

Ledsagerveiledning

Personbil

Jarl Ove Glein og Ståle Lødemel

Førerkortboka

Klasse b



© NKI Forlaget AS 2011
1. utgave, 1. opplag 2011

Utgiver: NKI Forlaget AS
Postboks 6705, St. Olavs pl., 0130 OSLO

Besøksadresse:
Universitetsgaten 10, 0130 OSLO

Telefon: 67 58 89 00
Telefaks: 67 58 19 02
E-postadresse: nkiforlaget@nki.no
Internett: <http://fag.nkiforlaget.no>

Forfatterne har mottatt støtte fra Det faglitterære fond.

Materialet i denne publikasjonen er omfattet av åndsverklovens bestemmelser. Uten særskilt avtale med NKI Forlaget er enhver eksemplarframstilling og tilgjengeliggjøring bare tillatt i den utstrekning det er hjemlet i lov eller tillatt gjennom avtale med Kopinor, interesseorgan for rettighetshavere til åndsverk. Utnyttning i strid med lov eller avtale kan medføre erstatningsansvar og inndragning, og kan straffes med bøter eller fengsel.

ISBN 978-82-562-7232-7

Ledsagerveiledning for privat øvelseskjøring - Personbil



Om Læreverket Førerkortboka Personbil

Ledsagerveiledningen, sammen med læreboka Personbil, interaktive testoppgaver og et forpliktende opplæringsprogram hos en trafikkskole utgjør et komplett læreverk, som omfatter det eleven må kunne for å bestå både den teoretiske delen og den praktiske delen av førerprøven. Læreverket har også som mål at den du skal veilede blir en trygg, sikker og god bilfører med gode holdninger og god forståelse for andre trafikanter.

Om ledsagerveiledningen

Vi anbefaler at du som ledsager gjør deg kjent med læremateriellet for førerkort personbil. Vi håper vi kan gi deg som ledsager, en oversikt over opplæringen slik at du kan gi best mulig veiledning og utbytte for eleven.

Opplæringen kan starte når eleven er 16 år og har tatt trinn 1 Trafikalt Grunnkurs ved trafikkskole. Vilkårene for øvingskjøring står på side 33 i Personbil. Risikoen er svært høy de første seks månedene etter at førerkortet er ervervet. Statistikken viser at høy ulykkesrisiko henger sammen med lite kjøreefaring. Det er derfor svært viktig at mengdetrening utøves og samarbeid med trafikkskole opprettes, slik at opplæringen blir helhetlig og meningsfull.

Målgruppen

De fleste elever er mellom 16 og 20 år. Som ledsager, kan det være nyttig å tenke tilbake til den gangen du selv var i tenårene. Prøv å sette disse tankene inn i dagens samfunnssituasjon. For mange av oss ligger ungdomstiden 20-30 år tilbake, og både samfunnet og trafikken er svært forskjellig fra den gangen.

Ungdommene er i overgangen fra barn til voksen og befinner seg på forskjellige nivåer når det gjelder modning, interesser, arbeidsmåter o.l. De står på terskelen til å velge sitt framtidige arbeid, og er usikre på utdanning og yrkesvalg. Forholdet til kjæreste, familie og venner gjør hverdagen svært følelsespreget for mange. De rives mellom ulike valg der kamerater ofte er viktige for interesser og valg av aktiviteter. Å være en av gjengen har for mange betydning mye i flere år allerede. Et godt råd til slutt: Ikke behandle ungdom som barn – ta dem på alvor!

Ti råd for ledsager og elev

Her er noen enkle råd du og eleven bør følge i ledsagerstøttet opplæring:

1. Avtal dere i mellom hvordan opplæringen skal gjennomføres mellom trafikkskole og privat.
2. Ta kontakt med trafikkskole og bli enige om samarbeid.
3. Delta i elevens læring både i praksis og teori. Vær modell!
4. Diskuter, løs spørsmålene og oppgavene, gå inn på nettsidene og test dere. Dette er god repetisjon også for deg som er ledsager!
5. Se teori og praksis som en helhet. Forståelse gir bedre handling. Lag en plan!
6. La trafikkskolen forstå nyinnlæring og dere mengdetrening. Inkluder eleven!
7. Skriv ut Læreplanen førerkort klasse B (Personbil) fra Statens vegvesen. Les den, se trinninndelingen, temaene og målene!
8. Følg rådene fra trafikkskolen. Lag en plan for ledsagerstøttet opplæring.
9. Avtal organisering og innhold med eleven. Løs konflikter. Vær enige før kjøringen starter!
10. Fyll ut loggboka for hver kjøring og reflekter over hva dere har øvd på under hvilke forhold, hva som var bra og hva dere må øve mere på. Vær positiv og tenk langsiktig!

Læreplanen for førerkort klasse B



(Kilde: Vegdirektoratet)

Planens oppbygning

Planens oppbygning beskrives i kapittel I Generell del. I denne delen fremheves betydningen av å se alle kapitlene i sammenheng. De øvrige kapitlene gjengir hovedmålene og beskriver de tre klassespesifikke trinnene i opplæringen (trinnene 2, 3 og 4). I tillegg beskrives de to obligatoriske veiledningstimene og hoveddelene i den obligatoriske opplæringen (etter trinnene 2 og 3). Du kan [laste ned læreplanen her](#).

Trafikal kompetanse

Læreplanen vektlegger følgende i sin definisjon: ”Den som skal føre et kjøretøy på en sikker og miljøvennlig måte, må ha en omfattende kompetanse. En forutsetning er at føreren behersker kjøretøyet rent teknisk. Men føreren må også kunne samhandle med andre trafikanter, forutse hvordan disse vil handle og forutse hvordan trafikksituasjoner kan utvikle seg. For å kjøre sikkert må føreren forstå hva som er, eller kan bli farlige situasjoner. Føreren må også forstå hvordan egen atferd innvirker på sikkerheten, og ha vilje til å handle slik at kjøringen blir sikker. Trafikal kompetanse kan betraktes som et samlebegrep for den kompetansen som kreves for å løse alle disse oppgavene.”

Læreplanen fremhever at en godt utviklet trafikal kompetanse er en forutsetning for å lykkes i trafikken. Dette utdypes ved å vise til følgende:

- Føreren må ha kontroll over plutselige innskytelser, aggresjon og andre forstyrrende følelser
- Føreren må kunne samarbeide med og ta hensyn til andre trafikanter
- Kompetansen læres gjennom imitasjon, forståelse, praktisering og forsterkning
- Vilje til å kjøre sikkert kan skapes gjennom å gi føreren kunnskap om konsekvenser av å velge en sikker kjøreatferd og en risikofylt kjøreatferd
- Å utvikle trafikal kompetanse er en prosess som skjer over tid

Sentrale gjennomgangstema

Kjøreprosess som grunnlag for innhenting og bearbeiding av informasjon

En sentral bilføreroppgave er å innhente og bearbeide informasjon. Informasjon som oppfattes som relevant for situasjonen, blir valgt ut for deretter å bli koplet til tidligere kunnskaper. I en slik prosess vil en anta at bilfører kvalitet avhenger av de kunnskaper og erfaringer føreren har fra før.

De tre klassespesifikke trinnene i den nye opplæringsmodellen har særlig tatt hensyn til det forhold at menneskets kapasitet til å motta og bearbeide informasjon er begrenset. Derfor legger læreplanens trinn 2 opp til å fokusere på å innøve gode og enkle biltekniske ferdigheter først i den praktiske opplæringen. I dette trinnet skal kjøreeleven konsentrere seg om å tilegne seg grunnleggende manøverferdigheter. Øvingsmengden må være tilstrekkelig til at bilførerhandlingene utføres rutinemessig og tilnærmet automatiserte. Først da kan kjøreeleven rette sin oppmerksomhet og kapasitet mot trafikken. Jo flere oppgaver som løses gjennom automatiske handlinger, desto større kapasitet til å arbeide med annen informasjon.

