

# Trafikksikker skole 1.-7. trinn

## - Veileder

*Trafikksikker skole* er et konsept utarbeidet for å kvalitetssikre at skolens trafikksikkerhetsarbeid ivaretar de krav som lover og forskrifter stiller. Å bli godkjent som *Trafikksikker skole* innebærer ikke en garanti for at ulykker ikke skjer, men er et kvalitetsstempel for godt og helhetlig trafikksikkerhetsarbeid.

### 1. Godkjenning som Trafikksikker skole

For å bli godkjent som *Trafikksikker skole* må alle [kriteriene for «Trafikksikker skole»](#) oppfylles, og følgende dokumentasjon framlegges:

- Skriftlig bekreftelse fra rektor på at alle kriteriene er oppfylt
- Årsplan hvor trafikk er integrert
- Rutiner for turer til fots, med bil eller buss/trikk
- Oversikt over tema trafikk på foreldremøter

### 2. Beskrivelse av skolen

*Gi en kort beskrivelse av skolen, antall elever, ansatte og hvilke trafikale utfordringer skolen har. Det kan f. eks. være at mange elever kommer med buss eller at mange elever blir kjørt av foreldre og at dette skaper trafikkfarlige situasjoner foran skolen i forbindelse med skolestart og skoleslutt.*

### 3. Hvorfor lokal læreplan i trafikk?

Trygg Trafikk anbefaler at skoler har en lokal læreplan i trafikk for å sikre en helhetlig og systematisk trafikkopplæring i tråd med Kunnskapsløftet og gjeldene forskrifter. Det anbefales også at skolen har en trafikkansvarlig lærer som koordinerer og kvalitetssikrer skolens trafikkopplæring.

I følge forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler, skal virksomhetene drives slik at skader og ulykker forebygges. Rektor/virksomhetsleder er ansvarlig for at skolens rutiner for turer til fots, på sykkel og med bil/buss er godt kjent og at disse overholdes.

## 4. Kunnskapsløftet om trafikk

I **generell del av læreplanen** står det blant annet at skolen skal *ruste barn til å møte livets oppgaver og mestre utfordringer sammen med andre. Den skal gi hver elev kyndighet til å ta hånd om seg selv og sitt liv.* Videre står det at opplæringen må *tilføre holdninger og kunnskaper som varer livet ut og lære de unge å se framover og øve evnen til å treffe valg med fornuft.*

Kompetansemål i kroppsøving etter 4. trinn

***Elevene skal kunne følge trafikkregler for fotgjengere og syklister.***

Kompetansemål i kroppsøving etter 7. trinn

***Elevene skal kunne praktisere trygg bruk av sykkel som fremkomstmiddel.***

Selv om kompetansemålene er lagt til kroppsøving anbefaler Trygg Trafikk at trafikkopplæring behandles som et tverrfaglig emne. Trafikkrelaterte emner egner seg godt å ta opp i KRLE, samfunnsfag og matematikk.

### Grunnleggende ferdigheter i trafikkopplæringen

#### Å kunne uttrykke seg muntlig og skriftlig:

- kunne forklare ord og uttrykk knyttet til temaet trafikk
- kunne formidle holdninger og inntrykk fra opplevelser, aktiviteter og oppgaver
- kunne argumentere for trafiksikkerhet.

#### Å kunne lese:

- kunne lese skilt i trafikken
- hente, tolke og forstå informasjon fra faglige tekster, for eksempel fra opplæringsmateriell fra Trygg Trafikk.

#### Å kunne regne:

- ha kjennskap til måleenhetene meter, km, mil, sekund, minutt, time.
- kunne navn på de ulike geometriske formene til skilt, og bruke enkel statistikk for å synliggjøre tellinger og registreringer i trafikken.
- ha forståelse for tid, lengde og avstand i trafikken.
- kunne registrere data og bruke statistikk for å synliggjøre undersøkelser i trafikken.

#### Å kunne bruke digitale verktøy:

- kunne orientere seg og bruke oppgaver på ulike nettsted.

## 5. Foreldresamarbeid

Skolen må legge til rette for et godt foreldresamarbeid rundt elevenes læringsmiljø. En del av læringsmiljøet er også skoleveien, skolegården og skolens nærmiljø.

