ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG
WWW.FR.CH

Katalog für Veloausflüge

Ein Klassenausflug mit dem Velo bietet eine grossartige Möglichkeit, verschiedene Orte in der Region zu entdecken und gleichzeitig wichtige Inhalte zu thematisieren. Neben der Förderung des Velos als nachhaltiges Transportmittel, sind auch die Themen Mobilität, Klimaschutz, Geographie, Gesundheit, Sportunterricht nur einen Tritt in die Pedale entfernt. Die Durchführung eines solchen Projekts wird ausserdem die fächerübergreifenden Kompetenzen Ihrer Schülerinnen und Schüler fördern. Lassen Sie sich von den verschiedenen Routen in diesem Katalog inspirieren!


Route Nr. 2 «Jenseits der Saane»

Inhalt

1. Festlegen der Route und Begleitaktivitäten
2. Vorbereitung der Lehr- und Begleitpersonen
3. Vorbereitung des Materials und der Schülerinnen und Schüler
4. Finalisierung der Route
5. Bezug zum Lehrplan 21
6. App und Webseite SchweizMobil
7. Anleitung zum Umgang mit den Routenkarten

Mehr zum Thema Velo im Unterricht

10 Gründe für eine Veloaktivität

1. Festlegen der Route und Begleitaktivitäten

Schritt 1: Entfernung und Zeitaufwand abschätzen, Aktivitäten einplanen

Wählen Sie zunächst eine Route aus und machen Sie sich einen Überblick zu den möglichen Aktivitäten in der Region. Gehen Sie noch nicht zu stark ins Detail und lassen Sie Ihre Schülerinnen und Schüler am Prozess mitwirken: Anhand genannter Ziele und Kriterien können diese eine Auswahl aus vorgeschlagenen Optionen treffen. Beachten Sie, dass die Routen in diesem Katalog Schleifen bilden. Klassenweise Rückfahrten mit öffentlichen Verkehrsmitteln sind nicht möglich. Falls Start- und Zielort nicht gleich sind, muss ein privates Transportunternehmen beauftragt werden. Pro Stunde solten etwa 10 bis 12 km eingerechnet werden, so ist auch für Zwischenstopps und Pausen genügend Zeit. Je nach Altersstufe und körperlichen Voraussetzungen sollte die Route zwischen 15 und 20km für die 7–8H, zwischen 20 und 30km für die 9–10H und zwischen 20–50km ab der 11H.

Der Katalog enthält 10 Routen (siehe Karte auf S. 5), die angepasst werden können. Für jede Route ist hier ein detailliertes Routenblatt zum Download verfügbar.


Route Nr. 1 «Von La Glâne bis La Sarine»

Nutzen Sie den Ausflug, um sich mit Ihrer Klasse über ein Thema austauschen, z.B. über eine Zero-Waste-Mahlzeit.

2. Vorbereitung der Lehr- und Begleitpersonen

Schritt 2: Betreuung des Ausflugs und Sicherstellen eines reibungslosen Ablaufs

Konsultieren Sie die Empfehlungen und Sicherheitshinweise der kantonalen Richtlinie Velo- und Mountainbike-Touren für Schulklassen auf der Website des Staates Freiburg. Vergewissern Sie sich, dass Ihnen die Regeln für Velofahrende bekannt sind. Organisieren Sie eine oder mehrere Begleitpersonen oder lassen Sie sich von IDEE 21 bei der Suche helfen (weitere Informationen auf der Website des Sportamts). Es sollte mit mindestens einer Begleitperson auf 12 Schülerinnen und Schüler gerechnet werden. Beachten Sie die Definition der Obhutspflicht und vermeiden Sie so Probleme, falls eine Schülerin oder ein Schüler verletzt wird. Zögern Sie nicht, die Weiterbildungen für Lehrpersonen von VeloLab in Anspruch zu nehmen, um Ihre Fahrradkenntnisse als Lehrkraft zu perfektionieren. Dieses Angebot wird Ihnen vom Kanton offeriert (im Rahmen des verfügbaren Budgets). Weitere Bildungsangebote finden Sie hier.

Schwierigkeiten, eine Begleitperson zu finden? IDEE21 (Kontaktdaten hier) hilft Ihnen bei der Suche, oder schauen Sie sich die Leiterbörse des Sportamts oder die Velosportvereine in Ihrer Region.

