykkelen er et kjøretøy med krav til påbudt utstyr, og syklister må følge trafikkregler for kjørende. Det er regulert i forskrift om kjørende og gående trafikk (trafikkregler). Det er ingen formell aldersgrense for å sykle i trafikken, men veitrafikkloven gir noen klare føringer. En syklist må vurdere og forstå trafikkbildet for å ha «fullt herredømme over kjøretøyet».

Hvordan gjøre lokale sikkerhetsvurderinger?

Trygg Trafikk oppfordrer alle skoler til å foreta en lokal sikkerhetsvurdering og bruke denne som grunnlag for å utarbeide felles anbefalinger om sykling på skoleveien. Det er viktig å vurdere forholdene rundt skoleporten, på skoleveien, barns forutsetninger i trafikken og skolens sykkelopplæring.

RUNDT SKOLEPORTEN

Kapasitet og samspill

Ofte er det kaotisk ved skoleporten når mange kommer og går samtidig. Forholdene rundt foreldrekjøring, lærerparkering, bussholdeplasser, servicetrafikk, fotgjengere og syklistere må sees i sammenheng. Elevene kommer fra mange kanter på den samme veien inn mot skolen. Vurder om kapasiteten på disse veiene er stor nok for både fotgjengere og syklistere. Det er også viktig å ivareta sikkerheten for dem som går til skolen.

Sykkelparkering

Sykling i skolegården kan skape farlige situasjoner. Derfor bør sykkelparkeringen plasseres på hensiktsmessig sted og ha nok plasser. En eventuell utvidelse av areal til sykkelparkering bør ikke tas av elevenes lekeområder.



Ofte er det kaotisk ved skoleporten når mange kommer og går samtidig.

PÅ SKOLEVEIEN

Den korteste veien er ikke alltid den tryggeste. En omvei på mindre trafikkert vei, sykkelvei, sti eller turvei, kan være et godt alternativ. En syklist må være oppmerksom på trafikken hele tiden og kunne reagere på farlige situasjoner. Trafikkmengden har betydning for hvor trygt det er å sykle.

Tilrettelegging for syklist

Kartlegg kvaliteten og kapasiteten på gang- og sykkelveier, sykkelfelt eller hvor bred veien er med tanke på at barn skal kunne sykle. Kartlegg kryss og overganger. I kryss der det er mye trafikk, blir syklist lett oversett. De yngste elevene kan ha problemer med å forstå hvilken retning bilene kommer fra og hvor de skal. Ta både bilistenes og syklistenes perspektiv med i sikkerhetsvurderingen.

Inn- og utkjøringer

Det kompliserer trafikkbildet hvis det kommer trafikk fra sidene, for eksempel inn- og utkjøringer fra boliger, parkeringsplasser, anleggsområder eller lignende. Ta dette med i sikkerhetsvurderingen.

Sikt og sikthindringer

Noen steder kan det være spesielt uoversiktlige punkter, ved for eksempel hekker eller trær. Når man skal vurdere sikten, er det viktig å ta utgangspunkt i barnas høyde.

Trafikkforholdene

Kartlegg trafikken ved skolestart, skoleslutt, fartsgrenser og overholdelse av disse.

En syklist må være oppmerksom på trafikken hele tiden og kunne reagere på farlige situasjoner.

Hvor er det lov å sykle?

Syklister kan bruke kjørebanen, gang- og sykkelveier, sykkelveier, sykkelfelt og kollektivfelt. Det er også lov å sykle på fortau og på gangveier, men her må syklisten ta hensyn til fotgjengerne. Det betyr at det må sykles i tilnærmet gangfart. Sykling i gågate og på gatetun, skjer etter samme regler som sykling på fortau.

Hvordan krysse veien?

Det tryggeste er å gå av sykkelen og trille den over veien. Dette gjelder også ved kryssing i gangfelt, siden syklist har vikeplikt for all annen trafikk på veien.

Kryss veien der det er lite trafikk, oversiktig, ingen sving, bakketopp eller parkerte biler. Syklist må beregne tidsluker og avstand til biler. Dette krever at de kan se langt nok i begge retninger.



BARNES FORUTSETNINGER I TRAFIKKEN

Trafikkferdighetene er avhengig av relevant trening og opplæring. Det kan være store individuelle forskjeller mellom barn på samme aldersnivå, men det er likevel noen generelle kjennetegn.

■ Elever på 1. trinn

Elevene har liten erfaring som selvstendige trafikanter. De er lave og får derfor et begrenset synsfelt. Motorikken er ikke ferdig utviklet og barna kan ha vanskeligheter med å stoppe brått. De er lekne, impulsive og opptatt av detaljer som fanger interessen der og da. De kan i liten grad ta andre trafikanters perspektiv. Mange er opptatt av regler og følger disse helt ukritisk, og de forventer at andre også følger de samme reglene. Barna tror at andre ser det samme som de selv ser.

