

Veiligheid

Doelgroep

3^e leerjaar

Lesdoelen

De leerlingen kunnen:

- controleren of hun fiets veilig en in orde is.
- uitleggen waarom afleiding op de fiets gevaarlijk is.

Materiaal en organisatie

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



Les

Beginsituatie

Leerlingen uit het 3^e 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 1 leerling zijn fiets gaan halen. Die zet je opzij in de klas.

Instapfase

Laat alle leerlingen aan 1 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 1 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

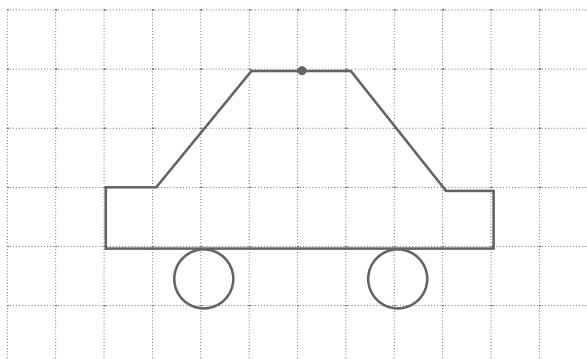
1 leerling komt vooraan staan, waardoor er een lege stoel is in de klas. Op een startsignaal moet deze leerling proberen om zo snel mogelijk op de lege stoel te gaan zitten. De andere leerlingen van de klas moeten dat voorkomen door zelf recht te staan en op de lege stoel te gaan zitten. Op een andere plaats is dan een nieuwe stoel vrijgekomen waar de 1^e 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
 - Is het gelukt? Draai je blad om: zie je de auto?
- Teken er nu nog 2 wielen bij.



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 of iemand al iets gevaarlijks meemaakte op de fiets, omdat hij of zij niet goed oplette. Laat enkele leerlingen hun verhaal vertellen.

Laat de leerlingen nadenken over hun eigen gedrag in het verkeer. Ze vullen hiervoor oefening 2 van het werkblad in.

Om veilig in het verkeer te rijden, moet je fiets ook volledig in orde zijn. 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 drie kolommen:

Verplicht	Enkel verplicht 's nachts of als het zicht beperkt is tot 200m*	Niet verplicht, wel belangrijk
Bel hoorbaar	Rood licht achteraan	Zadel op de juiste hoogte
2 oranje reflectoren of een reflecterende band op 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
		...

* Toon hoe ver 200 meter is: meet samen de klas, speelplaats of de gang.

Info voor de leerkracht:

Bij kinderfietsen (bandendiameter 50 cm of minder) zijn reflectoren alleen verplicht 's nachts of als het zicht beperkt is tot 200 m. Fietsen met een kleine wieldiameter moeten ook maar 1 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

Vraag bij de VSV gratis het pakket Fietscontrole aan, 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

