

# Fietsuitrusting

## Doelgroep

5e leerjaar

## Materiaal

- werkblad (bijlage 1)

## Lesdoelen

De leerlingen

- zoeken oplossingen voor problemen die zich kunnen voordoen tijdens woon-schoolverplaatsingen met de fiets én van een fiets die niet in orde is.
- verwoorden hun mening over een fietshelm en een fluohesje.
- kunnen veilig gedrag in het verkeer onderscheiden van onveilig gedrag.



## Les

## Beginsituatie

Leerlingen fietsen op deze leeftijd stilaan alleen naar school. Wat zijn drempels om dat niet te doen? Kunnen we die wegwerken? In deze les bedenken we oplossingen voor mogelijke problemen.

## Instapfase

Schrijf 'Veiligheid in het verkeer' in het midden van het bord (basis van een woordspin). Vraag de leerlingen waaraan ze denken bij dit thema. Vul de woordspin aan met hun antwoorden.

## Alleen naar school?

Sommige leerlingen mogen stilaan zelfstandig naar de school fietsen. Anderen fietsen nog met mama/papa/broer... mee. Organiseer hierover een klasgesprek.

Wie fietst alleen naar school? Wie zou dat graag willen? Waarom mag je niet? Kan je afspraken maken met je ouders?

Deel de werkbladen uit aan de leerlingen. Bij opdracht 1 lezen ze verschillende situaties over fietsen naar school. Laat ze per 2 nadenken over de volgende vragen:

- Wat is het probleem?
- Hoe kan je dat oplossen? Hoe pak je dat aan?

De leerlingen moeten oplossingen bedenken voor:

- te laat op school komen
  - Rik kan een alarm op zijn wekker instellen.
  - Rik kan met zijn ouders een uur afspreken dat hij moet opstaan. Zijn ouders kunnen dat dan mee opvolgen en hem wakker maken als hij zich toch overslaapt.
- een platte band onderweg
  - Als je een paar keer per jaar je fiets (en banden) nakijkt, voorkom je vaak al een platte of kapotte band.
  - Als Kalid een gsm bij zich heeft, kan hij naar zijn ouders bellen.
  - Als hij zelf geen gsm bij zich heeft, maar hij kent wel het telefoonnummer van zijn ouders kan hij ergens aanbellen en vragen of hij naar huis mag bellen.
  - Als hij geen gsm bij zich heeft en ook niet op een andere manier kan bellen, bekijkt Kalid best wat het dichtste bij is: thuis of de school. Vervolgens stapt hij met zijn fiets aan de hand daar naartoe.
- gevallen onderweg
  - Sofie kan best verder naar school fietsen en haar knie op school laten ontsmetten.
  - In het verkeer moet je je aandacht erbij houden. Sofie heeft haar lesje wel geleerd.
- onderweg afgesproken en je vriend(in) is er niet
  - Inne en Esra spreken best een uur af waarop ze mogen vertrekken naar school als de andere er nog niet is.
  - Als je geen uur hebt afgesproken dan kan je na 10 minuten wachten best doorrijden. Zo voorkom je dat je te laat op school aankomt.

### Fietscomfort

Vertel de leerlingen dat rijden met een fiets die niet helemaal in orde is problemen kan geven. Vraag wie er al eens 'technische problemen' heeft gehad met zijn fiets en wat ze toen gedaan hebben. Geef de leerlingen de tijd om hun ervaringen te verwoorden. Overloop met de leerlingen opdracht 2. Hier zien ze 5 problemen staan die ze moeten koppelen aan het fietsonderdeel waarmee iets fout loopt (dat dus de oorzaak is van het probleem). Vervolgens moeten ze voor deze problemen ook een oplossing bedenken. Laat de leerlingen de oefening maken en verbeter klassikaal.

### Helm op Fluo Top

Wat vinden leerlingen van een fietshelm en een fluohesje? Laat ze hun gevoel erbij aanduiden bij opdracht 3 op het werkblad. Laat de leerlingen er even over vertellen aan elkaar.