Læreplanen fremhever betydningen av god og omfattende grunnopplæring. Målet er at de kjøretekniske ferdighetene skal være automatisert i rimelig grad før eleven trenes i å løse mer komplekse problemer. Likevel fremheves at læring skjer som en kontinuerlig prosess.

Kjøreteknisk ferdighet

Det legges vekt på automatiserte kjøretekniske ferdigheter. Dette er ikke nytt i seg selv. Det nye er at kvaliteten skal sikres gjennom obligatorisk veiledning før en begynner på den trafikale delen av opplæringen.

Trafikksystemet

I større grad enn tidligere legges det vekt på at elevene skal reflektere over det sammensatte system kjøring i trafikk er. Dette kommer til uttrykk ved at elevene må ha kunnskaper om

- hvilket ansvar den enkelte fører har
- lover og regler som styrer samhandlingen mellom trafikanter
- trafikken som system
- førerens rolle i dette systemet

Trafikal ferdighet

Trafikal ferdighetstrening skal ha en sentral plass i opplæringen. I større grad enn tidligere skal elevene vise evne til å samhandle med andre trafikanter. Det er fortsatt viktig med god kunnskap om lover og regler. Elevene skal stimuleres til å reflektere over egen og andres trafikale atferd. Det legges opp til å bevisstgjøre selvinnsikt i egne handlinger og vurderinger.

Økonomisk og miljøvennlig kjøring

Økonomisk og miljøvennlig kjøring blir behandlet både i teori og gjennom praktisk øving. Allerede den grunnleggende opplæringen skal sette fokus på dette. Deretter følges tema opp i de ulike trafikale delene.

Handlings-, vurderingstendenser og selvinnsikt

Dette tema bør være gjennomgående både i teori og praksis. Førerens handlings- og vurderingstendens har innvirkning på atferden. I læreplanen vises det særlig til den trafikale ferdighetstreningen. Gjennom å reflektere over egne handlings- og vurderingstendenser kan eleven oppnå en dypere forståelse av det å ferdes i trafikken. Temaet bør vektlegges både i starten og i avslutningen av opplæringen.

Planlegging og forberedelse før kjøring

Tema legger opp til at eleven skal tenke over og gjøre valg av betydning for påfølgende kjøring. Læreplanen viser til følgende:

- Gode rutiner med hensyn til ernæring, søvn og alkoholinntak
- Reiseplan og valg av reiseruter
- Det fremheves at temaet passer best til teoretisk undervisning og diskusjon, og at det bør ha plass i den avsluttende delen av opplæringen
- Planen oppfordrer også til å praktisere tema i den trafikale treningen, og da særlig når elevene skal kjøre selvstendig

Krav til opplæringen

Opplæring i fire trinn

Opplæringen gjennomføres i fire trinn. Det er kjøreferdighetene som avgjør hvilket trinn eleven befinner seg på. Det oppgis at summen av trinnmålene utgjør den kompetansen som kreves for å bestå førerprøven. Hvordan førerprøven skal legges opp for å dekke dette, er ikke beskrevet i læreplanen.

Modulbasert opplæring

For å unngå at en elev som ønsker førerkort i flere klasser må gå gjennom det samme lærestoffet flere ganger, innføres et modulbasert opplæringsystem. I de lette klassene viser dette seg først og fremst gjennom at trafikalt grunnkurs er en felles modul for alle klasser. For de tunge klassene er de fleste obligatoriske kursene felles for flere klasser.

Obligatoriske kurs

Trafikkopplæringen skal bidra til at elevene tilegner seg trafikal kompetanse. Etter endt opplæring skal elevene ha de kunnskaper, ferdigheter, holdninger og den motivasjon føreren trenger for å mestre trafikkmiljøet på en sikker måte. Noen av opplæringsmålene som skal bidra til denne kompetansen, er vanskelig å vurdere ved en prøve. Andre opplæringsmål er for tidkrevende å måle ved førerprøven. For å sikre at disse emnene likevel får en plass i opplæringen, er det fastsatt obligatoriske kurs. Elevene må da følge undervisningen i et bestemt antall timer. I de obligatoriske kursene vektlegges øvelser som av sikkerhetsmessige, praktisk eller økonomiske grunner er vanskelig å gjennomføre på egenhånd, samt tema som risikoforståelse, systemforståelse og andre emner som i stor grad har med holdninger til trafiksikkerhet å gjøre.

Elevenns egen private ledsager bør også stå i kontakt med trafikkskolen. Da kan han og trafikklæreren avtale hvordan målene skal forstås. Læreplanen oppfordrer til at ledsager får være med på noen kjøretimer for å forstå hvordan opplæringen blir gjennomført. Dette kan bidra til at ledsageren forstår betydning av å etablere riktige arbeidsvaner og god kjøreteknikk. Ønske om et godt samarbeid mellom elev, trafikklærer og ledsager er ikke nytt. Mange har anstrengt seg mye for å stimulere elevene til økt mengdetrening med god kvalitet.

Obligatorisk veiledning

Det er fortsatt slik at den viktigste og mest avgjørende vurderingen skal være førerprøven. Prosessen frem mot førerprøven overlates i stor grad til elevene og deres evne til å velge riktig veg. For å kvalitetssikre dette undervisningsforløpet er det innført både obligatoriske trinn, vurderinger og sikkerhetskurs.

De obligatoriske veiledningene (etter trinnene 2 og 3) skal skje med utgangspunkt i elevenns kjøprestasjoner. Tanken er at elev og lærer sammen skal ta stilling til om og i hvilken grad målene for trinnet er nådd.

Læreren som er den profesjonelle part skal gi eleven råd med utgangspunkt i det som kreves for å få et godt læringsutbytte av opplæringen i neste trinn. Samtalen skal bidra til å veilede eleven med hensyn til videre læreprosess. En slik vurdering kan også være med på å utvikle elevenns selvinnsett og evne til å vurdere egne sterke og svake sider.

Eleven velger selv om han vil ta lærerens tilrådning til følge.

Legg merke til at læreren kan stille krav til elevenns kompetanse før de praktiske sikkerhetskursene. En elev kan avvises hvis det er tvil om han har tilstrekkelige ferdigheter til å gjennomføre den praktiske opplæringen på en meningsfull måte. Eleven kan selvsagt klage på et slikt vedtak, og du finner mer i forskriften om dette.

Totalt antall obligatoriske timer:

Trinn 1, trafikalt grunnkurs	17 timer
Trinn 2, veiledningstime	1 time
Trinn 3, veiledningstime	1 time
Trinn 3, obligatorisk sikkerhetskurs på bane	4 timer
Trinn 4, obligatorisk sikkerhetskurs på veg	13 timer
SUM OBLIGATORISKE TIMER	36 timer

Viktige momenter i Læreplanen

Læreplanen fremhever følgende momenter:

- Kjøretimene må organiseres for optimal egentrening
- Øvingsområder må velges ut fra det trinn eleven befinner seg på
- De første kjøretimene må starte i områder med liten trafikk
- Kjøretekniske ferdigheter skal i rimelig grad være automatisert før eleven løser trafikkoppgaver
- Hensynet til sikkerhet og effektivitet kan tale for at ledsageren demonstrerer øvelser. Dette for at elevene skal få oppleve hva god og effektiv kjøring vil si.
- Noen tema bør introduseres ved at elevene først undersøker og vinner erfaringer
- Der det er hensiktsmessig bør en legge opp til en problemorientert undervisning ved å formulere problemstillinger som elevene skal ta stilling til.
- Undervisningen skal være preget av dialog og kommunikasjon
- Diskusjon, erfaringsutveksling og elevenes spørsmål skal vies stor plass

Organisert og tilfeldig medlæring

Læreplanen omtaler dette som den skjulte læreplan. Det settes i sammenheng med tema om risikoforståelse, og er et gjennomgående tema. Sjansetaking kan bli lært allerede i kjøreopplæringen. Læreplanen viser til flere eksempler på såkalt negativ medlæring.