### Hver høst bør følgende gjennomgås på alle foreldremøter:

- Skolens ordensreglement med:
  - Rutiner for turer
  - Skoleskyss
  - Foreldrekjøring: parkering og hente-bringe plasser
  - Foreldre som rollemodeller
- Felles regler for sykling til skolen
- Bruk av sikkerhetsutstyr

### Anbefalte tema på foreldremøter 1. – 3. trinn:

- **Trygg skolevei.** Der det er mulig bør barna gå til skolen. Fysisk aktivitet og frisk luft gjør barna mer opplagte på skolen. Er det flere som går, blir det færre biler på skoleveien. Det gjør skolens nærmiljø tryggere og triveligere.
- **Gågrupper/følgeordninger.** Foreldre kan samarbeide om å følge barna til skolen hver sine dager.
- **Sykle sammen** Legg til rett for godt foreldresamarbeid rundt sykling til skolen. Oppmuntre til at foreldre sykler sammen med barna sine til skolen.
- **Refleks** Det er viktig at barn bruker refleks i den mørke årstiden. Refleksvest øker synligheten og dermed sikkerheten, også i dagslys.

### Anbefalte tema på foreldremøter 4. – 7. trinn:

- **Trygg bruk av sykkel** De fleste skoler har lang og god tradisjon rundt samarbeid med foreldre for å sette en felles aldersgrense for når elevene kan sykle alene til skolen. Endring i *forskrift til opplæringsloven §12-1* august 2015 fastsetter foreldres rett til å bestemme når deres barn kan sykle til skolen. I følge bestemmelsene kan skolens ordensreglement fortsatt inneholde anbefalinger for trafikksikkerhet. Trygg Trafikk oppfordrer skoler å ta opp saken i skolens rådsorganer og samarbeide med foreldrene for å bli enige om felles løsninger. Informer om skolens anbefalinger på foreldremøter.
- **Påbudt utstyr på sykkel og sykkelhjelme:**  
Foreldrene har ansvaret for at elever har sykkel i forskriftsmessig stand. Skolen må gi foreldre beskjed i god tid når sykkelen skal brukes i skoletiden. Sykkelhjelme må alltid brukes.
- **Trene på sykkel:**  
Skolen bør oppfordre foreldrene til å øve på sykling med barna, først på trygge områder uten trafikk og etter hvert i trafikken. Foreldre og skole må diskutere hvilke ferdigheter og kunnskaper elevene trenger for å sykle trygt på skoleveiene og hvordan man sammen skal ivareta dette.

## 6. Skoleveien

Kommunens ulykkesforsikring omfatter også skoleveien. Dette gir kommunen et ansvar for elevenes sikkerhet på skoleveien. I henhold til Opplæringslovens §7, har elever som bor lengre unna skolen enn 2. km (1.kl) og 4.km (2.-10.kl) eller har særlig farlig eller vanskelig skolevei, rett til gratis skoleskyss.

- Det må være avklart mellom skolen og kommunen hvem som har ansvaret for saksbehandlingen av søknader om gratis skoleskyss.
- Skoleveiene må vurderes og det må settes inn skyss der veien er for lang i henhold til skyssgrensene og der veien er særlig farlig eller vanskelig. Foreldrene informeres om begrunnelsene.
- Skolen i samarbeid med foreldrene, vurderer skoleveiene og gir en anbefaling om når elever kan sykle alene til skolen.

## 7. Rutiner for transport og turer i skolens regi

Det bør foretas en risikovurdering og lages rutiner ved den enkelte skole med særlig vekt på:

- Buss: bruk av belte, sikkerhet på holdeplass, krysningspunkter.
- Bil: hvor kan foreldre og ansatte parkere, hvor kan foreldre stanse for å ta opp eller sette av barn. Rygging bør unngås.
- Vareleveranse: det må ikke kjøres inn i skolegården mens elevene er ute. Dersom dette ikke kan unngås, må kjøringen skje under spesielt tilsyn.
- Ved bygge- eller anleggsvirksomhet på skolen, i skolens nærområde eller på skoleveien, må skolen i samarbeid med kommunen, foreta spesiell risikovurdering og evt sette i verk tiltak. Alle ansatte, elever og foreldre må informeres godt.

