



Veiligheid

Doelgroep

Derde leerjaar

Lesdoelen

De leerlingen

- kunnen controleren of hun fiets in orde is.
- verwoorden de risico's van afleiding op de fiets.

Eindtermen

De leerlingen

- 1.19 beseffen dat het nemen van voorzorgen de kans op ziekten en ongevallen vermindert.
- 4.15. beschikken over voldoende reactiesnelheid, evenwichtsbehoud en gevoel voor coördinatie en ze kennen de verkeersregels voor fietsers en voetgangers, om zich zelfstandig en veilig te kunnen verplaatsen langs een voor hen vertrouwde route.
- 4.16. tonen zich in hun gedrag bereid rekening te houden met andere weggebruikers.

Organisatie en materiaal

- Chronometer
- Werkblad voor elke leerling (bijlage 1)
- Fietscontrolekaart voor elke leerling (bijlage 2)
- 1 fiets

Beginsituatie

Leerlingen uit het derde leerjaar beginnen meer en meer fietsverplaatsingen te doen, voornamelijk onder begeleiding van een volwassene. Het is dus belangrijk dat ze zich veilig gedragen op de fiets. Dat doen ze door in de eerste plaats te rijden met een fiets die in orde is en door hun aandacht bij het verkeer te houden. Tijdens deze les leren ze welke onderdelen verplicht zijn op een fiets en hoe ze hun fiets zelf kunnen controleren. Ook afleiding op de fiets en de gevolgen ervan komen aan bod.

Les

Vooraf

Vraag aan de leerlingen wie er vandaag met de fiets is, en laat 1 leerling zijn fiets gaan halen. Deze zet je opzij in de klas.

Instapfase

Laat alle leerlingen aan één kant van de klas gaan staan. Lees de stellingen voor. Als het antwoord voor hen persoonlijk waar is, blijven de leerlingen staan. Als de stelling persoonlijk niet waar is, doen ze één stap naar voor.

- Ik heb een goed werkende bel op mijn fiets.
- Als ik mijn fiets ergens parkeer doe ik hem altijd op slot.
- Ik fiets soms op het voetpad, als dat veiliger is.
- Ik ben nog nooit gevallen met de fiets.
- Op de fiets gebruik ik geen gsm.
- Aan een zebrapad stap ik af en neem mijn fiets aan de hand.
- Als ik fiets, probeer ik achter een groot voertuig te blijven, niet ernaast.
- Op de fiets luister ik niet naar muziek.
- Ik hang geen tassen aan mijn stuur.
- Mijn fiets heeft reflectoren voor- en achteraan, in het voor- en achterwiel en op de pedalen.

Trek samen met de leerlingen de volgende conclusies:

- ➔ *Leerlingen die zich veilig op de fiets gedragen, hebben weinig stappen gezet.*
- ➔ *Leerlingen die zich al eens onveilig gedragen, hebben zich ver verplaatst.*

Verwerkingsfase

Afleidingsspel

Één leerling komt vooraan staan, waardoor er een lege stoel is in de klas. Op een startsignaal moet deze leerling proberen om zo snel mogelijk op de lege stoel te gaan zitten. De andere leerlingen van de klas moeten dat voorkomen door zelf recht te staan en op de lege stoel te gaan zitten. Op een andere plaats is dan een nieuwe stoel vrijgekomen waar de eerste leerling kan gaan zitten. Maar ook daar kunnen weer andere leerlingen op gaan zitten. Neem de tijd op hoelang het duurt dat alle stoelen weer bezet zijn. Speel het spel een aantal keer zodat de leerlingen er handig in worden.

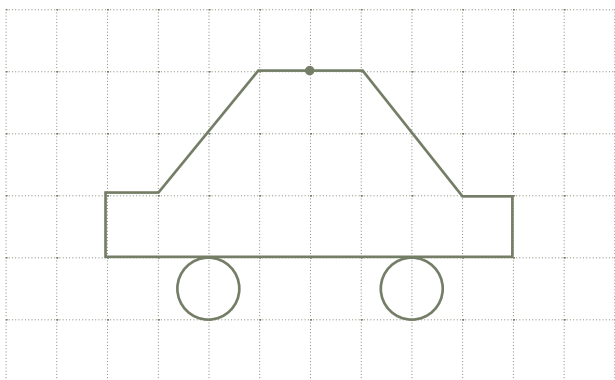
Deel het werkblad met het spelraster (bijlage 1) uit aan elke leerling. De klas speelt het stoelenspel nu opnieuw, maar de leerlingen moeten tegelijk naar instructies luisteren om een tekening te maken. De ene leerling vooraan doet niet mee. Als een van de andere leerlingen zich verplaatst naar een andere

stoel, tekent hij verder op het spelblad dat daar op de bank ligt. De rasters blijven dus liggen op de tafels, de leerlingen nemen enkel een balpen mee als ze van stoel verwisselen.

