

Världsmästare inspirerar till ökat cykelanvändande

Ett lättamt föredrag och fartfylld show om cykling, hjälm och trafiksäkerhet till skolelever



BMX skolshow vänder sig till elever i grundskolan och har visat sig väldigt lyckad med bra respons från lärare och elever.

Den tar 40–60 minuter och innehåller ett lättamt och pedagogiskt föredrag och en fartfylld show blandat med trafiksäkerhet och användandet av cykelhjälm. Avslutningen är en publiktävling med en “svänga-fel-cykel” där en från varje klass som är närvarande får tävla om ett litet pris. Tanken med denna publiktävling är att påvisa hur lätt det är att köra omkull med en cykel man inte är van vid och därav vikten av cykelhjälm.

Tanken med showen är att inspirera istället för att bara informera. Det har även visat sig att vår show har ökat intresset för cykling överlag på skolorna.





Enkelt att anordna

Eftersom vi kan köra föredraget och showen både ute och inomhus till exempel i en gymnastiksal så passar den året runt. Vi har all utrustning/material med oss och förbereder oss själva. Det enda som behövs är en plan yta på minst 12 x 7 meter (och yta för publiken) samt ett eluttag. Specialmattan vi har med oss täcker och skyddar golvet.

Helhetsperspektiv

Ett effektivt sätt att inspirera till användandet av hjälm är att se det ur ett helhetsperspektiv, där användandet av hjälm när man cyklar, åker skateboard, snowboard, skidor, skridskor, inline etc blir naturligt. Året runt oavsett fortskaffningsmedel och sporter.

Flertalet skolors trafiksäkerhetsarbete vänder sig i första hand till yngre elever. Detta är ett ypperligt tillfälle att även vidareutveckla arbetet med trafiksäkerhet till de äldre eleverna!

Målsättningen

Målsättningen är att öka förståelsen för och acceptansen av att använda hjälm, inspirera till cykling, ökad trafiksäkerhet samt motionsutövande och vardagsmotion.

Showen innehåller även små publiktävlingar och Andreas minglar gärna en stund efteråt, skriver autografer och svarar på frågor.

Så här ser det ut

Här kan ni se hur det kan se ut under själva showen: <https://bit.ly/2SEopy7>

Tillval 1: Alien bikes

Alien Bikes är en av våra populäraste prova på aktiviteter. Det är roliga och “konstiga” cyklar, allt från minicyklar, svänga fel cyklar och vi har till och med ponnycyklar. Tanken är att skapa ett cykelintresse bland eleverna. Denna aktivitet har till och med hjälpt vissa elever att lära sig cykla på ett lekfullt sätt.



Tillägg 2: Trafikcykelbanan

Vi bygger upp en naturtrogen cykelbana i miniatyrformat med trafikljus, övergångsställe och trafikskyltar.

Barnen får på ett roligt sätt träna grundläggande trafikregler på cykeln. De kan köra på sin egen cykel eller för att göra det hela ännu mer attraktivt låna våra roliga minicyklar vi har med oss. Trafikcykelbanan går att bygga på en mängd olika sätt och storlekar. Vi kan även bygga in små gupp så att man samtidigt får träning i cykelkontroll.

En perfekt aktivitet där man vill mixa nytta med nöje på till exempel cykeldagen, bilfria dagen eller på skolan!



Tillval 3: Enklare Cykelservice

Besökarna bjuds på gratis enklare cykelservice: koll av lufttryck i däck, kontroll/enklare justering av bromsar och växlar, olja kedjan med mera.

En uppskattning är att vi hinner med ca 8–12 cyklar i timmen på en mekaniker. Räknar man med många besökare kan man utöka till två mekaniker.

Vi ger även tips och råd om något skulle behöva bytas eller lagas hos en cykelhandlare.

(Skulle något behöva lagas, till exempel punktering eller bromsar så gör vi naturligtvis det om tid finns. Kostnad för materialet tillkommer.)



Tillval 4: Storbildsduk och kub

För er som vill göra en större aktivitet kan man lägga till “kuben” med storbildsduk och köra filmvisning inomhus i skolans gymnastiksal eller samlingsslokal. Det är korta roliga filmer där temat är cykel och trafiksäkerhet. Antingen så använder man storbildsduken utanpå kuben så en stor publik kan se samtidigt, eller också inuti kuben, med plats för upp till 8 personer.



Exempel på filmer man kan visa

Här är tre korta filmer om trafiksäkerhet som Trafikkontoret producerat:

<https://www.youtube.com/watch?v=rNeSb21UWqo&t=7s>

<https://www.youtube.com/watch?v=WC9mUCUj2hA&t=35s>

<https://www.youtube.com/watch?v=PZhx2SQhVQU&t=21s>

Andreas Lindqvist



Mer än 30 år som professionell BMX trickcyklist. Andreas har endast haft 1 vanlig anställning i hela sitt liv, och det var som cykelmekaniker. För en hel dag... och insåg direkt att han ville vara sin egen chef och har sedan dess levt på shower, hyra ut ramper och driva en egen BMX/Skatepark och webbshop. Han är en av de få som behärskar både flatland, ramp och dirt och har medaljer i alla dessa grenar. Med två världsmästartitlar i bagaget tävlar inte Andreas lika mycket nu som förr, men ibland ställer han upp, bara för att visa för sig själv att han fortfarande placerar sig i toppskiktet. Han innehar 4 st Guinness världsrekord.

För mera information, priser och bokning, ring Andreas på
070-714 37 11, eller e-posta info@bmxskolshow.se

B M X
Barn • Motion • Xäkerhet

www.bmxskolshow.se

BMX Skolshows budskap om hur viktigt det är med cykelhjälm förmedlas på ett tydligt och professionellt sätt. Skolshowen är både underhållande och pedagogisk. Toppbetyg av både elever och lärare, jag kommer att anlita dem igen!

– Louise Forsberg, Projektledare Säkra skolvägar, Haninge kommun

BMX Skolshow har uppträtt på många tillställningar under våra bilfria veckor i Stockholm. Budskapet är pedagogiskt och förmedlas professionellt. Många elever och föräldrar uppskattar skolshowen.

Citat från en förälder på Sturebyskolan:

“Martin har verkligen tagit intryck av det som BMX-killarna sa, att det är tack vare hjälmen som de kan prata med varandra idag – hade de kört utan hjälm hade de inte funnits. När Martin kom hem gick han igenom alla sina hjälmar, kikade på bandet och anmärkte om något kändes fel. Sedan cykeldagen behöver vi inte säga till om hjälm, han har koll.”

– Fariba Daryani, Projektledare Smarta Val, Stockholms stad

Flera lärare på Grindskolan har efter showen bland annat upplevt en ökad användning av cykelhjälm bland de äldre eleverna på skolan.

– Park och Grindskolan, Norrtälje



Produktion:
www.futurepromotion.se