Rutinene må gjøres kjent for ansatte, foreldre og elever minst 1 gang per år.

### Turer til fots eller på sykkel

- Ansvarlig lærer må bestemme hvilken rute som skal benyttes og kartlegge evt vanskelige/farlige punkter. Sørg for trygge oppsamlingssteder der elevene kan samles før f.eks. kryssing av trafikkert vei.
- Før hver tur må det vurderes hvor mange voksne som skal være med på turen slik at sikkerheten for elevene blir i varetatt, her må både elevenes alder og risikoen for ulykker på den aktuelle veien, vektlegges.
- Hjemmet og skolens ledelse må ha informasjon i god tid før turen.
- Ha alltid med førstehjelpsutstyr, mobiltelefon og elevliste med telefonnummer til foresatte.
- Alle voksne skal ha oversikt over antall elever. Elevene telles før avgang til og fra tur.
- Gjennomgå relevante trafikkregler for turen.
- Elevene på de yngste trinnene bruker alltid refleksest. Dette øker synligheten også i dagslys.
- Elever som sykler skal ha sykkelhjelme, og en sykkel som er i forskriftsmessig stand. Hjemmet er ansvarlig for å sjekke at sykkelen tilfredsstiller kravene og må derfor ha beskjed i tilstrekkelig tid før tur for å sikre at den er i orden.

### På tur med buss, minibuss eller taxi

- Trygg Trafikk anbefaler at skolen som hovedregel benytter innleid transport med yrkessjåfører på turer. Alle elever skal sikres forskriftsmessig under turen.
- Bestill busser med belte til alle.
- Setebeltet skal brukes under hele bussreisen.
- Elevene skal bevisstgjøres betydningen av trygg oppførsel på holdeplass og i buss.

### Bruk av privatbiler

- Trygg Trafikk anbefaler at det ikke benyttes privatbiler med foreldre eller ansatte som sjåfører på turer. Dersom dette ikke kan unngås, må skolen sikre et forsvarlig tilsyn med transporten.

## 8. Trafikkopplæring 1. – 3. trinn

Kompetansemål i kroppsøving etter 4. trinn:

**Elevene skal kunne følge trafikkregler for fotgjengere og syklister.**

Læringsmål	Aktivitetsforslag	Vurdering
<p>Eleven oppfører seg trygt og sikkert på bussen og på bussholdeplassen, og kan forklare hvorfor han skal oppføre seg på den måten.</p> <p>Eleven vet hvorfor det som regel er tryggest å gå på venstre side.</p> <p>Eleven viser i en gåprøve at han kan krysse en vei på rett sted og på rett måte og kan forklare valgene han gjør.</p> <p>Eleven bruker alltid refleks i den mørke årstiden og kan forklare hvordan refleksen virker.</p> <p>Eleven kan gå trygt i en stor gruppe i trafikken, og kan fortelle om de spesielle utfordringene ved å gå i gruppe.</p> <p>Eleven vet hva trafikkskiltene i skolens nærmiljø betyr og kan forklare hvorfor de står der</p> <p>Eleven kan forklare noen viktige forskjeller på regler for fotgjengere og syklister.</p>	<p><b>Trafikkboka fra Trygg Trafikk</b>            Kap 1 Den viktigste trafikkregelen            Kap 2 Gå i trafikken            Kap 3 Syn og hørsel            Kap 4 Refleks            Kap 5 Vinter            Kap 6 Buss            Kap 7 Trafikkskilt            Sanger s. 68-72            Eventyret om trafikkreglene s. 73</p> <p><b>Tryggtrafikk.no/skole</b>            Elevoppgaver og samtalebilder til Trafikkboka</p> <p><b>Egen skolevei</b>            Går du den tryggeste veien? Lekse å merke opp den tryggeste veien til skolen på et kart. Elevene oppfordres til å bruke refleks på skoleveien.</p> <p><b>Praktisk trening i skolens nærområde</b>            Gåløype i trafikken på 1-2 km            Løypen kan inneholde teoretiske oppgaver. Se eksempel på gåløype fra stabekkskole.no, fane trafikk og undervisningsopplegg.</p> <p><b>Bruk refleks</b>            - Refleksdemonstrasjon            - Lese historien om <i>Albert og den mystiske mannen</i>, s. 37 i Trafikkboka.</p>	<p><b>Underveisvurdering:</b>            Opptreden på turer            Trening i gåløyper            Tester            Muntlige tilbakemeldinger            Samtaler der elever reflekterer over egen eller andres atferd i trafikken</p> <p><b>Sluttvurdering</b>            Gåprøve            Evt. teoretisk test på trafikkskilt</p>

