

Leitfaden «Bikecontrol»

Geschicklichkeitsparcours von Swiss Cycling:

Je nach Möglichkeit wird dieses Projekt jährlich für alle 3. Klässler
der Schule Steinacker organisiert.*

(Stand 2023)

**Termine frühzeitig im Schuljahr mit der Schulleitung vereinbaren. Anmeldungen im November
erfolgen nach dem "first-come-first-served-" Prinzip*

Bikecontrol | Geschicklichkeitsparcours für 3. Klässler



➤ <https://www.swiss-cycling.ch/de/infocenter/anmeldeformular-bikecontrol/>



Bestimmungen

Workshop

Wir unterrichten in Lektionen zu je 90 Minuten mit einer Leiterperson und min. 7 und max. 14 Teilnehmenden.

- «bikecontrol» ist für Kinder und Jugendliche im Alter von 6–16 Jahren (Fokus Primarschule).
- Schulungstage: Montag–Freitag
- Mindestens 14 Kinder und Jugendliche
- Max. 48 Kinder und Jugendliche
- Bei mehr als 48 Kinder und Jugendliche buchen Sie bitte mehrere Kurstage oder planen mit uns eine Spezialwoche.
- Wenn möglich mehrtägige Schulungen ohne Zwischentage buchen.
- Mindestens 2 Lektionen pro Tag (2 Lektionen am Morgen).

- Maximal 4 Lektionen, 2 Lektionen am Morgen und 2 Lektionen am Nachmittag.
- Standardmässig sind die Lektionen wie folgt angesetzt:

| |
|-----------------|
| 8.30–10.00 Uhr |
| 10.15–11.45 Uhr |
| 13.30–15.00 Uhr |
| 15.15–16.45 Uhr |

- Die Lektionszeiten können in Ausnahmefällen am Unterrichtsplan angepasst werden. Die Leiterperson ist frühestens ab 08.00 Uhr für den Workshop bereit und um 17.00 Uhr ist die letzte Lektion zu Ende.
- Die Schulungen finden bei jeder Witterung statt.
- **Alle Kinder und Jugendliche fahren mit ihrem eigenen Fahrrad/Bike.**



Platzbedarf

- Tartanplätze oder Hartplätze.
- Platzgrösse entspricht mindestens Volley-/Handballplatz oder grösser. 25 x 35 m für Parcours und 7 x 25 m für Spiele: total 42 x 25 m
- Auf- und Abbau des Parcours dauern rund 1½ Stunden. Zugang zum Gelände (mit dem Bus und Anhänger (3.5t) befahrbar) ist von 6.30 bis 18.00 Uhr sicherzustellen.
- Rund 1½ Stunden vor der ersten Lektion wird die Leiterperson vor Ort sein. Bitte Zufahrten rechtzeitig öffnen lassen (Hauswart).
- Zufahrt zum Platz mit 3.5t PW und Anhänger (2.70m hoch) sind ab 6.30 Uhr sicher zu stellen.
- Der Platz muss komplett frei sein (keine parkierten Autos, Container, etc. Fussballtore können stehen bleiben).



Bei bikecontrol bekommen alle Teilnehmenden einen Velopass!

Die Benützung des Platzes, sowie die Zufahrt ist bewilligt (Hauswart/ Schulleitung/Gemeinde).

Während der ganzen Unterrichtszeit ist der Platz weder für Pausen noch für andere Aktivitäten zugänglich.

Bitte Pausenaufsicht organisieren, damit keine Kinder und Jugendliche auf den Platz gehen und/ oder den Unterricht stören. Während den Unterrichtszeiten von «bikecontrol» ist das Rasenmähen / Laubblasen / Heckenschneiden oder allgemeines Verursachen von Lärm durch Hauswart/Gemeindearbeiter/ Bauarbeiter in unmittelbarer Nähe, welche eine normale Kommunikation nicht zulassen, nicht gestattet (u.U. muss der Unterricht abgebrochen werden).



Zustand der Fahrräder

Die Fahrräder/Bikes müssen funktions-tüchtig sein (Kontrolle beim Fahrradmecha-niker von Vorteil).

Das heisst:

- Zwei funktionierende Bremsen (vorne **und** hinten)
- Räder gepumpt
- Schaltung funktioniert in allen Gängen (kleinster bis grösster Gang) und springt nicht raus!
- Alle Schrauben sind festgezogen.
- Sattelhöhe ist ohne Werkzeuge verstell-bar (Inbusschlüssel vorhanden).
- Die Fahrradgrösse passt zum Kind.
- Steuersatz ist korrekt festgezogen.
- Die Bremshebel sind so eingestellt, dass die Teilnehmenden die Hebel mit korrek-ter Handhaltung am Lenker erreichen können. (Einstellen mit Stellschraube!)

- Körbli und Schlösser (auch solche von denen man keinen Schlüssel mehr hat!) entfernt oder leicht abnehmbar (Klicksystem/keine Kabelbinder!).

- Eingängige Velos, Velos mit Rücktritt und BMX eignen sich nicht für den Workshop.

- Zum Kopf passender Helm. Korrekt eingestellt, 100% funktions-fähig und keine defekten Teile.

- Velohandschuhe sind von Vorteil.

