

# Læreplan for førerkortklasse A

## Innhold

Kapittel 1 hentes fra håndbok V851 (Læreplan for førerkortklasse B, B kode 96 og BE) .....	4
Kapittel 2 Opplæringen i klasse A.....	4
Hovedmål for opplæringen, .....	4
Trinnvis opplæring .....	4
Definisjoner og begrepsavklaringer .....	7
Krav til bekledning under opplæring, § 4 – 9 .....	8
Kommunikasjonsutstyr under opplæring, § 2 – 2.....	8
Kunnskapsstoff i klassene A1, A2 og A .....	9
Kapittel 3 Trinnmål, kursmål, delmål og aktuelt innhold klasse A.....	10
Trinn 1 Trafikalt grunnkurs .....	10
1.1 Trafikkopplæringen.....	12
1.2 Trafikk og førerrollen.....	12
1.3 Mennesket i trafikken og samhandling.....	13
1.4 Trafikkopplæring, øvingskjøring og kjøree erfaring .....	13
1.5 Plikter ved trafikkuhell og førstehjelp.....	13
1.6 Tiltak ved trafikkulykke .....	13
1.7 Trafikant i mørket .....	14
Trinn 2 Grunnleggende kjøretøy- og kjørekompetanse.....	17
2.1 Grunnkurs klasse A1, A2 og A.....	18
2.1.1 Førerkort og trafikkopplæring .....	18
2.1.2 Motorsykel og samfunn.....	18
2.1.3 Motorsyklister og andre trafikantgrupper.....	19
2.1.4 Førerdyktighet og motorsykkelenes kraftressurser .....	19
2.1.5 Motorsykelkjøring sikkerhet og tiltak mot ulykke.....	19
2.1.6 Motorsykelbekledning og påbudt sikkerhetsutstyr .....	19
2.1.7 Egne utfordringene ved å kjøre motorsykel.....	20
2.2 Grunnleggende praktisk opplæring .....	20
2.2.1 Motorsykkelenes oppbygging, sikkerhet og miljø .....	20
2.2.2 Eier og brukers ansvar for kjøretøyet .....	20
2.2.3 Menneskets kapasitet og trafikkenes krav .....	20
2.2.4 Gjøre seg klar for kjøring .....	21
2.2.5 Igangsetting og stans, giring, styring og bremsing .....	21
2.2.6 Grunnleggende kjøretøybehandling i områder med liten trafikk .....	21

2.2.7 Sikkerhetskontroll .....	22
2.3 Trinnvurdering .....	22
Trinn 3 Trafikal del .....	24
3.1 Individuell trafikal opplæring .....	25
3.1.1 Trafikksystemet og trafikantgrupper .....	25
3.1.2 Veg, vegoppmerking, skilt og annen regulering .....	25
3.1.3 Atferd i trafikken.....	25
3.1.4 Informasjonsinnhenting .....	26
3.1.5 Presis kjøreteknikk.....	26
3.1.6 Kjøring i bolig- tettsteds- og bymiljø .....	26
3.1.7 Kjøring i landevegsmiljø.....	26
3.1.8 Kjøring i kø, i tunnel og i mørket .....	27
3.1.9 Sikker samhandling, miljøvennlig og økonomisk .....	27
3.2 Sikkerhetskurs i trafikk .....	27
3.3 Sikkerhetskurs i presis kjøreteknikk for klasse A2 og A .....	27
3.3.1 Mål, organisering og egne forventninger.....	29
3.3.2 Presis kjøreteknikk.....	29
3.3.3 Førerens fysiske og psykiske begrensninger .....	29
3.3.4 Instinktive feilhandlinger.....	29
3.3.5 Videreutvikling av kjørekompetanse .....	29
3.4 Trinnvurdering .....	30
Trinn 4 Avsluttende opplæring .....	31
4.1 Sikkerhetskurs på veg .....	31
4.1.1 Motorsykkeltkjøring, risiko og strategi.....	32
4.1.2 Selvstendig, sikkert og effektivt .....	32
4.1.3 Oppfatte og vurdere trafikksituasjoner .....	32
4.1.4 Sammenhengen mellom godt utviklede ferdigheter og kjøre glede.....	32
4.1.5 Kjøredyktighet og utviklingsmuligheter .....	33
4.2 Tilstrekkelig øving.....	33
Kapittel 4 Utvidelse av førerretten .....	34
Obligatorisk kurs for utvidelse fra klasse A2 til A.....	34
1 Motorsyklisters ulykkesutsatthet.....	34
2 Dele erfaringer med vekt på egen kjørestrategi.....	35
3 Planlegging av kjøretur .....	35

4 Kjøretekniske ferdigheter .....	35
5 Kjøring på veg .....	35
6 Oppfattelse og vurdering av trafikksituasjoner.....	35
7 Refleksjon og vurdering av egen kompetanse som motorsyklist .....	36

## Kapittel 1 hentes fra håndbok V851 (Læreplan for førerkortklasse B, B kode 96 og BE)

## Kapittel 2 Opplæringen i klasse A

### Hovedmål for opplæringen, jf. § 9-1:

Etter å ha gjennomført trafikkopplæring i klasse A, A2 eller A, skal eleven ha den kompetansen som er nødvendig for å kjøre motorsykkel i den aktuelle klassen på en ansvarlig måte.

Eleven skal ha de kunnskaper og ferdigheter, den selvinnsikt og risikoforståelse, som er nødvendig for å kjøre på en måte som:

- er trafiksikker
- gir god samhandling
- fører til god trafikkavvikling
- tar hensyn til helse, miljø og andres behov
- er i samsvar med gjeldende regelverk.

### Trinnvis opplæring

Førerrett i klasse A kan oppnås ved

1. direkte erverv
2. utvidelse av førerrett fra klasse A1
3. utvidelse av førerrett fra klasse A2

Ved direkte erverv har opplæringen 4 trinn som beskrevet nedenfor. Målene i ett trinn angir forutsetningene for å ha et godt utbytte av undervisningen i det neste trinnet.

Læringsmomentene i hvert trinn forutsettes videreført i neste trinn. Målene for trinn 1-4 angir samlet den kompetansen som kreves for å få førerrett i klasse A.

Ved utvidelse av førerrett fra klasse A1 til A, anses trinn 1, 2 og tema 3.2 i trinn 3 som gjennomført gjennom opplæringen i klasse A1. Eleven må imidlertid gjennomføre obligatorisk opplæring i trinn 3 og trinn 4 i klasse A.

Ved utvidelse av førerrett fra klasse A2 til A, anses trinn 1, 2 og 3 som gjennomført gjennom opplæringen i klasse A2. Obligatorisk kurs for utvidelse fra klasse A2 til A gjennomføres i trinn 4.

#### Trinn 1

I trinn 1 er målene hovedsakelig rettet mot elevens risikoforståelse og trafikksystemet. Opplæringen består av trafikalt grunnkurs. Kurset er felles for alle de lette klassene. Det skal bidra til at eleven får en grunnleggende forståelse for hva førerrollen og førerdyktighet innebærer. Kurset omfatter bl.a. førstehjelp og å være trafikant i mørket.

## **Trinn 2**

I trinn 2 skal eleven lære å mestre motorsykkelen rent kjøreteknisk, uten å måtte rette oppmerksomheten mot andre trafikanter. God kjøreteknisk ferdighet er nødvendig for å få utbytte av treningen i trinn 3, og vil også innebære at kjøringen er økonomisk og mest mulig miljøvennlig. Eleven skal tilegne seg kunnskap om kjøretøyet og føreransvaret i tillegg til grunnleggende kunnskap om mennesket og vegen.

Opplæringen i trinnet består av det obligatoriske kurset Grunnkurs klasse A1 A2 og A og ikke-obligatorisk individuell grunnleggende praktisk opplæring. Det er ikke fastsatt et minste timetall for opplæringen i dette trinnet. Omfanget av undervisningen må tilpasses elevens forutsetninger og muligheter for øvingskjøring.

Mot slutten av trinnet skal eleven gjennomføre en trinnvurdering i samsvar med § 7-5. Eleven skal, med utgangspunkt i sine prestasjoner, ta stilling til i hvilken grad målene for trinnet er nådd og om grunnlaget for videre opplæring er tilstrekkelig. Læreren skal gi eleven en tilråding i spørsmålet om eleven har den kompetansen som er nødvendig for å få et godt utbytte av opplæringen i neste trinn.

## **Trinn 3**

I trinn 3 er målene rettet mot elevens læring av trafikale ferdigheter i varierte veg- og trafikkmiljø. Kunnskap om aktuelle bestemmelser i vegtrafikklovgivningen inngår. Ved avslutningen av trinn 3 skal eleven kjøre selvstendig og ha et prestasjonsnivå nær kravene til å bestå førerprøven. Undervisningen må tilpasses elevens erfaringsbakgrunn og muligheter for øvingskjøring.

Sikkerhetskurs i presis kjøreteknikk er obligatorisk for alle som skal ha førerrett i klasse A.

Mot slutten av trinnet skal eleven gjennomføre en trinnvurdering i samsvar med § 7-5. Eleven skal, med utgangspunkt i sine prestasjoner, ta stilling til i hvilken grad målene for trinnet er nådd og om grunnlaget for videre opplæring er tilstrekkelig. Læreren skal gi eleven en tilråding i spørsmålet om eleven har den kompetansen som er nødvendig for å få et godt utbytte av opplæringen i neste trinn.