En elev som gjennomgår et glattkjøringskurs, kan for eksempel etterpå velge å kjøre med høyere fart enn eleven ellers ville gjort, fordi noe av respekten for å kjøre på glatt føre er blitt borte. I slike tilfeller har eleven lært noe som ikke er uttrykt som mål i læreplanen.

Medlæring kan ikke unngås eller motvirkes, men den kan brukes på en positiv måte dersom en er bevisst på dette gjennom hele opplæringen.

Opplæringens mål, organisering og innhold

Hovedmål for opplæringen

Etter å ha gjennomført trafikkopplæringen i klasse B skal eleven ha den kompetansen som er nødvendig for å kjøre bil 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 trafikksikker
- gir god samhandling
- fører til god trafikkavvikling
- tar hensyn til helse, miljø og andres behov
- er i samsvar med gjeldende regelverk

Ulykker og ansvar

Ca. 20 % av alle dødsulykker i Norge skyldes trafikkulykker. Hvert år blir ca. 300 mennesker drept i trafikken her i landet. Ca. 30 av de drepte er barn. Det skjer ca. 9 000 vegtrafikkulykker med ca. 12 000 politirapporterte personskader i trafikken i Norge. Sykehusene melder i sine rapporter at nesten tre ganger så mange mennesker blir behandlet for trafikkskader. Det er særlig ulykker med moped, sykkel og små personskader som ikke blir rapportert til politiet.

De mest ulykkesutsatte gruppene i trafikken er barn og unge menn i alderen 18–24 år. De er innblandet i hver tredje ulykke! Eldre over 65 år er også en ulykkesutsatt gruppe. De minst ulykkesutsatte er bilførere i alderen 25–45 år. Som ung og uerfaren fører er det derfor viktig at du er klar over dine begrensninger!

Tenk over: Er det riktig å skylde på dårlig sikt, glatt vegbane eller en skarp sving hvis det skjer en ulykke?

Menneskelige feil er den eneste årsaken eller en av flere årsaker til 90 % av trafikkulykkene. Menneskelige feil er eneste årsak til 60 % av ulykkene. Ofte skyldes ulykkene en kombinasjon av flere årsaker.

Det er tre hovedtyper menneskelige feil:

- Mangelfull oppfatning av trafikksituasjonen
- Feil beslutninger
- Feilmanøvreringer og andre feilhandlinger

De hyppigste ulykkesårsakene er oppfatnings- og beslutningsfeil. Det tyder på at førere ikke planlegger kjøringen sin godt nok og heller ikke greier å ta til seg de opplysningene de får fra medtrafikanter, skilt o.l. Oppfatningen er dårlig eller feil, men i mange tilfelle er grunnen også at viljen til å ta de rette valgene er borte. Derfor blir det også svært ofte tatt feil beslutninger. Ofte skyldes ulykker at føreren kjører for fort, holder for liten avstand til kjøretøyet foran, ikke overholder vikeplikten eller ikke gir informasjon til medtrafikanter.

Hva gjør jeg ved ulykke?

I læreboka gis informasjon om opptreden og førstehjelp i trinn 1.5 og 1.6.

Utfylling av skademelding kan være nyttig å se på før øvingskjøringen.

Vær nøyaktig når du fyller ut skademeldingsskjemaet

Her kan du hente inn og skrive ut [skademeldingsskjema](#)

Nødnumre kan også være nyttig både som ledsager:



Teori og praksis

Viktigheten av integrering teori og praksis

Kunnskapen som finnes i læreboka og materiell på nettet må settes i forhold til kjøringen. En sikker og god fører har både kunnskap og ferdigheter til å mestre utfordringene som påhviler han. Kompetanse er noe vi får gjennom trening både av teori og praksis.

Støtte i teorien

Som ledsager bør du følge og gi råd til eleven, både når det leses teori og når denne skal omsettes til praksis gjennom kjøring. Både før og etter kjøringen må kunnskapen settes sammen med praksis. Oppgaver må løses og diskuteres slik at eleven ser sammenhenger og konsekvenser i sine handlinger. Følg derfor med i læreboka til eleven og delta i diskusjonene.

Læreboka for Personbil

Læreboka for Personbil er utarbeidet i tråd med opplæringsforskriftene og Vegdirektoratets læreplan. Læreprosessen støttes ved at eleven:

- når målene ved å øvingskjøre, lese læreboka, reflektere over tema og spørsmål i Tenk over - oppgavene, løser oppgavene både i læreboka og på nettet
- deltar på frivillige kurs og følger de obligatoriske kursene
- er forberedt til temaene for kursene og kan etterarbeide disse

- kan samarbeide med andre før og etter kursene
- kan arbeide selvstendig med temaer og oppgaver
- aktiviseres og forstår at han må ta ansvar for egen læring
- kan reflektere over tema og problemstillinger i læreboka, på nettet og på kursene
- forstår at læring er en prosess han selv må delta i
- er forberedt på å delta aktivt i diskusjoner
- kan repetere de ulike temaene alene eller sammen med andre
- kan se sammenhengen i å lese, reflektere og samarbeide på kursene
- kan forberede innlegg, meningsytringer og spørsmål på kursene
- kan løse oppgaver som omhandler seg selv, andre i dagliglivet og trafikken
- kan opparbeide selvinnsikt, selv vurdering og handlingsvurdering
- kan oppnå en sosial og trafikal kompetanse
- ser sammenhengen mellom teori og praksis uansett opplæringsform
- kan overføre holdninger, kunnskap og ferdigheter til kjøringen
- kan reflektere over sin kjøring ved å bruke boka og løse spørsmål/oppgaver

Vi er trygge på at målene i læreplanen nås med læreboka for Personbil, nettsiden og øvingskjøring.

Spørsmål og oppgaver i læreboka for Personbil

Du finner to typer spørsmål i teksten. Spørsmål som står i kursiv finnes både i teksten og som tekst til bilde. Tenk over-spørsmålene står i fargede bokser. Spørsmålene skal få elevene til å stoppe opp underveis for å tenke over teksten og vurdere problemstillingen. Ut fra det de har lest, egne erfaringer og kjørepraksis skal de kunne formulere et svar.

Som veileder, bør du fokusere på viktigheten av at hver enkelt gjør dette i sin lesning. Kanskje kan det være lurt å notere svar elevene kommer fram til. Det er ikke alltid du finner riktige eller gale svar, for det er den enkelte elevs mening og oppfatning som er viktig.

Eleven skal mene noe om spørsmålet ut fra sitt eget ståsted. Som veileder bør du ta utgangspunkt i elevenes svar. Det er lettere å få elevene aktive på det de kan noe om, enn å få synspunkter på det som er ukjent og uklart. Skal et felles engasjement nå de mål som er satt for kurset, må elevene være forberedte ikke bare på faktastoff, men oppfordres til å mene noe om en problemstilling.

Uenighet er ofte et godt grunnlag for læring fordi andres meninger ikke på forhånd er en del av egen oppfatning. Det må presiseres at uenighet ikke er målet på samme måte som enighet heller ikke bør være det. Målet må være at hver enkelt har et standpunkt som er forenlig med fellesskapet og regelverket, er seg bevisst dette og kan etterleve det. Spørsmålene kan både danne grunnlag for individuell refleksjon og utvikling og som utgangspunkt for drøftingsoppgaver og oppsummering av kurset.