3. Vorbereitung des Materials und der Schülerinnen und Schüler

Schritt 3: Wiederholen Sie die Grundlagen und integrieren Sie das Velo in den Unterricht

Zögern Sie nicht, die theoretischen Grundlagen des Verkehrs auf spielerische Weise mit den Schülerinnen und Schülern zu repetieren, falls der Verkehrserziehungsunterricht schon länger zurückliegt. Die Vorbereitung eines Veloausflugs ist auch eine gute Gelegenheit, das Thema Mobilität im Unterricht zu behandeln. Schauen Sie sich die Lernmedien zur Mobilität und das digitale Lehrmittel Velolab an. Diese bieten verschiedene Unterrichtsideen und richten sich auch direkt an die Schülerinnen und Schüler. Schauen Sie sich auch die Dokumentation des BFU an, um sicherzustellen, dass Ihre Schülerinnen und Schüler bereit sind, mit dem Velo auf der Strasse zu fahren.

Machen Sie Ihren Schülerinnen und Schülern Lust auf einen Veloausflug, indem sie an der Aktion Bike2school oder DEFI VELO teilnehmen.



Route Nr. 9 Rund um den Murtensee

Schritt 4 : Gute und zwecksmässige Ausrüstung gewährleisten

Velos, die zu klein oder zu gross, falsch eingestellt oder in schlechtem Zustand sind, werden die Moral Ihrer Schülerinnen und Schüler beeinträchtigen. Idealerweise überprüfen Sie den Zustand der Velos vor dem Ausflug in einer Übungsstunde (vgl. Schritt 5), damit Sie sich am Tag des Ausflugs keine Sorgen machen müssen. Geben Sie Ihren Schülerinnen und Schülern sowie deren Eltern eine Ausrüstungsliste und Hinweise zur Kontrolle der Ausrüstung. Verweisen Sie zudem Ihre Schülerinnen, Schüler und deren Eltern direkt auf die Mechanik-Seite von VeloLab, damit sie selbst einen Fahrradcheck und kleine Reperaturen vornehmen können. Einige Velos können am Tag der Exkursion auch kostenlos ausgeliehen werden. Erkundigen Sie sich bei IDEE21 (Kontaktdaten auf der Website des Sportamts).

Profitieren Sie von einem Velo-Check durch IDEE21 (Kontaktdaten hier), offeriert vom Kanton (im Rahmen des verfügbaren Budgets). Sie können auch eine:n Velomechaniker:in in der Nähe Ihrer Schule kontaktieren.

Schritt 5 : Praktische Übungen durchführen

Idealerweise kennt man das Niveau seiner Klasse vor dem Ausflug einigermassen, um böse Überraschungen zu vermeiden. Erkundigen Sie sich dazu nach den Erfahrungen der Schülerinnen und Schüler, insbesondere den Kursen, welche diese im Rahmen der Verkehrserziehung in der 6H besucht haben. Wenn möglich, kombinieren Sie eine Sportstunde mit praktischen Übungen oder nutzen Sie eines der zahlreichen Kursangebote von verschiedenen Organisationen, um die Fähigkeiten der Schülerinnen und Schüler zu verbessern. Oder bitten Sie die Eltern, diese einfachen Übungen mit den Kindern vor dem Ausflug zuhause durchzuführen.

Machen Sie den Einstufungsparcours,um das Niveau Ihrer Schülerinnen und Schüler einzuschätzen. Informieren Sie sie über die Velofahrkurse von Pro Velo Freiburg.

4. Finalisierung der Route

Schritt 6: Die Strecke studieren

Wenn Sie sich über Ihre Fähigkeiten, die Ihrer Schülerinnen und Schüler und die Eignung des Materials im Klaren sind, können Sie die Route entsprechend fertigstellen. Schauen Sie sich die zehn Routenblätter, die Sie hier herunterladen können, und kürzen oder verlängern Sie die Route je nach Lehrplan und Niveau der Klasse. Wenn Sie den Weblinks neben den Routen folgen, können Sie die Route auf SchweizMobil im Detail anschauen und bei Bedarf alternative Strecken ausfindig machen. Schliesslich ist es wichtig, die Route vor dem Ausflug abzufahren, um sich mit den Gegebenheiten vertraut zu machen.

Wenn Sie die Route anpassen möchten, bieten sich neben SchweizMobil Plus kostenlose Plattformen wie Outdooractive, Komoot oder Routeyou an, um den besten Weg zu finden.



Route Nr. 6 Tour durch die Grande Cariçaie

5. Bezug zum Lehrplan 21

Auf den Fahrradausflügen entwickeln die Schülerinnen und Schüler verschiedene Fähigkeiten, die im Lehrplan 21 enthalten sind.

Einerseits können sie in den in den Fachbereichen «Bewegung und Sport» sowie «Natur/Mensch/Gesellschaft» Kompetenzen erwerben, andererseits aber auch in den Bereichen der nachhaltigen Entwicklung und bei den überfachlichen Kompetenzen profitieren.