## **Trinn 4**

Målene i trinn 4 er hovedsakelig rettet mot elevens risikoforståelse og selvinnsett, slik som i trinn 1. En viktig forutsetning er at emnene risikoforståelse, kunnskap om regler og trafikken som system utdypes gjennom hele opplæringen, selv om disse temaene vektlegges spesielt i starten og slutten av opplæringen.

Sikkerhetskurs på veg er obligatorisk for alle som skal ha førerrett i klasse A. Kurset skal bidra til at eleven videreutvikler kompetanse til å unngå ulykker, bl.a. gjennom selvstendig øving på veg.

Den obligatoriske opplæringen alene er vanligvis ikke nok til å nå fram til hovedmålet for opplæring til førerkort klasse A. I tillegg må det suppleres med tilstrekkelig øving gjennom opplæring ved trafikkskole, øvingskjøring eller begge deler.

## Definisjoner og begrepsavklaringer

### *Instinktive feilhandlinger*

Med instinktive feilhandlinger menes ubevisste reaksjoner som skjer når motorsyklisten blir redd.

### *Presis kjøreteknikk, en grunnteknikk for MC – kjøring*

Med presis kjøreteknikk menes høy grad av presisjon i utførelsen av de kjøretekniske momentene.

### *Handlingsberedskap*

Med handlingsberedskap menes, i bestemte situasjoner, å forberede handling. Forberedelsen kan være å skjerpe oppmerksomheten, justere sittestillingen, forbedre forankringen, innta bremseberedskap, eller tilpasse farten.

### *Handlingsrom*

Med handlingsrom menes den sikkerhetsmargin eller sikkerhetssone som motorsyklisten skaffer seg ved å holde avstand til eventuelle risikomomenter. Dette handlingsrommet kan gi motorsyklisten nødvendig tid og rom til å "reparere" eventuelle feilvurderinger eller feilhandlinger.

### *Plassering ved kjøring rett fram*

Med plassering ved kjøring rett fram menes den plasseringen som velges på grunnlag av vurdering av sikt, synbarhet, veggrep, vegens beskaffenhet, trafikk bak, fra siden og i mot. Normalplasseringen vil være litt til venstre for midten av eget kjørefelt.

### *Normalplassering i sving*

Sikker svingkjøring er avhengig av faktorer som bl.a. riktig plassering (valg av spor), riktig fartsavpassing, riktig styreteknikk og at motorsykkelen og fører normalt befinner seg innenfor eget kjørefelt.

Plasseringen skal sikre best mulig handlingsrom. Motorsykkelen bør som regel kjøres slik at det i både høyre og venstresving dannes en slakere kurve enn vegens utforming tilsier.

Ved kjøring i høyresving er risikoen at en kommer over i møtende kjørefelt, mens risikoen ved kjøring i venstresving er utforkjøring, eller at føreren ikke greier å opprettholde tilstrekkelig handlingsrom som en følge av at han eller hun f.eks. legger opp til for stor kurveradius.

For å oppnå størst mulig handlingsrom i **høyresving**, plasseres motorsykkelen *normalt* i venstre del av kjørefeltet i god tid før inngangen av svingen. Omtrent midt i kurven bør motorsykkelen være til høyre for midten av kjørefeltet.

For å oppnå størst mulig handlingsrom i **venstresving**, plasseres motorsykkelen *normalt* inntil kantlinjen i eget kjørefelt i god tid før inngangen av svingen. Deretter bør føreren fortsette mot et punkt til venstre for midten av eget kjørefelt.

Motorsykkelen plassering ved utgangen av svingene avhenger av faktorer som vegens beskaffenhet og videre forløp, eventuell møtende trafikk og hindringer.



### *Samhandling*

Med samhandling menes handlinger som bidrar til sikker og effektiv trafikkavvikling. Gjennom å kjøre tydelig og utvise en kjøreatferd slik at andre trafikanter lett ser og oppfatter hva som er intensjonen, tar føreren hensyn til andres behov og ser helheten.

### *Synlighet*

Med synlighet menes både de fysiske forutsetningene for å bli sett, som bruk av farge på motorsykkelen og bekledning, og tydelig handlinger (kjørestrategiske valg), jf. *Samhandling*.

### *Forankringspunkter*

Med forankringspunkter menes de punktene der det er kontakt mellom fører og kjøretøy med tanke på å kunne betjene og styre motorsykkelen på sikrest mulig måte.

### *Styrekommando*

Med styrekommando menes den påvirkning av tohjuls motorsykel som skjer ved at føreren skyver styret framover på den siden han eller hun ønsker at motorsykkelen skal svinge.

### *Svingpunkt*

Med svingpunktet menes det punktet i vegen hvor motorsykkelen begynner å svinge som en konsekvens av styrekommando.

### *Gasskontroll*

Med gasskontroll menes hvordan føreren ved å kontrollere gassmengden gjennom en sving kan kompensere for den minkende rulleomkretsen og stabilisere motorsykkelen i den ønskede nedbrekkvinkelen som på forhånd er bestemt med styrekommando. Gasskontroll er også med på å bestemme om motorsykkelen skal være under- eller overstyrt.

### *Kjørestrategi*

Med kjørestrategi menes å legge en plan for kjøringen: kort eller lang tur, hva skal eller kan skje og hvordan skal kjøringen utføres. Egne sterke og svake sider, vær og føreforhold og trafikale forhold vil virke inn på kjørestrategien

### *Kjøretaktisk*

Med kjøretaktisk menes at en fører gjør smarte valg ut fra hva som er den sikreste tilnærmingen. Eksempel: «skal jeg kjøre her slik jeg hadde planlagt, eller har jeg alternativer slik situasjonen er nå».

## **Krav til bekledning under opplæring, § 4 – 9**

For øvingskjøring mot vederlag i klassene A, A2 og A1 skal eleven i tillegg til påbudt styrthjelm, benytte gjennomiktig visir eller briller, hansker, fottøy som dekker over ankelen og hensiktsmessige klær egnet for motorsykelkjøring som dekker øvrige kroppsdeler. Hansker, fottøy og klær skal være av materiale som ikke smelter, brenner eller rives ved velt, og som har en beskyttende effekt ved slag og støt.

## **Kommunikasjonsutstyr under opplæring, § 2 – 2**

Under øvingskjøring i klassene A1, A2 og A skal læreren eller ledsageren ha instruksjonsmulighet overfor eleven via toveis kommunikasjonsutstyr.

## Kunnskapsstoff i klassene A1, A2 og A

I læreplanen integreres kunnskapsstoffet med de praktiske øvelsene. Kunnskaps- og ferdighetsmål er derfor samordnet og plassert i det trinnet de innholdsmessig hører hjemme.

En del av kunnskapsstoffet er spesielt viktig for å ha utbytte av den praktiske opplæringen og øke forståelsen av risiko og riktig kjøreatferd med motorsykkel. Opplæringen inneholder derfor et obligatorisk kurs i trinn 2, *Grunnkurs klasse A1, A2 og A*, som skal bidra til at alle får nødvendig opplæring i disse emnene.

## Kapittel 3 Trinnmål, kursmål, delmål og aktuelt innhold klasse A

### Trinn 1 Trafikalt grunnkurs

Gjennom opplæringen i trinn 1 skal eleven utvikle en grunnleggende forståelse for hva motorsykkelkjøring innebærer.

#### **Mål for trinn 1, jf. § 9-2:**

Etter å ha gjennomført trinn 1 skal eleven ha den kompetansen som er nødvendig for å ha godt utbytte av videre opplæring.

Eleven skal ha så god forståelse for trafikk og trafikkopplæring at eleven kan begynne å øvingskjøre.

Opplæringen i trinn 1 er obligatorisk og består av trafikalt grunnkurs, jf. trafikkopplæringsforskriften kap 8. Kurset er felles for alle førerkortklasser og er grunnlaget for videre opplæring og vilkår for å kunne øvingskjøre. Målene er hovedsakelig rettet mot elevens risikoforståelse og trafikksystemet.

#### **Kurset har følgende deler:**

- Del 1 Trafikkopplæringen
- Del 2 Trafikk og førerrollen
- Del 3 Mennesket i trafikken og samhandling
- Del 4 Trafikkopplæring, øvingskjøring og kjøreefaring
- Del 5 Plikter ved trafikkuhell og førstehjelp
- Del 6 Tiltak ved trafikkulykke
- Del 7 Trafikant i mørket

Delene har fastsatte mål. Aktuelt innhold som er oppført under hver del, viser hva undervisningen bør omfatte.

Kurset er på i alt 17 undervisningstimer, fordelt over minst 5 samlinger, og kan gjennomføres med inntil 16 elever, jf. § 8-1 tredje ledd. Det er adgang til å ta med inntil 2 elever i tillegg på deler av kurset, dersom disse har hatt forfall ved deler av tidligere kurs. Alternativt kan 2 elever som faller inn under unntakene i § 8-2 første ledd bokstavene b), c) eller d) tas i tillegg til de 16 elevene under opplæring i plikter ved trafikkuhell og førstehjelp.

Det skal være 4 timer undervisning om plikter ved trafikkuhell og førstehjelp, jf. § 8-1 fjerde ledd. Av dette skal 1 time brukes til praktisk øving i forbindelse med en arrangert ulykke.

