

Verkeersvaardigheden

5de
leerjaar

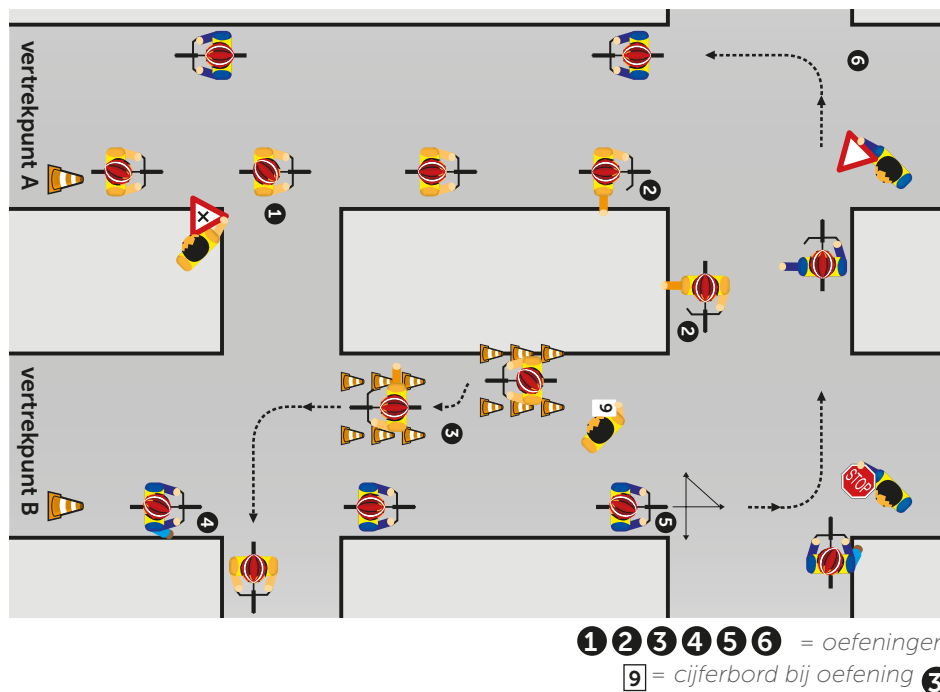
OPSTELLING

Materiaal:

- fietsen
- fluo-hesjes en helmen
- kegels
- cijferbordjes
- voorrangsborden

Afmetingen:

- 20 m op 30 m



Lesfiche 4



50 min.

VERLOOP VAN DE LES

De leerlingen hebben dit schooljaar al geoefend op de volgende fietsvaardigheden:

- vertragen/stoppen en rechtovoet op de grond zetten.
- tijdig remmen.
- omkijken, arm uitsteken en rechts/links afslaan.
- fietser/auto inhalen.

Als de leerlingen de voorrangsregels kennen en beheersen, kunnen zij de concrete verkeerssituaties op een kruispunt inoefenen.

Bouw een fietsparcours met twee vertrekpunten. Vanuit elk vertrekpunt fietsen de leerlingen een route waarbij verschillende verkeersvaardigheden aan bod komen:

Vertrekpunt A:

1. Op een T-kruispunt rechtdoor rijden.
2. Tweemaal naar rechts afslaan.
3. Voorsorteren en links afslaan.

Vertrekpunt B:

4. Op een kruispunt met vier straten rechtdoor rijden.
5. Links afslaan, in een rechte hoek.
6. Voorsorteren en links afslaan.

Vier leerlingen plaats je op het parcours en geef je een (verkeers)bordje. De rest van de klas verdeel je in twee fietsgroepen. Op elk vertrekpunt neemt een groep plaats.

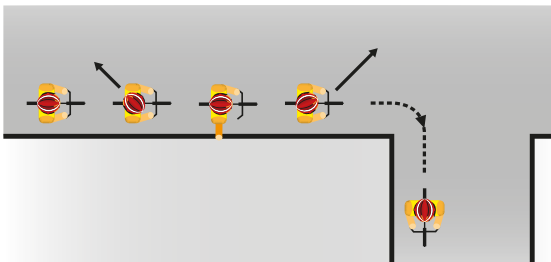
PARCOURS A (1, 2, 3)

De leerlingen stappen rechts op, plaatsen de linkertrapper omhoog en vertrekken door kracht te zetten op de linkertrapper.

Oefening 1: Op een eenvoudig kruispunt met verkeersbord rechtdoor rijden

- Op het kruispunt staat een leerling met een verkeersbordje. De fietser kijkt naar die leerling en voert uit wat er op het bordje staat (vertragen en rechts kijken). Het bordje kan vervangen worden door een ander voorrangsbord. De fietser volgt dan de voorrangsregels die op het bordje staan.

