

PYÖRÄILYMERKKI





SISÄLLYSLUETTELO

Uudistettu pyöräilymerkki	4
Pyöräilymerkin lähtökohdat	
Pyöräilymerkin sisältö	
Huoltajille	6
Pyöräilymerkin lähtökohdat ja suorittaminen	
Tarkistuslista huoltajille	
Tarkistuslista lapsille	
Pronssimerkki 1.-luokkalaisille	8
Merkin tarkoitus ja suoritustavat	
Ehdotus kolmeksi oppitunniksi	
Vinkkejä opettajalle	
Koe: pronssimerkki /1. luokan kevät	10
Hopeamerkki 2.-luokkalaisille	12
Ehdotus kolmeksi oppitunniksi	
Vinkkejä lasten pyöräretken järjestämiseksi	
Vinkkejä opettajalle	
Koe: hopeamerkki /2. luokan kevät	15
Kultamerkki 3.-luokkalaisille	17
Ehdotus kolmeksi oppitunniksi	
Vinkkejä opettajalle	
Koe: kultamerkki /3. luokan kevät	19
Aineistopaketti opettajille	22
Pyöräilyyn liittyviä liikennemerkkejä	
Ohjeita pyöräilijälle	
Pyöräilyn huoneentaulut	
LIITE 1: Koulumatkan kulkutapapäiväkirja	28
LIITE 2: Liikuntataulukko	29



UUDISTETTU PYÖRÄILYMERKKI

Käsissäsi ovat keväällä 2014 uudistetun pyöräilymerkin ohjeet. Ensimmäinen versio pyöräilymerkistä julkaistiin 2007. Kyseessä on pyöräilykasvatuksen kokonaisuus, joka on suunniteltu erityisesti peruskoulun kolmelle ensimmäiselle luokalle-asteelle. Pyöräilymerkin voi räätälöidä tarpeisiin sopivaksi: suositeltua ohjelmaa voi noudattaa joko yksittäisten merkkien osalta (pronssi-, hopea- tai kultamerkki) tai kolmen merkin kokonaisuutena (pronssi-, hopea- ja kultamerkki). Pyöräilymerkin tavoitteena on parantaa lasten pyöräilytaitoja, kannustaa lapsia ja perheitä pyöräilemään sekä rohkaista perheitä ja opettajia innostamaan lapsia pyöräilemään koulu- ja harrastusmatkansa myös alimmilla luokilla.

Pyöräilymerkin painopiste on pyöräilytaitojen ja liikennesääntöjen ohella pyöräilyn hyödyissä ja hauskuudessa. Keskiössä on pyöräilyn korostaminen lii-

kunnallisena ja ympäristöystävällisenä kulkutapana. Lisäksi halutaan muistuttaa siitä, että pyöräily on perheille mukava tapa viettää aikaa yhdessä ja lapsille antoisa leikkimisen ja yhdessäolon muoto. Uudistetussa pyöräilymerkissä huomioidaan pyöräilyn muuttunut asema yhteiskunnallisessa keskustelussa: lasten pyöräilyn edistämiseksi halutaan lisätä lasten liikuntaa, parantaa pyöräilyolosuhteita siellä missä lapset liikkuvat, esimerkiksi koulujen ja päiväkotien lähiympäristössä, ja kiinnittää huomiota pyöräilyn ympäristövaikutuksiin.

Pyöräilymerkki sai alkunsa ajatuksesta, että uima- ja maisterin tutkinnon kaltainen kansallinen standardi saataisiin myös pyöräilykasvatukseen. Pyöräilyn ja uimisen taitojen oppiminen ovat ikimuistoisia tapahtumia lapsen elämässä. Aikuiset voivat kannustaa lapsia näiden keskeisten taitojen hiomisessa.

PYÖRÄILYMERKIN LÄHTÖKOHDAT

- pyöräily on positiivinen asia – pyöräilytaitojen oppimisen ilo on merkin keskeinen tavoite
- liikenteessä liikkumista oppii vain liikkumalla liikenteessä
- varhainen liikennekasvatus kannattaa: lapsi ei kasva valmiimmaksi liikkujaksi ainoastaan iän, vaan toistuvan tekemisen myötä
- liikenneympäristöt kannattaa valita taitotason mukaan. Lapsi oppii tekemällä ja kokemalla.
- valmiudet liikkua liikenteessä eivät ole ikäsidonnaisia. Toistuva tekeminen ja oman tason mukaan liikkuminen turvallisissa liikenneympäristöissä edistävät aivan pienimpienkin liikennevalmiuksien

- pyörän käsittelytaidot ovat myös tärkeitä ja nekin opitaan varhain
- aikuisen tehtävä on mahdollistaa lasten turvallinen ja vähitellen itsenäinen liikkuminen liikenteessä sekä jalankulkijana että pyörällä
- liikenne ei ole peikko, kun sen toimintatapoihin opetellaan askel kerrallaan

Pyöräilymerkki tähtää siihen, että lapsi oppii asteittain pyöräilemään liikenteessä turvallisesti muut kulijat huomioiden. Pyöräilymerkin eri vaiheet opastavat myös pyöräilyn kuntotarkastukseen ja turvallisuutta lisäävien varusteiden – kypärä, valot, heijastimet,

soittokello – hankkimiseen ja käyttämiseen. Pyöräilymerkin suorittanut oppilas ymmärtää pyöräilyn myös kulkutapavalintana: hän on keskustellut pyöräilyn terveydellisistä hyödyistä, ympäristövaikutuksista ja pyöräilystä viisaana liikkumismuotona.

Pyöräilymerkki voidaan suorittaa yksittäisenä merkinä (pronssi-, hopea- tai kultamerkki) valitulla yksittäisellä luokkasteella tai vaihtoehtoisesti kolmivuotisena kokonaisuutena (pronssi-, hopea- ja kultamerkki) 1., 2. ja 3. luokalla. Oppitunteja on jokaisena lukuvuonna kolme. Lisäksi jokainen merkki suoritetaan erikseen toteutettavalla kokeella. Suorituskokeeseen on hyvä varata aikaa kaksoistunnin verran (90-120 min.). Pyöräilymer-

LIIKENTEESSÄ LIKKUMISTA OPPI VAIN LIKKUMALLA LIIKENTEESSÄ.

kin sisältöjä suunniteltaessa on otettu huomioon Peruskoulun opetussuunnitelman perusteisiin kirjatut laaja-alaisen osaamisen tavoitteet vuosiluokille 1-2 ja 3-6 (ks. tarkemmin merkkien suoritusohjeiden alta). Opettaja voi ajoittaa oppitunnit luokalleen parhaiten

sopivalla tavalla ja yhdistää niitä soveltuviksi katsomiinsa oppiaineisiin. Ehdotukset tuntien sisällöiksi viitteellisine ohjeineen, täsmälliset ohjeet kokeiden suorittamiseksi ja koteihin lähetettävä

informaatio löytyvät tästä aineistopakettista.

Huomaa, että oppilaiden ei tarvitse saada kokeista täyttä pistemäärää. Tärkeintä on uuden oppiminen! Epäselviksi jääneistä kohdista kannattaa vielä keskustella luokassa kokeen jälkeen.

PYÖRÄILYMERKIN SISÄLTÖ

1.-luokkalaisille suunnatun pronssimerkin tärkeimmät sisällöt ovat pyörän hallinta tavanomaisissa tilanteissa sekä keskeisten liikennesääntöjen ja -merkkien oppiminen. Tärkeimpiä liikennemerkkejä ovat jalkakäytävää, pyörätietä, suojatietä ja pyörätien jatketta osoittavat liikennemerkit sekä tiemerkinnot. Näiden lisäksi opetellaan liikkumista liikennemerkkien edellyttämällä tavalla muita huomioiden. Pronssimerkin suorittavaa oppilasta ohjataan pääasiassa liikunnan ja leikin keinoin. Pronssimerkki suositellaan suoritettavaksi ”rakennetussa liikennenympäristössä”, esimerkiksi koulun pihalle tehdyllä ajotaitoradalla.

2.-luokkaisten hopeamerkin tärkeimmät sisällöt ovat pyörän hallinta ylläpitävissä tilanteissa, keskeisten liikennesääntöjen ja -merkkien kertausta ja vuorovaikutus muiden liikenteessä liikkujien kanssa. Vuorovaikutusharjoituksiin sisältyy muun muassa suuntamerkin näyttäminen, soittokellon informatiivinen käyttö sekä katsekontakti muihin liikkujiin. Lisäksi painotetaan pyöräilyä liikuntamuotona ja ympäristöystävällisenä kulkutapavalintana. Hopeamerkki suositellaan suoritettavaksi sekä erillisellä ajotaitoradalla että todellisissa liikennetilanteissa koulun lähiympäristössä, ensisijaisesti pyöräteillä ja jalkakäytävillä.

3.-luokkalaisten kultamerkin tärkeimmät sisällöt ovat liikenteessä liikkumisen ja pyöränhuollon pe-

rustaidot. Kultamerkin suorittamiseen kuuluu myös pyöräilyn terveydellisten hyötyjen ja ympäristövaikutusten pohtiminen sekä käsitys pyöräilyn aseman kulttuurisista muutoksista. Kultamerkin suorittanut oppilas osaa arvioida myös lähiympäristönsä pyöräilyolosuhteita. Kultamerkki suositellaan suoritettavaksi monipuolisissa, todellisissa liikennetilanteissa.