Kompetenzen Lehrplan 21:

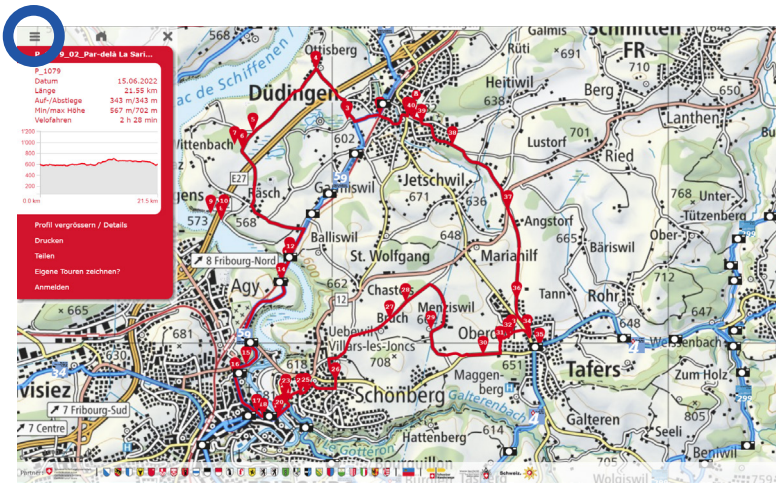
- Bewegung und Sport (BS.5–BS.6 A B C)
- Natur/Mensch/Gesellschaft
- BNE
- Überfachliche Kompetenzen

Je nach gewählter Aktivität können auch andere Kompetenzen aus dem Lehrplan 21 gefördert werden. Auch können auf den Ausflügen verschiedene Aktivitäten von Kultur & Schule genutzt werden.

6. App und Webseite SchweizMobil

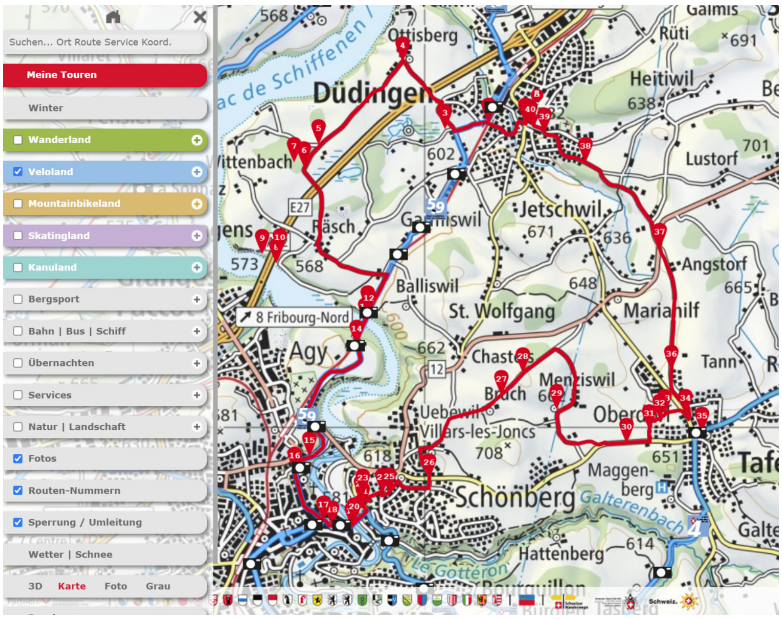
Alle Routen in diesem Katalog sind über die Website SchweizMobil abrufbar. Die Links zu den Routen finden Sie auf den Routenblättern, die auf der Webseite des Sportamts des Kantons verfügbar sind. Es stehen Ihnen verschiedene Funktionen zur Verfügung. Hier sind die wichtigsten davon aufgeführt.

Wenn Sie auf Ihrem Computer oder smartphone vom Routenplaner aus auf den Link zur Route klicken, wird die aufgerufene Seite in etwa so aussehen. Die verschiedenen Punkte auf der Route beinhalten ortsspezifische Informationen entlang der Route oder in deren Nähe. Durch Anklicken der Punkte werden die Informationen links eingeblendet. Durch Anklicken der drei Querstriche (blauer Kreis), wird das Menü geöffnet. Hier stehen weitere Funktionen zur Verfügung.



Im Menü können verschiedene Ebenen zusätzlich auf der Karte angezeigt werden, z.B. die Haltestellen der öffentlichen Verkehrsmittel, verschiedene Dienstleistungen (z.B. Velorepraturwerkstätte) oder diverse Sehenswürdigkeiten. Wählen Sie aus, was für Ihre Zwecke nützlich ist.

Wenn Sie über App und Abonnement SchweizMobil Plus verfügen, können Sie die Route direkt über Ihr Konto öffnen und in Echtzeit verfolgen, wo Sie sich auf der jeweiligen Route befinden. Die GPX-Daten der Routen stehen Ihnen auch auf der Katalogseite zur Verfügung, wenn Sie lieber eine andere App verwenden möchten.



