

## Riskutbildning del 1 MC: Alkohol, andra droger, trötthet samt faktorer och beteenden som medför ökade risker


### Syfte och mål

2 § Riskutbildning del 1 ska lyfta fram risker som är speciella för motorcyklister och ge kunskap om beteenden som är riskfyllda samt förbättra elevens attityder till dessa. Utbildningen syftar också till att ge eleven kunskap och insikt om problemen med alkohol, andra droger och trötthet i samband med körning samt andra faktorer som medför ökade risker. Eleven ska även få kunskap och insikt om vilka konsekvenserna kan bli samt vad som ökar riskerna och hur de kan undvikas.

Eleven ska efter genomgången utbildning inse betydelsen av att ta avstånd från alkohol och andra droger i samband med körning samt vikten av att vara utvilad och koncentrerad som förare. Utbildningen ska ge stort utrymme för reflektion och diskussion.

### Teoretiska moment

3 § Målet är uppnått när eleven

ÅTERGER	REDOGÖR FÖR	SJÄLVVÄRDERING
1. Omfattningen av rattfylleri	8. Hur alkohol och andra droger påverkar kroppen, beteendet och körförmågan på kort och lång sikt	20. Bedömma sin förmåga och motivation att undvika de beteenden och andra faktorer som kan medföra risker i trafiken
2. De regler som gäller för rattfylleri och trötthet	9. Vilka konsekvenserna kan bli om man kör påverkad av alkohol eller andra droger eller om man åker med en förare som är påverkad	
3. Skillnaden i olycksstatistiken mellan olika åldersgrupper och mellan män och kvinnor	10. Vad man kan göra för att undvika att man själv eller andra kör eller åker med förare påverkade av alkohol eller andra droger	21. Värdera det egna ansvaret för sin egen och andras säkerhet i trafiken
4. Skillnad i olycksrisk för motorcykel jämfört med andra transportmedel	11. Vilken betydelse sömnen har och hur trötthet kan påverka föraren i samband med körning	
5. Hur motorcykelns modell och motoreffekt inverkar på olycks- och skaderisk	12. Hur man kan känna igen och uppmärksamma trötthetskänslan	
6. Hur riskerna i trafiken kan påverkas av faktorer som kön, ålder, personlighet, livsstil, grupptillhörighet, stress och grad av körerfarenhet	13. Hur man undviker de risker som trötthet medför i samband med körning	
7. Hur trafiksäkerheten kan påverkas av teknisk utrustning, körning med passagerare, körning i grupp och av situationer som när föraren testar gränser eller kör med lånad motorcykel	14. Hur förarbeteendet påverkas av värderingar och attityder samt vilka konsekvenser det kan få	
	15. Andra trafikanters svårigheter att se motorcyklar och vilka motåtgärder som kan vidtas	
	16. Olika typer av skyddsutrustning och betydelsen av dess synbarhet och rätt användande	
	17. Betydelsen av att ha bra däck, bromsar och lager samt vilka fördelar, begränsningar och risker som finns med olika tekniska system	
	18. Hur olika väglag, väderförhållanden och vägmiljöer påverkar motorcyklisters säkerhet	
	19. Begreppet defensiv körning	