Det skal være 3 timer undervisning om å være trafikant i mørket, jf. § 8-1 femte ledd. Minst 1 time skal være demonstrasjon på et uteområde med liten eller ingen trafikk. Denne delen kan gjennomføres med inntil 6 elever per lærer. Minst 1 time skal være demonstrasjon i bil på veg i reelle trafikksituasjoner med elevene som passasjerer. Denne delen kan gjennomføres med inntil 2 elever i bilen. Resterende tid disponeres til forventninger, mål, oppsummering og refleksjon med medelever og lærere i klasserom.

Øvrig undervisning skal være 10 timer og fordeles jevnt over 3 samlinger. Det kan gjennomføres bare en samling i trafikalt grunnkurs per dag, jf. § 8-1 sjuende ledd.

Undervisningen i plikter ved trafikkuhell og førstehjelp skal gjennomføres av kvalifisert personell godkjent av Norsk Førstehjelpsråd.

For å få godkjent trafikalt grunnkurs, må eleven ha deltatt i alle timene som hører med til kurset. Hvis en elev har forfall fra deler av det, må det legges til rette for at timene kan tas igjen på tilsvarende kurs senere.

Før øvingskjøring kan begynne, må trafikalt grunnkurs være fullført. Trafikalt grunnkurs avsluttet i perioden 16. mars – 31. oktober gir likevel rett til å øvingskjøre 16. mars – 31. oktober, jf. § 2-1 andre ledd.

#### **Mål for trafikalt grunnkurs, jf. § 8-3:**

Eleven skal gjennom opplevelser, aktiviteter og oppsummeringer bli bevisst på hva som menes med at enhver skal ferdes hensynsfullt, og være aktpågivende og varsom så det ikke kan oppstå fare eller voldes skade, og slik at annen trafikk ikke unødig blir hindret eller forstyrret, jf. vegtrafikkloven § 3.

Eleven skal

1. kjenne til formelle begrunnelser for at vi har trafikkopplæring, vilkår for å få førerkort og at det finnes læreplaner for trafikkopplæring
2. ha grunnleggende forståelse for trafikk og førerrollen ved å
  - a. bli bevisst hvordan regler om plassering, fart, vikeplikt, skilt og vegoppmerking og andre former for regulering og styring bidrar til sikrere og mer effektiv trafikkavvikling
  - b. drøfte samfunnets behov og miljømessige konsekvenser av vegtrafikken
  - c. bli bevisst ansvaret føreren har for å velge andre måter å reise på enn ved eget kjøretøy, eller å la være å reise, om dette er det beste for en selv, eventuelle passasjerer, miljø m.m.
3. videreutvikle sin kunnskap om mennesket i trafikken ved å
  - a. drøfte ulike trafikantgruppers forutsetninger, behov og perspektiv
  - b. beskrive vesentlige elementer i kjøreprosessen og bli bevisst betydningen av motivasjon og følelser
  - c. forstå betydningen av kommunikasjon og samhandling
  - d. bli bevisst hvilken betydning ansvarsforståelse, selvinnsikt og vilje har for hvordan vi handler i trafikken
4. ha kunnskap om betydningen av trafikkopplæring ved å
  - a. kjenne til reglene for øvingskjøring
  - b. drøfte sammenhengen mellom kjøreeerfaring og trafikkulykker
  - c. forstå betydningen av automatisering av grunnleggende handlinger og handlingsmønstre
  - d. drøfte føreropplæringsmodellen og hvordan opplæring ved trafikkskole og privat øving er nyttig og nødvendig for å nå målet for opplæringen

5. beherske grunnleggende ferdigheter i forbindelse med trafikkulykker ved å
  - a. ha kunnskap om plikter ved trafikkuhell
  - b. kjenne til rutiner for sikring av og opptreden på skadested
  - c. kunne vurdere skadeomfang og øve på praktisk førstehjelp
6. delta i redningsarbeidet ved en arrangert ulykke og gjennom denne
  - a. oppleve å komme først til skadestedet, forstå viktigheten av å kjenne skadeomfanget før ulykken varsles og hvordan varsling gjøres
  - b. øve på grunnleggende rutiner på skadestedet
  - c. videreutvikle den praktiske ferdigheten i grunnleggende livreddende førstehjelp ved trafikkulykker
7. bli bevisst gjennom demonstrasjon ute og i bil hvordan trafikkulykker i mørket kan unngås ved å
  - a. oppleve og erfare årsaksforhold ved typiske ulykker som skjer i mørket og ha grunnlag for å vurdere risiko ved kjøring i mørket
  - b. drøfte hvordan vi som trafikanter kan opptre for å redusere risikoen ved ferdsel i mørket
  - c. drøfte hva som er riktig lysbruk og atferd ellers ved kjøring, parkering og nødstopp i mørket.

Eleven skal vurdere sin egen kompetanse til å begynne videre opplæring. Eleven skal ha god nok forståelse for trafikk og trafikkopplæring til å kunne begynne å øvingskjøre.

Undervisningen skal legge til rette for at eleven når de målene som er fastsatt i forskrifta. Med tanke på å nå disse kan det, innenfor hver av de sju delene av trafikalt grunnkurs, arbeides med å nå flere mål samtidig eller i annen rekkefølge enn den som er fastsatt i forskrifta for vedkommende del, jf. §§ 7-1 og 7-2.

### **Aktuelt innhold i undervisningen**

I oversikten nedenfor er aktuelt innhold i undervisningen ordnet i tema i samsvar med målene. Oversikten er ikke uttømmende, men illustrerer hva undervisningen bør omfatte. Innenfor forskriftas rammer velger læreren selv, med utgangspunkt i elevens behov og tilgjengelige ressurser, øvingsområde m.m., metoder og rekkefølge i behandlingen av lærestoffet med tanke på å legge best mulig til rette for elevens læring.

#### **1.1 Trafikkopplæringen**

Aktuelt innhold

- Presentasjon og introduksjon til kurset
- Begrunnelser for trafikkopplæring
- Vilkår for å få førerkort
- Hovedmål for trafikkopplæringen i lette klasser
- Læreplaner

#### **1.2 Trafikk og førerrollen**

Aktuelt innhold

- Regler og reguleringer og betydningen av disse for sikker samhandling i trafikken

- Samfunnets behov
- Konsekvenser for miljøet
- Ansvar for føreren har for å vurdere om det er forsvarlig å kjøre
- Hensynet til en selv, passasjerer, miljø m.m.
- Fysisk og emosjonell tilstand
- Vær-, føre- trafikk- og andre forhold
- Alternative reisemåter

### 1.3 Mennesket i trafikken og samhandling

#### Aktuelt innhold

- Forutsetninger, behov og perspektiv barn og eldre har
- Forutsetninger, behov og perspektiv mopedister og motorsyklister har
- Forutsetninger, behov og perspektiv førere av store og tunge kjøretøy har
- Kjøreprosessen
- Betydningen av motivasjon og følelser for atferd og læring
- Kommunikasjon og samhandling mellom trafikanter
- Tolking av trafikksituasjoner
- Ansvarsforståelse og vilje til å overholde regler
- Ulykker, menneskelig svikt og føreres feilvurdering
- Eget forhold til risiko
- Selvinnsikt

### 1.4 Trafikkopplæring, øvingskjøring og kjøreeerfaring

#### Aktuelt innhold

- Regler for øvingskjøring
- Kjøreeerfaring og ulykkesrisiko
- Automatisering av handlinger og handlingsmønstre
- Sammenheng mellom opplæring, øvingskjøring og mengdetrening
- Intensjonene i føreropplæringsmodellen

### 1.5 Plikter ved trafikkuhell og førstehjelp

#### Aktuelt innhold

- Plikter etter vegtrafikkloven til å stanse og hjelpe mennesker og dyr som er kommet til skade m.m.
- Rutiner for sikring av og opptreden på skadested
- Vurdere skadeomfang
- Meldeplikt, også ved skade på dyr
- Grunnleggende førstehjelp og praktiske øvinger

### 1.6 Tiltak ved trafikkulykke

#### Aktuelt innhold

- Først på skadested
- Sikring

- Vurdere skadeomfang
- Varsling
- Opptreden på skadested
- Redningsarbeid
- Grunnleggende førstehjelp ved trafikkulykker

## 1.7 Trafikant i mørket

### Aktuelt innhold

- Mørkeulykker og årsaker
- Siktstrekninger
- Risikofaktorer ved å ferdes i mørket
- Klær og refleksutstyr
- Hensiktsmessig lysbruk
- Hensiktsmessig tilpassing av fart og plassering
- Hensiktsmessig atferd ellers ved ferdsel i mørket

### Kommentarer til trafikalt grunnkurs

Vegen er en viktig samfunnsarena for mange mennesker. Arbeidet med sosiale ferdigheter må derfor videreføres i trafikkopplæringen. Det trafikale grunnkurset skal bidra til å bygge opp om førerkortkandidatene som ansvarlige førere. Målene for kurset har generell gyldighet og de befinner seg ofte på et mer overordnet nivå. Kurset skal i liten grad inneholde lærestoff som kan leses på egen hånd. Fokus skal rettes mot forståelsen av trafikken som system, med aktører som har ulike forutsetninger, mot forhold som påvirker risikoen, mot førerens ansvar og betydningen av selvinnsikt og selvkritisk vurdering.

