

Elever som trafikeksperter

# Hvordan kan elever få flere til at cykle & gå i skole?





## Forord

# Elever som ambassadører

I dette inspirationsmateriale beskriver vi tre cases til, hvordan skoler kan arbejde med cykling. De tre cases er udvalgt på baggrund af afprøvede ideer i løbet af projektet 'Elever som trafik eksperter', som vi har udført på fire skoler fra 2021 - 2023.

Formålet er at få skoler til at inddrage elever i at få flere til at cykle og gå i skole. Det er elevernes ideer og løsninger, der er i fokus, når der på forskellige måder arbejdes på at få flere elever op på cyklen.

I de sidste ni år har vi arbejdet med at inddrage elever i at få flere til at cykle og gå i skole. Som tidligere lærere har vi set potentialet i, at elever får medansvar for at løse problemet med, at færre og færre børn og unge cykler i skole. Vi har erfaring med, at elever bliver meget motiverede til at gøre en forskel, når de skal løse et virkeligt problem i deres nærmiljø.

I de tre cases fungerer elever som ambassadører. De er både med til at få ideer, sætte cykelprojekter i gang samt sprede budskabet om, at flere elever på skolen skal cykle mere. De tre cases øger elevernes kommunikative kompetencer; at planlægge en kampagne eller at undervise yngre elever.

Vi har bedst erfaring med at inddrage elever på 5.-6. årgang, da de stadigvæk synes, det er sjovt at cykle og samtidig har en vis modenhed, der gør, at de kan undervise andre elever og koncentrere sig i længere perioder.

Projektet 'Elever som trafik eksperter' er udført med støtte fra fonden Østifterne og Statens Cykelpulje.

Janne og Johan Heichelmann  
Trafik i Børnehøjde

# Cykelfrikvarter

## Case fra Peter Willemoesskolen, Assens

På Peter Willemoesskolen havde eleverne et stort ønske om at få lov til at cykle i skoletiden, løsningen blev at etablere cykelfrikvarter.

Skolens 5. klasse er inddraget i at udvikle designet på en Trafiklegeplads, som Assens Kommune efterfølgende har optegnet på en p-plads ved skolen, der sjældent benyttes i dagtimerne. Nu kan skolens elever cykle sammen i udvalgte frikvarter på Trafiklegepladsen.

### Hvad skal der til for at igangsætte et cykelfrikvarter?

Det er *ikke* nødvendigt at have en trafiklegeplads for at afholde cykelfrikvarter. Cykelfrikvarter kan sagtens foregå i et særligt område i skolegården eller andre trygge steder på skolen. Cykelfrikvarteret kan afholdes på udvalgte dage i udvalgte frikvarter. Fx tirsdag og torsdag i 10 - pausen. Lav en plan for hvilke klasser der må deltage i cykelfrikvarteret på hvilke dage.

### Cykelpatrulje

På Peter Willemoesskolen vil skolens 5. klasse gerne være cykelpatrulje i cykelfrikvartererne. Cykelpatruljens opgave er at igangsætte cykelaktiviteter på Trafiklegepladsen i hvert cykelfrikvarter. Cykelpatruljen består af 12 elever fra klassen, der på skift i grupper af 3-4 elever igangsætter aktiviteter. Derudover har skolen sat en gårdvagt til rådighed, som også er til stede.

### Cykelaktiviteter

Cykelaktiviteterne er forskellige lege på cyklen, det kan fx være at fange sæbebobler, imens man cykler. Eller eleven skal tage en genstand fra en 'cykelpatrulje' og aflevere den til anden med kun én hånd på styret. Det forbereder elevernes til at cykle i den rigtige trafik.

De igangsatte cykelaktiviteter er inspireret af Cyklistforbundets '20 cykellege'.

[www.cyklistforbundet.dk/media/yftjrrxa/20\\_cykellege\\_web.pdf](http://www.cyklistforbundet.dk/media/yftjrrxa/20_cykellege_web.pdf)

### Hvordan kan elever inddrages?

- **Sted:** Inddrag eleverne i hvor det kan være godt at afholde cykelfrikvarter. Hvis I skal have etableret en trafiklegeplads, kan eleverne inddrages i designet.
- **Cykelaktiviteter:** Lad eleverne udvikle ideer til hvilke lege der kan leges i cykelfrikvartererne. Lad eleverne afprøve cykellegene på deres egen klasse inden de inviterer andre klasser.
- **Cykelpatrulje:** Inddrag eleverne i hvordan en cykelpatrulje skal foregå. Hvor mange elever skal de være ad gangen? Hvor mange elever har lyst til at bruge deres frikvarter på at igangsætte cykelaktiviteter?