KJENNETEGN 1. TRINN:

- små av vekst som gjør det vanskelig for dem å se og bli sett
- har vanskeligheter med å forstå det de ser og hører i trafikken
- klarer ikke å bedømme avstand og fart til biler som nærmer seg
- forstår ikke at biler kan dukke opp når de selv ikke ser dem

■ Elever på 2. og 3.trinn

Barn er impulsive og lekne. De kan være ukonsentrerte i trafikken, spesielt sammen med flere barn. Elevene tenker konkret og ser verden utfra seg selv. Når de eksempelvis ser en bil, så vil de tro at bilføreren også ser dem.

KJENNETEGN 2. OG 3. TRINN:

- kroppskontroll, men fortsatt lekende og impulsive
- ser detaljer, men oppfatter ikke alltid sammenhenger
- tenker konkret og trenger konkret veiledning
- har vanskeligheter med å ta andres perspektiv
- opptatt av regler

■ Elever på 4. og 5. trinn

Elever på dette nivået begynner å få erfaring som selvstendige trafikanter. De fleste har god motorikk og kroppsbeherskelse. De kan tolke og dra nytte av det de ser og hører i trafikken, men fremstår ofte som større, mer erfarne og modne enn de egentlig er. Elevene er ikke lenger så regelbundne og stiller oftere spørsmål til regler og rutiner. De blir mer opptatt av hva venner sier og gjør og hører ikke bare på de voksne.

KJENNETEGN 4. OG 5. TRINN:

- har trafikkerfaring fra eget nærmiljø
- ikke lenger så regelbundne, regler tilpasses eller droppes
- stiller mer spørsmål og aksepterer ikke ukritisk voksnes pålegg og anbefalinger
- mer selvstendige
- begynner å relatere seg mer til jevnaldrende

■ Elever på 6. og 7. trinn

Elevene har ganske mye trafikk-erfaring og begynner å kunne overføre erfaringer fra en situasjon til en annen. De kan generalisere utfra opplæring og erfaring og er ikke lenger så avhengig av konkret veiledning. Motorikken er godt utviklet, og de kan gjøre flere kompliserte bevegelser samtidig. Elevene kan i større grad forutse situasjoner, eksempelvis forstå at biler kan komme selv om de ikke ser dem. De forstår bedre konsekvenser av handlinger, men har ofte overdreven tro på egne ferdigheter.

KJENNETEGN 6. OG 7. TRINN:

- kan overføre erfaringer fra en situasjon til en annen
- kan generalisere kunnskap
- kan forutse situasjoner, forstår at biler kan komme selv om de ikke ser dem
- har stor tro på egne ferdigheter
- har evne til å ta andres perspektiv
- forstår bedre konsekvenser av handlinger



SYKKELOPPLÆRING

Mange skoler gjennomfører en årlig sykkeldag. Trygg Trafikk anbefaler at den arrangeres som en del av en lengre periode med sykkelopplæring.

Teori

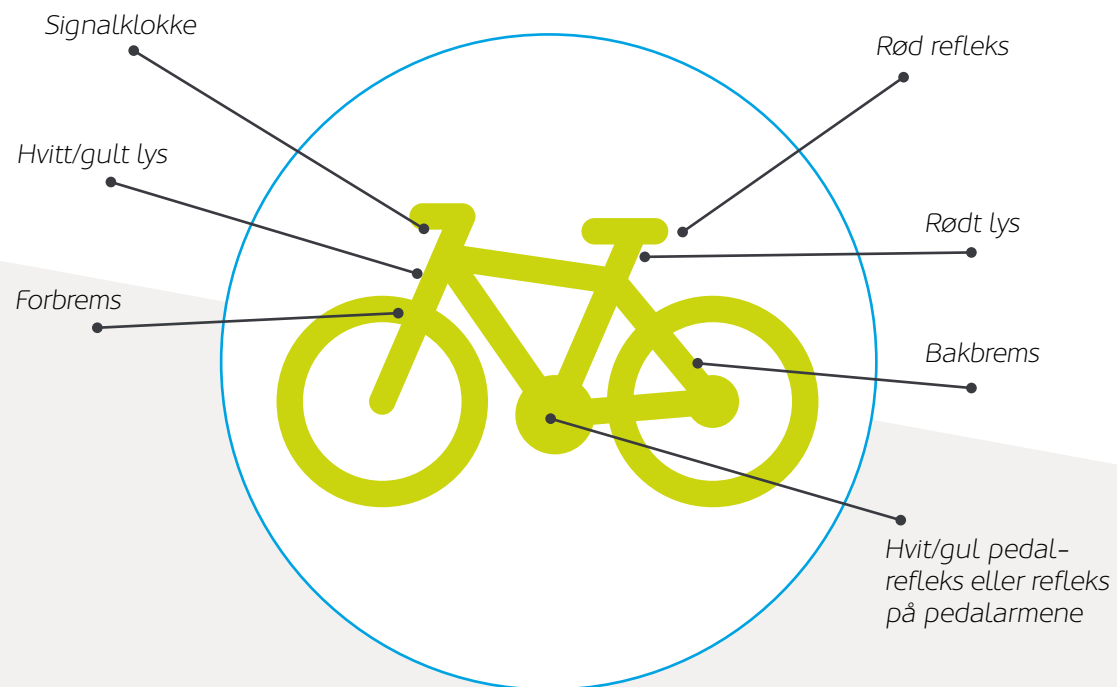
Elevene må kunne de sykkelreglene som gjelder på skoleveien. De må vite hva som er påbudt utstyr på sykkelen og hvorfor de skal bruke hjelm.

