



Fietsveiligheid en fietsvaardigheid

APRIL

Fietsbellen

Het schoolplein staat vol met fietsen. Kris kras door elkaar. De kinderen krioelen er tussendoor en kijken naar elkaars fietsen. Er zijn fietsen met een mand voorop. Fietsen met versnellingen en echte crossfietsen. Maar waarom moest iedereen nou toch de fiets meenemen naar school van de meester?

Dit weekend heeft Noa samen met zijn moeder nog een bel op zijn fiets gezet. De vorige was kapotgegaan. Zijn moeder zei: "Zo ben jij er ook klaar voor deze week." Zouden de vaders en moeders wél weten wat er aan de hand is? Ze staan allemaal langs het hek te kijken naar de kinderen.

Dan roept de meester: "Dit is meneer Ali van de fietsenwinkel. Hij komt jullie fietsen bekijken. Iedereen netjes naast de eigen fiets gaan staan! Dan komen wij kijken."

Samen lopen ze langs alle fietsen. Ze kijken naar de trappers en de verlichting. Naar de banden en de bagagedragers. Soms draait meneer Ali nog aan een schroefje of voelt hij of iets goed kan draaien. Maar de meeste tijd zegt hij: "Hier word ik erg blij van!"

En nu het parcours! Roept de meester. Op het schoolplein heeft hij gekleurde bollen neergelegd en verkeersborden neergezet. Een voor een gaan de kinderen op de fiets over het schoolplein. Ze maken bochtjes en moeten slalommen. Sasha rijdt hard voorbij en vliegt bijna uit de bocht. "Ho ho," zegt de meester. "Het is geen stuntparcours! Het is een parcours om aan mij

te laten zien dat je veilig kunt fietsen!" Sasha doet het nog een keer. Nu gaat het goed. Op een plek moeten de in volle vaart remmen en hun voet aan de vloer zetten. En op een andere plek moeten ze stoppen om hun fiets over een balk te tillen. Daarna mogen ze verder fietsen. "Waarom is dit meester?" vraagt Sasha als ze weer voorbij komt. "Als er glas op de weg ligt, wil je er veilig overheen kunnen stappen. Zo krijgen en we geen lekke banden." Het blijft toch wel gek. Waarom wil de meester dit nou oefenen?

Als alle kinderen zijn geweest, gaat iedereen weer naast de eigen fiets staan.

De meester staat voor de groep en zegt: "Ik heb goed nieuws. Alle fietsen zijn goedgekeurd. Alle kinderen hebben het parcours veilig gereden. Jullie zijn er klaar voor!"

De kinderen kijken elkaar nieuwsgierig aan. Wat zou hij nou bedoelen?

"We gaan eind van deze week een dagje naar de kinderboerderij. Op de fiets!" De meester kijkt er vrolijk bij. Wat? De kinderen kijken naar elkaar. Is het echt? De ouders steken hun duimen op. Verrassing!

"En dan mogen jullie nu allemaal zo hard mogelijk bellen met je fietsbel!" roept de meester. Iedereen juicht en rinkelt. Wat een leuk uitje! En wat een herrie...!



Fietsveiligheid en fietsvaardigheid

APRIL

Een nieuwe fiets (verhaal voor kinderopvang)

Ashaan en oma staan in de fietsenwinkel. Ashaan krijgt van oma een fiets voor zijn verjaardag. Dan hoeft hij niet meer altijd achterop bij oma, maar kan hij ook zelf stukjes fietsen. Dat is ook wel fijn voor oma, want Ashaan wordt soms een beetje zwaar voor haar.

Meneer Ali van de fietsenwinkel heeft een paar fietsen klaargezet. Een is een beetje groter dan de rest. "Die wil ik!" zegt Ashaan. De fiets is prachtig groen met gele spikkels en heeft witte banden. "We gaan eerst kijken op welke fiets jij past," zegt meneer Ali. Hij pakt zijn meetlint en meet Ashaan van top tot teen. "Je hebt geluk ouwe reus" grapt hij. Je bent groot genoeg voor deze fiets. "Nou, hij wordt wel een beetje zwaar om op te tillen," zegt oma, "maar hij is geen reus".

Ashaan mag op de fiets gaan zitten. Zijn voeten bungelen in de lucht. "Je voeten moeten goed bij de grond kunnen", Zegt meneer Ali. Hij laat Ashaan afstappen en zet het zadel een beetje lager. "Toch geen reus dus." Hij geeft Ashaan een knipoog. Dan zoeken ze nog een mooie fietshelm uit en zet meneer Ali een glimmende bel op het stuur. De fiets is klaar om meegenomen te worden. "Dankjewel oma!" zegt Ashaan. En dan zegt hij tegen meneer Ali: "Ik ben misschien geen reus, maar mijn oma wel. Zij is REUSachtig lief!" En zo is het.