Neem opnieuw de tijd op van het spel.

Instructies tekening: hou de pagina zo dat de zwarte bol zich onderaan bevindt. De bol is het startpunt.

- Ga 1 vakje naar links
- 2 vakjes schuin omhoog naar links
- 1 vakje naar links
- 1 vakje omhoog
- 8 vakjes naar rechts
- 1 vakje naar beneden
- 1 vakje naar links
- 2 vakjes schuin links naar beneden
- 1 vakje naar links
- Als alles goed gegaan is kan je nu de tekening ondersteboven houden en nog 2 wielen aan de auto tekenen.



Kom samen met de leerlingen tot de volgende conclusie:

- ➔ *twee dingen tegelijk doen, is moeilijk. Ofwel heb je de stoel bezet kunnen houden, maar is de tekening niet gelukt. Ofwel is de tekening wel gelukt, maar werd de stoel snel ingenomen door de leerling die vooraan moest staan.*

Maak nu de link met afleiding in het verkeer: als je op de fiets naar muziek luistert, aan het discussiëren bent met iemand, naar de etalage van een winkel staart, ... ben je minder oplettend en reageer je trager op mogelijke gevaren.

Vraag wie er al eens iets meemaakte in het verkeer doordat hij afgeleid was. Laat enkele leerlingen hun verhaal vertellen.

Laat de leerlingen nadenken over hun eigen gedrag in het verkeer. Ze vullen hiervoor oefening 1 van het werkblad in.

Wat nog belangrijk is om je veilig met de fiets door het verkeer te begeven, is een fiets die in orde is. Zet de fiets centraal in de klas zodat iedereen hem goed kan zien. Vraag de leerlingen welke onderdelen zij denken dat verplicht zijn op een fiets en schrijf deze op het bord. Deel ze onder in de onderstaande kolommen.

Verplicht	Enkel verplicht 's nachts of als het zicht beperkt is tot 200m*	Niet verplicht, wel belangrijk
Bel op 20m hoorbaar	Rood licht achteraan	Zadel op de juiste hoogte
2 oranje reflectoren of een reflecterende band op de velgen van elk wiel	Wit of geel licht vooraan	Banden die goed opgepompt zijn
Een rode reflector achteraan		Goed gesmeerde ketting
Een witte reflector vooraan		Stuur op de juiste hoogte
Reflectoren in de pedalen		Pedalen
2 goed werkende remmen		Frame
		...

* Geef de leerlingen een referentie mee voor de 200 meter. Bv. meet de lengte van de klas, gang, speelplaats, ...

Info voor de leerkracht:

Bij kinderfietsen (bandendiameter 50 cm of minder) zijn reflectoren enkel verplicht 's nachts of als het zicht beperkt is tot 200m. Fietsen met een kleine wioldiameter moeten ook maar één doeltreffende rem hebben.

Leg uit dat niet alle onderdelen volgens de wet verplicht zijn, maar dat ze natuurlijk wel belangrijk zijn en bijdragen tot het rijcomfort. Zo zijn lichten enkel verplicht als de avond valt, in het donker én wanneer de zichtbaarheid beperkt is tot ongeveer 200 m. Dat mag vaste of losse fietsverlichting zijn die mag knipperen of permanent mag branden. Andere fietsonderdelen staan niet vermeld in de wegcode, maar zijn natuurlijk wel essentieel om veilig te fietsen.

Vraag de leerlingen of ze weten hoe hoog je zadel moet staan.

- *Als je op je zadel zit moet je met de bal van beide voeten aan de grond kunnen (voor beginnende fietsers mogen de beide voeten volledig aan de grond kunnen).*
- *Als je naast je fiets staat moet je zadel ongeveer tot aan je heup komen.*

Controleer samen met de leerlingen de fiets in de klas. (Als er meerdere leerlingen met de fiets zijn kan je eventueel alle fietsen laten nakijken.) Gebruik hiervoor de controlekaart in bijlage 2.

TIP: je kan bij de VSV gratis het pakket Fietscontrole aanvragen, met gedrukte fietscontrolekaarten, en een lesfiche over de verplichte onderdelen van een fiets.
<https://www.verkeerschool.be/pakketten/fietscontrole/>

Kijk ook na of het zadel op de juiste hoogte staat voor de leerling van wie de fiets is. Pas het aan indien nodig. Geef de leerlingen de opdracht om thuis zelf hun fiets te controleren met de controlekaart uit bijlage 2 (of uit het pakket Fietscontrole). Laat de leerlingen oefening 3 maken.

Afsluitfase

Laat de leerlingen oefening 4 op het werkblad invullen.

TIP: extra lesmateriaal?

- Lesfiche Klein fietsonderhoud
- Pakket fietscontrole

