

Examination Kurvkurs

Alf Söderman, Niklas Lundin,

SMC:s kursvkurser

- KNIX
- BKK
- Gruskurs
- Kurs på Väg



Temat för examinationen är:

”VARFÖR”

Våra övningar

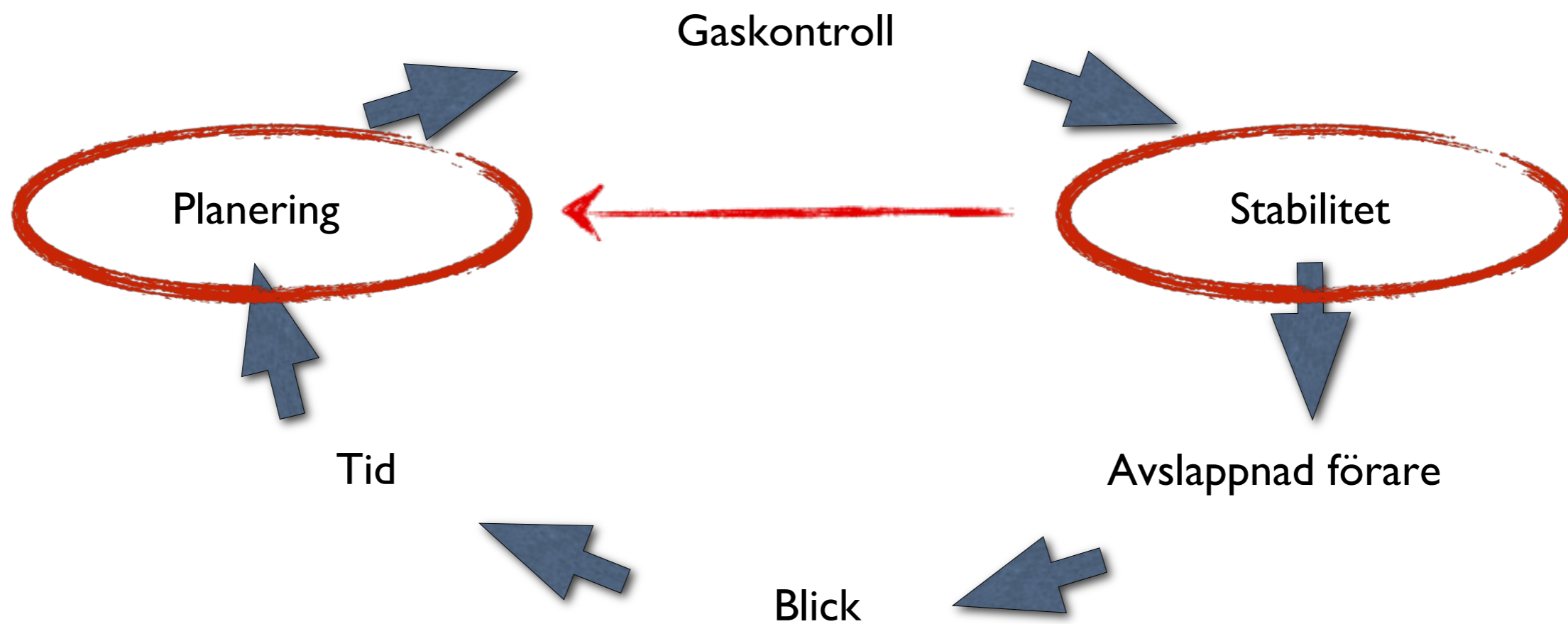
- Steg 1 {
 - Gaskontroll
 - Motstyrning
 - Broms inför kurva
- Steg 2 {
 - Blick (Lyfta blick, blickstyrning)
 - Svängpunkt (placering)
 - Körställning
- Steg 3 {
 - Avslappnad körställning
 - Breddblick
 - Överlevnadsreaktioner

Bromskontroll:

- Broms inför kurva
- Broms i kurva (Oh Shit Brake!)
- Broms in i kurva (Planeringsbroms)



Hur kör vi en MC?



Miljön



Hur kan övningarna användas? Vad syftar de till, vad övas och varför?

- Exempel – du är instruktör i en grupp där du tycker deltagarna kör alldeles för fort för sin förmåga.
- Du tänker – om vi kör med en hand så sjunker farten!
- Så kan övningen absolut användas -effekten blir att farten sjunker, men vad tränar deltagaren på egentligen? Och var det avsikten? Var det "hens" riktiga behov?
- Kunde du gjort på annat sätt?

Mer att fundera över

- Du har en steg 3 grupp, och ska enligt pappret öva bredblick.
- Efter första passet märker du att deltagarna är ganska spända och stressade.
- Hur tänker du?
- Hur kan man öva bredblick? Hur kan du som instruktör följa upp det?

Vad tittar vi på vid examinationen?

- Trafikkoppling
- Manövrering/kontroll MC
- Planeringsförmåga
- Anpassningsförmåga
- Vilja att lära sig
- Samarbetsförmåga
- Pedagogisk förmåga

Hemuppgift

Läs böckerna en gång till och reflektera över övningarna.