VI LEGER CYKELLEG I MAJ

Kære forældre

I perioden d. 1. – 31. maj deltager [vi/institutionens navn/bestemte stuer] i Cyklistforbundets børnehavekampagne *Vi kan cykle!*

Kampagnen bygger på konceptet ‘Cykelleg’, som er velkendte børnelege som ”Stopdans” og ”Kongens efterfølger” ­flyttet op på en cykel. Børnene bliver dels gode til at cykle, og dels kan vi bruge cykellegene til at arbejde med fx sprog og sociale relationer.

Vi har tilrettelagt kampagneforløbet, så vi skal lege de følgende dage, og det er derfor vigtigt, at I husker at give jeres barn cykel og cykelhjelm med: [Nævn evt. hvis I har lånecykler eller -hjelme til rådighed]

[Institutionens cykellegedage]

Cykelleg gør dit barn sikker på cyklen

I cykelleg lærer dit barn alt, hvad det skal kunne for at blive klar til at bevæge sig ud og øve i trafikken:

* At holde balancen på cyklen ved forskellige manøvrer
* At bremse sikkert
* At se til siden og tilbage uden for meget slinger
* At løfte hånden fra styret og give tegn

Lav cykelleg med dit barn derhjemme

Er du nysgerrig efter, hvad dit barn oplever i Vi kan cykle!-kampagnen, så prøv disse to lege derhjemme:

* **Cykeldjævlen**: Brug kridt el.lign. til at markere en lille cirkelformet cykelbane, som dit barn kan cykle rundt på. Ligesom i Tour de France er du cykeldjævlen, som pludselig springer ud på banen, så dit barn skal cykle uden om dig. Hvis du har en blomstersprøjte, kan du også sprøjte ”djævlestøv” på barnet. Dit barn kan bestemme, hvor ”vild” cykeldjævlen skal være.
* **Cykelprik**: Legen går ud på, at du skal prikke dit barn på skulderen og sende barnet afsted mod en prikdestination i nærheden. Sig fx ”send prikket videre til lygtepælen”. Barnet skal nu cykle hen til lygtepælen og give den et prik, inden hun/han cykler tilbage til dig for at få en ny prikdestination. Det kan fx være grantræet, postkassen etc. I kan også skiftes til at være den, der prikker, og den der cykler.

Vind en ny børnecykel og hjelm

Skal det være dit barn, der vinder en flot, ny cykel med tilhørende hjelm? Så vær med i Cyklistforbundets familiekonkurrence. Læs mere om konkurrencen på [cyklistforbundet.dk/VKCfamiliekonkurrencen](https://www.cyklistforbundet.dk/vikancyklefamiliekonkurrencen2022).

Du kan finde mere inspiration til cykeltræningen på [cyklistforbundet.dk/forældre](http://www.cyklistforbundet.dk/alt-om-cykling/til-foraeldre/). Her kan du og dit barn også teste jeres cykelviden ved at tage ”Cykelmusens quiz”.

Vi glæder os meget til at lege cykelleg med jeres børn.

Venlig hilsen

XX