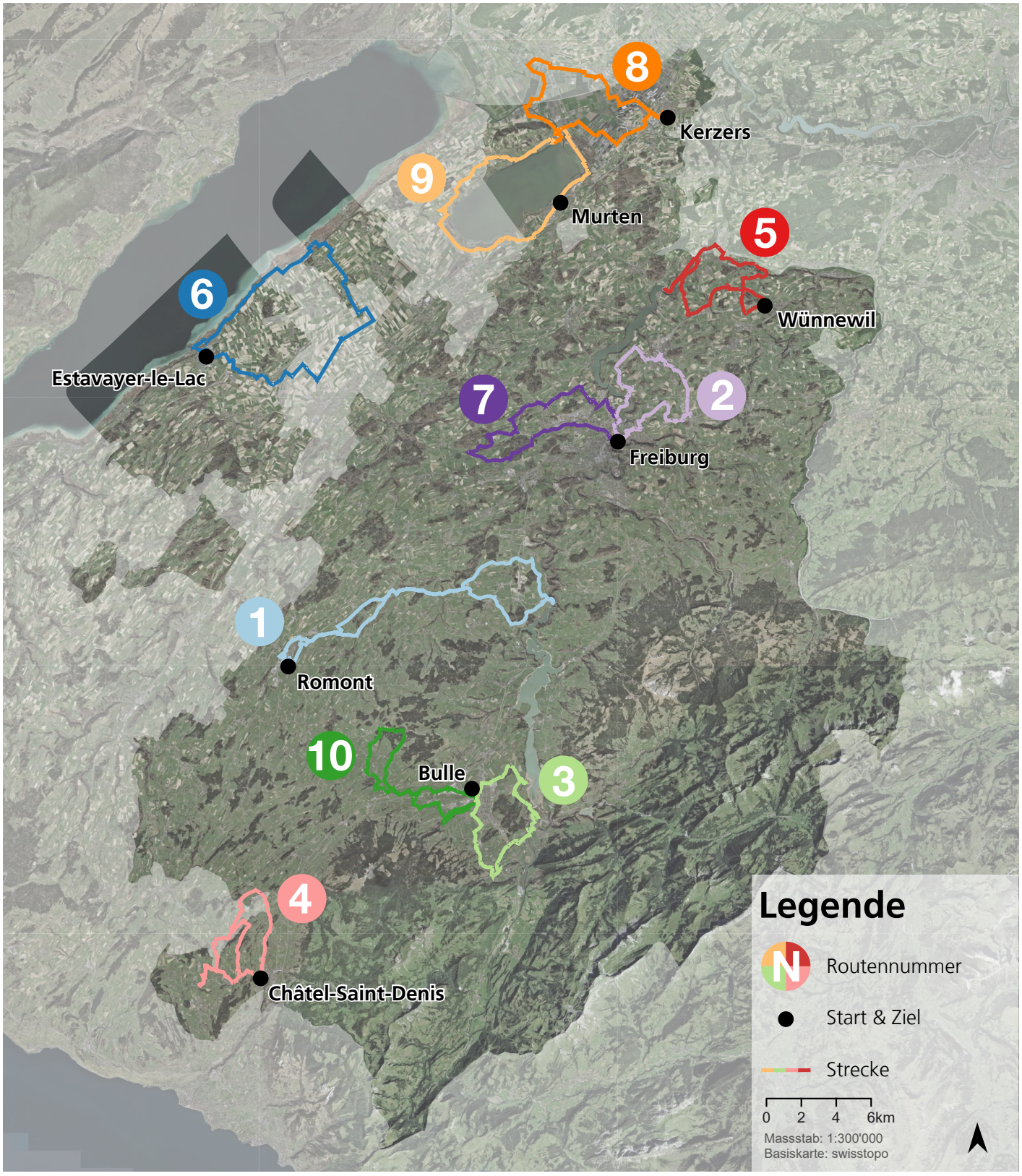
7. Anleitung zum Lesen der Routenkarten

- Start der Route: Sie können jede Route von einem beliebigen Ort starten. Wir empfehlen Ihnen, die Route in der vorgeschlagenen Richtung zu befahren, da die Querungen und Abzweigungen in der vorgeschlagenen Richtung einfacher sind.

- Bezeichnung «Ort für eine Pause»: Möglichkeit, von den Velos abzusteigen, ein Picknick zu machen oder eine Aktivität durchzuführen.

- Bezeichnung «Zwischenstopp»: Orte, welche sich eher für einen kleinen Zwischenhalt eignen, um auf die Gruppe zu warten, Wasser zu trinken oder kurz zu verschnaufen.

Katalog Veloausflüge für Freiburger Schulklassen



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG
WWW.FR.CH

bfm
büro für mobilität