

# Cykelcamp i Børneterapien



**20 BØRN MED FUNKTIONSNEDSÆTTELSE  
INTENSIV CYKELTRÆNING I ÉN UGE  
20 PCT. HURTIGERE PÅ 1 KM  
50 PCT. STIGNING I OPLEVELSE AF EGNE  
CYKELFÆRDIGHEDER**

# Præsentation af cykelcampen



- **Formål:**
  - Bedre cykelfærdigheder
  - Give succesoplevelser og mestringsfølelse
  - Fremme sociale relationer
  - Give færdigheder, som kan overføres til barnets hverdag
- **Målgruppen:**
  - Børn med funktionsnedsættelser i alderen 8-17 år
  - Skal kunne cykle- eller være godt på vej til det

# Præsentation af cykelcampen



- **Setting:**

- 20 børn
- 20 personaler
- Hver dag i en uge
- Primærterapeut på hvert barn
- Specifikke mål for hvert barn
- Daglige evalueringer af mål

En dag på campen:

Morgensamling med opvarmning

Formiddagsaktiviteter/cykelture

Madlavning for madhold – alle havde én maddag i ugen

Frokost

Eftermiddagsaktiviteter/cykelture

# Cases: Christian og Emilia



- **Christian, 12 år, uspecificeret hjerneskade**
  - At køre igennem en bane uden guidning og selv være i stand til at vurdere fart, afstand og kantsten
- **Emilia, 7 år, Cerebral Parese (hemiplegiker)**
  - At holde sig i højre side af vejen
  - At kunne holde fast med venstre (paretiske) hånd på styret
  - Øge distance
  - Skifte gear

# Tests: 1. km., TUG bicycle, STS



Alle børn blev testet dag 1 og 5 samt efter 12 uger til en retest

- 1. km.: måle hastighed over en længere distance
- Sit To Stand: måle styrke i UE
- TUG bicycle: måle opmærksomhed samt evnen til at sætte cyklen i gang og cykle en kortere distance (imitere et lyskryds)

# Resultater –TUG bicycle



	Mandag	Fredag	12 uger
Sekunder	12.4	9.6	10.9
% Ændring		26.5*	1.3

\* Signifikant på 5 % niveau

# Resultater – 1. km



	Mandag	Fredag	12 uger
Min	6,5	5,5	4,6
% Ændring		13.6*	20.2*

\* Signifikant på 5 % niveau

# Resultater – Sit to Stand



	Mandag	Fredag	12 uger
Antal sts	18.3	18.7	18.6
% Ændring		7.4	3

\* Signifikant på 5 % niveau



# Resultater - Christian



- Christian:

	Mandag	Fredag	Retest
TUG	33 sek.	13 sek.	-
1. Km	10, 55 min.	8, 14 min.	-
STS	6	8	-

# Resultater - Emilia



- Emilia:

	Mandag	Fredag	Retest
TUG	12 sek.	10 sek.	12 sek.
1. Km	6, 27 min.	5,56 min	5, 38 min
STS	20	21	23

# Resultater – udvikling i selvevaluering



# Christian - evalueringsskema



Hvor langt er du kommet med dit mål (sæt kryds på strengen)?

Der er lang vej 0,6  X   Jeg har nået det



Hvor langt er du kommet med dit mål (sæt kryds på strengen)?

Der er lang vej   6,9  X  Jeg har nået det



Hvor langt er du kommet med dit mål (sæt kryds på strengen)?

Der er lang vej   5,2  X  Jeg har nået det



Hvor langt er du kommet med dit mål (sæt kryds på strengen)?

Der er lang vej    8,9  X  Jeg har nået det



Hvor langt er du kommet med dit mål (sæt kryds på strengen)?

Der er lang vej    9,0  X  Jeg har nået det

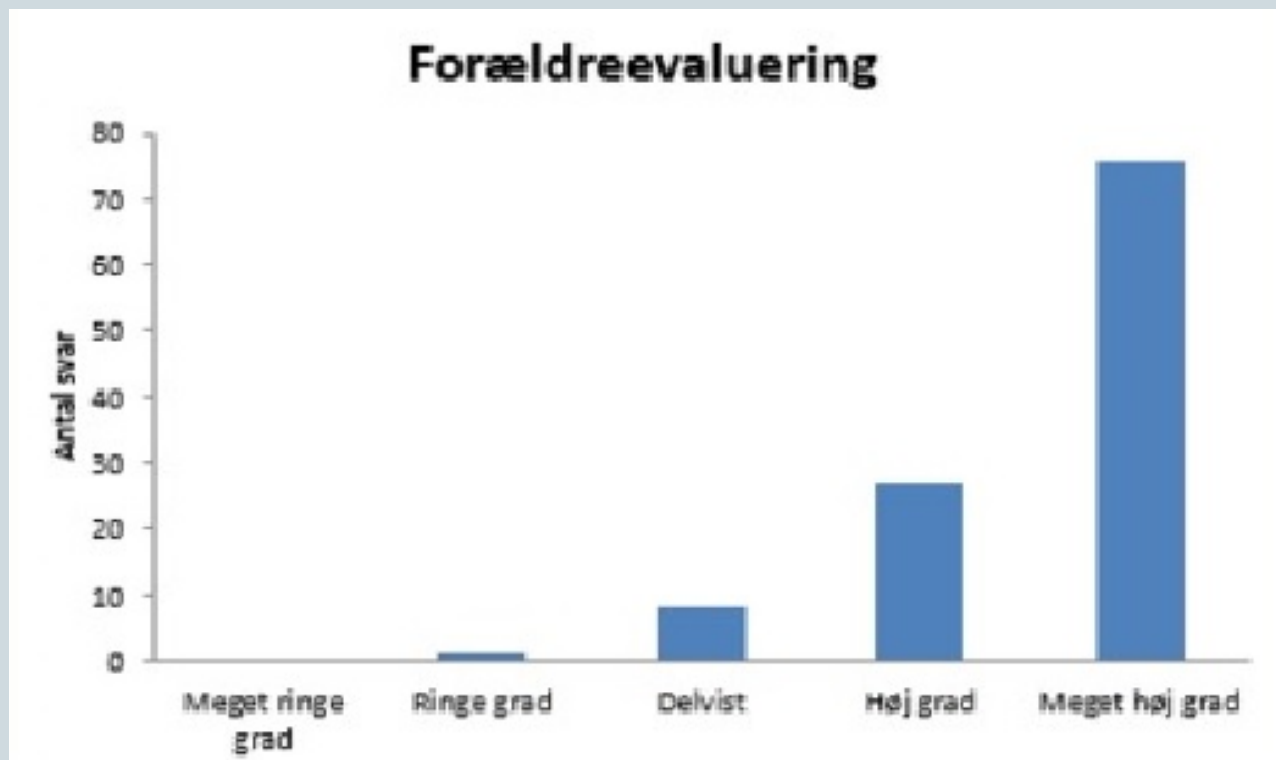


# Resultater - forældreevaluering



- En god oplevelse?
- Gladere ved at cykle?
- Bedre cykelfærdigheder?
- Aktiviteter målrettet det enkelte barn?
- Cykelcampens varighed?
- Social udbytte?
- Skal cykelcampen gentages?

# Resultater - forældreevaluering



# Resultater- forældreevaluering



- **Christian:**

- Kan nu mere selvstændigt
- Være sammen med andre børn og få rørt sig
- En sommerferieaktivitet, der er tilpasset ham

- **Emilia:**

- Blevet mere bevidst om færdselsregler
- Super glad og stolt over egne cykelevner hver dag