

Trinn 4 - Sikkerhetskurs på vei LOGGSKJEMA

**TA GODT VARE PÅ DETTE DOKUMENTET!**

Opgavene på arket kan benyttes i både innledning og oppsummering.

---



**Ditt navn:** \_\_\_\_\_

**1. Trinn 3 refleksjon**

Hvilke erfaringer har du gjort deg fra sikkerhetskurs på øvingsbane?

- momenter som har vært nyttige og lærerike?
- hva ønsker du å bli bedre til?
- kan du bruke noe av dette til trinn 4?

**Forskrift**

Eleven skal videreutvikle sin kjørekompetanse i landevegsmiljø ved å:

- a) øve på kjøring på landeveg med varierende standard
- b) identifisere og beskrive trafikkmiljøet, forutse og påpeke mulige risikomomenter og angi en hensiktsmessig kjøremåte fremover i tid
- c) anvende presis kjøreteknikk og videreutvikle en miljøvennlig og økonomisk kjøremåte
- d) oppleve og erfare situasjoner med særlig stor risiko ved inn- og/eller avkjøring fra større veg og vurdere og utvise hensiktsmessig atferd i slike situasjoner
- e) oppleve og erfare møtesituasjoner og å bli forbikjørt, og vurdere og utvise hensiktsmessig atferd og vilje til å ivareta egen og andres sikkerhet i slike situasjoner
- f) skrive logg

## **2. Trinn 4 Sikkerhetskurs på vei**

Hvilke forventninger har du til kjøring i landevegsmiljø, samt hvilke forventninger til deg selv?

Før kjøretur (i klasserom):	Refleksjon/oppsummering:
-----------------------------	--------------------------

Loggføres under/etter kjøreturen i landevegsmiljø (4.1.2)

---

## **3. Begrunne valg av fart**

Gjennom kjøreturen skal du hele tiden vurdere ditt valg av fart. Hvilke momenter kan være medvirkende og avgjørende ved valg av fart?

Før kjøretur (i klasserom):	Refleksjon/oppsummering:
-----------------------------	--------------------------

#### **4. Miljøvennlig kjøring?**

Gjennom kjøreturen skal du kjøre på en måte som er miljøvennlig. Hvilke momenter kan være medvirkende og avgjørende for miljøvennlig kjøring?

Før kjøretur (i klasserom):	Refleksjon/oppsummering:
-----------------------------	--------------------------

#### **5. Presis kjøreteknikk**

Gjennom kjøreturen skal du ha en presis kjøreteknikk. Hva forstår du med uttrykket presis kjøreteknikk?

Før kjøretur (i klasserom):	Refleksjon/oppsummering:
-----------------------------	--------------------------

### **6. Forbikjøring og møtesituasjoner**

Opplive og erfare møtesituasjoner og å bli forbikjørt, samt å vurdere og utvise hensiktsmessig atferd og vilje til å ivareta egen og andres sikkerhet i slike situasjoner. Hva er viktig for deg i slike situasjoner?

Før kjøretur (i klasserom):	Refleksjon/oppsummering:
-----------------------------	--------------------------

### **7. Myndighetene sine tiltak for å unngå ulykker?**

Kjenner du til og har opplevd/erfart hvilke tiltak myndighetene har satt for å unngå ulykker?

Før kjøretur (i klasserom):	Refleksjon/oppsummering:
-----------------------------	--------------------------

Planlegge og gjennomføre kjøring i variert trafikkmiljø ved å

- a) anvende hensiktsmessige hjelpemidler for å kunne beskrive, forklare og begrunne ulike forhold en må vente og ta hensyn til i løpet av kjøreturen
- b) kjøre selvstendig over lengre strekninger i et skiftende miljø som varierer i vegstandard og mellom typisk landeveg, by- og tettstedsmiljø
- c) begrunne handlingsvalg og kjøremåter
- d) skrive logg

## **Sikkerhetskurs på vei - trinn 4.1.3 (kartkjøring)**

Planlegging og gjennomføring av en kjørerute i variert trafikkmiljø

**Start ved Bergen Bil&MC Skole på Danmarks plass,** eller avtalt sted med din lærer.

Følg så videre de forskjellige stedene i oppsatt rekkefølge.

