

# Ideer til læringsforløb i mellemtrin

## ”Vær Frisk – Hop på Cyklen”

### 6 Gode grunde til at benytte aktiv transport

- Vi mindsker trafikkaos om morgenen omkring skolerne
- Du sparer miljøet for ca. 2 kg CO<sup>2</sup>, hver gang du cykler 10 km
- Aktiv transport øger børns koncentration i op til 4 timer
- Børn får en markant bedre kondition
- Samfundet sparer 6 kr. pr. km, når du cykler og ikke kører i bil
- Børns motorik og balance bliver styrket

Og hvorfor så ikke bringe aktiv transport ind i undervisningen? De følgende ideer er udarbejdet af Børn & Unge, Viborg Kommune i forbindelse med kampagnen ”Vær Frisk – Hop på Cyklen”. Se de 2 animationsfilm og meget mere på hjemmesiden [www.viborg.dk/hoppaacyklen](http://www.viborg.dk/hoppaacyklen).

### Cykeldansk

- Hæng danskopgaver ud i nærområdet (navneord, udsagnsord, sætninger, grammatikopgaver). Lad eleverne cykle i små hold og løse opgaverne.
- Læs fagtekst om cyklen – og cyklens historie.

### Cykelmatematik

- Tæl cyklerne på cykelparkeringspladsen. Eller tæl klassens cykler. Eks. hvor mange cykler i alt, hvor mange cykler er blå/grønne/røde, hvor mange hjul i alt, hvor mange eger i alt mv. Her kan arbejdes med statistik i klassen efterfølgende.
- Mål på cyklerne (hjul, højde, længde mv.).
- Tid og måling. Lav en cykelbane med slalom, rundkørsel mv. Lad eleverne tage tid på hinanden – og registrere tiden. Hvad er elevens tid, hvad er klassens samlede tid.

### Praktiske øvelser

- Naturfagligt forløb - Testpiloter fra Sikker Trafik: [Testpiloter](#)
- Cykellege fra Cyklistforbundets kampagne 'Vi kan Cykle': [Cykelleg](#)
- Cykelaktiviteter fra Dansk Skolecykling: [Cykelaktiviteter](#)

### Sikker i trafikken

Undervisningsforløb til mellemtrinnet i Sikker Trafik: [Sikker Trafik](#)