"Vi vil da også gerne være cykelpatrulje til næste år, for det er jo vores cykelbane!"

Alesia  
5.Z, Peter Willemoesskolen



### Igangsætter:

Vi anbefaler, at det er færdsskolelæreren eller en lærer på 5. eller 6. årgang, der står for at etablere cykelfrikvartererne. Det fungerer godt, hvis denne lærer inddrager en af sine egne klasser i udviklingen af cykelfrikvarteret.

### Opgaver:

Hvis der ønskes en cykelpatrulje, er det læreren, der klæder eleverne på til at kunne varetage opgaven samt lave en vagtplan til eleverne. Skolens ledelse eller læreren har ansvaret for at lave en plan over cykelfrikvarteret. Skolens ledelse har ansvar for stille en gårdvagt til rådighed samt give skolens forældre besked om cykelfrikvartererne.



### Igangsætter:

Vi anbefaler, at det er færdselskontaktlæreren eller en lærer på 5. eller 6. årgang, der står for at igangsætte konkurrencen og cykelaktiviteterne. Det fungerer godt, hvis læreren inddrager en af sine egne klasser i udviklingen af disse.

### Opgaver:

Det er skolens ledelse, der sender information om konkurrencen til skolens forældre. Det er læreren, der indsamler konkurrencesedlerne og finder vindere - sammen med eleverne. Det er læreren, der finder præmier til vindere - evt. i samarbejde med skolens ledelse. Det er læreren, der inviterer klasser til at deltage i cykelaktiviteterne. Det er eleverne, der står for undervisningen ved cykelaktiviteterne med støtte fra læreren.

Konkurrence			
Coco viser dig vej - så du er klar til spov og leg			
Dato	Udby	Cyklar	Skole forældremøder
Torsdag den 19. april			
Fretdag den 20. april			
Mandag den 23. april			
Torsdag den 26. april			
Fretdag den 27. april			
Mandag den 30. april			
Torsdag den 03. maj			
Fretdag den 04. maj			
Mandag den 07. maj			
Torsdag den 10. maj			
Fretdag den 11. maj			
Mandag den 14. maj			
Torsdag den 17. maj			
Fretdag den 18. maj			
Mandag den 21. maj			
Torsdag den 24. maj			
Fretdag den 25. maj			
Mandag den 28. maj			
Torsdag den 31. maj			
Fretdag den 01. juni			

Konkurrenceskema

# Cykelaktiviteter og konkurrence

## Case fra Herstedvester Skole, Albertslund

På Herstedvester Skole vil eleverne gerne have flere elever til at cykle - både til og fra skole men også i skoletiden. Herunder er der eksempler på aktiviteter, som én af skolens 5. klasser fandt på for at fremme cykling.

### Konkurrence

Målet var at få flere elever til at gå eller cykle i skole. Konkurrencen varede i en periode på to uger. 0.-2. klasse og 3.-5. klasse konkurrerede imod hinanden. Efter elevernes ønske var præmien en fælles hyggetime for en klasse med popcorn og saftvand. Derudover udviklede de et konkurrenceskema, som blev uddelt til hver klasse, der deltog. Konkurrenceskemaet blev samlet ind igen, da konkurrencen var slut, og klassen fandt vindere.

### Cykelaktiviteter

Eleverne udviklede et cykelløb med indlagte cykelaktiviteter til skolens yngre elever. Vi anbefaler, at cykelløbet foregår den samme dag, hvor konkurrencen bliver sat i gang for at kæde de cykel-fremmende aktiviteter sammen.

### 5.Z's idé til et cykelløb

Løbet var en kombination af en cykelbane og et cykelløb. Løbet varede i 20 minutter og bestod af en tryk rute rundt om skolen på et stisystem. Ved rutens start var der indlagt nogle cykeløvelser; zig zag mellem kegler og nogle cykelbump,

eleverne cyklede hen over. Ruten startede og sluttede samme sted. Skolens 2. klasser blev inviteret til at prøve løbet på skift. Elever i 5.Z stod for instruktionen. 2. klasserne blev sendt af sted én efter én og cyklede så mange runder de kunne på 20 min. Hver gang de nåede tilbage til start/mål, fik de ét point. Efter 20 minutter blev klassens point talt op, og 5.Z fandt en vinderklasse. Den klasse, der havde cyklet flest runder, vandt. Cykelløbet og cykelbanen kan også skilles ad, så det bliver to adskilte aktiviteter.

