



FREMDRIFT I OPPLÆRINGEN

	Øvelse – Tema	Gult: Teori	Dato
TRAFIKALT GRUNNKURS – TRINN 1			
1.1	Trafikkopplæringen		
1.2	Trafikk og førerrollen		
1.3	Mennesket i trafikken og samhandling		
1.4	Trafikkopplæring, øvingskjøring og kjøreeerfaring		
1.5	Plikter ved trafikkuhell og førstehjelp (Førstehjelpskurs)		
1.6	Tiltak ved trafikkulykke (Førstehjelpskurs)		
1.7	Trafikant i mørket (Mørkekjøringsdemonstrasjon)		
GRUNNLEGGENDE KJØRETØY- OG KJØREKOMPETANSE – TRINN 2			
2.6	Gjøre klar for kjøring		
2.6.1	Igangsetting og stans		
2.6.2	Krypkjøring		
2.7	Grunnleggende bruk av bilen i variert terreng		
2.7.1	Bakkestart		
2.7.2	Kort stans ny start i motbakke		
2.7.3	Rattgrep og oppretting mot mål		
2.7.4	Høyre- og venstresving		
2.7.5	Giring og bremsing		
2.7.6	Normalbremsing og normalakselasjon		
2.7.7	Stans ved angitt sted		
2.7.8	Kort stans – ny start		
2.7.9	Nedgiring på flatveg, i utfor- og motbakke		
2.7.10	Valg av gir etter bremsing		
2.7.11	Grunnleggende rygging og parkering		
2.7.12	Vending og vendeteknikk i kryss		
2.8	Grunnleggende kjøretøybehandling i områder med liten trafikk		
2.9	Sikkerhetskontroll av bilen		
2.10	Obligatorisk trinnvurdering		

TRAFIKAL DEL – TRINN 3	
3.1	Kjøremetodikk – del 1
3.2	Kjøremetodikk – del 2
3.3	Atferd i trafikken <ul style="list-style-type: none"> - Plassering og vikeplikt - Rygging og vending – Stans og parkering - Planovergang – motorveg - Kjøring i tunnel - Kjøring i kø og ved flaskehals
3.4	Systematisk og automatisert informasjonsinnhenting
3.4.1.	Kjøreprosessen - kryss
3.4.2	Hindring
3.4.3	Skiltoppmerksomhet
3.4.4	Kupert terreng
3.5	Kjøring i bolig- tettsteds- og bymiljø
3.5.1	Kjøring på flerfeltsveg – feltvalg, feltskifte
3.5.2	Envegskjøring
3.5.3	Kjøring i lyskryss
3.5.4	Rundkjøring
3.5.5	Kjøring i bolig- og bymiljø
3.6	Kjøring i landevegsmiljø
3.6.1	Kjøreteknikk på høyhastighetsveg - motorveg
3.6.2	Kursstabilitet og jevn fart
3.6.3	Innhente informasjon om vegen og vegmiljøet
3.6.4	Kurvekjøring (fart, svingpunkt og plassering)
3.6.5	Skifte av felt/plass, fartsøkning og nedbremsing
3.6.6	Inn- og utkjøring større veg
3.6.7	Å bli forbikjørt og å kjøre forbi
3.7	Kjøring i kø, tunnel og i mørket
3.8	Sikker samhandling
3.9	Obligatorisk trinnvurdering
3.10	Sikkerhetskurs på øvingsbane
AVSLUTTENDE OPPLÆRING – TRINN 4	
4.1.1	Sikkerhetskurs på veg
	Bilkjøringens risiko
4.1.2	Kjørekompetanse i landevegsmiljø og forbikjøringssituasjoner
4.1.3	Planlegging og gjennomkjøring av kjøring i variert trafikkmiljø <ul style="list-style-type: none"> - Planlegging av kjøringen - Kjøring på landeveg med varierende standard - Oppsummering av erfaring
4.1.4	Refleksjon og oppsummering
4.2	Tilstrekkelig øving
KJØRETENTAMEN	