### Det er flere grunner til å ha et trafikalt grunnkurs

- Det er viktig at en tidlig i opplæringen fokuserer på forhold som påvirker risikoen og betydningen av selvinnsikt og selvkritisk vurdering.
- Det er hensiktsmessig å samle en del lærestoff som er felles for alle lette klasser slik at personer som skal ta førerkort for flere klasser, slipper å gå gjennom samme lærestoff flere ganger.
- Det er viktig å gi elevene grunnleggende forståelse av trafikk før de begynner å øvingskjøre, slik at de både har et riktigere perspektiv på det å kjøre og har et grunnlag som letter innlæringen senere.

Mange av emnene som tas opp i det trafikale grunnkurset, forutsettes å bli videreført i den enkelte førerkortklassen. Dette gjelder bl.a. emner som grensesetting, selvinnsikt, empati, forhold til risiko mv.

### Tidsperspektivet

Utvikling og læring av sosial kompetanse er en omfattende prosess som skjer over lang tid. Læreren må bygge på den sosiale kompetansen elevene har, og legge til rette for at elevene forstår at det i trafikken er behov for regler om fartstilpassing, vikeplikt, plassering, tegngivning osv. Enkelte trafikkregler, skilt mv. kan brukes som illustrasjon i forbindelse med et emne som tas opp.

## **Innhold**

Ved fastsettelse av hvilket lærestoff som skal være obligatorisk, er det særlig tatt to hensyn. Det første er om opplæringen av praktiske grunner er vanskelig å gjennomføre på egen hånd. Det andre er om måloppnåelsen er vanskelig å vurdere ved førerprøven. For mer grundig gjennomgang av regelverket hvor faktastoffet vektlegges i større grad, skal trafikk læreren henvise til lærebøker, klassespesifikk teoriundervisning mv. Faktastoff er viktig, og elevene skal motiveres for å oppsøke kunnskapen. Likevel er det en kjensgjerning av fartsøvertredelser, risikofylte forbikjøringer, ulykker mv. oftere er forårsaket av manglende forståelse for regelverket enn manglende kunnskap om reglene.

Undervisningen kan også legges til reelle situasjoner i trafikken, f.eks. i form av demonstrasjoner, praktiske observasjoner, praktisk kjøring med elevene som passasjerer e.l.

Skolene står fritt til å utvide kurset. Det må da presiseres overfor elevene at den obligatoriske delen består av 17 timer.

I tilknytning til Del 4 Trafikkopplæring, øvingskjøring og kjøreefaring oppfordres skolene til å invitere personer som skal bistå elevene ved øvingskjøring. Gjennom denne delen skal elevene og foreldre/ledsagere skaffe seg kunnskap om regler for og betydningen av øvingskjøring, og forstå sammenhengen mellom kjøreefaring og ulykkesrisiko. Skolene kan også samarbeide med andre ressurspersoner (f. eks. fra Statens vegvesen). Temaet øvingskjøring gjennomgås når læreren er blitt kjent med elevene. Det frivillige tilbudet kan da lettere tilpasses elevenes behov.

Det er viktig å skape en forståelse for betydningen av omfattende øving, mengdetrening, tidlig i opplæringen, og vektlegge betydningen av slik øving både utover i læringsprosessen og etter endt formell opplæring. Begrepet mengdetrening blir brukt om å trene mye på noe som det allerede er gitt opplæring i, og er øvd på.

Ved gjennomføring av Del 5 Plikter ved trafikkuhell og førstehjelp og Del 6 Tiltak ved trafikkulykke er det viktig at alle elevene aktiviseres. Det anbefales at instruktøren har med seg en hjelpeinstruktør.

## **Undervisningen**

### *Problemorientert undervisning*

Læreren bør legge til rette for problemorientert undervisning. Dette innebærer at læreren må forberede konkrete problemstillinger slik at diskusjonene fører fram til bestemte resultater. Oppgavene utformes ut fra hovedmålene i leksjonene og læreren må ha lagt en plan for tema, aktiviteter og oppsummering. Elevene har allerede en del trafikal kompetanse ved å være fotgjengere, passasjerer og syklist. Mange har gode kunnskaper om trafikkregler, skilter, vegoppmerking, årsaker til ulykker, risikoforhold mv. Selv om noen har et mer likegyldig forhold til disse kunnskapene, skal oppgavene bygge på at elevene allerede har mye erfaring fra trafikken. Gode regler ved oppgaveutforming er å gå fra det kjente til det ukjente, fra det konkrete til det abstrakte.

Problemorienterte arbeidsmåter med gruppearbeid og dialog anbefales, spesielt når det er tale om undervisning der arbeid med holdninger og motivasjon inngår. Når læreren skal velge metode, bør han bl.a. avveie følgende: I hvilken grad kan elevene på egen hånd



komme fram til målet for emnet? I hvilken grad kan jeg gi en tydelig oppgave som elevene kan arbeide med selvstendig? I hvilken grad er denne oppgaven aktiviserende for alle, og vil gruppene trenge omtrent samme tid til å løse oppgaven?

Det er viktig at elevene blir presentert for og opplever at de deltar på et helhetlig kurs med et gitt hovedinnhold. Kurset inneholder til dels lærestoff som er vanskelig for elevene, og det er viktig at de gis anledning til ettertanke og modning.

### *Organisering*

I klasserommet bør elevene sitte slik at alle ser hverandre, noe som gjør det enklere å kommunisere med hverandre.

## Trinn 2 Grunnleggende kjøretøy- og kjørekompetanse

Gjennom opplæringen i trinn 2 skal eleven lære å mestre motorsykkelen rent kjøreteknisk, uten å måtte rette oppmerksomheten mot andre trafikanter. God kjøreteknisk ferdighet er nødvendig for å få utbytte av treningen i trinn 3, og vil også innebære at kjøringen er økonomisk og mest mulig miljøvennlig. Kunnskapsstoffet skal bidra til at eleven lærer de kjøretekniske ferdighetene raskere og med mer forståelse, og til at eleven skal kunne ivareta førerens ansvar for kontroll og tilsyn med kjøretøyet.

Opplæringen i trinnet består av det obligatoriske kurset *grunnkurs i klasse A1, A2 og A* (2.1) og ikke-obligatorisk *individuell grunnleggende praktisk opplæring* (2.2).

Grunnkurset gjennomføres før den praktiske opplæringen, jf. § 9–3 femte ledd. Det kan gjennomføres med inntil 16 elever, jf. § 9–6, undervisning i kjøregård med inntil 3 elever, jf. § 2–3 og undervisning på veg med en elev av gangen.

Eleven skal gjennomføre en obligatorisk trinnvurdering mot slutten av trinn 2, jf. § 7–5.

Innholdet i undervisningen forutsettes å bli videreført i trinn 3 og 4, samtidig som det er en del av grunnlaget for oppgavene som blir gitt ved førerprøven.

### **Mål for trinn 2, jf. § 9–3:**

Etter å ha gjennomført trinn 2 skal eleven ha den kompetansen som er nødvendig for å ha godt utbytte av trafikal opplæring i trinn 3.

Eleven skal ha så god kjøreteknisk ferdighet at oppmerksomheten kan flyttes fra eget kjøretøy til trafikkbildet og samhandlingen med andre trafikanter.

Eleven skal gjennom hele trinnet drøfte sin egen motivasjon og vilje til å anvende kunnskaper og ferdigheter som tilegnes gjennom trinnet. Eleven skal vurdere sin egen ferdighet i å bruke, og oppdage mangler ved, motorsykkelen.

Eleven skal

1. gjøre rede for motorsykkelens oppbygning med tanke på sikkerhet og miljø
2. gjøre rede for eiers og brukers ansvar for kjøretøyets stand og bruk, økonomisk ansvar, offentlige reaksjoner og plikter ved trafikkuhell
3. gjøre rede for menneskets kapasitet og trafikkenes krav
4. gjøre seg klar for kjøring
5. utføre igangsetting og stans, giring, styring og bremsing i områder med liten trafikk
6. beherske grunnleggende kjøretøybehandling i områder med liten trafikk
7. utføre aktuell sikkerhetskontroll av motorsykkelen.

## 2.1 Grunnkurs klasse A1, A2 og A

Grunnkurset er på 3 undervisningstimer, jf. 9–6.

### **Kursmål for grunnkurs klasse A1, A2 og A, jf. § 9–7:**

Eleven skal gjennom drøfting med medelever og lærer, og gjennom refleksjon og oppsummering, utvikle grunnleggende forståelse for hva kjøring med motorsykkel innebærer.

Eleven skal:

1. gjøre rede for reglene for førerkort og trafikkopplæring, og grunntankene i opplæringen i klasse A1, A2 og A
2. drøfte eget ønske og behov for å kjøre motorsykkel og samfunnets behov
3. analysere mulige konflikter mellom motorsyklister og andre trafikantgrupper
4. drøfte begrepet førerdyktighet, motorsykkelens kraftressurser og sammenhengen mellom disse og de krav trafikkmiljøet stiller til motorsykkelførere
5. drøfte og ta stilling til sikkerhet ved motorsykkelkjøring, årsakene til de vanligste og alvorligste motorsykkelulykkene og effektive tiltak for å motvirke disse
6. gjøre rede for bruk av riktig motorsykkelbekledning og påbudt sikkerhetsutstyr
7. sette ord på egne meninger om utfordringene ved å kjøre motorsykkel.

Undervisningen skal legge til rette for at eleven når de målene som er fastsatt i forskriften.

Med tanke på å nå disse kan det arbeides med å nå flere mål samtidig eller i annen rekkefølge enn den som er fastsatt i forskriften for vedkommende trinn eller del av kurs, jf. §§ 7–1 og 7–2.