- Den Witterungsverhältnissen angepasste Kleidung. Nicht zu weite Kleider, im besonderen Regenhosen. Diese können an den Kettenblättern einhängen und zerreißen, oder bleiben am Sattel hängen.



Helmtraspflicht

Eine Teilnahme ohne Helm ist nicht möglich.



Gebundene Schuhe

Keine Sandalen oder Finken
 Geeignet sind z.B. Turnschuhe oder Wanderschuhe



FÖRDERPARTNER



- **Aktuelle Infos:** <https://www.swiss-cycling.ch/de/infocenter/bikecontrol/>
- 1. Anmeldung: jeweils vom 1. bis 30. November.
- 2. Termin: Kurstermine können ab dem 1. März stattfinden und dauern 1,5 Stunden pro Gruppe (max 14 SuS).
- 3. Genehmigung: Workshops für das folgende Schuljahr müssen in der ersten Delegiertensitzung des Schuljahres genehmigt werden. Ein Projektteam wird gebildet (2-4 Eltern).
- 4. Die Schulleitung nach folgenden Informationen fragen (oder bittet den Vorstand um Unterstützung):
 - Nehmen alle 3. Klassen teil? Wie viele Kinder insgesamt?
 - Wunschtermine bestimmen: zwei Folgetagen ab 1. März
 - Ersatztermine bestimmen: zwei Folgetagen ab 1. März
- 5. Anmeldeformular ausfüllen: <https://www.swiss-cycling.ch/de/infocenter/anmeldeformular-bikecontrol/>
 - Anzahl aller Drittklässler geteilt durch max. 14 Teilnehmer pro Lektion = wie viele Gruppen/Lektionen? Einige Klassen müssen möglicherweise aufgeteilt werden (Lehrpersonen besprechen mögliche Aufteilung intern).
 - Im Anmeldeformular die maximale Zahl von 14 Personen für die notwendigen Workshops eintragen.
 - Im Anmeldeformular kann man zunächst den Platz als Parkplatz angeben und diesen ggf. später ändern.
- 6. Bestätigung: Typischerweise teilt uns Swiss Cycling im Januar mit, ob unsere Anmeldung genehmigt wird.
- 7. Informiert den Vorstand und die Schulleitung über die bestätigten Termine:
 - Platz konkret bestimmen - Breite und Länge des Bike Control Anhangs von Swiss Cycling merken. Lehrerparkplatz zwischen 6.30 – 18 Uhr wieder sperren? Lehrpersonen müssten dann auf dem Besucherparkplatz parken.
 - Wer wird die Ansprech-Lehrperson der 3. Klasse sein? Informiert die Lehrpersonen über den erforderlichen Zustand der Fahrräder (Link ganz oben) & vereinbart den Zeitplan und die Abholpunkte (Excel-Muster vorhanden).
- 8. Zusätzliche Helfer*innen als Begleitpersonen wenn nötig organisieren (bittet den Vorstand um Unterstützung).

- Die Klasseneinteilung und Abholpunkte werden von den Klassenlehrpersonen festgelegt.
- Die LP sind froh, wenn jemand vom Elternrat die betroffenen Schüler*innen im Klassenzimmer abholt.

Elternrat Projekt «bikecontrol» - für alle 3. Klassen

Ansprechperson Elternrat:
 Email:
 Handynummer:
 Leiterperson von Swiss Cycling:

- Die Klasseneinteilung und Abholpunkte werden von den Klassenlehrpersonen festgelegt.
- Die Helfer/-innen werden vom Elternrat organisiert.
- Min. 7 max. 14 Kinder pro Lektion.

| Montag, 13.03.23 - 3 Lektionen | ca. 90 min pro Lektion | Abholung und Rückkehr der SuS | Bemerkung |
|---|------------------------|-------------------------------|-----------|
| <u>Gruppe 1</u> – ?? Kinder 8:10 Abholung (Zi ??) Anschliessend Pause | 8:15 – 9:45 | Helfer*in 1 | |
| <u>Gruppe 2</u> – ?? Kinder 10:15 Abholung (Zi ??) Rückkehr der SuS ins Klassenzimmer | 10:15 – 11:45 | Helfer*in 1 | |
| <u>Gruppe 3</u> – ?? Kinder 13:45 Abholung (Zi ??) Rückkehr der SuS ins Klassenzimmer | 13:45 – 15:15 | Helfer*in 2 | |
| Dienstag, 14.03.23 - 3 Lektionen | ca. 90 min pro Lektion | Abholung und Rückkehr der SuS | Bemerkung |
| <u>Gruppe 4</u> – ?? Kinder 8:10 Abholung (Zi ??) Anschliessend Pause | 8:30 – 10:00 | Helfer*in 3 | |
| <u>Gruppe 5</u> – ?? Kinder 10:15 Abholung (Zi ??) Rückkehr der SuS ins Klassenzimmer | 10:15 – 11:45 | Helfer*in 3 | |
| <u>Gruppe 6</u> – ?? Kinder 13:45 Abholung (Zi ??) Rückkehr der SuS ins Klassenzimmer | 13:45 – 15:15 | Helfer*in 2 | |

- Muster Excel-Datei:
https://elternrat-steinacker.ch/wp-content/uploads/2023/01/Bikecontrol_Zeitplan.xlsx