Pyöräilymerkin kokonaisuuden suoritettuaan koululaiset hallitsevat pyöränsä, osaavat keskeiset liikennesäännöt ja tietävät, miksi pyörän kunnosta huolehtiminen ja liikennesääntöjen noudattaminen on tärkeää. Lisäksi lapsilla on kokemusta muun liikenteen joukossa liikkumisesta, muiden huomioimisesta ja liikenteen sujuvuutta edistävästä vuorovaikutuksesta. Pyöräilymerkin suorittanut koululainen ajattelee pyöräilyä kokonaisvaltaisena kulkutapavalintana, jolla on positiivisia vaikutuksia hyvinvointiin, terveyteen, lähiympäristön viihtyisyyteen ja ympäröivään luontoon. Tästä koululaisten on hyvä jatkaa itsenäisen liikkumisen tiellä.

Pyöräilymerkki on uudistettu keväällä 2014 osana Pyöräilykuntien verkoston Pyöräilevät ja kävelevät koulubussit -hanketta, jota ovat rahoittaneet opetus- ja kulttuuriministeriö, Liikennevirasto ja liikenne- ja viestintäministeriö.

HUOLTAJILLE

Luokassamme toteutetaan tästä syksystä alkaen pyöräilykasvatuksen 3-vuotinen kokonaisuus, Pyöräilymerkki. Kolmeosainen pyöräilymerkki tähtää siihen, että lapsi oppii asteittain pyöräilemään liikenteessä turvallisesti muut kulkijat huomioiden. Pyöräilymerkin tavoitteena on parantaa lasten pyöräilytaitoja, kannustaa lapsia ja perheitä pyöräilemään sekä rohkaista perheitä ja opettajia innostamaan lapsia pyöräilemään myös koulu- ja harrastusmatkansa.

PYÖRÄILYMERKIN LÄHTÖKOHDAT JA SUORITTAMINEN

- pyöräily on positiivinen asia – pyöräilytaitojen oppimisen ilo on merkin keskeinen tavoite
- liikenteessä liikkumista oppii vain liikkumalla liikenteessä
- varhainen liikennekasvatus kannattaa: lapsi ei kasva valmiimmaksi liikkujaksi ainoastaan iän, vaan toistuvan tekemisen myötä
- liikenneympäristöt kannattaa valita taitotason mukaan. Lapsi oppii tekemällä ja kokemalla. valmiudet liikkua liikenteessä eivät ole ikäsidonnaisia. Toistuva tekeminen ja oman tason mukaan liikkuminen turvallisissa liikenneympäristöissä edistävät aivan pienimpienkin liikennevalmiuksia
- pyörän käsittelytaidot ovat myös tärkeitä ja nekin opitaan varhain

- aikuisen tehtävä on mahdollistaa lasten turvallinen ja vähitellen itsenäinen liikkuminen liikenteessä sekä jalankulkijana että pyörällä
- liikenne ei ole peikko, kun sen toimintatapoihin opetellaan askel kerrallaan

Kolmevaiheinen pyöräilymerkki tähtää siihen, että lapsi oppii asteittain pyöräilemään liikenteessä turvallisesti muut kulkijat huomioiden. Pyöräilymerkin suorittaminen on helppoa ja hauskaa. Merkki suoritetaan 1., 2. ja 3. luokan aikana. Kokonaisuus koostuu pronssisesta, hopeisesta ja kultaisesta Pyöräilymerkistä. Oppitunteja on yhteensä yhdeksän (kolme/lukuvuosi) ja tunnit koostuvat keskusteluista, ryhmätöistä ja käytännön ajotaitoharjoittelusta. Asteittain harjoitellaan myös liikkumista todellisissa liikennetilanteissa. Pyöräilymerkin eri vaiheet opastavat myös pyörien kuntotarkastukseen ja turvallisuutta lisäävien varusteiden – kypärä, valot, heijastimet, soittokello – hankkimiseen ja käyttämiseen. Pyöräilymerkin suorittanut oppilas ymmärtää lisäksi pyöräilyn kulkutapavalintana: hän on keskustellut pyöräilyn terveyshyödyistä ja ympäristövaikutuksista.

Oppilaat saavat kunkin merkkiasteen suoritettuaan todistuksen, jonka lisäksi on mahdollisuus hankkia pronssinen, hopeinen ja kultainen Pyöräilymerkki-pinssi.

TARKISTUSLISTA HUOLTAJILLE:

- tarkista pyörän kunto säännöllisesti: huomio etenkin ohjauksen ja jarrujen toiminta
- varmista, että pyörä on sopivan kokoinen
- muista valot ja heijastimet
- huolehdi, että lapsi käyttää kypärää

TARKISTUSLISTA LAPSILLE:

- tarkista, että ohjaus ja jarrut toimivat
- käytä valoa, kun ajat hämärällä ja pimeässä
- käytä kypärää
- aja tien oikeata laitaa – ajoit sitten jalkakäytävällä (alle 12-v.), pyörätiellä tai autotiellä
- tarkkaile tietä: kuoppia, risuja, kiviä ym. täytyy varoa kaikilla alustoilla
- tarkkaile muuta liikennettä (autoja, kävelijöitä, pyöräilijöitä jne.)
- opettele liikennesäännöt ja noudata niitä



PRONSSIMERKKI

1.-LUOKKALAISILLE



Peruskoulun opetussuunnitelman perusteiden mukaisesti pronssimerkin suorittamisessa kiinnitetään huomiota *itsenäiseen ja turvalliseen liikkumiseen lähiympäristössä sekä omien tietojen ja taitojen kehittämiseen kävelijänä ja pyöräilijänä*. (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 13.2, Laaja-alainen osaaminen vuosiluokilla 1-2, luonnos 15.4.2014)

MERKIN TARKOITUS JA SUORITUSTAVAT

Pyöräilymerkin tarkoitus on parantaa lasten pyöräilytaitoja ja rohkaista lapsia pyöräilemään koulu- ja harrastusmatkansa myös alimmilla luokilla. Lasten varmuus liikkua liikenteessä lisääntyy, kun pyöräilytaidot ja pyöräilyyn liittyvät liikennesäännöt ovat hallussa. Pyöräilytaitojen ja liikennesääntöjen ohella painotetaan pyöräilyn hyötyjä ja hauskuutta.

1.-luokkalaisille suunnatun pronssimerkin tärkeimmät sisällöt ovat pyörän hallinta tavanomai-

sisä tilanteissa sekä keskeisten liikennesääntöjen ja -merkkien oppiminen. Tärkeimpiä liikennemerkkejä ovat jalkakäytävää, pyörätietä, suojatietä ja pyörätien jatketta osoittavat liikennemerkit tai tiemerkinnot. Näiden lisäksi opetellaan liikkumista liikennemerkin edellyttämällä tavalla muita huomioiden. Pronssimerkin suorittavaa oppilasta ohjataan pääasiassa liikunnan ja leikin keinoin. Pronssimerkki suositellaan suoritettavaksi ”rakennetussa liikenneympäristössä”, esimerkiksi koulun pihalle tehdyllä ajotaitoradalla.

Pronssimerkkiä varten harjoitellaan pyörän hallinnan perustaitoja ja liikenteessä liikkumiseen sisältyvää vuorovaikutusta. Tarkoituksena on vahvistaa pyöräilytaitoja ennen varsinaisen liikenneharjoittelun aloittamista. Tärkeää on saada tuntuma pyörään tavanomaisissa, ennakoitavissa tilanteissa. Tällaisia ovat esimerkiksi vauhdin hiljentäminen ennen risteystä, käännökset jyrkissäkin mutkissa sekä käden irrottaminen ohjaustangosta suuntamerkin näyttämiseksi.

EHDOTUS KOLMEKSI OPPITUNNIKSI

(ä 45-60 min.)

ENSIMMÄINEN OPPITUNTI (SYKSY):

PYÖRÄILY LIIKENNE- JA LIIKUNTAMUOTONA SEKÄ KESKEISET PYÖRÄILYSÄÄNNÖT

Ensimmäisen oppitunnin tarkoitus on keskustella pyöräilystä liikenne- ja liikuntamuotona sekä pyöräilyä koskevista keskeisistä liikennesäännöistä. Tärkeintä on saada oppilaat ajattelemaan pyöräilyä osana arjen liikkumista.

Kartoitetaan keskusteluilla lasten pyöräilykokemuksia ja keskustellaan pyöräilystä liikunta- ja liikennemuotona:

- kenellä on oma pyörä?
- minkälaisissa paikoissa pyörällä on ajettu?
- kuinka pitkiä matkoja pyörällä jaksetaan ajaa?
- voisiko kouluun/harrastuksiin ajaa pyörällä? Miksi?
- minkälaisissa tilanteissa ja mihin perhe kävelee/pyöräilee/ajaa autolla?

- mikä on parasta pyöräilyssä/kävelyssä/autoilussa?

Käydään esimerkein läpi keskeiset pyöräilyyn liittyvät liikennemerkit ja liikennesäännöt:

- mitä liikennemerkkejä lapset tietävät?
- miksi liikennemerkkejä on? miksi ne pitää tuntea? miksi niitä pitää noudattaa?
- keskeisten liikennemerkkien opettelu: jalkakäytävä, pyörätie, suojatie
- pyöräilijän paikka on tien oikeassa reunassa = pyöräilijän kulkusuunta on myötävirtaan muun liikenteen kanssa. Miksi?

Tutkitaan koulun lähiympäristöä kävelijän ja pyöräilijän silmin: kiertäkää kävelen koulun lähiympäristöä, piirtäkää sieltä löytyviä liikennemerkkejä ja keskustelkaa, mitä ne tarkoittavat kävelijälle/pyöräilijälle/autoilijalle. Matkalla voi harjoitella myös turvallista kadunylitystä.