Eksempel på spørsmål og anvendelse

Under første bilde i kapittel 1 står: Målet er førerkort – og egen bil? Hva mener du er en god bilfører? Dette kan du spørre eleven om, be dem tenke over det som forberedelse neste gang. Fokuser på det som trinn 1 tar opp om emnet, samt det som kommer senere i klasse B –

opplæring i teori og praktisk kjøring. Kapittel 9 om trafikkulykker og risiko inneholder mye stoff om hva vi mener er god bilkjøring og tar blant annet for seg ulikheter mellom kjønn.

I kapittel 4 om mennesket i trafikken, er det et bilde om sidesyn og tunnelsyn. Her står: Hva innvirker på din oppfattelse som bilfører? Hva kan du selv gjøre for å bedre oppfattelsen? Tanken er å få fram individuelle forskjeller om hva vi oppfatter, og hva vi kan gjøre for å bedre oppfattelsen. Det er viktig å oppfatte det som er viktig i trafikken, men da må vi være klar over hva som er viktig, hvorfor vi eventuelt ikke oppfatter det og hvordan vi kan bedre oppfattelsen. Informasjonen kan komme til nytte i kjøretimene. Da opplever både elev og ledsager de utfordringer og krav som dagens trafikk stiller oss overfor.

Tenk over

Under privat øvingskjøring i kapittel 1 står følgende: Hvilke utfordringer er det både for deg og ledsageren å øvingskjøre med familie og venner? Spørsmålet kan brukes som skissert i tekst/bildedekst, men ved Tenk over-spørsmålene bør eleven få anledning til å tenke over spørsmålet på egen hånd før han samarbeider med andre eller går inn i en diskusjon. Temaet er også aktuelt med tanke på mengdetrening og hvilket nivå eleven befinner seg på når han eller hun skal gjennomføre obligatorisk veiledning ved utløpet av trinn 2 og 3.

I kapittel 9 om trafikkulykker og risiko lyder første Tenk over slik: Menn er mye mer ulykkesutsatt enn kvinner. Hvorfor? Et spørsmål som bør engasjere.

Hva innebærer det å ha førerkort klasse B?

Førerkort klasse B gjelder for motorvogn med en tillatt totalvekt på høyst 3 500 kg og maksimalt 8 passasjerplasser i tillegg til førerplassen. Førerkort klasse B gjelder også for:

- vogntog bestående av motorvogn klasse B og tilhenger/tilhengerredskap med tillatt totalvekt ikke over 750 kg
- vogntog bestående av motorvogn klasse B hvor tilhengerens/tilhengerredskapets tillatte totalvekt er over 750 kg dersom vogntogets tillatte totalvekt ikke overstiger 3 500 kg og tilhengeren/tilhengerredskapet har en tillatt totalvekt som ikke overstiger trekkvognens egenvekt, eller den maksimalvekten som er angitt for tilhengeren i vognkortet, dersom denne er lavere.
- tre – og firehjuls motorsykkel (vektbegrensning på tilhenger)
- firehjuls moped

I tillegg har førerkortinnehaver i Norge rett til å kjøre:

- tilhenger til tre - eller firehjuls motorsykkel
- slagvolum må være over 125 cm³
- tillatt totalvekt for tilhengeren kan ikke være mer enn 750 kg
- motorsykkelen må være godkjent for å trekke tilhenger
- tillatt tilhengervekt må være påført vognkortet
- beltebil og beltemotorsykkel med eller uten tilhengerslede
- tohjuls moped

Øvingskjøring

Tenk over: Hvorfor er det nødvendig å se teori og praksis som en helhet?

Samarbeid

En del av teorien og øvingskjøringen – den obligatoriske - må du gjøre hos en trafikkskole.

Utenom den obligatoriske opplæringen på trafikkskolen er det ulike muligheter for øvingskjøring. Dere kan:

- Ta all opplæring ved en trafikkskole
- Ta noe som privat øvingskjøring og noe ved en trafikkskole
- Gå inn i et forpliktende samarbeid mellom en trafikkskole (kalt ledsagerstøttet opplæring)

Dere velger selv hvilken modell som passer best. Ta kontakt med en lokal trafikkskole for å finne ut hva de har å tilby dere.

Eleven må være fylt 16 år før han kan begynne å øvingskjøre for førerkort klasse B. Læreren eller ledsageren din blir regnet som fører av bilen. Dere må begge opptre hensynsfullt, aktpågivende og varsomt under øvingskjøringen. Øvingskjøringen må ikke være til fare eller unødvendig ulempe for andre trafikanter. Dere må også være skikket til å kjøre.

De fleste følger opplæringen ved en trafikkskole. Der er lærerne spesialutdannet, og de kan legge opp undervisningen med riktig framdrift. Utstyret er innrettet for opplæringen. Blant annet har skolebilen dobbelt pedasett og ekstra speil. Dessuten står trafikkskolene under kontroll av Statens vegvesen. Dere får en forsvarlig opplæring og veiledning under trygge forhold.

Personer som skal øvingskjøre må ha fullført trafikalt grunnkurs ved godkjent opplæringsinstitusjon før øvingskjøringen kan starte. Dersom trafikalt grunnkurs avsluttes mellom 16. mars og 31. oktober, har eleven rett til å øvingskjøre selv om mørkekjøring ikke er fullført. Denne retten gjelder bare til 31. januar påfølgende år. Når han har fullført kurset vil han få utdelt et bevis som han må ha med når han kjører.

Tenk over: Hvordan vil du gå fram for å få utbytte av trafikkskolesamarbeidet?

Hva må dere gjøre for å få et godt utbytte av privat øvingskjøring?

Øvingskjører dere ulovlig, og det hender et uhell, kan dere bli gjort økonomisk ansvarlig for skadene.

Kjøring i sterk trafikk anbefales ikke om dere hindrer trafikken unødige. Dere må velge øvingsområder som passer ferdighetsnivået. Dere bør øvingskjøre for å få mengdetrening..

For å redusere ulykkesrisikoen til nybegynnere er det viktig å kjøre så mye som mulig før førerprøven. Dere må snakke sammen før, under og etter øvingen om det dere skal gjøre, hvordan det går og hva dere må øve mer på. Dere bør være enige om øvingen på forhånd slik at dere unngår diskusjoner med sinne og irritasjon. Start med det enkle og skap trygghet og trivsel.

Sjekk med forsikringsselskapet vilkårene for privat øvingskjøring.

Blir du tatt for ulovlig øvingskjøring kan politiet ilegge deg sperrefrist. Den som har sperrefrist kan verken øvingskjøre eller avlegge førerprøve.



Bilen skal være merket med rød L ved privat øvingskjøring

Skal dere øvingskjøre privat for klasse B, må disse vilkårene være oppfylt:

- Ledsageren må være fylt 25 år og må ha hatt førerkort klasse B selv uavbrutt i minst fem år.
- Ledsageren kan ikke ta betaling i noen som helst form.
- Bilen må ha en rød L festet bakpå som viser andre trafikanter at det foregår øvingskjøring.
- Det må være ekstra speil i bilen, slik at ledsageren din har god nok utsikt bakover. Du må ha med bevis for fullført trafikalt grunnkurs samt legiti-masjon med bilde.

Ledsageren kan bare øvingskjøre med en elev av gangen på offentlig vei

Tenk over: Hvilke utfordringer er det å øvingskjøre med familie og venner?

