

## Pyöräily valinnaisaineena

Oletko liikenteessä pyörällä päästäsi? Ei hätää, tule mukaan kurssille, jossa opetellaan erilaisia pyöräilytaitoja! Mukaan tarvitet pyöräilykypärän, polkupyörän ja iloista mieltä.

Tavoite: Opit arjen taitoina toimimaan liikenteessä, huoltamaan pyörääsi sekä tutustut mihin kaikkeen pyörästä onkaan. Samalla opitaan pitämään huolta omasta hyvinvoinnista ja ympäristöstä.

Sisältö: Kurssilla leikitään pyöräleikkejä, tehdään pyöräretkiä ja huolletaan pyöriä. Harjoitellaan liikennesääntöjä ja pyöränsäilyä.

**Oppiaineet:** ympäristöoppi, liikunta ja käsityö

**Laaja-alaisen osaamisen tavoitteet:** Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2), Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3), Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)

Opetuskertojen sisältöjä:

- Valinnaisaineen esittely, ryhmän jäseniin tutustuminen ja toiminnan suunnittelu.
- Pyöräleikkejä: erilaiset pyöräviesti (aja pienimmällä/isoimmalla vaihteella, hae pyörä juoksemalla ja polje takaisin jne.), pyöräpoolo ja lisäksi voi leikkiä monia perinteisiä leikkejä, mutta hyödyntäen pyörää. <https://fiksustikouluun.fi/materiaalit/pyorailyleikkejä-alakoululaisille/>
- Pyörätaito- ja haasteajot: Pyöräviisiottelu <https://www.youtube.com/watch?v=40aiizusOLQ>  
Esterata, jossa taitotehtäviä Fillaristarankorkeista <https://www.kll.fi/materiaalit/pyorasankarit/muut-pyorailymateriaalit/>  
Maastoon lippusiimalla merkitty ”crossirata”
- Pyöräsuunnistus  
Oppilaille jaetaan koulun lähialueen kartta, johon merkitään yksi kerrallaan rasteja. Paikan päältä ei löydy rastimerkkiä, vaan oppilaiden pitää päätellä ”rasti” tehtävänannon perusteella esim. Tässä kohteesta löydät varastorakennuksen. Minkä väriset ovet siinä on? Paikan päällä oppilaat huomaavat, että ovet ovat siniset. Oppilaat opettelevat laatimaan rasteja myös itse, jolloin voivat järjestää vaikka pyöräilyaiheisten synttäreiden ohjelmanumerona pyöräilysuunnistuksen.
- Pyöräretkiä eri teemoilla esim. Pyörällä uimaan, kirjastoon, kauppaan ja luontoretkelle. Kysytään oppilaiden teemoja. Näitä on tullut ihan laidasta laitaan mm. Pyörällä Heseen tai hevostilalle.

- Pyöräretken voi tehdä myös liikennesääntöjä opetellen, jolloin joko pysähdellään ja opetellaan liikennemerkkejä ja sääntöjä paikan päällä tai kuvataan retki GoPro-kameralla ja katsotaan video myöhemmin luokassa läpi.
- Pyöräilijän ensiapu. Harjoitellaan liikenneonnettomuuksissa toimimista ja ensiaputaitoja.
- Pyöränhuolto. Tutustutaan omaan polkupyörään ja opetellaan huoltamaan sitä.
- Pyöräilyvierailut. Vierailu esim. Pyöräkaupassa, huoltoliikkeessä tai pyöräilyn harrastuspaikalla
- Pyöräilyvideot. Erilaisiin pyöräilyn alalajeihin tutustumista videoiden avulla.