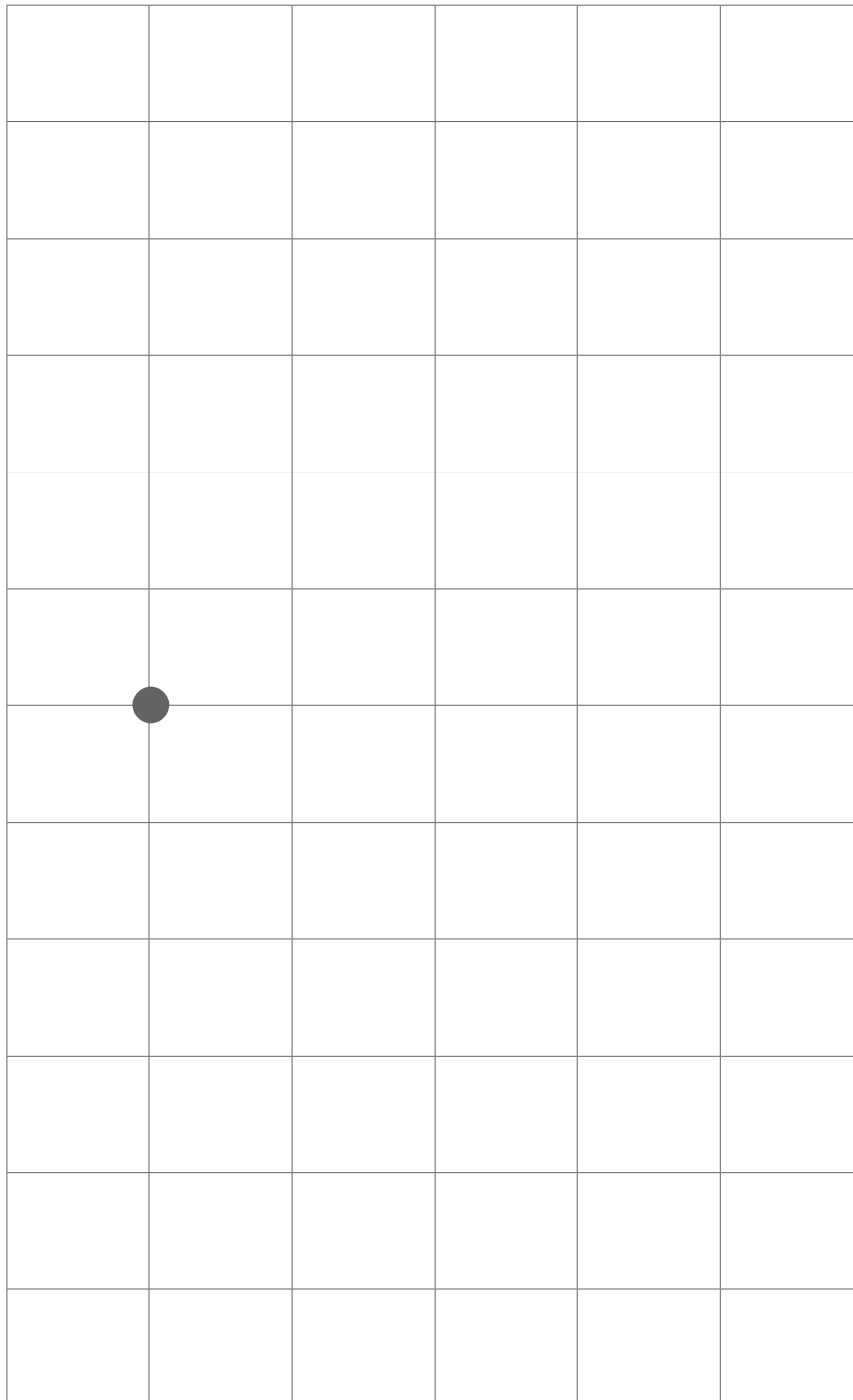
Extra lesmateriaal? De VSV heeft een lesfiche gemaakt over het onderhouden van een fiets:

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

Werkblad

Oefening 1

Zet je potlood op de stip en teken stap voor stap wat je hoort van je juf of meester.



Veiligheid

Oefening 2: rijd ik veilig op de fiets?

Lees de zinnen. Kleur eerst de stellingen met het juiste gedrag groen.
Zet daarna een kruisje: doe ik het altijd, soms of nooit?

	ALTIJD	SOMS	NOOIT
Ik draag een helm op de fiets.			
Als het donker is, doe ik een fluohesje aan.			
Ik geef voorrang aan een voetganger die wil oversteken op een zebrapad.			
Ik fiets zonder handen.			
Ik maak oogcontact met andere bestuurders.			
Ik doe trucjes op de fiets (zoals op 1 wiel rijden)			
Als ik oversteeek aan een zebrapad, stap ik af en ga te voet.			

Oefening 3: veilige fiets?

Wat ontbreekt er op de fietsen? Schrijf het onder de tekening.



Fiets 1:



Fiets 2:



Fiets 3:



Fiets 4:

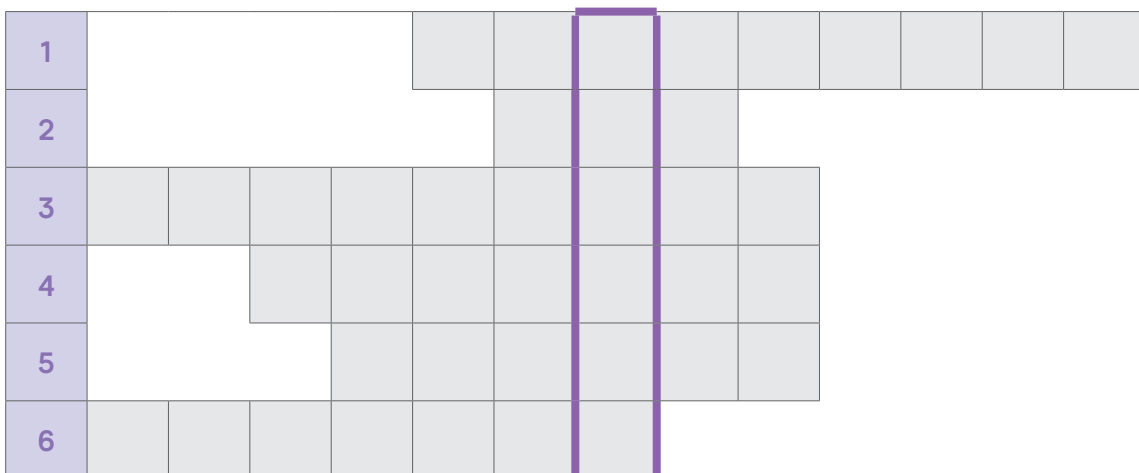
Oefening 4: woordraster

Vul de zinnen aan met de onderstaande woorden.

AFLEIDING – BEL – GEVAARLIJK – MUZIEK – OVERDAG – PEDALEN

1. Afleiding op de fiets is
2. Een ... is verplicht op elke fiets.
3. ... op de fiets zorgt voor meer ongevallen.
4. Reflectoren moeten in de ... , in de wielen en voor- en achteraan op de fiets zitten.
5. Je kan best niet naar ... luisteren op de fiets.
6. Fietsverlichting is niet verplicht, maar wel 's nachts of als de zichtbaarheid minder dan 200 meter is.

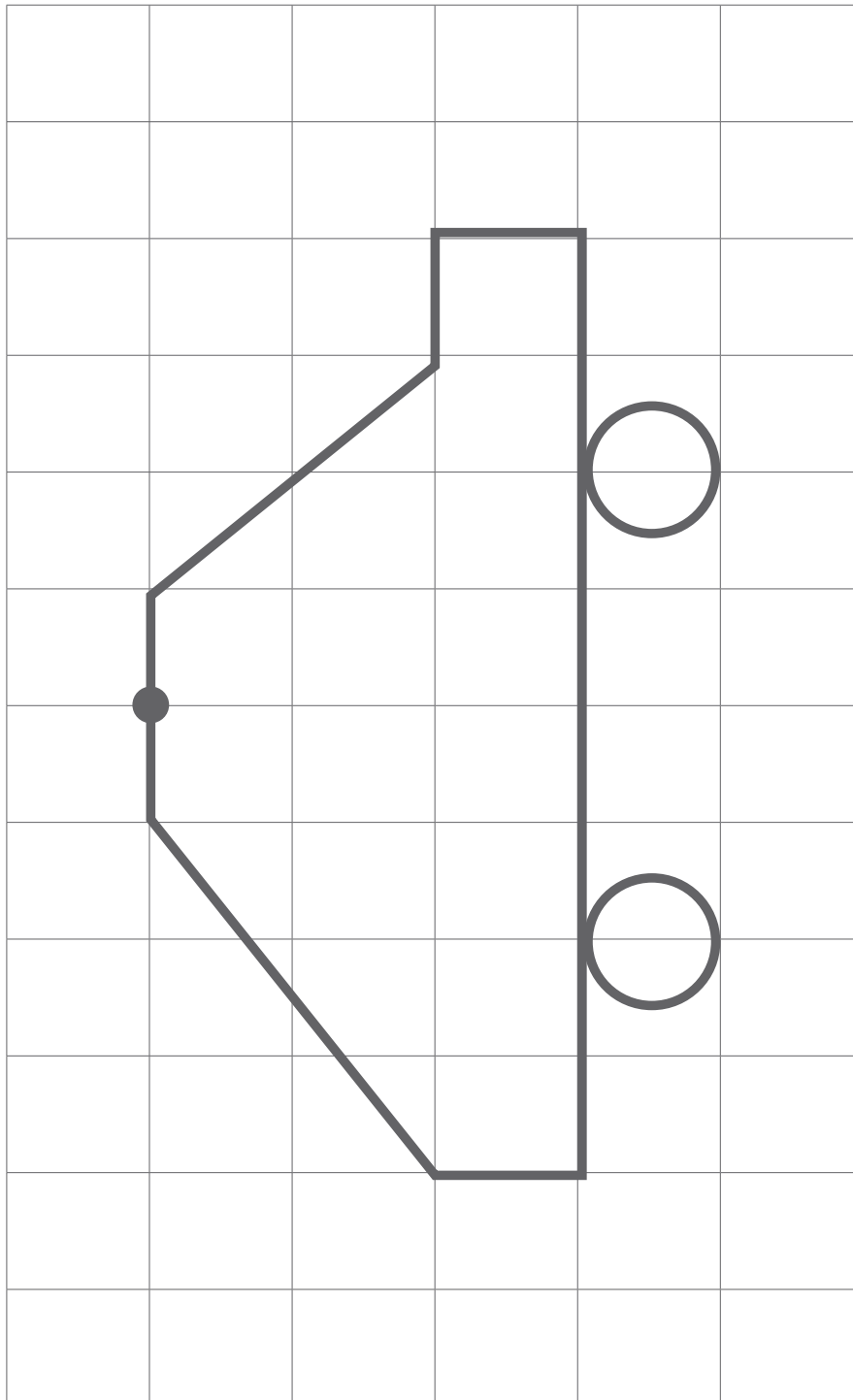
Vul de woorden uit de zinnen in het woordraster in. Welk woord kan je dan verticaal lezen:



Werkblad

Oefening 1

Zet je potlood op de stip en teken stap voor stap wat je hoort van je juf of meester.



Oefening 2: rij ik veilig op de fiets?

Lees de zinnen. Kleur eerst de stellingen met het juiste gedrag groen.
Zet daarna een kruisje: doe ik het altijd, soms of nooit?

	ALTIJD	SOMS	NOOIT
Ik draag een helm op de fiets.			
Als het donker is, doe ik een fluohesje aan.			
Ik geef voorrang aan een voetganger die wil oversteken op een zebrapad.			
Ik fiets zonder handen.			
Ik maak oogcontact met andere bestuurders.			
Ik doe trucjes op de fiets (zoals op 1 wiel rijden)			
Als ik oversteeek aan een zebrapad, stap ik af en ga te voet.			

Oefening 3: veilige fiets?

Wat ontbreekt op de fietsen? Schrijf het onder de tekening.



Fiets 1: bel



Fiets 2: remmen



Fiets 3: rode reflector achteraan



Fiets 4: reflectoren in de pedalen

Oefening 4: woordraster

Vul de zinnen aan met de onderstaande woorden.

AFLEIDING – BEL – GEVAARLIJK – MUZIEK – OVERDAG – PEDALEN

1. Afleiding op de fiets is
2. Een ... is verplicht op elke fiets.
3. ... op de fiets zorgt voor meer ongevallen.
4. Reflectoren moeten in de ... , in de wielen en voor- en achteraan op de fiets zitten.
5. Je kan best niet naar ... luisteren op de fiets.
6. Fietsverlichting is niet verplicht, maar wel 's nachts of als de zichtbaarheid minder dan 200 meter is.

Vul de woorden uit de zinnen in het woordraster in. Welk woord kan je dan verticaal lezen:

1					G	E	V	A	A	R	L	IJ	K
2						B	E	L					
3	A	F	L	E	I	D	I	N	G				
4				P	E	D	A	L	E	N			
5					M	U	Z	I	E	K			
6	O	V	E	R	D	A	G						

Fietscontrolekaart

Wettelijk verplichte uitrusting



Verlichting:

's Nachts, of als het zicht beperkt is tot 200 meter, moet je fiets verlicht zijn. Vooraan moet je een wit of geel licht hebben en achteraan een rood. Dat mag vaste of losse fietsverlichting zijn die mag knipperen of permanent mag branden.

Bijkomende aandachtspunten:

- Zadel:** stevig vastgezet op de juiste hoogte (tenen van beide voeten op de grond).
- Stuur:** stevig vastgezet, iets hoger dan het zadel.
- Wielen:** stevig vastgezet, zonder speling.
- Spaken:** strak aangespannen.
- Velgen:** niet vervormd.
- Banden:** goed opgepompt, geen scheuren, uitstulpingen of afgesleten loopvlak.
- Ketting:** goed gesmeerd, met ongeveer 1 cm speling.
- Pedalen en trappers:** geen speling.
- Frame:** geen roest of beschadiging.