Tema 2.5 – 2.9 (Trinn 2) Grunnleggende kjøretekniske ferdigheter:

Etter hvert som nyinnlæringen ved trafikkskolen gjennomføres, kan mengdetreningen starte.

Mål og bakgrunn for grunnleggende kjøretekniske ferdigheter.

Når du har lest temaene, løst oppgavene og øvingskjørt, skal du ha kunnskap om (Se læreboka side 97 til og med side 101).

- Tema 2.5: Å gjøre deg klar for kjøring
- Tema 2.6: Igangsetting og stans
- Tema 2.7: Giring. Akselerasjon, styring og bremsing
- Tema 2.8: Rygging, vending og parkering
- Tema 2.9: Grunnleggende bilbehandling under sammenhengende kjøring

Gjennom opplæringen i trinn 2 skal du lære å mestre bilen rent kjøre- og manøverteknikk. Dette innebærer å kunne betjene og manøvrere bilen samt å kjøre på en økonomisk og miljøvennlig måte.

Tenk over: Hvorfor må du øve til du behersker bilen godt nok til å rette oppmerksomheten mot trafikkbildet.

Dette kapitlet omhandler kunnskapsstoff som kan effektivisere og lette innlæringen av de kjøre- og manøvertekniske ferdighetene som beskrives i temaene 2.5 til 2.9. (side 97 - 101)

Tema 2.5: Å gjøre seg klar for kjøring

Du skal kunne gjøre deg klar for kjøring

Når du har lest temaet, løst oppgavene og øvingskjørt, skal du ha kunnskap om og utføre:

- Riktig sittestilling
- God sikt
- Innstille og bruke ratt, pedaler, gir, parkeringsbrems og andre betjeningsinnretninger
- Tilpasse og bruke bilbelte og hodestøtte
- Starte og stoppe motor

Forberedelser før kjøring

Kjøre- og sittestillingen er god når avstanden til pedalene er slik at du uten vansker kan bremse med full kraft. Du må også kunne betjene pedaler, ratt, girvelger og hendler på en lett og sikker måte. En oppreist sittestilling anbefales. Da får du god føling med sidekreftene og bra rattgrep.



Husk ekstra speil til ledsager ved privat øvingskjøring.

Sikt og innstilling av speilene

Du må ha godt utsyn. Sørg derfor for å holde rutene rene og innstille speilene riktig. Du trenger godt overblikk. Derfor må du både ha rene vinduer og riktig innstilte speil. Still inn speilene slik at du får oversikt over trafikken bak og på sidene av bilen.



Hvordan stiller du sidespeilene for å få minst mulig dødsvinkel?

Vær oppmerksom på at speilene ikke gir deg fullt overblikk over trafikken på sidene av bilen. Et område på hver side av bilen kan du ikke se uten å snu på hodet. Det er området mellom det naturlige synsfeltet du har forover og til sidene, og det siktfeltet du har i hvert av sidespeilene. Dette området kalles dødsvinkelen eller blindsonen.

Skal du ha full oversikt over trafikken rundt deg, må du gjøre det til en vane å kontrollere trafikken i dødsvinkelfeltet med jevne mellomrom.

[Du kan finne flere nyttige råd og tips i Håndledning för privat utbildning på side 14](#)

Tema 2.6: Igangsetting og stans

Du skal kunne sette i gang og stanse i variert terreng

Når du har øvingskjørt, skal du ha kunnskap om og utføre:

- Observasjon og tegn ved igangsetting og stans
- Kontrollert og behagelig igangsetting og stans, på flat veg, i med- og motbakke med og uten parkeringsbrems
- Krypekjøring
- Kort stans - ny start
- Sikre bilen etter stans

[Du kan finne flere nyttige råd og tips i Håndledning för privat utbildning på side 15](#)

Tema 2.7: Giring, akselerasjon, styring og bremsing

Du skal kunne gire, styre akselerere og bremse i variert terreng

Når du har øvingskjørt, skal du ha kunnskap om og utføre:

- Behagelig opp- og nedgiring på flat veg, i utfor- og motbakke
- Normalbremsing ($1,5 - 2 \text{ m/sek}^2$) fra minst 60 km/t
- Observasjon i speil før, under og etter fartsreduksjonen
- Stans ved angitt sted fra forskjellige hastigheter
- Hard nedbremsing for å kunne stanse foran en hindring
- Forberede ny igangsetting ved å velge 1. gir like før stans
- Normalakselerasjon opp til 60 km/t
- Valg av riktig gir i forhold til fart
- Bruk av gir ved økonomisk og miljøvennlig kjøring
- Lange og sikre rattbevegelser
- Sving til høyre og venstre i vegkryss
- Bremsing når motor ikke er i gang

[Du kan finne flere nyttige råd og tips i Håndledning för privat utbildning på sidene 14, 15 og 16](#)

Tema 2.8: Rygging, vending og parkering

Du skal kunne rygge, vende og parkere

Når du har øvingskjørt, skal du ha kunnskap om og utføre:

- Sittestilling og sikt
- Rygging
- Snumåter
- Parkering – ulike metoder
- Parkering – ulike trafikkmiljø

[Du kan finne flere nyttige råd og tips i Håndledning för privat utbildning på side 17](#)

Tema 2.9: Grunnleggende kjøretøybehandling under sammenhengende kjøring

Du skal kunne beherske grunnleggende kjøretøybehandling i områder med liten trafikk

Når du har øvingskjørt, skal du ha kunnskap om og utføre:

- Sammenhengende kjøring i område med liten trafikk.
- Riktig bremsemåte inn i situasjoner som krever fartsreduksjon.
- Observasjon og tegngiving ved sidevegs forflytning av biler.
- Bruk av gir som gir økonomisk og miljøvennlig kjøring.
- Riktig fart og plassering ved sving til høyre og venstre i vegkryss

[Du kan finne flere nyttige råd og tips i Håndledning för privat utbildning på side 17](#)

Tema 3.4 Systematisk og automatisert informasjonsinnhenting

Du skal ha systematisk og automatisert informasjonsinnhenting

- Grunnleggende se-teknikk og vite hva det er viktig å se etter
- Oppdage og oppfatte vegkryss, myke trafikanter, hindringer, skilt og oppmerking i god tid
- Kjøre inn mot og gjennom kryss med ulik utforming, sikt og regulering
- Kjøre mellom kryss
- Tilpasse fart og valg av plassering i forhold til sikt- og trafikkforhold

[Du kan finne flere nyttige råd og tips i Håndledning för privat utbildning på sidene 18 og 19](#)

Tema 3.5: Kjøring i bolig-, tettsteds- og bymiljø

Du skal ha en bestemt kjøremåte i bolig-, tettsted- og bymiljø



Når du har øvingskjørt, skal du ha helhetlig overblikk og kunne:

- tilpasse fart, tegngiving og plassering
 - i ulike typer kryss
 - i envegsregulerte gater
 - ved kjøring på veg med flere kjørefelter
 - i forhold til sikt-, veg- og trafikkforhold
 - i forhold til forventet atferd fra andre

- overholde vikeplikt, stoppeplikt og plikt til å gi fri veg
- kjøre i forhold til skilt og vegoppmerking
- forutse og oppfatte særlige risikoforhold og hensyn knyttet til
 - gående
 - barn
 - kjøretøy med to hjul
 - tyngre kjøretøy
 - dyr
- Innta handlingsberedskap når dette er nødvendig
- kjøre økonomisk og miljøvennlig ved å planlegge kjøringen og bruke bilen riktig
- kjøre på en tydelig og presis kjøremåte

[Du kan finne flere nyttige råd og tips i Handledning for privat utdanning på sidene 19, 20, 21, 22 og 23](#)