### Hvordan kan elever inddrages?

- **Konkurrence:** Lad eleverne udvikle konkurrencen. Hvem skal deltage? Hvor længe skal den vare? Hvilke klasser skal konkurrere mod hinanden? Hvad skal præmien være? Eleverne går rundt i klasserne og fortæller om konkurrencen. Lad eleverne samle konkurrenceskemaerne sammen igen og lad dem være med til at finde vindere.
- **Cykelaktiviteter:** Lad eleverne udvikle ideer til et cykelløb eller en cykelbane. Eleverne skriver invitation til udvalgte klasser, de står for at undervise på dagen, de står for at tælle point sammen og for at finde vindere.

Find inspiration til en cykelbane på Rådet for Sikker Trafiks hjemmeside: [www.sikkertrafik.dk/undervisning/skole](http://www.sikkertrafik.dk/undervisning/skole)

# Kunst på skolevejen

## Case fra Christianshavns Skole, København

### Utryghed ved skolens indgang

På Christianshavns Skole i København fandt eleverne i 6.C frem til, at skolevejen var utryg, da de fleste af skolens elever og forældre brugte den samme indgang ind på skolen om morgenen.

### Eventyrstien

En af elevernes løsninger var at skabe et 'Eventyrunivers' ved skolens bagindgang for at få flere elever til at benytte denne indgang og på den måde fordele trafikken mere om morgenen. Idéen var, at det skal være mere spændende at benytte denne skolevej - især for de yngre elever. Derfor fik stien også det nye navn; Eventyrstien.

På en kreativ workshop skrev eleverne deres eget eventyr. Det danner rammen om universet på den nye sti. Ud fra eventyrets handling fremstillede eleverne rekvisitter til at udsmykke stien.

Da stien stod klar, inviterede 6.C skolens 0.-3. klasser til en rundvisning. Klasserne blev på skift inviteret til at se den nye sti. På rundvisningen læste elever fra 6.C eventyret op for eleverne og fortalte dem, at de nu også kunne benytte denne

indgang til skole. Derudover fik de yngre elever et klistermærke med hjem samt en flyer til deres forældre, hvori der stod mere om den nye sti.

Projektet blev evalueret med et spørgeskema til forældrene, der viste, at ca. 15% flere har benyttet 'Eventyrstien' sammenlignet med før stien blev udsmykket.

### Hvordan kan elever inddrages?

- Spørg eleverne hvor de er trygge og mindre trygge på deres skolevej.
- Lad eleverne komme med ideer til, hvordan de mindre trygge steder kan gøres trygge.
- Lad eleverne være med til at udsmykke særligt udvalgte steder - evt. en ny og mere tryk rute til skole.
- Lad eleverne skrive en historie der passer til den nye rute for at skabe et univers og tiltrækning.
- Lad eleverne præsentere den nye rute for skolens yngre klasser på skift.
- Få mere inspiration på: [www.bornetrafik.dk/case-christianshavns-skole](http://www.bornetrafik.dk/case-christianshavns-skole)



"Jeg synes det var fedt, at vores ideer blev til noget. Vi fandt på ideen med en eventyrsti, der skal få flere elever til at bruge skolens anden indgang."

Freya Celina Lindahl Thyssen  
6.C, Christianshavns Skole

### Igang sætter:

Vi anbefaler, at det er en dansk- eller håndværk og designlærer på 5. eller 6. årgang, der står for at igangsætte udviklingen af en tryk skolevej.

### Opgaver:

Det er skoleledelsens opgave at give tilladelse til, at udsmykning af en skolevej/sti kan igangsættes. Det er eleverne, der skriver en historie til skolevejen i samarbejde med læreren. Det er eleverne, der udvikler og maler de rekvisitter, der skal indgå på den nye skolevej. Det er læreren, der inviterer skolens øvrige elever og lærere til en fremvisning af den nye skolevej og laver en plan for denne. Det er læreren, der klæder eleverne på til at kunne vise den nye skolevej frem.



## Trafik i Børnehøjde

Trafik i Børnehøjde • Tinghusgade 43 • 5700 Svendborg  
Tlf. 53 36 91 94 • [johan@bornetrafik.dk](mailto:johan@bornetrafik.dk) • [www.bornetrafik.dk](http://www.bornetrafik.dk)

