

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.

Materiaal en organisatie

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



Les

Beginsituatie

Leerlingen uit het derde leerjaar doen meer en meer fietsverplaatsingen, 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.

Vooraf

Vraag aan de leerlingen wie er vandaag met de fiets is, en laat één leerling zijn fiets gaan halen. Die 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 niet voor hen geldt, 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 steek ik met mijn fiets aan de hand over.
- 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.

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 wieldiameter 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 het zadel moet staan.

- Als je op je zadel zit, moet je met de bal van beide voeten aan de grond kunnen, dus met je tenen plat op de grond (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://basis.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? De VSV heeft een lesfiche gemaakt over het onderhouden van een fiets:

<https://basis.verkeerschool.be/lesfiches/klein-fietsonderhoud/>