Tema 3.6 Kjøreteknikk på høyhastighetsveg

Bilde



Når du har øvingskjørt skal du ha presis kjøreteknikk på høyhastighetsveg ved å:

- Innta riktig sittestilling med forankringspunkt i seterygg og gulv
- Anvende riktig ratteknikk og ha god rattkontroll
- Kjøre med god kursstabilitet og jevn fart ved kjøring rett fram og i kurver samtidig med at blikket beveges
- Innhente informasjon om vegen og vegmiljøet framover
- Innta riktig plassering og svingtidspunkt i kurver
- Tilpasse hastigheten før, gjennom og ut av svingen
- Skifte plass og kjørefelt uten unødige fartsendringer
- Utføre normal og rask akselerasjon fra 0 til 80 km/t på en økonomisk og miljøvennlig måte
- Utføre normal- og nødbremsing fra 80 km/t
- Kjøre korrekt inn mot og inn på større veg

- Falle raskt og naturlig inn i trafikkrytmen etter innkjøring på større veg
- Kjøre korrekt ut av større veg
- Ta hensyn til særlige risikoforhold knyttet til motorsyklister og tyngre kjøretøy

[Du kan finne flere nyttige råd og tips i Håndledning för privat utbildning på sidene 24, 25 og 26](#)

Tema 3.7 Effektiv, økonomisk og miljøvennlig kjøring i god samhandling med andre trafikanter

Når du har øvingskjørt skal du kunne kjøre effektivt og behagelig, miljøriktig og økonomisk i variert trafikkmiljø i god samhandling med andre trafikanter ved å:

- Ta tidlig og fullstendig overblikk
- Vise tydelig tegnvinging, fartstilpassing, plassering og annen informasjon
- Bidra til flyt og trafikkavvikling ved å utnytte luker i vegkryss og ved skifte av kjørefelt
- Oppfatte og forstå situasjoner med særlig risiko
- Forutse, oppfatte og motvirke risiko for møteulykker
- Innta handlingsberedskap når det er nødvendig
- Bidra til å redusere køer ved å unngå unødvendig lang avstand til forankjørende gjennom flaskehals
- Opptre korrekt når du blir forbikjørt og når du selv kjører forbi

[Du kan finne flere nyttige råd og tips i Håndledning för privat utbildning på sidene 28 og 29](#)

Vilkår for å erverve førerkort

Det er noen vilkår som må være til stede for å erverve førerkort ut over opplæring.

Krav til helse, førlighet og alder

Når det gjelder krav til helse og førlighet, aldersgrense for førerkort, gyldighetstid for førerkort, særbestemmelser o.l., viser vi til førerkortforskriften. Den finner du på nettsiden til lovdata. Du kan også få nærmere opplysninger ved å kontakte Statens vegvesens lokale trafikkstasjoner. Er eleven over 70 år må han alltid ha med seg legeattest når han kjører.

Sperrefrist

I visse tilfeller kan politiet utsette muligheten til å øvingskjøre og å avlegge førerprøven. Det kalles å sette sperrefrist.

Har eleven kjørt uten førerkort, er sperrefristen minst seks måneder. Blir han dømt for rusmisbruk, kan han få en sperrefrist på opptil to år. Kjører han uten førerkort og forårsaker en større skade, får han minst ett års sperrefrist. Mistanke om straffbare forhold kan gi inntil tre måneders sperrefrist.

I sperrefristperioden har han ikke lov til å drive øvingskjøring uten særlig tillatelse fra politiet.

Førerprøven

Dere kan legge inn søknad om førerrett hos [Vegdirektoratet - Søknad om førerkort](#). Eleven går opp til førerprøven på trafikkstasjonen. Førerprøven består av en teoretisk og en praktisk prøve. Eleven avlegger prøvene for at myndighetene skal kunne vurdere om eleven har nådd de målene som er satt for å få førerkort.

På teoriprøven skal eleven svare på flervalgsspørsmål. Eleven skal krysse av på de riktige svaralternativene og ha 85 % av dem riktige for å bestå. Prøven er skriftlig og tas på en datamaskin. Har eleven lese- eller skrivevansker, kan eleven avlegge muntlig prøve. Dette må eleven ta opp med trafikkskolen eller trafikkstasjonen i god tid før eleven skal avlegge prøven. Ny teoretisk prøve kan avlegges tidligst to uker etter sist avlagte. Teoriprøven må være bestått før eleven kan avlegge praktisk prøve.

Under den praktiske prøven blir eleven testet i kjøring med en sensor (eksamensdommer) fra trafikkstasjonen ved siden av seg. Totalt er den praktiske prøven på 75 minutter. Ny praktisk prøve kan avlegges tidligst fire uker etter sist avlagte.



Visste dere at de som stryker på førerprøven må vente en viss tid før de kan fremstille seg til ny prøve? Hvorfor?

Utstedelse av førerkort

Trafikkstasjonen utsteder et midlertidig førerbevis med en måneds gyldighet. Du må medbringe dette ved kjøring og også ha med legitimasjon med bilde. Midlertidig kjørebrev gjelder bare for kjøring i Norge. Førerkortet blir sendt til den returadressen du har oppgitt



Målet nådd?

To års prøvetid

Vanligvis blir førerkortet for personbil utstedt for livstid. De to første årene er det imidlertid på «prøve». Mister eleven førerkortet i prøveperioden på grunn av overtredelser i trafikken, må han avlegge ny førerprøve. Det blir da også en ny prøveperiode på to år.

Eksempel på utfylling

Loggbok

Dato/år	Tema T = Trafikkskole, L = Privat ledsager	Øvingsområde	Km kjørt	Ant. Timer	Lys- og føreforhold	Egenvurdering	Kommentarer
2011 08 11	Rundkjøring	Veg med lite trafikk	15	1	Daglys, overskyet	Jeg er usikker i valg av kjørebane, og jeg har for stor fart inn mot rundkjøringen. Jeg må øve mer på dette. Bruk av blinklys og vikeplikt gikk fint, synes jeg.	

Logg for opplæringen

Du og eleven bør ha en logg for øvingskjøringen, inkludert mengdetreningen, der dere fører opp hva dere gjør.

Mengdetreningen bør bestå av minst 140 timer.

Samarbeider dere tett med en trafikkskole, bør det eleven gjør på trafikkskolen også tas med.

Et tips er at dere noterer med ulike farger for eksempel **rødt** for trafikkskole og sort for ledsager.

[Her](#) kan du laste ned en blank logg.

Lærebokas plass i trafikkskolens undervisningsplan

Trinn 1 med tema og hovedmomenter med henvisninger til læreboka

Trafikalt grunnkurs

Tema	Hovedmomenter og sentralt lærestoff	Personbil side
1.1 Trafikkopplæringen	Begrunnelser for trafikkopplæring. Vilkår for å få førerkort. Hovedmål for trafikkopplæring i lette klasser Læreplaner for trafikk- og bilføreropplæring.	11-13
1.2 Grunnleggende forståelse for trafikk	Regler om plassering, fart, vikeplikt, skilt og vegoppmerking. Hvordan reglene bidrar til sikrere og mer effektiv trafikkavvikling.	13-26
1.3 Mennesket i trafikken	Mennesket som trafikant. Lærestoff om kjøreprosessen og forhold dom påvirker oss i trafikken.	26-32
1.4 Øvingskjøring og kjøreeerfaring	Regler som gjelder øvingskjøring. Sammenhengen mellom kjøreeerfaring, mengdetrening og redusert ulykkesrisiko. Betydningen av å automatisere handlinger og handlingsmønstre.	32-34
1.5 Førstehjelp	Kunnskap om plikter ved trafikkuhell. Kjenne til sikringsrutiner og opptreden på skadested. Kunne vurdere skadeomfang og øve på praktiske førstehjelp.	34-41
1.6 Tiltak ved trafikkulykke	Være forberedt på å komme først til et skadested. Forstå viktigheten av å kartlegge skadeomfanget før ulykken varsles. Vite hvem og hvordan en ulykke med personskade varsles. Tilegne seg ferdigheter i grunnleggende rutiner på skadestedet herunder grunnleggende livreddende førstehjelp.	41-44
Oppsummering	Lesekontroll og gjennomføre selvtest	50-52
1.7 Mørkekjøring	Opplive og erfare årsaksforhold ved typiske ulykker som skjer i mørke. Ha grunnlag for å vurdere risiko ved kjøring i mørket. Bli bevisst hva som er riktig lysbruk og atferd ellers ved kjøring, parkering og nødstopp i mørket	44-49