Det viktigste er at du lager en plan, og følger DIN plan.

### **Planlegg aller helst kjøringen hjemme i forkant**

Du skal planlegge ruten i forkant, og alle hjelpemidler er tillatt. Bruk gjerne karttjenester som Google maps, 1881 osv. Spør gjerne din trafikklærer om du lurer på noe.

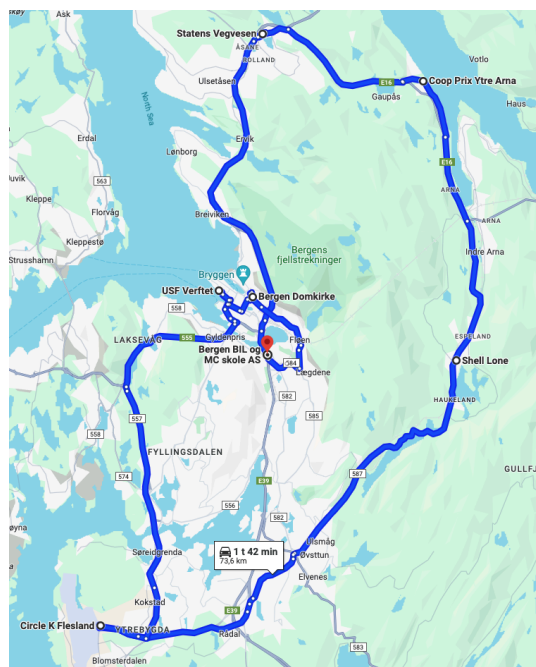
Det er tillatt å benytte navigasjon/GPS som tillegg, men erfaringsmessig er det ikke fornuftig å *kun* basere seg på det, da oppmerksomheten ofte forsvinner fra trafikkbildet når man skal følge med på navigasjon.

Lykke til!

### Under planleggingen bør du:

- tenke gjennom hva du forventer å møte på fra et punkt til neste, f.eks omgivelser, type vei, trafikkmengde, miljø, sikkerhet
- kunne begrunne valg av rute til det enkelte punkt
- tenke gjennom behov for pauser og næring
- beregne tidsforbruk mellom hvert punkt, samt tidsbruk ved stans
- klargjøre bilen til turen (hva er viktige momenter her?)

*Tips: Veldig ofte kan det være fornuftig å sjekke ut Google Street View, for å ta en titt på aktuelle skilt og kryss, slik at du kanskje kjenner deg igjen når du kommer til de forskjellige stedene.*



**Start ved trafikkskolen eller oppmøtested**

	Notater/plan (veinummer, skilt, etc.)	Destinasjon
1		<b>Statens Vegvesen kontrollstasjon</b> Heiane, 5131 Nyborg
2		<b>Coop Prix Ytre Arna</b> Peter Jebsens veg 19, 5265 Ytre Arna
3		<b>Shell Lone</b> Hardangervegen 697, 5268 Haukeland
4		<b>Circle K Flesland</b> Flyplassvegen 425, 5258 Blomsterdalen
5		<b>USF Verftet</b> Georgernes Verft 12, 5011 Bergen
6		<b>Bergen Domkirke</b> Domkirkeklassen 1, 5003 Bergen
	eventuelt tilleggsdestinasjon avhengig av tid	
7		<b>Bergen Bil&amp;MC Skole</b> Fjøsangerveien 32, 5054 Bergen

### Loggføring 4.1.3

---

Her kan du skrive litt om hvilke erfaringer du gjorde deg underveis i planleggingsruten.

- Hvordan opplevde du planleggingsfasen?
- Klarte du å følge planen din?
- Hva var utfordrende?