TOINEN OPPITUNTI (SYKSY/TALVI):

LIIKENNESÄÄNTÖJEN KERTAAMINEN JA PIMEÄSSÄ LIIKKUMINEN

Toisen oppitunnin tarkoitus on syventää liikennesääntöjen tuntemusta ja pohtia pyöräilijän turvallisuutta lisäävien varusteiden (heijastimet, valot, soittokeho) merkitystä:

- kerrataan liikennemerkkejä ja liikennesääntöjä. Kertauksessa voi hyödyntää esimerkiksi liikennemerkki-muistipeliä. Itse voi tehdä koulun liikenneympäristöön liittyvän lautapelin tms.
- pimeässä liikkumista harjoitellaan liikenteen erityis-tilanteena
- tehdään heijastin- ja valotesti eli tutkitaan pimenne-tyssä luokassa (tai pimeällä pihalla) heijastimien nä-kyvyyttä taskulampun avulla. Tutkitaan ja vertaillaan myös oppilaiden mukanaan tuomia pyöränvaloja ja taskulamppuja: mikä näkyy parhaiten.
- Lisätehtävä: piirretään viitteelliset kartat oppilai-den koulumatkoista. Keskustellaan koulumatkoista ja niiden erityistä tarkkaavaisuutta vaativista kohdis-ta ryhmissä tai koko luokan kesken. Opettaja voi et-siä koulun lähiympäristöä havainnollistavan valmiin karttapohjan (esim. Googlemaps) verkosta (esim. Google Maps) ja tulostaa sen oppilaille täydennettä-väksi omilla reiteillä.

KOLMAS OPPITUNTI (KEVÄT): AJOTAITORATA

Kolmannella oppitunnilla harjoitellaan pyörän kä-sittelyä. Oppituntia varten rakennetaan esimerkiksi koulun pihalle, urheilukentälle tai vastaavalle alueel-le rata, jolla harjoitellaan muun muassa pujottelua, kääntymistä molempiin suuntiin ja jarruttamista.

Ennen ajotaitoradan suorittamista keskustellaan siitä, miksi tilanteiden (esimerkiksi kääntymisen tai jarruttamisen) ennakointi ja muiden liikenteessä liik-kujen huomioiminen on tärkeää.

Ajotaitoradalla harjoiteltavia taitoja:

- tasapainoharjoittelu
- pujottelu
- suoraan ajaminen sekä eteen että sivulle katsoen
- kääntyminen molempiin suuntiin
- ohjaaminen ja jarruttaminen
- pysähtyminen merkkipisteeseen
- vauhdin hallinta polkemalla hitaammin ja nopeammin
- ympyrän sisällä kääntyminen
- hätäjarrutus

Lisäharjoitteita ajotaitoradalla:

- jonossa ajaminen
- suuntamerkin näyttäminen kädellä
- soittokehon informatiivinen käyttö
- katsekontakti muihin liikenteessä liikkuviin
- hitausajokilpailu (pisin aika voittaa)

VINKKEJÄ OPETTAJALLE

Ennen ajotaitorataharjoituksen ja kokeen aloittamista opettajan kannattaa tarkistaa, että:

- oppilaiden pyörät ovat kunnossa (renkaissa ilmaa, ketjut öljytyt, satula sopivalla korkeu-della, jarrut toimivat),
- kypärä on jokaisella päässä asianmukaisel-la tavalla (suoja otsaa, leukahihna sopivaksi säädetty),
- vuoroaan odottavat oppilaat ovat asettuneet siten, etteivät estä tai häiritse radalla ajavan suoritusta.

Opettaja voi hyödyntää tämän esitteen huoneentauluja, näistä erityisesti ”Turvallisen pyöräilyn huoneentaulua” ja ”Tunne pyöräsi – huoneentaulua”.



KOE: PRONSSIMERKKI

/ 1. LUOKAN KEVÄT

TEHTÄVÄ 1: LIIKENNESÄÄNTÖTESTI

Ympyröi hymynaama, jos olet samaa mieltä ja suru-naama, jos olet eri mieltä:

1. Pyöräily on hyvä liikuntamuoto.

2. Kadun yli kannattaa juosta.

3. Alle kilometrin mittaiset matkat kannattaa kulkea autolla.

4. Autoilija huomaa helpommin lapsen kuin aikuisen.

5. Liikenteessä pitää ottaa muut huomioon.

6. Pyöräilijöiden pitää ajaa jonossa.

7. Pyöräillessä kannattaa käyttää kypärää.

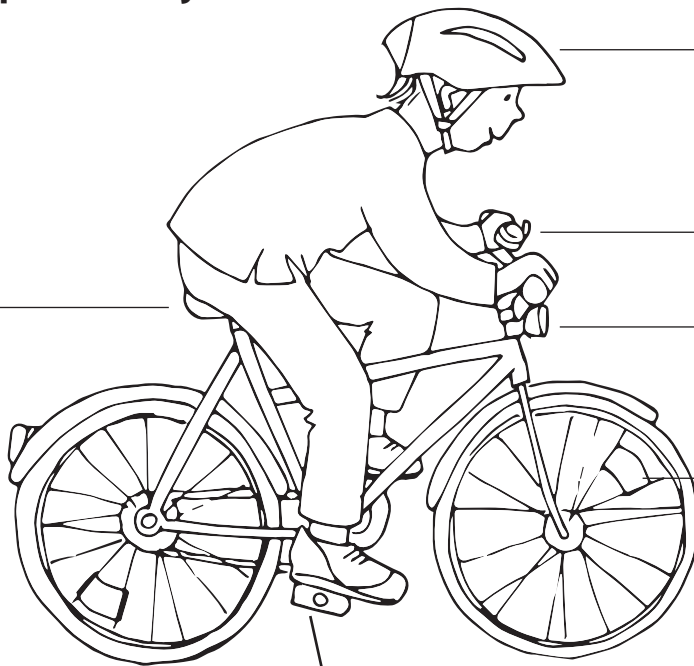
8. Lapsi (alle 12 v.) saa pyöräillä jalkakäytävällä.

TEHTÄVÄ 2. KIRJOITUSTEHTÄVÄ

Kirjoita sanat oikeille viivoille:

lamp-pu
ta-ka-hei-jas-tin
soit-to-kel-lo
pol-jin

sa-tu-la
ky-pä-rä
pin-na-hei-jas-tin

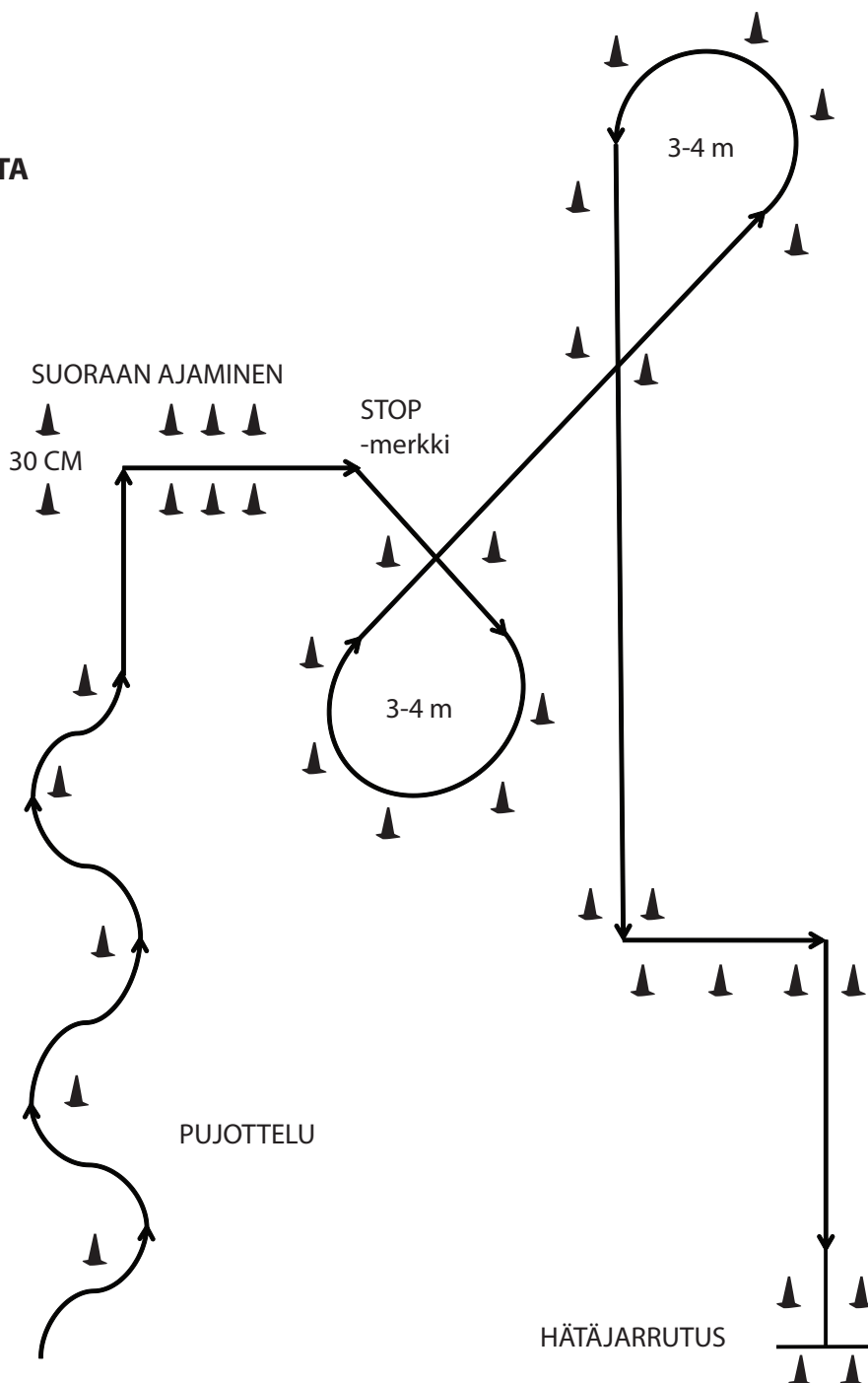


TEHTÄVÄ 3: AJOTAITORATA

1. pujottelu
2. suoraan ajaminen sekä eteen että sivulle katsoen
3. kääntyminen molempiin suuntiin
4. ohjaaminen ja jarruttaminen
5. pysähtyminen merkkipisteeseen
6. vauhdin hallinta polkemalla hitaammin ja nopeammin
7. ympyrän sisällä kääntyminen
8. hätäjarrutus

Ajoharjoittelurata rakennetaan muovikartioista tai vastaavista merkeistä. Rata on tarkoitettu ajaa läpi ilman jalkakosketusta tai merkkeihin törmäämistä. Oppilaita kannattaa muistuttaa siitä, että kyseessä ei ole nopeus- vaan tarkkuusharjoitus. Radan mittoja voi muuttaa oppilaiden ajotaidon mukaan ja harjoittelulle on hyvä suoda riittävästi aikaa!