Praksis

Elevene må få mye trening, først på trygge områder uten biltrafikk, for eksempel i skolegården. Den første treningen i trafikken må skje med klare instruksjoner, og etter hvert får elevene ta mer selvstendige avgjørelser.

Sykkelprøve

Som avslutning på opplæringen kan man gjennomføre en sykkelprøve med teori og praktiske ferdigheter i trafikken.



Sjekkliste for lokale sikkerhetsvurderinger

RUNDT SKOLEPORTEN

- ✓ Hvilke muligheter har skolen for å skille fotgjengere, syklister og bilister ved inngangen til skolen?
- ✓ Vurder kapasiteten på den siste delen av skoleveien spesielt, og sjekk at både fotgjengere og syklister kan være trygge samtidig.
- ✓ Hvor skal syklene parkeres? Er det nok plasser?

SKOLEVEIEN

- ✓ Hvilke veier bruker elevene til skolen, og hvor er det tryggest å sykle?
- ✓ Sjekk fartsgrenser og om disse overholdes.
- ✓ Er det stor trafikk på skoleveien?
- ✓ Er det sykkelveier, sykkelfelt, egnede fortau eller bred veiskulder, og er disse sammenhengende?
- ✓ Er noen punkt eller strekninger dårlig tilrettelagt? Hva er farlig på disse stedene?
- ✓ God belysning øker sikkerheten. Er belysningen god nok?
- ✓ Hva slags type veikryss er det på skoleveien, og hvordan bør elevene sykle her?
- ✓ Er det rundkjøringer og hvordan er tryggeste måten å krysse disse på?
- ✓ Registrer inn- og utkjøringer. Hva er færemomentene her?
- ✓ Hvor er det skarpe svinger, bakketopper eller tett vegetasjon som hindrer sikt?
- ✓ Hvilke sikthindringer kan det enkelt gjøres noe med?



BARNES FORUTSETNINGER I TRAFIKKEN

- ✓ Mestrer barnet sykkelen, har det god balanse, kan svinge, gi riktige tegn og stoppe brått?
- ✓ Kan barnet trafikkreglene og forstår hvorfor de må følges?
- ✓ Vet barnet hvilken vei det er tryggest å sykle til skolen?
- ✓ Følger barnet anvisninger om hvor det er tryggest å krysse veien?
- ✓ Har barnet evne til å orientere seg i de trafikksituasjonene som oppstår?
- ✓ Har barnet oppmerksomheten på de riktige tingene og gjør selvstendige vurderinger?

SYKKELOPPLÆRING

- ✓ På hvilket trinn ligger sykkelopplæringen?
- ✓ Er sykkelopplæringen lagt opp riktig i henhold til Kunnskapsløftet og det skolen og FAU anbefaler om når elevene får sykle til skolen?
- ✓ Hvordan tar skolen opp temaet sykling på skoleveien med FAU og på foreldremøter?
- ✓ Hvilke rutiner har skolen rundt foreldresamarbeid for å sikre at elevenes sykler er i orden?

Trygg Trafikk anbefaler

Skolene lager felles anbefalinger om aldersgrense for sykling og bruk av sikkerhetsutstyr, i samarbeid med FAU.

Anbefalingene bygger på lokale sikkerhetsvurderinger av forholdene rundt skoleporten, på skoleveien, barns forutsetninger i trafikken og skolens opplæring.

Skolene gjennomfører systematisk og god sykkelopplæring i tråd med Kunnskapsløftet. Sykkelopplæringen gjennomføres i forkant av anbefalt aldersgrense for sykling og avsluttes med en sykkelprøve.

Sykling på skoleveien er et årlig tema på møter med FAU og på foreldremøter.

Ressurser i sykkelopplæringen

På www.tryggtrafikk.no er det materiell til alle trinn og mer informasjon om barn og sykling, skolevei, sikkerhetsutstyr og trafikkopplæring.

Trafikkboka er grunnleggende opplæring for de første klassetrinnene. Et klassesett pr skole er tilstrekkelig. Oppgaver til boken finnes også digitalt.

Trå til er sykkelmateriell som følger progresjonen fra sykling på bilfrie områder til sykling i blandet trafikk. Sykkelprøve inngår i materialet.

Digitalt opplæringsmateriell, sykkelprøve, oppgaver og filmer til bruk i opplæringen er gratis og tilgjengelig for alle på www.tryggtrafikk.no/tema/skole.



"Skolen bør fortsatt gi anbefalinger om sykling på skoleveien ut fra trafikksikkerhetshensyn."



TRYGG TRAFIKK

TRYGG TRAFIKK

Tollbugata 32
Postboks 277 Oslo Sentrum
0103 Oslo
Tlf: +47 22 40 40 40

www.tryggtrafikk.no