Oefening 2: Tweemaal naar rechts afslaan



- Vertraag bij het naderen van het kruispunt.
- Kijk links achterom naar het achterliggende verkeer.
- Kijk opnieuw vooruit en steek de rechterarm uit.
- Plaats vóór het nemen van de bocht de handen opnieuw op het stuur.
- Neem kort de bocht naar rechts.

Oefening 3: Voorsorteren en links afslaan

- Vertraag bij het naderen van het kruispunt.
- Kijk links achterom naar het achterliggende verkeer, blijf recht tussen de kegels rijden en zeg luidop welk getal er op het bordje staat.
- Steek de linkerarm uit en rijd rustig met twee handen aan het stuur tussen de volgende kegels door naar het midden van de rijbaan.
- Kijk naar tegenliggers en naar het verkeer dat van links en van rechts komt.
- Als het veilig is om over te steken, neem een ruime bocht naar links.

UITBREIDING

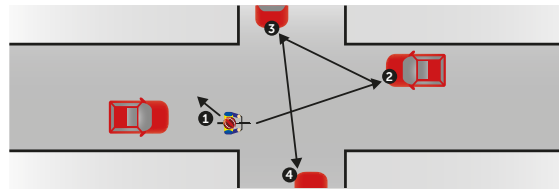
Het beheersen van deze fietsvaardigheden zet de deur open naar het oefenen op een eenvoudig en rustig kruispunt. Wanneer de leerlingen voldoende bewezen hebben dit aan te kunnen en ook de vaardigheden rond fietsen in groep eigen zijn, kun je een fietsuitstap plannen.

INFO AAN OUDERS VANUIT DE SCHOOL

In het echte verkeer zijn fietsers kwetsbare weggebruikers naast het gemotoriseerde verkeer. Houd er rekening mee dat niet alle autobestuurders de voorrangsregels ten opzichte van de fietsers naleven. Daarom is het belangrijk dat de fietser aan zijn eigen veiligheid denkt en zijn voorrang niet altijd opeist.

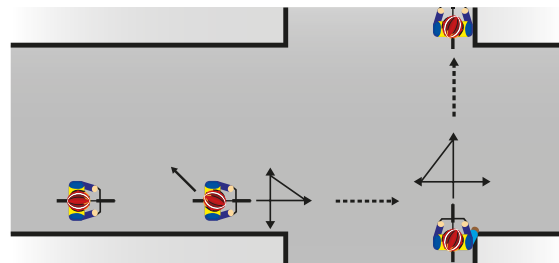
PARCOURS B (4, 5, 6)

Oefening 4: Op een kruispunt met vier straten rechtdoor rijden



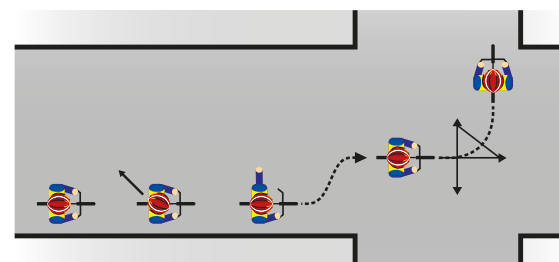
- Stop bij het kruispunt.
- Kijk in 4 stappen naar het verkeer op het kruispunt. We noemen dit de 4-beweging.
- Kijk eerst links achterom (1) naar het achterliggende verkeer.
- Kijk aan het kruispunt naar de tegenliggers (2) en het verkeer dat van links (3) en van rechts (4) komt.
- Als het veilig is om over te steken, fiets rechtdoor.

Oefening 5: Links afslaan in een rechte hoek



- Vertraag bij het naderen van het kruispunt.
- Kijk in dezelfde 4-beweging naar het aankomend verkeer (links achterom, naar tegenliggers, naar links en rechts)
- Als het veilig is om over te steken, fiets het kruispunt over tot aan de hoek van de straat.
- Draai de fiets een kwart draai zodat hij naar het kruispunt kijkt. Pas opnieuw de 4-beweging toe en fiets verder als het veilig is.

Oefening 6: Voorsorteren en links afslaan



- Vertraag bij het naderen van het kruispunt.
- Kijk links achterom naar het achterliggende verkeer.
- Steek de linkerarm uit en rijd daarna met twee handen op het stuur (als het veilig is) naar het midden van de rijbaan.
- Kijk vervolgens uit naar tegenliggers en naar het verkeer dat van links en van rechts komt.
- Als het veilig is, neem een ruime bocht naar links.

Meer oefeningen en informatie in:

- Handleiding 'meester op de fiets' Stichting Vlaamse Schoolsport
- Methode Knipperlicht Nieuw, 5de leerjaar, les 14, Uitgeverij Wolters Plantyn