AJOTAITORATA



HOPEAMERKKI

2.-LUOKKALAISILLE



Peruskoulun opetussuunnitelman perusteiden mukaisesti hopeamerkin suorittamisessa kiinnitetään huomiota *itsenäiseen ja turvalliseen liikkumiseen lähiympäristössä sekä omien tietojen ja taitojen kehittämiseen kävelijänä ja pyöräilijänä*. (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 13.2, Laaja-alainen osaaminen vuosiluokilla 1-2, luonnos 15.4.2014)

2.-luokkaisten hopeamerkin tärkeimmät sisällöt ovat pyörän hallinta erilaisissa tilanteissa, keskeisten liikennesääntöjen ja -merkkien kertaus ja vuorovai-

kutus muiden liikenteessä liikkujien kanssa. Vuorovaikutusharjoituksiin sisältyy muun muassa suunnamerkin näyttäminen, soittokellon informatiivinen käyttö sekä katsekontakti muihin liikenteessä liikkujiin. Lisäksi painotetaan pyöräilyä liikuntamuotona ja ympäristöystävällisenä kulkutapavalintana. Hopeamerkkiin kuuluvat ajotehtävät suositellaan suoritettavaksi sekä erillisellä ajotaitoradalla että todellisissa liikennetilanteissa koulun lähiympäristössä, ensisijaisesti pyöräteillä ja jalkakäytävillä.

EHDOTUS KOLMEKSI OPPITUNNIKSI

(ää 45-60 min.)

ENSIMMÄINEN OPPITUNTI (SYKSY): PYÖRÄILYN HYÖTYJÄ

Ensimmäisen oppitunnin tarkoitus on tuoda esiin pyöräilyn hyötyjä etenkin liikunnan/terveyden näkökulmasta.

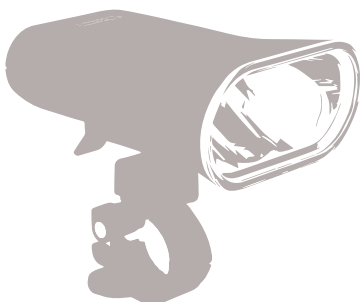
Ennakkotehtävä: ohjeista oppilaita pitämään kulkutapapäiväkirjaa (ks. LIITE 1) eli taulukkoa, josta näkee kävelen, pyörällä ja autolla tehdyt matkat viikon aikana TAI osallistu luokkasi kanssa leikkimieliseen koulumatkapyöräilyä edistävään Koulujen kilometrikisaan (ks. www.kilometrikisa.fi)

Kulkutapatietoja hyödyntävä keskustelutehtävä tunnilla: keskustelkaa ryhmissä kulkutapojen hyödyistä ja haitoista. Taustana keskusteluille voi pitää esimerkiksi kouluikäisten liikuntasuosituksia (2 tuntia päivässä) ja tehtävässä voi hyödyntää liikuntataulukkoa (Liite 2)

- mitä etua/haittaa valitusta kulkutavasta juuri kyseisessä tilanteessa oli?
- mitä etua/haittaa kulkutapavalinnasta yleisesti ottaen on?

Ryhmätehtäviä tunnilla: oppilaat voivat muodostaa ryhmiä, jotka edustavat kävelevää/pyöräilevää ja autoilevaa elämäntapaa. Ryhmät voivat laskea autoilevan ja pyöräilevän/kävelevän ”perheen” liikunnan määrät esimerkiksi oheista listaa hyödyntäen. Vaihtoehtoisesti oppilaat voivat yksin tai ryhmissä täydentää oheisen lista valmiiden kulkutapapäiväkirjojen tiedoilla.

Keskustelutehtävä: kuinka hyvin kahden tunnin päivittäinen liikuntasuositus luokassanne toteutuu? Minkälaisin keinoin tavoitteeseen on päästy/voitaisiin päästä?



PÄIVÄN LIIKUNTA-ANNOKSEN VOI KERÄTÄ ESIMERKIKSI

Koulumatkojen liikkumisesta

- kävely
- pyöräily
- skeittaus/skuuttas/rullaluistelu

Koululiikunnasta

- liikuntatunnit

Välituntiliikunnasta

- pallopelit ja -leikit
- juoksupelit ja -leikit
- kävely
- hyppely

Ohjatusta vapaa-ajan liikunnasta

- liikuntakerhot
- urheiluseurat

Omaehtoisesta liikunnasta vapaa-ajalla

- yksin
- kavereiden kanssa
- perheen parissa

Arki- ja hyötyliikunnasta vapaa-ajalla

- kävellen/pyöräillen harrastuksiin
- portaiden käyttö hissien ja liukuportaiden sijaan
- pihatyöt
- kotityöt
- pikkusisarusten kanssa leikkiminen

(www.tervekoululainen.fi)

TOINEN OPPITUNTI (SYKSY/KEVÄT):

AJOTAITORATA

Toisella oppitunnilla harjoitellaan pyörän käsittelytaitoja. Mahdollisuuksien mukaan harjoitellaan niin sanottuja myös todellisissa liikennetilanteissa tapahtuvia muiden liikenteessä liikkujien (esimerkiksi jalankulkijoiden ja muiden pyöräilijöiden) kohtaamisia.

Keskustelkaa ennen ajotaitoradan suorittamista erilaisista yllättävistä tilanteista: minkälaisissa tilanteissa on täytynyt tehdä yllättävä väistöliike tai lyödä jarrut pohjaan? Miten tilanteen olisi voinut ennakoida? Minkälaisissa tilanteissa oppilaat ovat kaatuneet pyörällä?

Auton pysähtymismatkaa havainnoiva ulkotehtävä: opettaja vetää maahan viivan ja pyytää oppilaita kävelemään paikkaan, mihin he kuvittelevat auton pysähtyvän 50 kilometrin tuntinopeudella kesällä kestopäällysteellä. Lähimmäksi 20 metrin etäisyydelle viivasta pysähtyneet palkitaan aplodein. Pysähtymismatkan arviointitehtävää voi jatkaa kuvitellen nopeudeksi saman, mutta jäisellä tiellä. Auton pysähtymismatka on tällöin noin 70 metriä. (www.liikenneturva.fi).

Ajotaitoradalla harjoiteltavien taitojen vankistamista (samat kuin 1. luokan pronssimerkissä):

- tasapainoharjoittelu
- pujottelu
- suoraan ajaminen (pyöräily suoraa viivaa pitkin) sekä eteen että sivulle katsoen
- kääntyminen molempiin suuntiin
- ohjaaminen ja jarruttaminen

- pysähtyminen merkkipisteeseen
- vauhdin hallinta polkemalla hitaammin ja nopeammin
- ympyrän sisällä kääntyminen
- hätäjarrutus
- jonossa ajaminen
- suuntamerkin näyttäminen kädellä
- soittokellon informatiivinen käyttö
- katsekontakti muihin liikenteessä liikkuviin

Lisäharjoitteita ajotaitoradalla:

- esteet tiellä
- märkä/liukas tienpinta
- ohitustilanteet

Muiden liikenteessä liikkujien huomioiminen ja tilanteiden ennakointi: harjoitellaan aikuisen johdolla todellisessa liikennetilanteessa vuorovaikutusta (suuntamerkin näyttäminen, soittokellon informatiivinen käyttö, katsekontaktin ottaminen) muiden liikenteessä liikkujien kanssa.



KOLMAS OPPITUNTI (KEVÄT): LIIKENNESÄÄNNÖT JA LIIKENTEESSÄ LIIKKUMISEN HARJOITTELU

Kolmannella oppitunnilla syvennetään liikennesääntöjen tuntemusta ja järjestetään lyhyt pyöräretki, jonka tarkoitus on opettaa liikkumista todellisessa liikenneympäristössä.

Liikennesäännöt: kertauksena keskeisten liikennemerkkien tunnistaminen ja noudattaminen, tien oikeassa reunassa pyöräileminen = pyöräily myötävirtaan muun liikenteen kanssa.

Lisätehtävä: liikennesääntötehtävä: oppilaat piirtävät pareittain paperille kaikki muistamansa liikennemer-

kit. Tämän jälkeen keskustellaan pareittain siitä, miten näiden liikennemerkkien kohdalla kukin liikenteen osapuoli (jalankulkija, pyöräilijä, autoilija) toimii. Tilanteet esitellään tai näytellään luokalle.