### **Aktuelt innhold i undervisningen**

I oversikten nedenfor er aktuelt innhold i undervisningen ordnet i tema i samsvar med målene. Oversikten er ikke uttømmende, men illustrerer hva undervisningen bør omfatte. Innenfor forskriftens rammer velger læreren selv, med utgangspunkt i elevens behov og tilgjengelige ressurser, øvingsområde m.m., metoder og rekkefølge i behandlingen av lærestoffet med tanke på å legge best mulig til rette for elevens læring.

#### **2.1.1 Førerkort og trafikkopplæring**

Aktuelt innhold:

- Førerkortklassen og vilkår for å få førerkort
- Vilkår for å kunne øvingskjøre på motorsykkel
- Grunnregler for atferd i trafikken
- Oversikt over opplæringen klasse A1, A2 og A, som grunntanker, progresjon, måloppnåelse, risikoforståelse og selvvurdering

#### **2.1.2 Motorsykkel og samfunn**

Aktuelt innhold:

- Hvorfor motorsykkel
- Motorsykkel individ- og samfunnsperspektiv
- Mobilitet
- Emosjonelt
- Miljø og kultur

### 2.1.3 Motorsyklister og andre trafikantgrupper

Aktuelt innhold:

- Ulike trafikantgrupper
- Konfliktpunkter
- Menneskets psykiske og fysiske forutsetninger som trafikant
- Kjøreprosessen, syn og synsfelt, bearbeiding av sanseintrykk, oppfattelse og bedømming av fart og avstand
- Informasjonsinnhenting, hodets stilling ved kurvekjøring m.v.

### 2.1.4 Førerdyktighet og motorsykkelens kraftressurser

Aktuelt innhold:

- Førerdyktighet
- Motorsykkelens kraftressurser og kjøreegenskaper
- Trafikkmiljøets krav og motorsyklistens prestasjonsevne
- Krefter som påvirker motorsykkelen under kjøring, akselerasjon og bremsing, rett frem og i sving (bevegelsesenergi, bremselengde og svingkrefter)
- Retningsstabilitet; egenbalanse, tyngdepunkt og etterløp/gaffelhelling på ulike motorsykkeltypen, lasting og kjøring med passasjer
- Ulike førerstøttesystemer
- Gyroeffekt
- Dekkets profil og rulleomkrets i sving
- Sittestilling og forankring
- Svingteknikk, bremseteknikk og bremsefordeling mellom for og bak brems på ulike motorsykkeltypen
- Akselerasjon

### 2.1.5 Motorsykkelkjøring sikkerhet og tiltak mot ulykke

Aktuelt innhold:

- Motorsykkelulykker – risiko og tiltak
- Kjøring med passasjer og lasting av motorsykkel
- Betydningen av kjøreerfaring
- Egne valg
- Bekledning

### 2.1.6 Motorsykkelbekledning og påbudt sikkerhetsutstyr

Aktuelt innhold:

- Forskriftskrav
- Hjelm
- Bekledning

- Hansker
- Støvler
- Airbag-vest
- Aktuelt sikkerhetsutstyr

### 2.1.7 Egne utfordringene ved å kjøre motorsykkel

Aktuelt innhold:

- Eget ståsted
- Hva bør vektlegges i opplæringen
- Sette seg mål
- Endringsvilje

## 2.2 Grunnleggende praktisk opplæring

Målene for denne delen av opplæringen går fram av målet for trinnet, jf. § 9–3 første til fjerde ledd. Det er ikke fastsatt et minste timetall. Undervisningen må tilpasses elevens erfaringsbakgrunn og muligheter for øvingskjøring.

### 2.2.1 Motorsykkelens oppbygging, sikkerhet og miljø

Aktuelt innhold:

- Motor og drivverk
- Bremsesystemet og hjelpesystemer
- Styring, svingarm og forgaffel
- Hjul, dekk og veggrep
- Nødstop og bensinkran
- Avgasser
- Sidevogn
- 3- og 4 – hjuls motorsykler

### 2.2.2 Eier og brukers ansvar for kjøretøyet

Aktuelt innhold:

- Eier- og føreransvar
- Forskriftsmessig og forsvarlig stand
- Motorsykkelens vognkort, egenvekt, nyttelast og effekt
- Kjøring og sikring av passasjer
- Sikring av last

### 2.2.3 Menneskets kapasitet og trafikkens krav

Aktuelt innhold:

- Forholdet mellom trafikkens krav og menneskets kapasitet
- Faktorer som virker inn på motorsykkelføreren
- Kjøreprosessen, informasjonsinnhenting og automatisering
- Begrenset passiv sikkerhet
- Hensikt med og krav til sikkerhetsutstyr
- Påbudt sikkerhetsutstyr

- Ulike typer sikkerhets- og kjøreantrekk

#### 2.2.4 Gjøre seg klar for kjøring

Aktuelt innhold:

- Motorsykkelens instrumenter og betjeningsinnretninger
- Start og stopp av motor
- Bruk av motorsykkelens parkeringsstøtter
- Forflytte motorsykkelen uten hjelp av motor, fremover og bakover, rett frem og i sving ved å gå ved siden av den
- Valg av motorsykel som passer den enkeltes behov og ferdighetsnivå
- Innta en hensiktsmessig sittestilling med løse armer og lett bøy i albue
- Benytte ulike innstillinger for å tilpasse motorsykkelen til fører og eventuell passasjer
- Motorsykkelens forankringspunkter

#### 2.2.5 Igangsetting og stans, giring, styring og bremsing

Aktuelt innhold:

- Gode arbeidsrutiner for kjøring av motorsykkelen
- Igangsetting fra vegkant, rett frem flat veg, med- og motbakke
- Jevn fartsøkning etter igangsetting
- Bruk av brems eller kombinasjon av brems/kopling/-giring (kort stans ny start) i motbakke for å kunne stå stille og/eller unngå å rulle bakover
- Igangsetting like før eller i sving, til høyre og venstre; jevn sving og presis plassering både gjennom og etter svingen ved hjelp av blikk, styrekommando, forankring og gasskontroll
- Bruk av brems
- Myk stans
- Forankring/sittestilling
- Gass, kopling og brems i riktig rekkefølge
- Presis koordinering av gass (turtall), koplingshendel og gir velger
- God balanse når motorsykkelen kjøres i gangfart
- Klargjøring for videre kjøring, rett fram, til høyre og venstre

#### 2.2.6 Grunnleggende kjøretøybehandling i områder med liten trafikk

Aktuelt innhold:

- Forankring, blikkbruk, svingpunkt, styrekommando, gasskontroll og presisjon ved kjøring i og på veg
- Høyre- og venstresvinger i vanlige vegkryss med liten eller ingen trafikk
- Kurvekjøring på landeveg i liten trafikk
- Plassering, valg av gir og handlingsberedskap før sving
- Presis koordinering av gass (turtall), koplingshendel og gir velger
- Sikre stødige bevegelser i motorsykkelen
- Hensiktsmessig gir etter fart, kurvatur og terreng
- Vurdering av stansepunkt for å gjøre igangsettingen enklere ved påfølgende sving til høyre eller venstre

## 2.2.7 Sikkerhetskontroll

Aktuelt innhold:

- Hjul og dekk
- Forbrems og bakbrems
- Eksosanlegg
- Kraftoverføring
- Fjæring og støtdempere
- Styring, forgaffel
- Ramme og svingarm
- Lys og elektrisk anlegg,
- Varselinnretninger (lamper, lyder som varsler fare m.m.)
- Bekledning
- Lasteevne

## 2.3 Trinnvurdering, jf. § 7-5

Trinnvurderingen gjennomføres mot slutten av trinn 2.

### Kommentarer til trinn 2

Den praktiske opplæringen bør begynne i et område med liten eller ingen trafikk. I starten vil eleven ha behov for å bruke mye oppmerksomhet på de kjøretekniske ferdighetene, og annen trafikk vil kunne forsinke læringen av disse. Det har også stor betydning for at privat øvingskjøring skal være så sikker som mulig, at eleven har gode nok kjøretekniske ferdigheter før øving i trafikk blir påbegynt.

Læreplanen legger opp til at eleven under hele opplæringen skal vurdere sin egen kompetanse etter hvert som denne utvikles.

Den obligatoriske trinnvurderingen gjennomføres mot slutten av trinnet. Hensikten med trinnvurderingen er å gi eleven anledning til selv å ta stilling til om målene for trinnet er nådd tilstrekkelig godt til at det er grunnlag for å ha utbytte av opplæringen i neste trinn. Læreren skal dessuten gi sin tilråding i spørsmålet om eleven har den kompetansen som er nødvendig for å ha godt utbytte av videre opplæring. Det er viktig at eleven før gjennomføringen er forberedt og godt kjent med hensikten med trinnvurderingen og hvordan denne bli gjennomført. Eventuelle oppgaver og klargjøringer i forhold til gjennomføringen kan med fordel gis allerede ved innledningen til trinnet.

Læreren skal legge til rette for at målene nås og velge undervisningsform tilpasset den enkelte elev og opplæringsinnholdet. Enkelte elever forstår lett hvordan en øvelse skal utføres gjennom forklaring, i andre tilfeller kan det være vel så effektivt at læren demonstrerer. Demonstrasjon av øvelsene i «kjøregård» gir elevene et klarere bilde av hvilket nivå prestasjonene skal ligge på.

