

Syklistforeningen, 03.12.2025

Jeg ønsker å fremme et forslag om at sykling bør inkluderes i læreplanen for våre skolebarn. Sykkelopplæring er i dag ikke eksplisitt definert i læreplanen. Slik situasjonen er i dag, er det opp til hver enkel skole om de velger å fokusere på å gi elevene sykkelopplæring. Her er noen viktige grunner til hvorfor dette er en god idé å gjeninnføre sykkelopplæring i skolen.

- 1) Helsefordeler: Sykling er en utmerket form for fysisk aktivitet som bidrar til å forbedre både den fysiske og mentale helsen til barn. Det fremmer utholdenhet, styrke og koordinasjon, samtidig som det bidrar til å redusere risikoen for livsstilsrelaterte sykdommer. Gode vaner dannes tidlig i livet, og inkludering av sykling i læreplanen kan gi varige syklistar.
- 2) Miljøbevissthet: I dagens samfunn er det viktig å fremme bærekraftig transport. Ved å lære barn å sykle, bidrar vi til en økt bevissthet om miljøvennlige alternativer til bilkjøring, noe som kan påvirke deres valg som voksne.
- 3) Sikkerhet i trafikken: Gjennom en strukturell læring om sykling kan barn få nødvendig kunnskap om trafikksikkerhet. Dette vil hjelpe dem til å bli mer ansvarlige og sikre trafikanter, både som syklistar og fotgjengere.
- 4) Livsferdigheter: Sykling lærer også barn om ansvar, selvstendighet og utholdenhet. Å mestre sykling kan gi en følelse av prestasjon og egenverd, samt styrke selvtilliten. Elevene blir også flinkere til å utforske og oppleve nærmiljøene sine hvis de lærer seg å sykle i tidlig alder.
- 5) Samfunnsmessige fordeler: Et aktivt og sunt barnetrinn kan bidra til å redusere behovet for helsetjenester på sikt. I tillegg kan økt sykling føre til rimeligere transportalternativer for familier, redusere biltrafikk og bedre luftkvaliteten i lokalsamfunnet.

Vi foreslår at det utarbeides et eget program for sykling som kan integreres i kroppsøvingstimene, samt i skolens øvrige aktiviteter. Dette kan også involvere samarbeid med lokale sykkelklubber og organisasjoner for å gi barna praktisk erfaring og kunnskap. "Sykkellappen" bør være en obligatorisk test som elevene i grunnskolen skal gjennomføre.

Vi håper at dette innspillet vil bli vurdert, og ser frem til å bidra til en mer aktiv, sunn og miljøbevisst generasjon