Fietsbellen

APRIL

Hoofdthema:

Fietsveiligheid en fietsvaardigheid

Subthema's

Onderdelen van een veilige fiets, een noodstop maken, veilig op- en afstappen

Begrippen:

Parcours, verkeersbord, stoeprand, fietshelm, fietstas, weg, verkeerslicht, balk



In de groep

- Speel het verhaal af op het digitale schoolbord of op een computer / tablet.
- Bespreek na. Hoe ziet jouw fiets eruit? Zit er licht op jouw fiets? En goede remmen? Wat zijn reflectoren?
- Laat de leerlingen in de verkeersplaat spellen, video's en liedjes ontdekken, alleen of klassikaal.

Praktijkoefeningen

Laat de leerlingen met de fiets naar school of het kinderdagverblijf komen. Bekijk in de groep eerst dit filmpje: <https://youtu.be/lpyR8ppb0qM>. Zet op het schoolplein met pylonen en stoepkrijt een parcours uit. Doe de oefeningen uit het verhaal:

De leerling

- stapt op bij het startpunt en start slim (trapper iets voorbij het hoogste punt in de traprichting. Eén voet staat op de trapper en één voet staat op de grond.)
- stopt net voor de lijn bij de stopstreep en zet één voet op de grond als de fiets volledig stilstaat.
- De leerling fietst scherpe bochten naar links en rechts.
- De leerling remt krachtig met de remmen van de fiets en maakt een noodstop.
- De leerling kijkt over de linkerschouder en steekt de linkerhand uit bij het nemen van een bocht naar links.
- De leerling kijkt over de rechterschouder en steekt de rechterhand uit bij het nemen van een bocht naar rechts.
- De leerling blijft in balans bij lage snelheid. De leerling remt bij hoge snelheid met de remmen van de fiets en maakt een noodstop.
- De leerling tilt de fiets over een hindernis heen.

Kijk voor meer voorbeelden en uitgebreide beschrijving van de oefeningen bij: schoolopseef.nl > [lespakket](#) > [verkeerskunsten](#).

Fietskeuring

Organiseer een fietskeuring op het schoolplein. Het kan met fietsen die toevallig voorhanden zijn, of met de daadwerkelijk voor de gelegenheid mee naar school gebrachte fietsen van de leerlingen.

Zie voor meer oefeningen in de klas of op het plein de tab 'handige links'.

Fietsbellen

APRIL

Hoofdthema:

Fietsveiligheid en fietsvaardigheid

Subthema's

Onderdelen van een veilige fiets, een noodstop maken, veilig op- en afstappen

Begrippen:

Parcours, verkeersbord, stoeprand, fietshelm, fietstas, weg, verkeerslicht, balk



Voor de ouders:

Een groot deel van de fietsongelukken van kinderen komt doordat de fiets niet in orde is, of omdat een kind zelf niet goed kan omgaan met de fiets.

Voorbeelden hiervan zijn:

een rem- of stuurfout maken, afgeleid zijn door de telefoon, niet snel genoeg kunnen stoppen en afstappen. Maar ook: een voetje glijdt van de gladde trapper, een jas blijft haken tijdens het stoppen en afstappen of het kind raakt uit balans door bagage. Controleer daarom regelmatig de fiets van uw kind en zorg dat de fiets is afgesteld op de lengte van uw kind.

Bekijk samen het filmpje met het verhaal en praat erover met uw kind. Werkt alles aan de fiets (nog) goed? Draait alles soepel en makkelijk? Kan uw kind overal goed bij? Kan uw kind in volle vaart goed remmen? Kunnen we oefenen met op- en afstappen en wegfietsen?

Ontdek met uw kind in de verkeersplaat spellen, video's en liedjes.

Tips voor in het verkeer

Een goede fiets is belangrijk. Check daarom regelmatig:

- De remmen
- De verlichting: wit of geel licht vóór en rood licht áchter
- De reflectoren: een rode reflector achterop, doorlopende reflectie aan de zijkanten van voor- en achterband en gele reflectoren op de trappers
- Het stuur met goed vastzittende handvaten en een werkende bel
- Stroeve trappers
- Zorg voor veilig bagagevervoer
De schooltas kan veilig mee achterop de bagagedrager onder stevige snelbinders. Of in een rugzak, met een band over elke schouder.

Zie voor meer tips de tab 'handige links' bij de verkeersplaat op de website.