Det er viktig at både grunntankene i føreropplæringen, miljøkonsekvensene av motorsykkeltkjøring og prinsippet om delt ansvar som en av bæresøylene i 0-visjonsarbeidet, blir gjort tydelig for elevene.

Med kravet om at eleven skal beherske grunnleggende kjøretøybehandling menes at nivået skal være godt nok til at oppmerksomheten rettes mot trafikkbildet. Dette er en forutsetning for å ha godt utbytte av undervisningen i trinn 3. Dette betyr ikke at ferdighetene skal være så gode at det ikke er behov for videre utvikling av disse. Med videre øving vil nivået gradvis forbedres og automatiseres, noe det også blir stilt krav om i trinn 3 gjennom blant annet mål om «å kjøre presist, sikkert, selvstendig, effektivt, behagelig og miljøriktig og økonomisk i variert trafikkmiljø i god samhandling med andre trafikanter».

Med aktuell sikkerhetskontroll menes at eleven skal kunne utføre sikkerhetskontroller som det er aktuelt for motorsykkelføreren å gjøre ut fra det ansvaret føreren er pålagt i regelverket. Målet vil være grunnlag for oppgaver ved førerprøven. Oppgavene vil så godt som alltid inneholde et praktisk element og et oppfølgingsspørsmål. Kandidaten må kunne kontrollere om et forhold er i orden eller ikke, og kunne si noe om årsaken til, eller konsekvensen av, en feil. Et eksempel kan være å avgjøre om motorsykkelen har riktig dekk i forhold til vognkortet, å kontrollere dekkene for skader, om mønsterdybden er tilstrekkelig, om luftrykket er riktig, kommentere slitasjen og årsaker til denne. Målet gir ikke grunnlag for å kreve omfattende kunnskap om dekktyper og dekkmerking som det ikke er rimelig at føreren vanligvis har. Det er viktig å bruke instruksjonsboka for motorsykkelen, bl.a. for å være sikker på hvordan en kontrollerer funksjonen på moderne sikkerhetsutstyr som for eksempel ABS-bremser m.m. og hvordan en skal handle i forhold til varsel om feil ved slikt sikkerhetsutstyr. Driftssikkerhet bør først og fremst omfatte kontroll av motorolje og drivstoff. Mangel på olje og drivstoff vil kunne føre til ufrivillig stans på steder der det er farlig, f.eks. i tunneler.

Det er ikke fastsatt timetall for opplæringen i trinn 2 utover grunnkurset om motorsykkeltkjøring. En kombinasjon av opplæring ved trafikkskole og privat øving vil både være økonomisk og gi et godt læringsutbytte.

Private ledsagere bør bli veiledet av trafikklæreren i hvordan målene skal forstås. Ledsageren bør også inviteres til å være tilstede i kjøretimer for å forstå hvordan opplæringen blir gjennomført. På den måten vil ledsageren bedre forstå betydningen av å etablere riktige arbeidsvaner og hvorfor moment som for eksempel økonomisk og miljøvennlig kjøring er lagt inn allerede i starten av den praktiske opplæringen. Slik vil ledsageren kunne bidra til at øvingskjøringen blir et effektivt og godt supplement til opplæring ved trafikkskole. Et godt samarbeid mellom elev, trafikklærer og ledsager vil stimulere til mengdetrening med god kvalitet.



## Trinn 3 Trafikal del

Gjennom opplæringen i trinn 3 skal eleven lære å beherske kjøring i variert trafikk. Eleven må også tilegne seg kunnskap om aktuelle bestemmelser i vegtrafikklovgivningen. Ved avslutningen av trinnet skal elevens ferdighet være slik at kjøringen er tilnærmet selvstendig.

Opplæringen i trinnet består av ikke-obligatorisk *individuell trafikal opplæring* (3.1) og det obligatoriske kurset *sikkerhetskurs i presis kjøreteknikk for klasse A2 og A* (3.2). Sikkerhetskurset gjennomføres mot slutten av trinnet.

Eleven skal gjennomføre obligatorisk trinnvurdering mot slutten av trinn 3, jf. § 7–5.

Innholdet i trinn 3 forutsettes å bli videreført i trinn 4, samtidig som det er en del av grunnlaget for oppgavene som blir gitt ved førerprøven.

### Mål for trinn 3, jf. 9–4:

Etter å ha gjennomført trinn 3 skal eleven ha den kompetansen som er nødvendig for å ha godt utbytte av den avsluttende opplæringen i trinn 4.

Eleven skal kjøre tydelig, sikkert og selvstendig i variert trafikk.

Eleven skal gjennom hele trinnet drøfte sin egen motivasjon og vilje til å anvende kunnskaper og ferdigheter som tilegnes gjennom trinnet. Eleven skal vurdere sin egen ferdighet til å kjøre i god samhandling med andre.

Eleven skal ha tilstrekkelig øving i kjøring med læreren som passasjer, hvis det kan skje lovlig, eller med last som utnytter minimum 80 prosent av tillatt nyttelast.

Eleven skal

1. gjøre rede for trafikksystemet og trafikantgrupper
2. gjøre rede for veg, vegoppmerking, skilt og annen trafikkregulering
3. gjøre rede for tydelig, sikker og effektiv atferd i trafikken, herunder kjøring i tunnel og de regler som gjelder for motorsykelkjøring
4. anvende systematisk og automatisert informasjonsinnhenting
5. anvende presis kjøreteknikk for styring og bremsing av motorsykkelen
6. mestre å kjøre tydelig, sikkert og effektivt i bolig, tettsted og bymiljø
7. mestre å kjøre tydelig, sikkert og effektivt i landevegsmiljø og forutse, oppfatte og motvirke risiko for møte- og utforkjøringsulykker, å bli forbikjørt og kjøre forbi
8. mestre å kjøre tydelig, sikkert og effektivt i forbindelse med kø, i tunnel og i mørket
9. mestre å kjøre effektivt og behagelig, miljøvennlig og økonomisk i variert trafikkmiljø i god samhandling med andre trafikanter.

### 3.1 Individuell trafikal opplæring

Undervisningen skal legge til rette for at eleven når de målene som er fastsatt i forskriften. Med tanke på å nå disse kan det arbeides med å nå flere mål samtidig, eller i annen rekkefølge, enn den som er fastsatt i forskriften for vedkommende trinn eller del av kurs, jf. §§ 7-1 og 7-2.

Det er ikke fastsatt minste timetall for denne delen av opplæringen. Omfanget av undervisningen må tilpasses elevens forutsetninger og muligheter for øvingskjøring.

#### Aktuelt innhold i undervisningen

I oversikten nedenfor er aktuelt innhold i undervisningen ordnet i tema i samsvar med målene. Oversikten er ikke uttømmende, men illustrerer hva undervisningen bør omfatte. Innenfor forskriftens rammer velger læreren selv, med utgangspunkt i elevens behov og tilgjengelige ressurser, øvingsområde m.m., metoder og rekkefølge i behandlingen av lærestoffet med tanke på å legge best mulig til rette for elevens læring.

#### 3.1.1 Trafikksystemet og trafikantgrupper

Aktuelt innhold:

- Trafikksystemet
- Trafikantgrupper og interessekonflikter
- Miljøkonsekvenser
- Miljøvennlige transportløsninger

#### 3.1.2 Veg, vegoppmerking, skilt og annen regulering

Aktuelt innhold:

- Definisjoner
- Anlegg i vegen
- Vegoppmerking (også i våre naboland)
- Skilt
- Lysregulering
- Anvisninger

#### 3.1.3 Atferd i trafikken

Aktuelt innhold:

- Vegtrafikklovgivningen, grunnregler
- Kommunikasjon og samhandling
- Signal og tegn
- Fartsavpassing, veggrep og aktuelle fysiske lover
- Plassering på vegen, handlingsrom
- Vikeplikt
- Stans og parkering, vending
- Planovergang
- Motorveg
- Kjøring i tunnel

- Kjøring i kø og ved flaskehals
- Forbikjøring

### 3.1.4 Informasjonsinnhenting

Aktuelt innhold:

- Grunnleggende se-teknikk
- Oppdage og oppfatte vegkryss, myke trafikanter, hindringer, skilt og oppmerking i god tid
- Kjøring inn mot og gjennom kryss med ulik utforming, sikt og regulering
- Kjøring mellom kryss
- Tilpassing av fart og valg av plassering i forhold til sikt- og trafikkforhold
- Hvordan kulde og fuktighet påvirker informasjonsomsettingen

### 3.1.5 Presis kjøreteknikk

Aktuelt innhold:

- Sittestilling og forankring
- Effektiv bremseteknikk, presisjon, dosering
- Forankring, blikkbruk og styrekommando
- Motorsykkelsens kjøreegenskaper med passasjer/last

### 3.1.6 Kjøring i bolig- tettsteds- og bymiljø

Aktuelt innhold

- Helhetlig overblikk
- Presis kjøremåte
- Ulike slag kryss
- Regler, skilt og vegoppmerking
- Envegsregulering
- Flere kjørefelt
- Forutse og oppfatte andres atferd og særlig risikoforhold
- Handlingsberedskap
- Samhandling
- Passasjer, vekt

### 3.1.7 Kjøring i landevegsmiljø

Aktuelt innhold:

- Kjøring i områder med fartsgrense 70 km/t eller mer
- Sittestilling, forankringspunkter, rattgrep og ratt-kontroll
- Blikkbruk og informasjonsinnhenting
- Kurs- og fartsstabilitet
- Presis kjøreteknikk i kurver
- Normal og rask akselerasjon og retardasjon til og fra ca. 80 km/t
- Kryss, kjøring inn på og ut av større veg
- Særlige risikoforhold

- Møting
- Å bli forbikjørt
- Forbikjøring
- Passasjer, vekt

### 3.1.8 Kjøring i kø, i tunnel og i mørket

Aktuelt innhold

- Se-teknikk og sikt
- Riktig bruk av påbudt og tillatt lysutstyr
- Forutse og oppfatte andres atferd og særlig risikoforhold
- Plassering og fartstilpassing

### 3.1.9 Sikker samhandling, miljøvennlig og økonomisk

Aktuelt innhold

- Selvstendig kjøring
- Valg ut fra trafikkreglenes bestemmelser
- Tidlig og fullstendig overblikk
- Tydelig og forutsigbar kjøremåte
- Tempo, flyt, avvikling
- Handlingsberedskap
- Økonomisk og miljøvennlig kjøring
- Forutsetninger, behov og perspektiv barn og eldre har
- Forutsetninger, behov og perspektiv mopedister har
- Forutsetninger, behov og perspektiv førere av store og tunge kjøretøy har

## 3.2 Sikkerhetskurs i trafikk

Det er ikke krav om sikkerhetskurs i trafikk i klasse A.