1-3 kilometrin mittainen pyöräretki aikuisen johdolla ensisijaisesti jalkakäytäviä ja pyöräteitä kulkien. Pyöräretken reitti kannattaa suunnitella siten, että siihen sisältyy kadun ylittäminen suojatietä tai pyörätien jatketta pitkin ja muutama mutka/käännös. Kiinnittää matkan aikana huomiota suuntamerkkien näytämiseen ja muihin liikenteessä liikkumisen taitoihin.

VINKKEJÄ LASTEN PYÖRÄRETKEN JÄRJESTÄMISEKSI

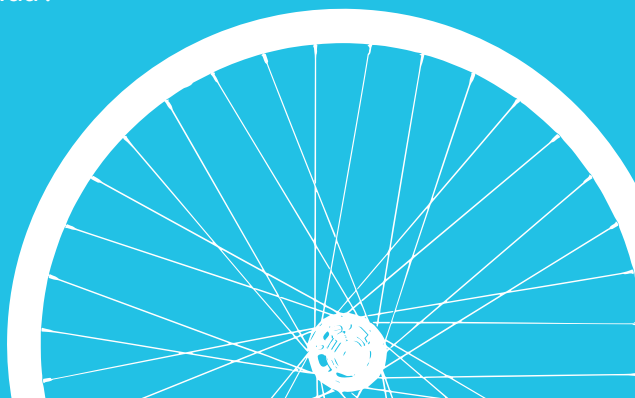
- uskalla pyöräillä ja antaa lasten pyöräillä
- tarkista kaikkien pyörien kunto ennen retkeä
- ohjeista lapset ennen lähtöä: jonossa ajaminen, ohittamisäännöt ym. ohjeet
- ota mukaan ainakin yksi aikuinen ja pidä pala-veri aikuisten kesken ennen retkeä: työnjako, vastuut, yksilölliset erityistarpeet
- käy läpi reitti: tutustu erityistä tarkkaavaisuutta vaativiin risteyksiin, jyrkkiin ala- ja ylämäkiin yms. ainakin kartalla, mieluiten itse pyöräilemällä
- ole joustava – retkellä sattuu ja tapahtuu!
- iloitse pyöräilystä lasten kanssa

VINKKEJÄ OPETTAJALLE

Ennen ajotaitorataharjoituksen ja kokeen aloittamista opettajan kannattaa tarkistaa, että

- oppilaiden pyörät ovat kunnossa (renkaissa ilmaa, ketjut öljytty, satula sopivalla korkeudella),
- kypärä on jokaisella päässä asianmukaisella tavalla siten, että leukahihnalla on säädetty sopivaksi ja kypärä suojaa otsaa.

Opettaja voi hyödyntää tämän esitteen huoneentauluja, näistä erityisesti ”Turvallisen pyöräilyn huoneentaulua” ja ”Tunne pyöräsi -huoneentaulua”.



KOE: HOPEAMERKKI

/ 2. LUOKAN KEVÄT

TEHTÄVÄ 1: LIIKENNEMERKKITUNTEMUS

Mitä seuraavat liikennemerkit tarkoittavat?

Saako niiden osoittamilla alueilla pyöräillä?

a)



b)



c)



d)



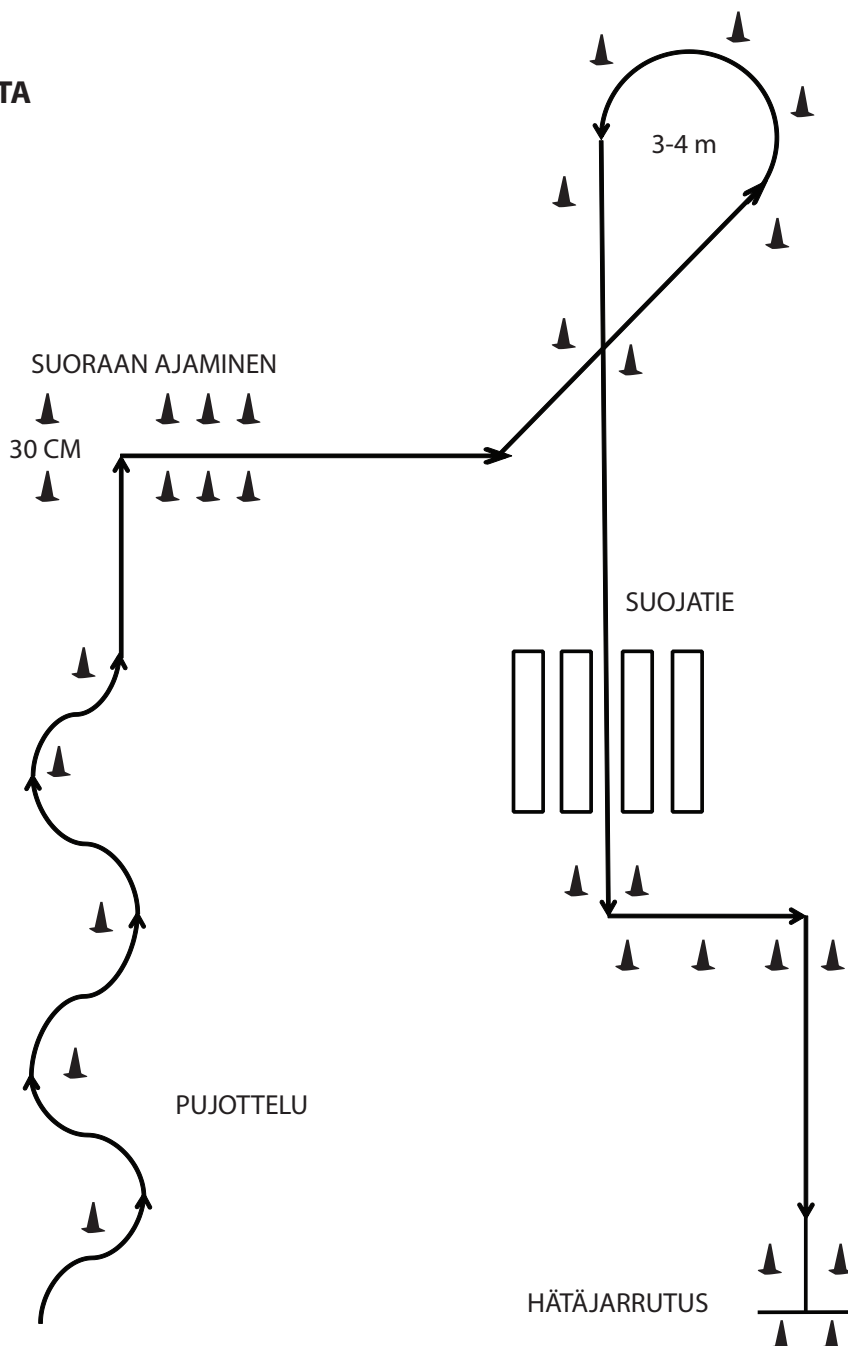
TEHTÄVÄ 2: AJOTAITORATA

- pujottelu
- suoraan ajaminen (pyöräily suoraa viivaa pitkin) sekä eteen että sivulle katsoen
- kääntyminen molempiin suuntiin
- ohjaaminen ja jarruttaminen
- pysähtyminen merkkipisteeseen
- vauhdin hallinta polkemalla hitaammin ja nopeammin
- ympyrän sisällä kääntyminen
- hätäjarrutus

Ajotaitoradalla painotetaan ajotaitojen lisäksi erityisesti muiden liikkujien huomioimista ja vuorovai-
kutusta liikenteessä. Lisänä muiden huomioimista
mittaava osuus esim. siten, että opettaja/apuopettaja/
muutama valittu oppilas ylittää reitin varrelle tehdyn
”suojatien” tai toimii vastaan tulijoina ennalta sovitulla
osuudella.

Ajoharjoittelurata rakennetaan muovikartioista
tai vastaavista merkeistä. Rata on tarkoitettu ajaa läpi
ilman jalkakosketusta tai merkkeihin törmäämistä.
Oppilaita kannattaa muistuttaa siitä, että kyseessä ei
ole nopeus- vaan tarkkuusharjoitus. Radan mittoja
voi muuttaa oppilaiden ajotaidon mukaan ja harjoit-
telulle on hyvä suoda riittävästi aikaa!

AJOTAITORATA



KULTAMERKKI

3.-LUOKKALAISILLE



Peruskoulun opetussuunnitelman perusteiden mukaisesti kultamerkin suorittaminen *tukee oppilaiden itsenäisen liikkumisen taitoja laajenevassa ympäristössä ja joukkoliikenteessä. Lisäksi kiinnitetään huomiota erityisesti pyöräilykasvatukseen sekä omasta ja toisten turvallisuudesta huolehtimiseen liikenteessä.* (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 14.2., Laaja-alainen osaaminen vuosiluokilla 3-6, luonnos 15.4.2014).

3.-luokkalaisten kultamerkin tärkeimmäksi sisälöksi on nostettu liikenteessä liikkumisen perustiedot

ja -taidot, joita harjoitellaan monipuolisissa, todellisissa liikennetilanteissa, kuitenkin ensisijaisesti jalkakäytävällä ja/tai pyörätiellä. Kultamerkin suorittamiseen kuuluvat myös turvallisuutta ja ajomukavuutta lisäävät pyöränhuollon perustaidot sekä kevyt perehtyminen pyöräilyn kulttuurihistoriaan. Kultamerkin suorittanut oppilas tuntee omat pyöräilytaitonsa ja osaa pyöräillä liikennesääntöjen edellyttämällä tavalla.