Trinn 2 med tema og hovedmomenter med henvisninger til læreboka

Grunnleggende kjøretøy- og kjørekompetanse

Tema	Hovedmomenter og sentralt lærestoff	Personbil side:
2.1 Førerkort og trafikkopplæring	VTL § 3 med grunnleggende regler for kjøring i trafikk. Få oversikt over opplæringen til førerkort klasse B med vekt på trinndeling, progresjon, måloppnåelse, risikoforståelse og selvvurdering. Kunnskap om førerkortklasser, vilkår for å erverve førerkort og vilkår for å øvingskjøre	54-60
2.2 Bilens oppbygging med tanke på sikkerhet og miljø	Ha kunnskap om bilens oppbygging med tanke på hoveddeler og systemer for aktiv og passiv sikkerhet. Kunne avgjøre om bilen er i forsvarlig og forskriftsmessig stand. Kunne gjennomføre sikkerhets- og driftsikkerhetskontroll. Ha kunnskap om miljøbelastninger og økonomiske kjøremåter.	60-73
2.3 Ansvar for kjøretøyets stand og bruk, økonomisk ansvar, offentlige reaksjoner og plikter ved trafikkuhell	Ha kunnskap om fører og eiers ansvar for bilen og bruken. Kjenne aktuelle regler for registrering og eierforhold, bruk av bil med og uten tilhenger, tauing av kjøretøy, dokumenter som skal være med under kjøring. Ha kunnskap om virkningen av rusmidler, tretthet og sykdom. Ha kunnskap om forsikring, økonomisk ansvar samt straff og offentlige reaksjoner. Ha kunnskap om plikter og tiltak ved trafikkuhell	73-84
2.4 Menneskets kapasitet og trafikkens krav	Ha kunnskap om forholdet mellom trafikkens krav og menneskets kapasitet. Ha kunnskap om faktorer som virker inn på bilføreren. Ha kunnskap om kjøreprosessen, bearbeiding av informasjon og automatisering	84-97
2.5 Å gjøre seg klar for kjøring	Å kunne innta korrekt sitte- og kjørestilling. Sørge for god sikt. Bruke ratt, pedaler, gir, parkeringsbrems og andre betjeningsinnretninger. Anvende og tilpasse bilbelte og hodestøtte. Kunne starte og stoppe bilens motor.	97-101
2.6 Igangsetting og stans	Observere og vise tegn ved igangsetting og stans. Utføre kontrollert og behagelig igangsetting og stans, på flat veg, i med- og motbakke med og uten parkeringsbrems. Kunne krypekjøre samt utføre kort stans og ny start. Kunne sikre bilen ved parkering.	97-101

2.7 Giring, akselerasjon, styring og bremsing	Utføre behagelig opp- og nedgiring på flat veg, i utfor- og motbakke. Utføre normalbremsing (1,5 – 2 m/s ²) fra minst 60 km/t. Observere i speil før, under og etter fartsreduksjon. Kunne utføre stans ved angitt sted fra forskjellige hastigheter. Kunne utføre hard nedbremsing når det er nødvendig for å kunne stanse før en hindring. Kunne forberede ny igangsetting ved å velge 1. gir like før stans. Kunne utføre normalakselerasjon opp til 60 km/t. Kunne velge gir i forhold til fart og belastning og med tanke på økonomisk og miljøvennlig kjøring. Betjene rattet med lange og sikre bevegelser. Kunne utføre korrekt sving til høyre og venstre i vegkryss. Kunne bremse når bilens motor ikke er i gang.	97-101
2.8 Rygging, vending og parkering	Innta korrekt ryggstilling og utnytte sikten best mulig. Utføre enkel rygging samt ulike måter å snu bilen på. Kunne parkere i bås og i luke under ulike trafikkforhold.	97-101
2.9 Grunnleggende kjøretøybehandling under sammenhengende kjøring	Kunne anvende de ulike kjøreferdighetene korrekt under sammenhengende kjøring i område med liten trafikk. Dette omfatter å velge riktig bremsemåte inn i situasjoner som krever fartsreduksjon. Observere og gi tegn ved sidevegs forflytning av bilen. Velge gir med tanke på økonomi og miljø. Ha riktig hastighet og plassering ved sving til høyre og venstre i vegkryss.	97-101
2.10 Sikkerhetskontroll av bilen	Ha kunnskap om bilens lasteevne og kjøring med tilhenger. Kunne kontrollere om bilens bremses, hjul og dekk, styring, lys, sikt, driftssikkerhet, sikkerhetsutstyr og varselinnretninger fungerer som det skal.	102
Oppsummering	Lesekontroll og gjennomføre selvtest	105-107
2.11 Obligatorisk veiledningstime	Herunder kunne observere og gi tegn ved igangsetting, stans og svinging i kryss. Kunne starte bilen på rett strekning, øke farten, gire opp og holde stø kurs i fart opp til 60 km/t. Kunne bremse og stanse ved angitt sted på en behagelig måte. Kunne starte bilen i motbakke og utforbakke, øke farten og foreta oppgiring, redusere farten og stanse i bakken på en behagelig måte. Kunne gire ned og velge riktig gir etter bremsing. Kunne tilpasse farten og plassere bilen riktig i kjørebane ved kjøring rett fram, til høyre og venstre. Kunne rygge, vende og krypekjøre.	109

Trinn 3 med tema og hovedmomenter med henvisninger til læreboka

Trafikal del

Tema	Hovedmomenter og sentralt lærestoff	Personbil side:
3.1 Trafikksystemet, trafikanter og interessetilknytninger, og privatbilismen i et miljøperspektiv	Ha kunnskap om trafikksystemet med vekt på trafikkmiljø, trafikanter, kjøretøy og veg. Ha kunnskap om ulike trafikanter og interessetilknytninger som kan oppstå. Ha kunnskap om miljøkonsekvenser av privatbilismen og miljøvennlige transportalternativ.	111-125
3.2 Veg, vegoppmerking, skilt og annen trafikkregulering	Kunne sentrale trafikkord og definisjoner. Kunne beskrive ulike anlegg i vegen. Ha kunnskap om vegoppmerking, trafikkskilt, lysregulering og anvisninger i trafikken.	125-129
3.3 Atferd i trafikken	Ha kunnskap om vegtrafikklovgivningen, grunnregler for all trafikk samt kommunikasjon og samhandling. Ha kunnskap om regler som gjelder for bruk av signal og tegn og for fartsavpassing. Ha kunnskap om veggrep og aktuelle fysiske lover. Ha kunnskap om regler som gjelder for plassering på vegen, vikeplikt, rygging og vending, stans og parkering, planovergang, motor- og motortrafikkveg, kjøring i tunnel, kjøring i kø og ved flaskehals samt forbikjøring.	130-185
3.4 Systematisk og automatisert informasjonsinnhenting	Kunne anvende god se-teknikk og vite hva det er viktig å se etter. Kunne oppdage og oppfatte vegkryss, myke trafikanter, hindringer, skilt og oppmerking i god tid. Kunne kjøre inn mot og gjennom kryss med ulik utforming, sikt og regulering. Kunne tilpasse hastigheten i forhold til risiko og sikt ved kjøring mellom vegkryss. Kunne tilpasse fart og valg av plassering i forhold til sikt- og øvrige trafikkforhold	186-190
3.5 Kjøring i bolig-tettsteds- og bymiljø	Ha helhetlig overblikk med tanke på å kjøre med tilpasset hastighet, vise tegn og riktig plassering i ulike typer kryss, i envegsregulerte gater, ved kjøring på veg med flere kjørefelter, i forhold til sikt-, veg- og trafikkforhold og i forhold til forventet atferd fra andre. Kunne overholde vikeplikt, stoppeplikt og plikt til å gi fri veg. Kunne kjøre i forhold til trafikkskilt og vegoppmerking. Kunne forutse og oppfatte særlige risikoforhold og hensyn knyttet til gående, barn, kjøretøy med to hjul, tyngre kjøretøy og dyr. Innta handlingsberedskap når dette er nødvendig. Kunne kjøre økonomisk og miljøvennlig ved å planlegge kjøringen og bruke bilen riktig. Kjøre på en tydelig og presis måte.	190-194