## 3.3 Sikkerhetskurs i presis kjøreteknikk for klasse A2 og A

Sikkerhetskurs i presis kjøreteknikk er obligatorisk for klasse A2 og A. Gjennom kurset skal motorsykkelførerens kjøretekniske kompetanse videreutvikles. Gode arbeidsvaner og teknikker for bremsing og styring av motorsykkelen skal være etablert før kurset gjennomføres.

Kurset er på 4 undervisningstimer. Av dette gjennomføres 3 timer som en sammenhengende praktisk øving på bane eller lukket område, resterende tid fordeles til planlegging, refleksjonspauser og oppsummering jf. § 9–10.

Eleven kan benytte egen motorsykel i dette kurset. Elever under 22 år som ønsker å benytte egen motorsykel, må bruke en motorsykel i klasse A2. Hvis motorsykkelen ikke er godkjent som lærevogn, jf. §4–3, må den oppfylle kravet til en motorsykel i klasse A2 slik dette er definert i førerkortforskriften.

Hver lærer kan undervise inntil 3 elever samtidig på dette kurset, jf. § 9–10.

### **Kursmål for sikkerhetskurs i presis kjøreteknikk – klasse A2 og A, jf. § 9–11**

Eleven skal gjennom praktiske øvelser, drøftinger og refleksjoner videreutvikle sin kjøretekniske kompetanse i motorsykkelføring. Gode arbeidsvaner og teknikker for bremsing og styring av motorsykkelen skal være etablert før kurset gjennomføres.

Eleven skal

1. kjenne til kursets mål og organisering, og bli bevisst sine egne forventninger til kurset
2. utvikle forståelse for at en presis kjøreteknikk er basis for all kontroll med motorsykkelen under kjøring
3. kjenne til de fysiske og psykiske begrensninger hos mennesket som har betydning for motorsykkelførere og kunne forklare hvordan føreren kan ta hensyn til dette i praktiske situasjoner
4. bli bevisst på at motorsykkelføring er krevende og at gjentatt øving er nødvendig for å motvirke instinktive feilhandlinger
5. videreutvikle sin kjørekompetanse ved å
  - a. øve på å bremse effektivt fra 80 km/t ved angitt bremsepunkt på rettstrekning med stabil kurs ved hjelp av god forankring, sittestilling og blikkbruk
  - b. øve på å bremse fra omlag 50 km/t ved angitt bremsepunkt til gangfart og mestre slik bremsing i både høyre- og venstresving
  - c. øve på styring og endring av kurs i svinger ved hjelp av en markert halvsirkel med kurveradius minst 10 meter, en hel sirkel med radius på minst 10 meter eller i en tilsvarende naturlig kurve, og mestre å styre motorsykkelen presist med god forankring, riktig blikkbruk og styrekommando med nødvendig gasskontroll
  - d. øve på styring og endring av kurs ved hastighet om lag 40 km/t og mestre dette med høy grad av presisjon.

Undervisningen skal legge til rette for at eleven når de målene som er fastsatt i forskriften. Med tanke på å nå disse kan det arbeides med å nå flere mål samtidig, eller i annen rekkefølge, enn den som er fastsatt i forskriften for vedkommende trinn eller del av kurs, jf. §§ 7–1 og 7–2.

### **Aktuelt innhold i undervisningen**

I oversikten nedenfor er aktuelt innhold i undervisningen ordnet i tema i samsvar med målene. Oversikten er ikke uttømmende, men illustrerer hva undervisningen bør omfatte. Innenfor forskriftens rammer velger læreren selv, med utgangspunkt i elevens behov og tilgjengelige ressurser, øvingsområde m.m., metoder og rekkefølge i behandlingen av lærestoffet med tanke på å legge best mulig til rette for elevens læring.

Kurset har 4 obligatoriske øvelser med et fastlagt innhold, jf. § 9–11 andre ledd nummer 5. Det stilles ikke krav om at gjennomføringen av øvelsene skal skje i samme rekkefølge som oppsatt i læreplanen. Læreren kan ut fra elevens forutsetninger, øvingsområdets utforming og beliggenhet, eller andre forhold, vurdere en annen rekkefølge. Skisser over øvelsene er vedlagt læreplanen.

### 3.3.1 Mål, organisering og egne forventninger

Aktuelt innhold:

- Mål, øvingstema, læringsmomenter, regler og organisering av praktisk øving
- Kort repetisjon av grunnleggende fysikk og kjøreteknikk
- Øke presisjonsnivået

### 3.3.2 Presis kjøreteknikk

Aktuelt innhold:

- Begrepet presis kjøreteknikk
- Begrense ulykkesutsatthet ved hjelp av presis kjøreteknikk
- Hvordan motorsykkelen konstruksjon har betydning for kjøreteknikken
- Forankringspunkter og sittestilling
- Instinktive feilhandlinger

### 3.3.3 Førerens fysiske og psykiske begrensninger

Aktuelt innhold:

- Menneskets begrensninger
- Tilpassing til menneskets muligheter

### 3.3.4 Instinktive feilhandlinger

Aktuelt innhold:

- Kjøreefaring og ulykker
- Automatisering
- Mental trening
- Progresjon
- Vedlikehold av ferdigheter

### 3.3.5 Videreutvikling av kjørekompetanse

Aktuelt innhold:

- Bremsing på rett strekning
- Høyhastighetsbremsing (80 km/t – 0) på rett strekning med angitt bremsestartpunkt
- Momenter fra tidligere bremseøvinger videreføres
- Bremsingen skal her være tilnærmet optimal ut fra tilgjengelig veggrep
- Bremsing i høyre- og venstrekurve
- Bremsing fra ca. 50 km/t til gangfart (ikke full stans) i høyre- og venstresving med angitt bremsestartpunkt
- Bruk av bremses og fordeling av trykk ved bremsing i sving

- Styring av motorsykkelen under nedbremsingen
- Presisjon ved styring og endring av kurs
- Forankring, blikkbruk og styrekommando
- Presisjon og nøyaktighet må vektlegges
- Kurveteknikk
- Forankring til motorsykkelen, blikkbruk, svingpunkt, styrekommando og gasskontroll
- Rundbane
- Foregående øvelser organiseres som en rundbane og kjøres sammenhengende, dersom forholdene gjør dette mulig

### 3.4 Trinnvurdering, jf. §7-5

Trinnvurderingen gjennomføres mot slutten av trinn 3.

#### Kommentarer til trinn 3

Med anvende presis kjøreteknikk mener vi at kjøreteknikken som det er jobbet med i trinn 2 skal brukes ved all kjøring. Det er naturlig at kjøreteknikken også nevnes i sammenheng med øving i trinn 3, uten at den er hovedfokuset.

Eleven bør utfordres med tanke på bygging av kunnskaper om trafikkregler og bruken av dem i dette trinnet. De valgene eleven gjør og måten eleven samhandler på i trafikale situasjoner må forankres i gjeldende lov og regelverk. Dette er vesentlig hvis eleven skal ha noe å argumentere med ved valgt strategi for kjøringen.

#### Kommentarer til kurs i presis kjøreteknikk

Kurset bygger videre på den presise kjøreteknikken som er innlært i trinn 2 og anvendt i trinn 3. Det skal bevisstgjøre eleven på hvordan han eller hun håndterer motorsykkelen for å beholde kontroll i situasjoner hvor teknikken er spesielt viktig. Kurset foregår på lukket område for å gi nødvendig sikkerhet ved eventuelle feilhandlinger.

## Trinn 4 Avsluttende opplæring

Opplæringen i trinn 4 skal bringe eleven fram til hovedmålet.

Eleven skal gjennomføre sikkerhetskurs på veg jf. §§ 9–16 og 9–17.

Den obligatoriske delen alene er vanligvis ikke nok til å nå fram til hovedmålet for opplæringen. I tillegg må det suppleres med tilstrekkelig øving gjennom opplæring ved trafikkskole og/eller annen øving.