### Afsluitfase

Grijp terug naar de woordspin die je samen met de leerlingen hebt opgebouwd in de instapfase van deze les. Vraag aan de leerlingen:

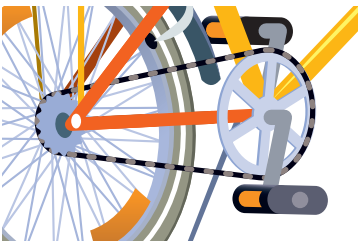
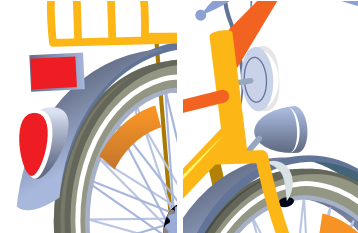
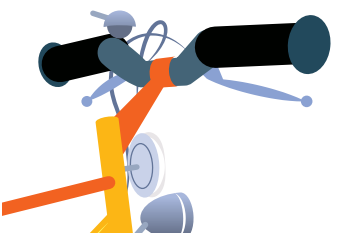
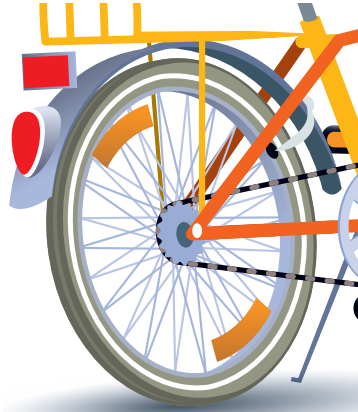
- Wat doen jullie concreet om je veilig te gedragen in het verkeer?
- Wat doen jullie niet?
- Voel jij je klaar om alleen naar school te fietsen?



## Opdracht 2

### Fietscomfort

Koppel de problemen aan het fietsonderdeel waarmee iets fout loopt (de oorzaak). Zoek voor elk probleem een oplossing.

| Probleem                                                    | Oorzaak                                                                             | Oplossing                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ik kan niet met mijn voeten aan de grond.                   |    | Ik vraag aan iemand om mijn ketting er terug op te leggen en ze te smeren.                                                                                                                                               |
| Ik voel elk putje in de weg.                                |   | Ik zet mijn zadel op de juiste hoogte. Dat wil zeggen dat ik met mijn tenen aan de grond moet kunnen terwijl ik op het zadel zit.                                                                                        |
| Ik kan niet snel genoeg stoppen.                            |  | Ik vervang de batterijen van mijn lichten en zorg dat zowel mijn lichten als reflectoren proper zijn.                                                                                                                    |
| Ik kan niet meer trappen.                                   |  | Ik ga naar de fietsenmaker en vraag om mijn remblokjes te vervangen.                                                                                                                                                     |
| De autobestuurders kunnen mij in het donker niet goed zien. |  | Ik kijk eerst op mijn band hoeveel de bandenspanning moet zijn. (Voor kinderfiets: tussen 2 - 2,5 bar) Ik meet mijn bandenspanning met een bandenspanningsmeter. Als de bandenspanning te laag is, pomp ik mijn band op. |

Naam: .....

## Opdracht 1

### Alleen naar school?

#### Situatie 1

Rik slaapt graag lekker uit. Op een schooldag heeft hij telkens wat moeite om op tijd uit zijn bed te geraken. De ochtend verloopt daarom hectisch en Rik vertrekt vaak op het laatste nippertje naar school. Vandaag was Rik te laat in de klas. Daar was hij niet zo trots op. Hij wil dat dit niet meer gebeurt. Hij legt aan de leerkracht uit wat hij zal doen om niet meer te laat op school te komen. Help jij hem?