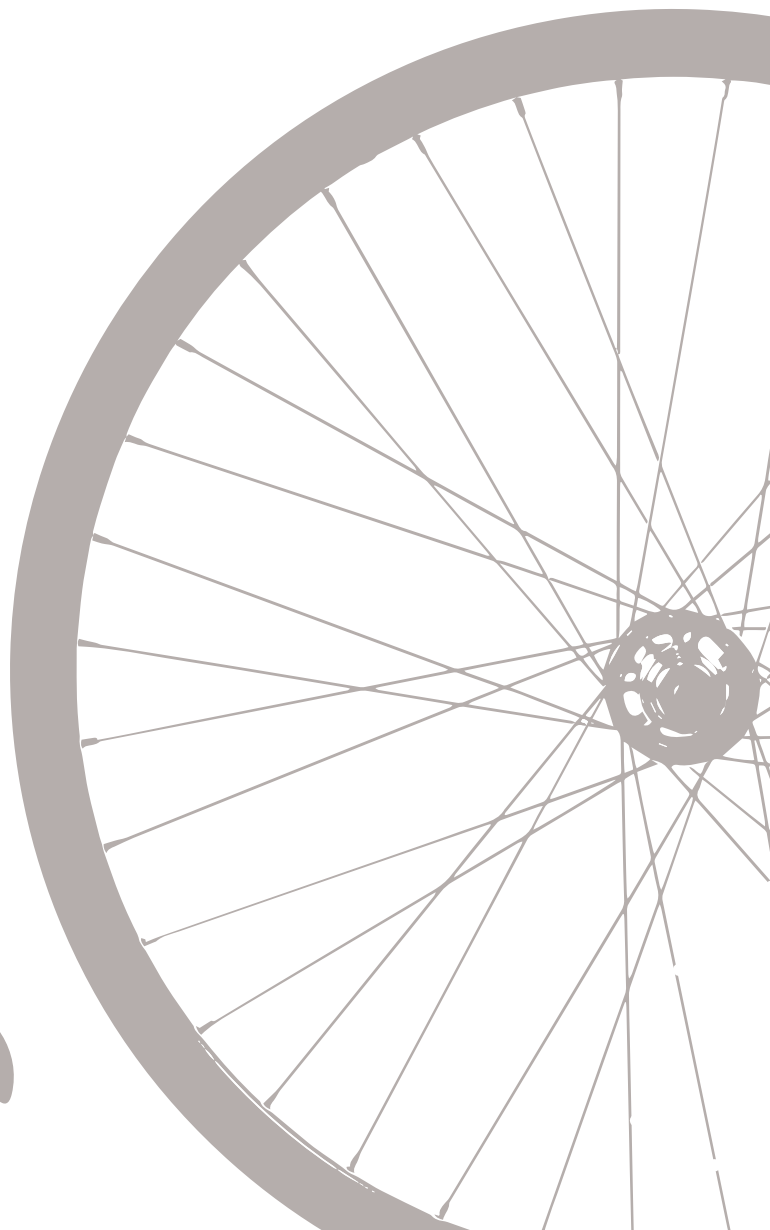
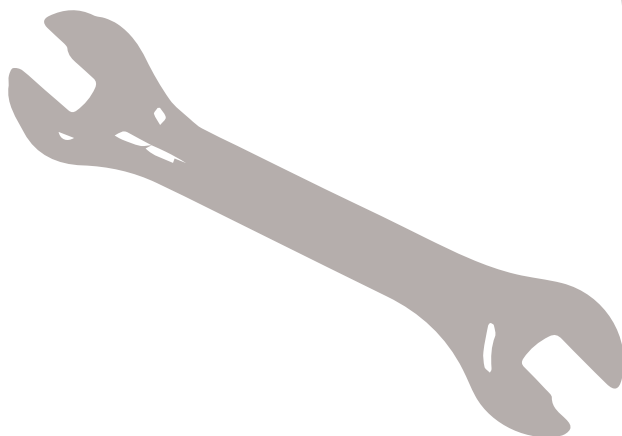
EHDOTUS KOLMEKSI OPPITUNNIKSI

(ä 45-60 min.)

ENSIMMÄINEN OPPITUNTI (SYKSY): PYÖRÄN KUNTOTARKASTUS JA HYVÄN HUOLEHTIMISEN PERUSTEET

Sopikaa ajankohta, jolloin kaikki pyörän omistavat tuovat pyöränsä kouluun kuntotarkastusta varten. Ei haittaa, vaikka kaikilla oppilailla ei olisikaan pyörää, sillä yhtä pyörää voi tarkastaa ja kunnostaa useampi oppilas. ”Kunnostuspalvelua” voi tarvittaessa tarjota myös esimerkiksi koulun opettajille.

- pyörän kuntotarkastus (ks. Tunne pyöräsi -huoneen-
taulu) voidaan tehdä oppilaiden ja opettajien omille
polkupyörille esimerkiksi teknisen työn tunnilla
- renkaan paikkaamiseen ja vaihtoon sekä jarrupa-
lojen vaihtoon löytyy ohjeita Yleisradion ohjelmasta
Fiksaa fillari: <http://areena.yle.fi/tv/1865971> ja <http://areena.yle.fi/tv/1872183>



TOINEN OPPITUNTI (TALVI):

PYÖRÄILY ENNEN JA NYT

Ennakkotehtävä: oppilaat haastattelevat vanhempiaan/isovanhempiaan/kummejaan tai muita läheisiä aikuisia teemasta ”Pyöräily omassa lapsuudessasi”. Minkä ikäisenä he saivat oman pyörän? Missä he pyöräilivät? Pyöräiltiinkö kouluun? Minkälaista pyöräily tuolloin oli?

Tehtävän purkaminen: haastattelut voidaan kerätä ryhmätyönä posteriksi/esitelmäksi tai vaikkapa valokuvanäyttelyksi tai esitellä jollain muulla tavoin luokalle. Jos materiaalia kertyy paljon, teemasta voi tehdä näyttelyn koko koululle. Ehdotettuja teemoja keskusteluun: miten pyöräily ennen erosi oppilaiden omista pyöräilykokemuksista? Mitä samanlaista löytyi?

KOLMAS OPPITUNTI (KEVÄT):

LIIKENTEESSÄ LIIKKUMISEN HARJOITTELU

Liikennesäännöt: pyöräilijän perusliikennesäännöt sekä liikenteen väistämissääntöjen opettelu (ks. esim. turvallisen pyöräilyn huoneentaulu, <http://www.hepo.fi/pyora-ja-liikenne/esim>. HePo:n tuottama materiaali)

5-10 kilometrin mittainen pyöräretki aikuisen johdolla ensisijaisesti jalkakäytäviä ja pyöräteitä kulkien (reitti kannattaa suunnitella siten, että siihen sisältyy kadunylityksiä suojatietä ja pyörätien jatkeita pitkin ja mahdollisuuksien mukaan myös erilaisia alustoja: asfalttia, hiekkateitä ja pyörällä ajettavia metsäpolkuja). Reitin aikana kuvataan/kirjataan ylös pyöräilijän kannalta sujuvia/haastavia liikennetkaisuja. Oppilaat kirjoittavat retken jälkeen ”matkapäiväkirjan”/raportin, johon voi liittää retken kuluessa otettuja valokuvia.

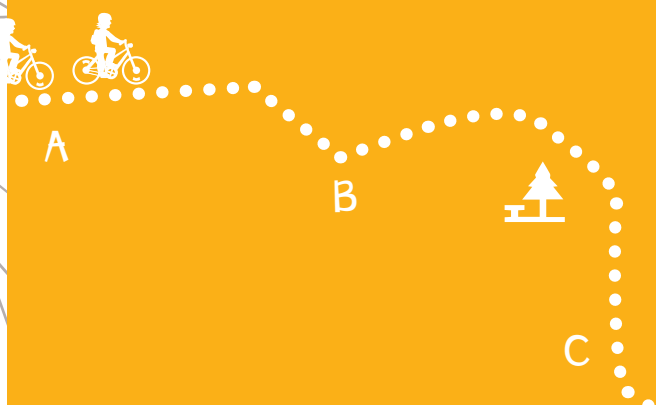
Sekaliikenteessä pyöräily? Esim. joissain kaupunkikeskustojen kouluissa ei välttämättä ole pyöräteitä ja jalkakäytävällä aikuiset (opettajat) eivät saa pyöräillä.

VINKKEJÄ OPETTAJALLE

- suunnittele retki yhdessä oppilaiden kanssa – kohde, reitti, pysähtymispaikat on hyvä kaikkien tietää ennakkoon
- kutsu mukaan riittävästi aikuisia (muuta opettajia, vanhempia)
- kerratkaa jonossa ajaminen, pysähtymismerkit (kädennosto) ym. tärkeät säännöt ennen retkeä
- tarkista ennen lähtöä kaikkien pyörät ja varusteet

Oppilaiden tehtävä on painaa retkellä mieleen ja kirjata myöhemmin ”matkapäiväkirjaan”/raporttiin

- reitti
- kaksi mieleen jäänyttä liikenteen sujuvuuteen/sujumattomuuteen liittyvää tapahtumaa
- retkellä nähdyt liikennemerkkit ja niiden merkitykset
- oman pyörän kunto retken aikana (oliko satula oikealla korkeudella, toimiko soittokeino, oliko renkaissa riittävästi ilmaa, kuuluiko pyörästä ylimääräisiä ääniä, joihin huolto voisi auttaa jne.)
- arvio omista pyöräilytaidoista



KOE: KULTAMERKKI

/ 3. LUOKAN KEVÄT

Vinkki opettajalle: Kultamerkin tehtävät ovat ensisijaisesti ”teoriatehtäviä”. Jos luokkasi ei ole tehnyt aiempiin merkkeihin liittyvää ajotaitorataa, lisää hopeamerkin ajotaitorata kultamerkkikokeeseen.