### Mål for trinn 4, jf. § 9–5:

Etter å ha gjennomført trinn 4 skal eleven ha tilegnet seg den kompetansen som er nødvendig for å kunne kjøre motorsykkel i samsvar med hovedmålet. Eleven skal ha utviklet vilje til å ta ansvar, forholdsregler og til å samarbeide i trafikken.

### 4.1 Sikkerhetskurs på veg

I klasse A er sikkerhetskurs på veg på 8 undervisningstimer, hvorav minimum 5 timer skal være praksis bestående av kjøring og refleksjonspauser, jf. § 9–16.

Timene fordeles med:

- Minimum 1 time innledning og klargjøring
- Minimum 5 timers kjøring der lærer og elev kan benytte noe av denne tiden til refleksjonspauser
- Minimum 1 time oppsummering i etterkant av kjøringen
- Øvrig tid fordeles ut fra elevens behov

Lærer kan maksimalt undervise 1 elev om gangen, men kan medbringe en ekstra elev som passasjer på sin egen motorsykkel.

### Kursmål for sikkerhetskurs på veg klasse A, jf. § 9–17:

Eleven skal gjennom opplevelse og erfaring videreutvikle sin kompetanse i å opptre slik at ulykker unngås.

Eleven skal videreutvikle evne til refleksjon, til å ta andres perspektiv og til å velge kjøremåter med lav risiko.

Eleven skal

1. drøfte og ta stilling til begrepene risiko, sikkerhet, strategisk og taktisk i forbindelse med motorsykkelkjøring og hvilke påvirkningsmuligheter eleven har
2. kjøre selvstendig, sikkert og effektivt over lengre strekninger i krevende og variert miljø, og beskrive og begrunne sin kjørestrategi
3. oppfatte og vurdere trafikksituasjoner hvor motorsyklister er spesielt ulykkesutsatt
4. oppleve og beskrive sammenhengen mellom godt utviklede ferdigheter og kjøreglede



5. vurdere egne sterke og svake sider som motorsyklist og velge ut områder med utviklingsmuligheter.

Undervisningen skal legge til rette for at eleven når de målene som er fastsatt i forskriften. Med tanke på å nå disse kan det arbeides med å nå flere mål samtidig, eller i annen rekkefølge, enn den som er fastsatt i forskriften for vedkommende trinn eller del av kurs, jf. §§ 7-1 og 7-2.

### **Aktuelt innhold i undervisningen**

I oversikten nedenfor er aktuelt innhold i undervisningen ordnet i tema i samsvar med målene. Oversikten er ikke uttømmende, men illustrerer hva undervisningen bør omfatte. Innenfor forskriftens rammer velger læreren selv, med utgangspunkt i elevens behov og tilgjengelige ressurser, øvingsområde m.m., metoder og rekkefølge i behandlingen av lærestoffet med tanke på å legge best mulig til rette for elevens læring.

#### **4.1.1 Motorsykkelkjøring, risiko og strategi**

Aktuelt innhold:

- Forståelse av begrepene
- Påvirkningsmuligheter
- Erfaringer så langt i opplæringen
- Sikre valg

#### **4.1.2 Selvstendig, sikkert og effektivt**

Aktuelt innhold:

- Særlige risikoforhold ved inn/utkjøring i kryss med dårlige siktforhold, spesiell utforming eller andre forhold som krever spesielle løsninger og/eller forholdsregler
- Skilting og oppmerking
- Kjøring på veg hvor standarden varierer med hensyn til bredde, vegdekke, kurvatur, hellingsforhold, dosering og siktforhold
- Kjøremåte i forhold til vegens videre forløp, skilting, oppmerking, terrenget og sikten
- Beskrive forhold i kjøremiljøet som sikt, bebyggelse, skilt, oppmerking eller andre momenter av betydning for kjøringen
- Beskrive og begrunne kjørestrategi i forkant og etterkant av situasjonen

#### **4.1.3 Oppfatte og vurdere trafikksituasjoner**

Aktuelt innhold:

- Andre trafikanters atferd
- Finne trygge løsninger
- Strategisk tenkning

#### **4.1.4 Sammenhengen mellom godt utviklede ferdigheter og kjøre glede**

Aktuelt innhold:

- Eksempler hvor kjøremåte gir trygghet

- Bruker kjøreferdigheter til sikker kjøring
- Sikkerhet og kjøreglede, egne opplevelser
- Sammenhengen mellom fysikk og kjøreteknikk

#### 4.1.5 Kjøredyktighet og utviklingsmuligheter

Aktuelt innhold:

- Situasjoner, erfaringer og opplevelser
- Vurdering av egne sterke og svake sider som trafikant, egne handlings- og vurderingstendenser og mulige konsekvenser av disse i trafikal sammenheng
- Konklusjoner og veien videre

#### 4.2 Tilstrekkelig øving

Eleven skal i tillegg til sikkerhetskurs på veg ha tilstrekkelig øving til å kunne kjøre i samsvar med hovedmålet.

Aktuelt innhold:

- Situasjoner, erfaringer og opplevelser
- Konklusjoner og veien videre

## Kapittel 4 Utvidelse av førerretten

Utvidelse av førerrett fra klasse A2 til A gjøres med obligatorisk opplæring på minst 7 timer, jf. § 9–23.

Utvidelse fra A1 til A gjøres med obligatorisk opplæring og førerprøve, jf. § 9–19.

### Obligatorisk kurs for utvidelse fra klasse A2 til A

Utvidelseskurset er på minst 7 timer hvorav minst 4 timer er praktisk øving. Minst 2 timer benyttes til bevisstgjøring og planlegging, refleksjon og oppsummering. Undervisningen skal så langt det er mulig organiseres slik at kurset fremstår som en helhet for elevene.

De praktiske øvingene gjennomføres ved at eleven kjører alene på motorsykkelen, jf. § 9–24. Dette betinger at læreren benytter ledsagemotorsykel og kommunikasjonsutstyr.

Læreren kan maksimalt undervise 3 elever om gangen, jf. § 9–24.

#### Kursmål for obligatorisk kurs ved utvidelse fra klasse A2 til A, jf. § 9–25:

Etter å ha gjennomført opplæringen skal eleven ha den kompetansen som er nødvendig for å kunne kjøre tung motorsykel i samsvar med hovedmålet. Eleven skal ha videreutviklet vilje til å ta ansvar, forholdsregler og til å samarbeide i trafikken.

Eleven skal med bakgrunn i egen erfaring som fører av mellomtung motorsykel sette seg mål for opplæringen. Eleven skal gjennom samtale og aktiviteter bli bevisst på hvilken kompetanse som kreves for en fører av tung motorsykel.

Eleven skal

1. kjenne til motorsyklisters ulykkesutsatthet
2. drøfte erfaringer med vekt på egen kjørestrategi
3. planlegge en sammenhengende kjøretur med vekt på egne utviklingsmuligheter
4. vise tilstrekkelige tekniske kjøreferdigheter til å ha utbytte av kurset
5. kjøre selvstendig, sikkert og effektivt over lengre strekninger i krevende og variert miljø, og beskrive og begrunne egen kjørestrategi
6. oppfatte og vurdere trafikksituasjoner hvor motorsyklister er spesielt ulykkesutsatt
7. reflektere over og vurdere egen kompetanse som motorsyklist og vise evne og vilje til ettertanke og selvkritisk vurdering.

### 1 Motorsyklisters ulykkesutsatthet

Aktuelt innhold:

- Ulykkesanalyser
- Statistisk ulykkesutsatthet
- Lokale problemstillinger rundt motorsykkeltkjøring

- Forholdet til miljøet, ulike forurensninger, forstyrrelser

## 2 Dele erfaringer med vekt på egen kjørestrategi

Aktuelt innhold:

- Egne erfaringer og opplevelser
- Valg og vurderinger i forhold til gitte problemstillinger, herunder valg av motorsykkel
- Selvinnsikt og risiko; normer, verdier, ansvar, gruppepress
- Synliggjøre egne holdninger, verdier, normer og vurderinger i klassen slik at de kan bli gjenstand for diskusjon og refleksjon
- Vurdering av egne sterke og svake sider som trafikant, egne handlings- og vurderingstendenser og mulige konsekvenser av disse i trafikal sammenheng

## 3 Planlegging av kjøretur

Aktuelt innhold:

- Velge kjørerute
- Forventninger om trafikale-, miljø- og værmessige utfordringer
- Egne utfordringer
- Kjørelengde, kjøretid, sted og hyppighet av pauser
- Kontroll av motorsykkelen
- Plassering og sikring av last
- Miljøhensyn

## 4 Kjøretekniske ferdigheter

Aktuelt innhold:

- Kjøring i sakte fart
- Styring og bremsing
- Balanse
- Forankring

## 5 Kjøring på veg

Aktuelt innhold:

- Kjøre selvstendig, sikkert og effektivt over lengre strekninger i krevende og variert miljø
- Oppfatte og vurdere trafikksituasjoner hvor motorsyklister er spesielt ulykkesutsatt
- Anvende en presis kjøreteknikk

## 6 Oppfattelse og vurdering av trafikksituasjoner

Aktuelt innhold:

- Beskrive og begrunne sin kjøremåte
- Andres kjøremåte og behov i trafikken
- Handlings- og vurderingstendenser

## 7 Refleksjon og vurdering av egen kompetanse som motorsyklist

Aktuelt innhold:

- Dele erfaringer fra kjøringen
- Egne sterke og svake sider som motorsyklist
- Egne utviklingsmuligheter
- Valg av områder for videreutvikling