#### Situatie 2

Het is een mooie dag, de zon schijnt. Kalid fietst naar school en geniet van de rit. Maar opeens, hoort Kalid een hard geluid. Hij kijkt naar beneden en ziet dat hij een platte band heeft. Kalid is geschrokken. Hij wil niet te laat komen op school. Hij stapt van zijn fiets en kijkt om zich heen. Wat kan hij doen?

#### Situatie 3

Sofie is een echte dromer, vaak zit ze met haar hoofd in de wolken. Terwijl ze naar school fietst, denkt ze al aan alle plannen die ze heeft voor het weekend. Daardoor ziet ze niet dat ze recht op een paaltje af rijdt. Sofie probeert de hindernis te ontwijken, maar dat lukt net niet. Ze tikt het paaltje met haar knie en valt. Sofie voelt pijn in haar knie, kijkt naar beneden en ziet dat haar knie geschaafd is. Ze staat recht. Wat kan ze nu doen?

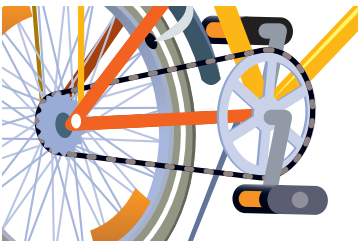
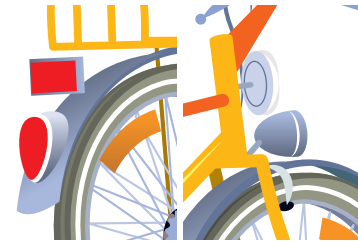
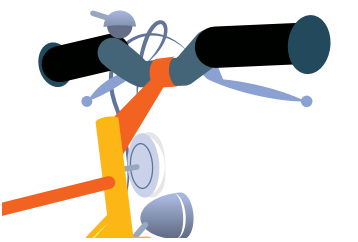
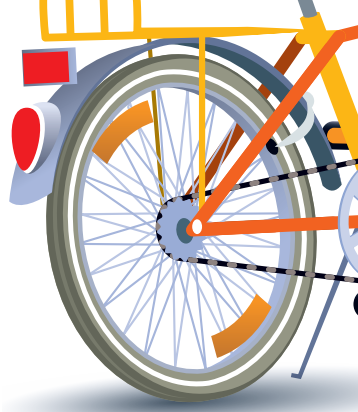
#### Situatie 4

Esra en Inne zijn al jaren de beste vrienden. Elke dag rijden ze samen met de fiets naar school. Nu ze in het 5e leerjaar zitten, mag dat ook zonder mama of papa. Ze vinden het leuk om samen te praten en te lachen terwijl ze fietsen. Vandaag is Inne eerst op het afgesproken punt, wat raar is want Esra moet normaal altijd op Inne wachten. Na 10 minuten is Esra nog altijd niet komen opdagen, dat is niet haar gewoonte. Wat kan Inne best doen?

## Opdracht 2

### Fietscomfort

Koppel de problemen aan het fietsonderdeel waarmee iets fout loopt (de oorzaak). Zoek voor elk probleem een oplossing.

| Probleem                                                                          | Oorzaak                                                                                                   | Oplossing |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Ik kan niet met mijn voeten aan de grond. <input type="radio"/>                   | <input type="radio"/>    |           |
| Ik voel elk putje in de weg. <input type="radio"/>                                | <input type="radio"/>   |           |
| Ik kan niet snel genoeg stoppen. <input type="radio"/>                            | <input type="radio"/>  |           |
| Ik kan niet meer trappen. <input type="radio"/>                                   | <input type="radio"/>  |           |
| De autobestuurders kunnen mij in het donker niet goed zien. <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  |           |

## Opdracht 3

### Helm Op Fluo Top

Wat vind jij van een fietshelm? Omcirkel de woorden waarmee je het eens bent in het groen.

En van een hesje? Omcirkel de woorden waarmee je het eens bent in het blauw.

(eerlijk zijn!)

cool

stom

niet cool

leuk

lelijk

overboodig

verstandig

veilig

noodzakelijk

nutteloos

vervelend