TEHTÄVÄ 1: LIIKENNEMERKKITUNTEMUS

Mitä seuraavat liikennemerkit tarkoittavat?
Saako niiden osoittamilla alueilla pyöräillä?

a)



b)



c)



d)



TEHTÄVÄ 2: VÄITTÄMÄT

Alleviivaa oikeat väittämät:

1. Polkupyörä on liikenteessä ajoneuvo.
2. Alle 10-vuotias saa kuljettaa pyörällä toista lasta.
3. Alle 10-vuotiasta lasta saa kuljettaa pyörällä 15 vuotta täyttänyt.
4. Alle 12-vuotias saa pyöräillä jalkakäytävällä
5. Pyörällä täytyy ajaa tien oikeassa reunassa.
6. Pyöräilijän tulee ohittaa jalankulkija mahdollisimman kaukaa.
7. Pyöräilijä saa säikytellä jalankulkijoita.
8. Soittokellon soittaminen on huonoa käytöstä.
9. Pyöräilykypärän täytyy suojata myös otsaa.
10. Kävelykadulla saa ajaa polkupyörällä jalankulkijoiden ehdoilla

TEHTÄVÄ 3: YHDISTÄ

Yhdistä oikea toimenpide oikeaan huoltokohteeseen:

rasvaa	heijastimet
puhdistaa	ketjut
säädä sopivalle korkeudelle	renkaat
tarkista kunto ja kiinnitys	satula ja ohjaustanko
tarkista ilmanpaine	koko polkupyörä

TEHTÄVÄ 4: KATSASTUSKORTTI

Täytä oheinen pyörän kunnon ja varusteiden katsastuskortti ja tee tarvittavat toimenpiteet.

PYÖRÄN KUNNON JA VARUSTEIDEN KATSASTUSKORTTI

TARKASTUSKOHDE	KUNNOSSA	EPÄKUNNOSSA/ PUUTTUU	KORJATTU/HANKITTU
Poljinjaru			
Käsijaru			
Ohjaus			
Vaihteet			
Laakerit			
Lokasuojat			
Soittokello			
Takaheijastin			
Etuheijastin			
Pinnaheijastimet			
Poljinheijastimet			
Valot			
Lukko			
Polkimet			
Renkaat			
Ketjut			
Vaijerit			

AINEISTOPAKETTI OPETTAJILLE

- Pyöräilyyn liittyviä liikennemerkkejä
- Ohjeita pyöräilijälle (HePo): sisältää sekä liikennesääntöjä että ohjeita pyörähuoltoon
- Pyöräilyn huoneentaulut
- <http://www.helsinginliikennekoulu.fi/tiedostot/pdf/Pyorailijan-Saannot.pdf>

PYÖRÄILYYN LIITTYVIÄ LIIKENNEMERKKEJÄ



PYÖRÄTIE JA JALKAKÄYTÄVÄ RINNAKKAIN

Merkeillä osoitetaan ajoradasta erotettua pyörätietä ja jalkakäytävää. Merkissä olevat tunnuksot osoittavat pyörätien ja jalkakäytävän keskinäisen sijainnin, jota polkupyöräilijän ja jalankulkijan on käytettävä.

YHDISTETTY PYÖRÄTIE JA JALKAKÄYTÄVÄ

Väylä on tarkoitettu sekä pyöräilijöille että jalankulkijoille. Pyöräilijöiden on kuljettava väylän oikeassa reunassa ja ohitettava edellään kulkeva vasemmalta. Jalankulkijat saavat kävellä tien molemmilla reunoilla.



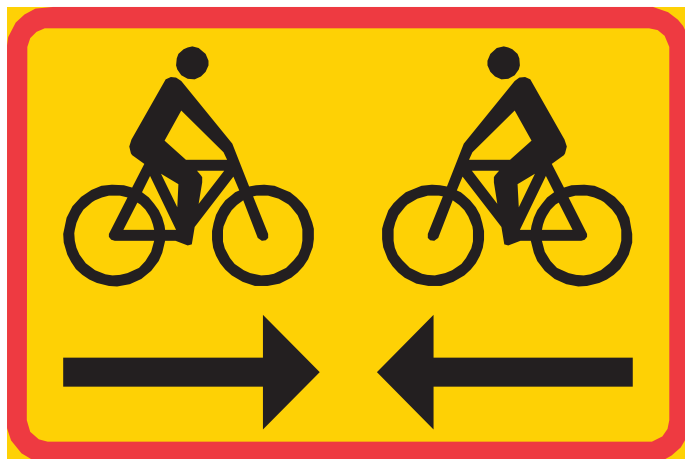
PYÖRÄTIE

Pyörätie-merkillä osoitetaan ajoradasta erotettua pyörätietä, jota polkupyöräilijän on käytettävä. Muut ajoneuvot eivät saa käyttää merkillä osoitettua pyörätietä.

Mopoilija saa ajaa vain sellaisella kevyen liikenteen väylällä, jossa päämerkin alla on ”Sallittu mopoille”-lisäkilpi. Jos kohteessa ei ole tuota kilpeä, on mopon ajettava ajoradalla.

Jalkakäytävämerkki sallii väylän käyttämisen jalkakulkijoille ja alle 12-vuotiaille pyöräilijöille sekä mm. pyörätuolilla liikkuville ja lastenvaunuja työntäville. Rullaluistelu ja polkupyörän taluttaminen on jalkakäytävällä luovallista, jos sen voi tehdä vaarantamatta muita.

Jalkakäytävämerkkiä ei yleensä käytetä osoittamaan korotettua jalkakäytävää. Jalkakäytävästä on siis kyse niillä ajoradasta erotetulla väylällä, joissa ei ole erillistä merkkiä rinnakkaisesta tai yhdistetystä pyörä- ja jalkakäytävästä. Tällöin aikuisen pyöräilijän on poljettava ajoradalla.



KAKSISUUNTAINEN PYÖRÄTIE

Lisäkilpi varoittaa katu risteävästä kaksisuuntaisesta pyörätiestä.



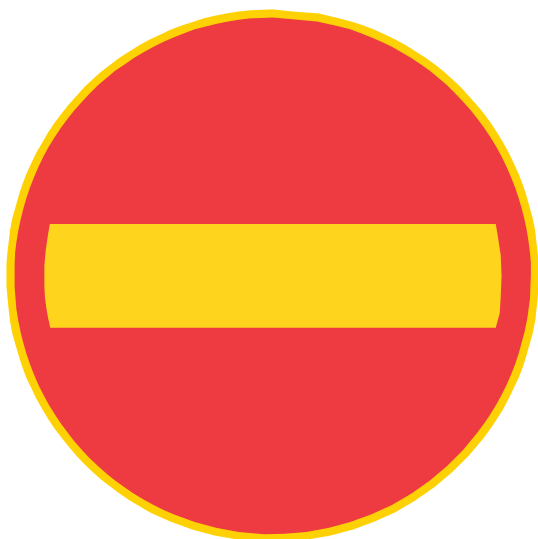
KÄVELYKATU

Autolla, moottoripyörällä ja mopolla ajaminen on kävelykadulla eräin poikkeuksin kielletty, mutta polkupyörällä ajaminen on sallittu.



PIHAKATU

Pihakadulla liikutaan jalankulkijan ehdoilla, sillä kävelijä voi valita liikkumisensa linjauksen ja astella vaikka keskellä katua. Pihakadulla saa pyöräillä ja silloin pitää käyttää kadun oikeaa reunaa.



KIELLETTY AJOSUUNTA

Kielletty ajosuunta -liikennemerkkin määräys sitoo sekä autoilijaa että pyöräilijää. Tieliikennelaki ei anna pyöräilijälle erivapauksia.

OHJEITA PYÖRÄILIJÄLLE

PYÖRÄILIJÄ LIIKENTEESSÄ

Kun pyörätietä ei ole, on pyöräilijällä oikeus ja velvollisuus ajaa ajoradalla. Pääsääntöisesti vain alle 12-vuotiaat lapset saavat ajaa polkupyörällä jalkakäytävällä. Pyöräilijällä on myös oikeus ajaa ajoradalla lyhyellä matkalla silloin, kun pyörätie on vain tien vasemmalla puolella. On muitakin tilanteita, joissa ei voida kohdella odottaa pyöräilijän käyttävän pyörätietä. Joskus pyörätieltä ei esimerkiksi pääse laillisesti tai edes fyysisesti kääntymään suuntaan, jonne pyöräilijä on matkalla. Pyörätie voi olla ajokelvottomassa kunnossa tai tukossa pysäköidyistä autoista. Jotkut pyörätiet voivat olla niin kapeita, ettei niille mahdu kaksisuuntainen pyöräliikenne.

Monet pelkäävät ajoradalle siirtymistä, ja ajavat siksi jalkakäytävällä pyörätien puuttuessa. Kuitenkin tutkimusten mukaan ajorata on pyöräilijälle kaupungissa turvallisempi kuin jalkakäytävä tai jalkakäytävää muistuttava pyörätie. Suurin osa onnettomuuksista ja läheltä piti -tilanteista tapahtuu risteyksissä. Kaksisuuntaista pyörätietä pitkin ajava pyöräilijä saattaa tulla risteykseen autoilijan näkökulmasta yllättävästä suunnasta tai näköesteen takaa. Autoilijat eivät myöskään tarkkaile pyöräteiden ja jalkakäytävien liikennettä yhtä valppaasti kuin ajorataa, ja toisinaan he eivät ole pyörätien olemassaolosta edes tietoisia. Autoilija ei tahallaan aja pyöräilijän päälle. Vaaratilanteita syntyy silloin kun autoilija ei ole huomannut pyöräilijää. Ajoradalla pyöräilijä on paremmin autoilijan näkökentässä ja saapuu risteykseen samasta suunnasta kuin muutkin ajoneuvot.