## 9. Trafikkopplæring 4. -5 trinn

Kompetansemål i kroppsøving etter 4. trinn:

**Elevene skal kunne følge trafikkregler for fotgjengere og syklister.**

Kompetansemål i kroppsøving etter 7. trinn:

**Elevene skal kunne praktisere trygg bruk av sykkel som framkomstmiddel.**

Læringsmål	Aktivitetsforslag	Vurdering
<p>Eleven vet hva trafikkskiltene i skolens nærmiljø betyr og kan forklare hvorfor de står der.</p> <p>Eleven kan forklare noen viktige forskjeller på regler for fotgjengere og syklister.</p> <p>Eleven bruker hjelm som sitter rett på hodet og kan gi en begrunnelse for hvorfor en bør fortsette å bruke hjelm både som ungdom og som voksen.</p> <p>Eleven kan fortelle om risikoen ved ikke å bruke påbudt utstyr på sykkel.</p> <p>Eleven mestrer de tekniske ferdighetene som kreves for å ferdes trygt på sykkel i trafikken både alene og i gruppe.</p> <p>Eleven viser i en sykkelprøve og på tur at han har holdninger og ferdigheter som kreves for å ferdes trygt i trafikken både alene og i gruppe.</p>	<p><b>Trafikkboka fra Trygg Trafikk</b> Kap 8 Sykkel Elevoppgaver og samtalebilder på <a href="http://tryggtrafikk.no/skole">tryggtrafikk.no/skole</a></p> <p><b>Trå til 1 eller teorioppgaver fra digitalt materiell på <a href="http://tryggtrafikk.no/skole">tryggtrafikk.no/skole</a></b> Påbudt utstyr og sykkelhjel Trafikkregler Trafikkskilt Vikeplikt Sykling i veikryss</p> <p><b>Trening i skolegård</b> Trene på mestring av sykkel. En ferdighetsløype i skolegård bør inneholde: balanse, kunne snu hodet, stanse, gi tegn</p> <p><b>Trening i trafikken</b> Vise øvelser på sykkel i praksis ute i trafikken. På 4. og 5. trinn legges øvelsene i enkel trafikk og det legges vekt på å gjøre de trygge valgene underveis. F. eks. trille sykkel over gangfelt.</p> <p><b>Andre aktiviteter</b> - Lage enkel statistikk ved å telle trafikanter, lage søylediagram. - Refleks</p>	<p><b>Underveisvurdering:</b> Mestring av sykkel på korte turer i nærmiljøet Trening på ferdighetsløype Trening i trafikken Tester Muntlige tilbakemeldinger Samtaler der elever reflekterer over egen eller andres atferd i trafikken</p> <p><b>Sykelprøven/sluttvurdering</b> Teoriprøve Sykkelkontroll Sykkelprøve i skolegård Sykkelprøve i trafikk</p> <p>Teoriprøven kan tas på <a href="http://sykkelproven.no">sykkelproven.no</a></p> <p>Forslag til øvelser i skolegård og i trafikken: se <a href="http://tryggtrafikk.no/skole">tryggtrafikk.no/skole</a></p> <p>Se filmer til sykkelprøven på <a href="http://tryggtrafikk.no/skole">tryggtrafikk.no/skole</a></p>

## 10. Trafikkopplæring 6. – 7. trinn

Kompetansemål i kroppsøving etter 7. trinn:

*Elevene skal kunne praktisere trygg bruk av sykkel som framkomstmiddel.*

Læringsmål	Aktivtetsforslag	Vurdering
<p>Eleven bruker hjelm som sitter rett på hodet og kan gi en begrunnelse for hvorfor en bør fortsette å bruke hjelm både som ungdom og som voksen</p> <p>Eleven kan fortelle om risikoen ved ikke å bruke påbudt utstyr på sykkel.</p> <p>Eleven mestrer de tekniske ferdighetene som kreves for å ferdes trygt på sykkel i trafikken både alene og i gruppe.</p> <p>Eleven viser i en sykkelprøve og på tur at han har holdninger og ferdigheter som kreves for å ferdes trygt i trafikken både alene og i gruppe.</p>	<p><b>Sykelhefte 2 eller teorioppgaver fra digitalt materiell på tryggtrafikk.no/skole</b></p> <p>Påbudt utstyr og sykkelhjelmer</p> <p>Trafikkregler</p> <p>Trafikkskilt</p> <p>Vikeplikt</p> <p>Sykling i veikryss</p> <p><b>Sykkeltrening ute</b></p> <p>Trening på sykkel i krevende og variert trafikkmiljø.</p> <p><b>Andre aktiviteter:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Føre statistikk på ulike trafikkundørsøkelser.</li> <li>-Refleksdemonstrasjoner og test på kvalitet av refleks.</li> <li>-Lage egne reflekser i kunst og håndverk.</li> <li>- Egghjelmdemonstrasjon: nettbbutikk.tryggtrafikk.no + film på Trygg Trafikk youtube-kanal</li> </ul>	<p><b>Underveisvurdering:</b></p> <p>Sykkelferdigheter på og kunnskap på lengre sykkelturet og i mer krevende trafikk.</p> <p>Trening i sykkeløyper</p> <p>Tester</p> <p>Muntlige tilbakemeldinger</p> <p>Samtaler der elever reflekterer over egen eller andres atferd i trafikken</p> <p><b>Sluttvurdering</b></p> <p>Repetisjon av sykkelprøven fra 4/5. trinn.</p>



## 11. Materiell fra Trygg Trafikk

Trygg Trafikk har et særlig ansvar for at trafikopplæring og informasjon om trafikksikkerhet blir gjennomført som et ledd i en samordnet innsats mot trafikkkulykkene. Som en del av denne innsatsen utvikler Trygg Trafikk skriftlig og digitalt materiell tilpasset gjeldende læreplan.

1. – 4. trinn: Trafikkboka
- Trykt materiell: [nettbutikk.tryggtrafikk.no](http://nettbutikk.tryggtrafikk.no)
  - Digitalt materiell: elevoppgaver og samtalebilder på [tryggtrafikk.no/skole](http://tryggtrafikk.no/skole)
4. – 7. trinn: Sykkelmateriell
- Trykt materiell: [nettbutikk.tryggtrafikk.no](http://nettbutikk.tryggtrafikk.no)
  - Digitalt materiell: [tryggtrafikk.no/skole](http://tryggtrafikk.no/skole)
  - Demonstrasjonshjelm: [nettbutikk.tryggtrafikk.no/skole/egghjelm.html](http://nettbutikk.tryggtrafikk.no/skole/egghjelm.html)

Filmer finnes på Trygg Trafikks youtube-kanal: [youtube.com/TryggTrafikkNorge](https://youtube.com/TryggTrafikkNorge)

- Sykkelopplæring – foreldrefilm om sykkelsjekk
- Sykkelopplæring – foreldrefilm om praktiske øvelser
- Sykkelfilm - sykle sammen
- Sykkelprøven i skolegården
- Sykkelprøven i trafikken
- Egghjelmdemonstrasjon til elev og til lærer

Nedlastbare brosjyrer finnes på: [tryggtrafikk.no/brosjyrer/](http://tryggtrafikk.no/brosjyrer/)

- 6-åringer på skolevei – råd til foreldre om trafikksikkerhet på skolevei
- Særlig farlig eller vanskelig skolevei – veileder ved vurdering av skolevei
- Til FAU – trafikkopplæring og trafikksikkerhet i skolen
- Sikker skoleskyss – råd om skoleskyss
- Sykle til skolen – informasjonsbrosjyre med tips og råd
- Sykle trygt til skolen – veileder til skoler/FAU etter endret opplæringsforskrift, kommer september/oktober 2015.