3.6 Kjøreteknikk på høyhastighetsveg	Kunne innta korrekt sittestilling med forankring i seterygg og bilens gulv. Anvende god ratteknikk med god rattkontroll. Kjøre med god kursstabilitet og kunne holde jevn fart ved kjøring rett fram og i kurver samtidig med at blikket beveges. Kunne innhente informasjon om vegen og vegmiljøet. Innta korrekt plassering og svingtidspunkt i kurver. Kunne tilpasse hastigheten før, gjennom og ut av kurven/svingen. Kunne skifte plass og kjørefelt uten unødige fartsendringer. Kunne utføre normal og rask akselerasjon fra 0 til 80 km/t på en økonomisk og miljøvennlig måte. Kunne utføre normal- og nødbremsing fra 80 km/t. Kunne kjøre inn mot og inn på større veg og falle raskt og naturlig inn i trafikkrytmen etter innkjøring. Kunne kjøre korrekt ut av større veg. Være oppmerksom på de særlige risikoforhold som kan knyttes til motorsyklist og tyngre kjøretøy.	194-204
3.7 Samhandling og økonomisk, miljøvennlig og økonomisk kjøring i god samhandling med andre trafikanter	Kunne kjøre med tidlig og fullstendig overblikk over trafikken. Kjøre tydelig med god tegngiving, fartstilpassing, plassering og annen informasjon. Kunne bidra til flyt og trafikkavvikling ved å utnytte luker i vegkryss og ved skifte av kjørefelt. Kunne oppfatte og forstå situasjoner med særlig risiko. Kunne forutse, oppfatte og motvirke risiko for møteulykker. Innta handlingsberedskap når det er nødvendig. Kunne bidra til å redusere køer ved å unngå unødvendig lang avstand til forankjørende gjennom flaskehals. Kunne å bli forbikjørt samt å kjøre forbi.	204-210
3.8 Sikkerhetskurs på bane	Lære å forstå betydningen av å sikre personer og last i bil. Videreutvikle sin evne og vilje til sikker fartstilpassing og å unngå å kjøre på hindringer. Kjenne til årsaker til tap av og vilkår for gjenvinning av kontroll over bilen ved kjøring i sving. Kunne utveksle erfaringer med sine medelever og delta i oppsummering ved å sette ord på egne erfaringer fra opplæringen på banen og dele disse med andre. Vurdere egen kjøredyktighet og egne sterke og svake sider som bilfører. Kjenne til fakta om ulykkesbildet for unge, ferske bilførere.	210-215
Oppsummering	Lesekontroll og gjennomføre selvtest	216-218
3.9 Obligatorisk veiledningstime	Vurdering med vekt på både kjøreteknisk og trafikal kjørekompentanse.	221

Trinn 4 med tema og hovedmomenter med henvisninger til læreboka

Avsluttende opplæring

Tema	Hovedmomenter og sentralt lærestoff	Personbil side:
4.1.1 Bilkjøringens risiko	Ha forståelse for bilkjøringens risiko ved å kjenne til fordelingen av de alvorligste ulykkene i forhold til alder, kjønn og tidspunkt. Kunne gjøre rede for begrepet kjøredyktighet og sammenhengen mellom denne og de krav trafikkmiljøet stiller til bilførere. Kunne drøfte årsakene til de vanligste og alvorligste ungdomsulykkene og foreslå, argumentere for og ta stilling til effektive tiltak for å motvirke disse. Kunne identifisere og beskrive mulige risikofaktorer i en gitt trafikksituasjon, forklare hva risikoen består i og velge ut, beskrive og argumentere for en ønsket atferd. Kunne gjøre rede for hvordan eleven selv påvirker og påvirkes av andre og være bevisst på sin personlige kjørestil med tanke på risiko og miljø.	223-233
4.1.2 Kjørekompetanse i landevegsmiljø og forbikjørings situasjoner	Kunne kjøre på landeveg med varierende standard med særlig vekt på presis kjøreteknikk i kurver. Kunne identifisere og beskrive trafikkmiljøet, forutse og påpeke mulige risikomomenter og angi en hensiktsmessig strategi fremover i tid med vekt på vegens forløp, føreforhold og risiko for møteulykker. Kunne anvende og videreutvikle en miljøvennlig og økonomisk kjøremåte. Oppleve og erfare situasjoner med særlig stor risiko ved inn- og/eller avkjøring fra større veg som krever spesielle løsninger for å ivareta sikkerheten. Kunne utvise en hensiktsmessig atferd og vise vilje til å ivareta egen og andres sikkerhet ved møtende forbikjøring, når en selv blir forbikjørt og ved vurdering av om en forbikjøring kan gjennomføres eller ikke. Oppleve og erfare at forbikjørings situasjoner er vanskelige og de særlige risikoforhold som må vurderes ved en forbikjøring. Kunne gjøre rede for erfaringene fra denne delen av opplæringen i ettertid.	233--243
4.1.3 Planlegging og gjennomføring av kjøring i variert trafikkmiljø	Kunne planlegge en kjørerute og ved hjelp av kart eller annen rutebeskrivelse. Kunne beskrive, forklare og begrunne hvilke forhold føreren må forvente å møte og ta hensyn til i løpet av kjøreturen. Kunne kjøre selvstendig over lengre strekninger i et skiftende miljø som varierer i vegstandard så som typisk landeveg, by- og tettstedsmiljø. Kunne reflektere over og begrunne egne handlingsvalg i etterkant av en situasjon.	243-246

4.1.4 Refleksjon og oppsummering	Utveksle erfaringer med sine medelever, utvikle selvinnsikt, risikoforståelse og evne til å vurdere egen kjørekompetanse ved å bearbeide sine erfaringer og opplevelser. Kunne gjøre rede for egne valg, begrunne disse. Kunne vise evne og vilje til ettertanke og selvkritisk vurdering. Kunne vurdere egne sterke og svake sider som bilførere og velge ut områder med utviklingsmuligheter. Kunne vurdere og ta stilling til ulike løsninger i en gitt problemstilling, gjøre rede for sitt syn og kunne argumentere for dette	246-249
Oppsummering	Lesekontroll og gjennomføre selvtest	250-252

Mottoet må være: Samarbeid gjør oss til sikrere trafikanter!

Lykke til!

© NKI Forlaget