PYÖRÄTIELLÄ

- Noudata oikeanpuoleista liikennettä. Ohita vasemmalta ja väistä ohittavaa oikealle.
- Näytä suuntamerkki ennen kääntymistä.
- Tarvittaessa varoita tulostasi soittokellolla. Soittokelloa on suositeltavaa käyttää myös esimerkiksi ennen pimeitä mutkia ja alikulkutunneleita.
- Varo erityisesti lapsia, eläimiä ja jalankulkijoita joilla näyttää olevan vaikeuksia kävellä suoraan. Noudata oikeaa tilannenopeutta.
- Noudata varovaisuutta bussi- ja raitiovaunupysäkkien kohdalla.
- Pyörällä saa ajaa suojatiellä silloin, kun se on myös pyörätien jatke. Pyörätien jatke ei vaikuta väistämisvelvollisuuksiin.
- Kun saavut risteykseen pyörätietä pitkin, olet väistämisvelvollinen ajorataa suoraan ajavaan ajoneuvoon nähden, ellei tälle ole väistämisvelvollisuutta osoittavaa liikennemerkkiä.
- Ajolinjasi poikki kääntyvä tai kolmion tai stopperin takaa tuleva ajoneuvo on väistämisvelvollinen sinuun nähden. Pyri varmistamaan katsekontaktilla, että kuljettaja on huomannut sinut ja ymmärtänyt väistämisvelvollisuutensa. Muista että pakettiautosta ja kuorma-autosta on joskus vaikea nähdä pyörätielle.
- Aja ennustettavasti, päättäväisesti ja pidä huoli oikeuksistasi, mutta tarkkaile liikennettä ja ole aina valmis tarvittaessa pysähtymään.



ÄLÄ PELKÄÄ OLEVASI LIIKENTEEEN TUKKEENA. SINÄ OLET LIIKENNETTÄ.

AJORADALLA

- Tasa-arvoisessa risteyksessä väistä oikealta tulevaa.
- Kolmion tai stop-merkin takaa tullessasi väistä risteävää liikennettä.
- Kääntyessäsi väistä risteävää tietä ylittävää liikennettä.
- Väistä jalankulkijaa joka aikoo ylittää suojatien.
- Väistä aina raitiovaunuja.
- Näytä suuntamerkki ja ryhmyt ajoissa ennen kääntymistä.
- Ota huomioon kuorma- ja pakettiautojen katvealueet.
- Ota rohkeasti oma tilasi kadulla. Aja vähintään avatun oven etäisyydellä pysäköidyistä autoista ja muista esteistä. Jätä itsellesi pelivaraa tien pinnan epätasaisuuksien tai yllättävien tilanteiden varalta. Jos kaista on niin kapea, etteivät pyörä ja auto mahdu siihen turvallisesti rinnakkain, aja riittävän keskellä kaistaa. Tällä tavoin estät vaaralliset ohitukset, kun autoilijan on siirryttävä selkeästi naapurikaistalle ohittaaksesi sinut. Jos autoilijan on joka tapauksessa käytettävä osittain naapurikaistaa ohittaaksesi sinut turvallisesti, on sama silloin ohittaa sen kautta kokonaan. Kun otat oman tilasi, autoilijat suhtautuvat sinuun ajoneuvon kuljettajana ja myös antavat sinulle tarvittavan tilan.
- Pyöräilijä saa ajaa bussikaistalla silloin, kun se on oikeanpuolimmaisina kaista.
- Aja ennustettavasti, päättäväisesti ja pidä huoli oikeuksistasi, mutta tarkkaile liikennettä ja ole aina valmis tarvittaessa pysähtymään.
- Älä pelkää olevasi liikenteen tukkeena. Sinä olet liikennettä.
- Kävelykadulla ja pihakadulla saa ajaa polkupyörällä. Niillä jalankulkijoille on annettava esteetön kulku eikä ajonopeus saa ylittää 20 km/h.

POLKUPYÖRÄN VARUSTEET

Heijastimet

- Valkoinen etuheijastin
- Punainen takaheijastin
- Keltaiset poljin- ja sivuheijastimet

Valot

- Eteenpäin valkoista tai vaaleankeltaista valoa näyttävä valaisin
- Taaksepäin punaista valoa näyttävä valaisin (vapaaehtoinen)

Pimeällä, hämärällä tai näkyvyyden ollessa heikentynyt on etuvalo pakollinen. Takavalon on vapaaehtoinen mutta suositeltava, sillä se parantaa pyöräilijän näkyvyyttä pimeällä. Punaista valoa ei saa laittaa eteen eikä valkoista taakse. Lainmukaisen etuvalon on oltava pyörässä kiinni ja näytettävä jatkuvaa valoa, kypärään kiinnitetty valo tai vilkkuvalo eivät riitä. Suuntaa valo hieman alaviistoon, niin ettei se häikäise vastaantulijoita.

Jarrut

Polkupyörässä on oltava ainakin yksi tehokas jarrulaitte. Tavarat tai useamman kuin yhden henkilön kuljetukseen tarkoitettu polkupyörässä, perävaunulla varustettu polkupyörässä ja polkupyörässä, jossa on enemmän kuin kaksi vaihdetta, tulee kuitenkin olla kaksi erillistä tehokasta jarrulaitetta.

Lisäksi polkupyörässä on oltava äänimerkinantolaitteena soittokello. Tarkista jarrujen kunto säännöllisesti ja huolla ne tarvittaessa. Jarrut ja valot ovat polkupyörän tärkeimmät turvavarusteet.

PYÖRÄILYN HUONEENTAULUT

TAITAVAN AJAMISEN HUONEENTAULU

Taitava pyöräilijä osaa

- ajaa hiljaa
- ajaa suoraan ja heilumatta
- ennakoida tilanteita: jarruttaa ajoissa, näyttää suuntamerkkiä, varoittaa muita soittokellolla
- käyttää katsekontaktia muiden liikenteessä liikkujien kanssa
- seurata muuta liikennettä
- tarvittaessa tehdä hätäjarrutuksen
- testata omia taitojaan siellä, missä ei ole muuta liikennettä (esim. ajotaitoradalla)

PYÖRÄILYN HYÖDYT -HUONEENTAULU

- pyöräily lisää liikkumisen vapautta
- pyöräily virkistää mieltä
- pyöräily kohentaa kuntoa
- pyöräily kehittää tasapainoa
- pyöräily ei saastuta luontoa
- pyöräily on melutonta
- pyöräily on kävelyä nopeampaa
- pyöräily parantaa keskittymiskykyä koulussa
- pyöräily on hieno tapa retkeillä ja ulkoilla
- pyöräilijä on vapaa ruuhkista ja aikatauluista
- pyöräily on hauskaa!

TURVALLISEN PYÖRÄILYN HUONEENTAULU

- aja sopivan kokoisella pyörällä
- tarkista pyörän kunto säännöllisesti
- testaa, että jarrut ja ohjaus ovat kunnossa
- muista valot ja heijastimet
- käytä kypärää
- aja tien oikeata laitaa – ajoit sitten jalkakäytävällä (alle 12-v.), pyörätiellä tai autotiellä
- tarkkaile muuta liikennettä tarkkaile tietä: kuoppia, risuja, kiviä ym. täytyy varoa kaikilla alustoilla
- opettele liikennesäännöt ja noudata niitä
- aja pyörälläsi yksin – liikennesääntöjen mukaan 15 vuotta täyttänyt saa kyydittää alle 10-vuotiasta

TUNNE PYÖRÄSI -HUONEENTAULU

- renkaat: varmista, että renkaissa on riittävästi ilmaa
- jarrut: tarkista jarrujen ja ohjauksen toiminta
- ketjut: tarkista, että ketjut on öljytty ja etteivät ne ole löysällä, poikki tai ruosteessa
- satula: tarkista, että satula on oikealla korkeudella siten, että polvesi jää hiukan koukuun polkimien ollessa matalimmillaan
- valot ja heijastimet: tarkista, että pyörän etuvalo näyttää kirkasta ja takavallo punaista valoa. Tarkista myös, etteivät valot ja heijastimet ole kuran tai pölyn peitossa

KOULUMATKAN KULKUTAPAPÄIVÄKIRJA

Lisää kulkutapakohtaan rasti + kuljetun matkan pituus + matkaan käytetty aika (min.)

	Kävelen + matkan pituus + matka-aika	Pyörällä + matkan pituus + matka aika	Bussilla/ raitiovaunulla + matkan pituus	Autolla + matkan pituus + matka-aika	Omin voimin liikkumiseen käytetty aika
MAANANTAI					
TIISTAI					
KESKIVIIKKO					
TORSTAI					
PERJANTAI					

LIIKUNTATAULUKKO

Täytä liikkumiseen käyttämilläsi ajoilla (min.)

	Koulumatkat	Koululiikunta	Välituntiliikunta	Ohjattu vapaa-ajan liikunta	Omaehtoinen vapaa-ajan liikunta	Yhteensä
MAANANTAI						
TIISTAI						
KESKIVIIKKO						
TORSTAI						
PERJANTAI						
LAUANTAI						
SUNNUNTAI						



TERVETULOA SUORITTAMAAN PYÖRÄILYMERKKIÄ!

