



# Verdensmål i bevægelse



**Type** Bevægelsesaktivitet  
og refleksion

**Varighed** 135-180 minutter  
(3-4 lektioner)

**Trin** 0.-3. klasse

**Fag** Idræt, natur/teknologi

**Verdensmål 7:** Bæredygtig energi

## Cykelenergi

### Formål

I dette læringsmodul er målet, at eleverne får en forståelse af begreberne energi og bæredygtighed. Eleverne skal opleve glæden ved at ordne deres cykel, bevæge sig på deres cykel og lege sammen i et fællesskab.

Eleverne skal desuden få en oplevelse og forståelse af, hvad deres cykel kan bruges til, og hvordan den fungerer. Elevernes cykelaktiviteter kan være omdrejningspunktet for skabelsen af god energi på flere måder. Eleverne får god energi, fordi det er sjovt at lege på ens cykel. Men det er også formålet at knytte cyklen til en overordnet snak om bæredygtighed, ren energi, CO<sub>2</sub>-udledning med mere.

Der er mest fokus på verdensmål nummer 7, Bæredygtig energi, men Sundhed og trivsel, verdensmål nummer 3, berøres også.

### Forberedelse

Læringsmodulet består af tre dele. I de to første skal eleverne have deres cykel med i skole.

Den første del er et mini-cykelværksted. Det skal ikke være noget stort værksted, men blot give eleverne mulighed for at arbejde lidt med deres cykler.

Anden del af modulet er en række cykellege. Eleverne skal lege forskellige lege med fokus på motorik, samspil og det sociale.

Tredje og sidste del af modulet er en lille samtale- og refleksionsøvelse, der har til formål at knytte elevernes viden om – og oplevelser på – cyklen til begreberne energi og bæredygtighed.

### Materialer og faciliteter

1. del (cykelværkstedet) skal foregå udenfor eller i et stort værksted, og der skal bruges følgende: vand, klude, svampe, cykelpumper, kædespray, unbrakonøgle, skruetrækker + evt. andre ting (afhængig af aktiviteterne).

2. del foregår udenfor med plads nok til, at eleverne kan cykle rundt. Til de foreslåede lege skal følgende bruges: sæbebobler (til legen Sæbebobler), kridt (til legen Mus og løver), en stafet eller anden genstand (til legen Navnestafet).

I 3. del af modulet skal du bruge et print af Arbejdsark 1 (eller have mulighed for at vise det på en skærm). Hver elev skal have udleveret Arbejdsark 2, så de kan tegne på det.





## Beskrivelse

### 1. DEL

Husk at forældrene i god tid skal have besked om, at cyklerne skal med i skole. Første del af læringsmodulet er elevernes eget cykelværksted.

Det kunne være disse aktiviteter, der er omdrejningspunktet for mini-cykelværkstedet, men find gerne på flere:

- Pudse og vaske cykler (vand, klude og svampe)
- Luft i dækkene (pumper)
- Smøre kæden (kædespray)
- Sætte sadel op/ned (unbrakonøgle)
- Skrue noget løst fast... (skruetrækker)
- ?

### 2. DEL

I anden del af modulet skal eleverne lege tre cykellege. Alle lege er udviklet af Cyklistforbundet. Man kan se det fulde katalog af lege HER eller finde det med søgeord: cyklistforbundet skoler cykelleg

Et bud på tre lege kunne være:

#### 1. leg: Sæbebobler

Underviseren får sæbebobler til at svæve rundt på hele legeområdet. Legen går ud på at fange så mange sæbebobler som muligt. Først med hænderne og derefter med fødderne, cykelhjelm, hjulene osv. Hvis det er vindstille, kan man også køre over de sæbebobler, som ligger stille på jorden.

Se video på YouTube HER eller find med søgeord: cykelleg sæbebobler

#### 2. leg: Mus og løver

De voksne er "løver", som skal fange børnene, der cykler rundt og er "mus". Hvis en mus bliver fanget, kommer den i fængsel i spisekammeret. Musen befries, når en anden mus cykler forbi og rører den. Er der flere "mus" i spisekammeret, bliver alle befriet, når bare en af dem bliver rørt. "Musene" har helle i musehullerne. For yderligere instruktion og opstilling: Søgeord: cykelleg mus og løver.

#### 3. leg: Navnestafet

Alle børn cykler ud og ind mellem hinanden. Et barn får stafetten, hvorefter han eller hun råber navnet på en i gruppen. Den, der bliver råbt op, skal nu cykle hen og hente stafetten. De andre giver plads. Den nye stafetholder råber et nyt navn, og sådan fortsætter legen, indtil alle har haft stafetten.

Se video på YouTube HER eller find med søgeord: cykelleg navnestafet.

### 3. DEL

Sidste del af modulet er et oplæg til samtale og refleksion blandt eleverne. Temaet er cykler.

Snak med eleverne ud fra spørgsmålene på Arbejdsark 1 og evt. andre spørgsmål.

Lad herefter eleverne tegne på Arbejdsark 2. Tag afslutningsvis en snak om deres tegninger.

## LINKS OG ØVRIGE KILDER

Dette læringsmodul er udviklet med inspiration fra Cyklistforbundet.

Se evt. deres fulde undervisningsmateriale "Cykelleg" HER

Eller på [www.cyklistforbundet.dk/cykelleg](http://www.cyklistforbundet.dk/cykelleg)



1. Hvad ser I på dette foto? Hvor tror I, alle de biler skal hen?



2. Hvad ser I på dette foto? Hvor tror I, alle de cykler skal hen?



3. Kan I lide at køre på cykel? Hvorfor/hvorfor ikke?

Lad herefter eleverne tegne opgaven på Arbejdsark 2.

CYKELENERGI

ARBEJDSARK 2

Elevark



Tegn en tegning, der viser noget om, hvorfor det er godt at cykle.