



OP VERKENNING 4

KOPIEERBLADEN

IN HET VERKEER

Stijn Jacomen
Stefaan Casier



 van in



Naam:

Klas:

 **VSV**
IEDEREEN MEE
VOOR VEILIG VERKEER

Observatiefiche



NAAM OBSERVATOR: _____



NAAM FIETSER: _____



NAAM OBSERVATOR: _____



NAAM FIETSER: _____

Over de linkerschouder kijken	☆☆☆☆☆☆
Slalommen over een korte afstand	☆☆☆☆☆☆
Linker- en rechterarm uitsteken	☆☆☆☆☆☆
Over een oneffen terrein rijden	☆☆☆☆☆☆
Onvoorzien remmen	☆☆☆☆☆☆

Over de linkerschouder kijken	☆☆☆☆☆☆
Slalommen over een korte afstand	☆☆☆☆☆☆
Linker- en rechterarm uitsteken	☆☆☆☆☆☆
Over een oneffen terrein rijden	☆☆☆☆☆☆
Onvoorzien remmen	☆☆☆☆☆☆





Activiteitenfiche – Omkijken over de linkerschouder

Voorziene tijd

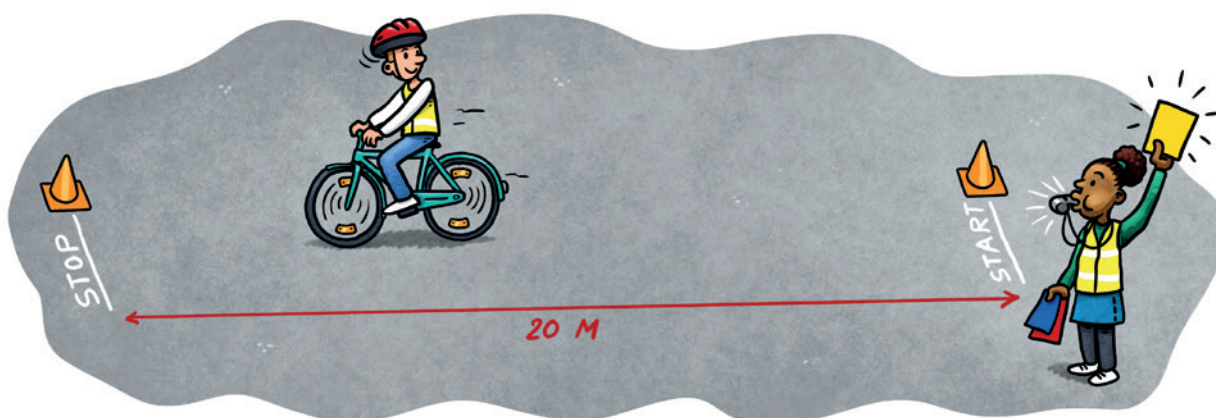
5 minuten

Wat heb je nodig?

- observatiefiche (kopieerblad p. 8)
- een fiets voor elke leerling
- fietshelmen
- een afgebakende ruimte in een beschermde omgeving (speelplaats, afgesloten parking ...)
- drie gekleurde kaartjes
- twee kegels

Organisatie

Zet twee kegels op een afstand van 20 meter van elkaar.



Afspraken

- Hinder elkaar niet.
- Kijk om over je linkerschouder.
- Wissel regelmatig van rol zodat elke leerling evenveel oefenkansen krijgt.

Verloop activiteit

Fietser: Rijd van de ene kegel naar de andere. Als je het fluitsignaal hoort, kijk je over je linkerschouder en zeg je welke kleur papier je ziet. Daarna fiets je rond de kegel terug naar je medeleerling.

Helper: Blaas op het fluitje en steek een gekleurd papier omhoog.

Observator: Observeer, geef feedback en noteer je bevindingen op de observatiefiche.

TIP

Het is belangrijk dat de fietser enkel het hoofd draait, de romp recht houdt en met beide handen het stuur vasthoudt.



Activiteitenfiche – Slalommen over een korte afstand

Voorziene tijd

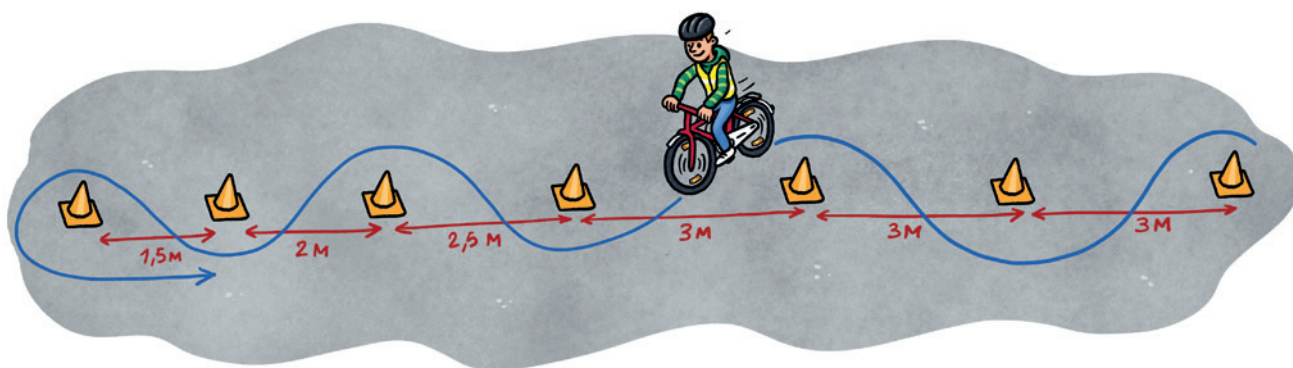
5 minuten

Wat heb je nodig?

- observatiefiche (kopieerblad p. 8)
- een fiets voor elke leerling
- fietshelmen
- een afgebakende ruimte in een beschermde omgeving (speelplaats, afgesloten parking ...)
- zeven kegels

Organisatie

Plaats de kegels achter elkaar. De eerste kegels zet je 3 meter uit elkaar, vanaf de vierde neem je 2,5 meter, dan eentje op 2 meter en ten slotte zet je de laatste kegel op 1,5 meter.



Afspraken

- Hinder elkaar niet.
- Wissel regelmatig van rol zodat elke leerling evenveel oefenkansen krijgt.

Verloop activiteit

Fietser: Vertrek bij de start en slalom tussen de kegels zonder ze te raken. Probeer dat te doen zonder een voet aan de grond te zetten. Bij de laatste kegel rij je terug naar de start.

Helper: Als er een kegel geraakt wordt, zet je die terug op zijn plaats.

Observer: Observeer, geef feedback en noteer je bevindingen op de observatiefiche.

TIP

De leerlingen moeten kijken in de richting waar ze naartoe willen, dus naar de volgende hindernis waar ze op dat moment rond rijden.

Kijken in een richting gebeurt met heel het hoofd, niet alleen met de ogen.

Als het nog niet goed lukt:

- Laat de leerling de bochten eerst heel ruim nemen.
- Zet de hindernissen op voldoende afstand van elkaar en verklein de afstand zodra de leerlingen de techniek beter onder de knie hebben.



Activiteitenfiche – Linker- en rechterarm uitsteken

Voorziene tijd

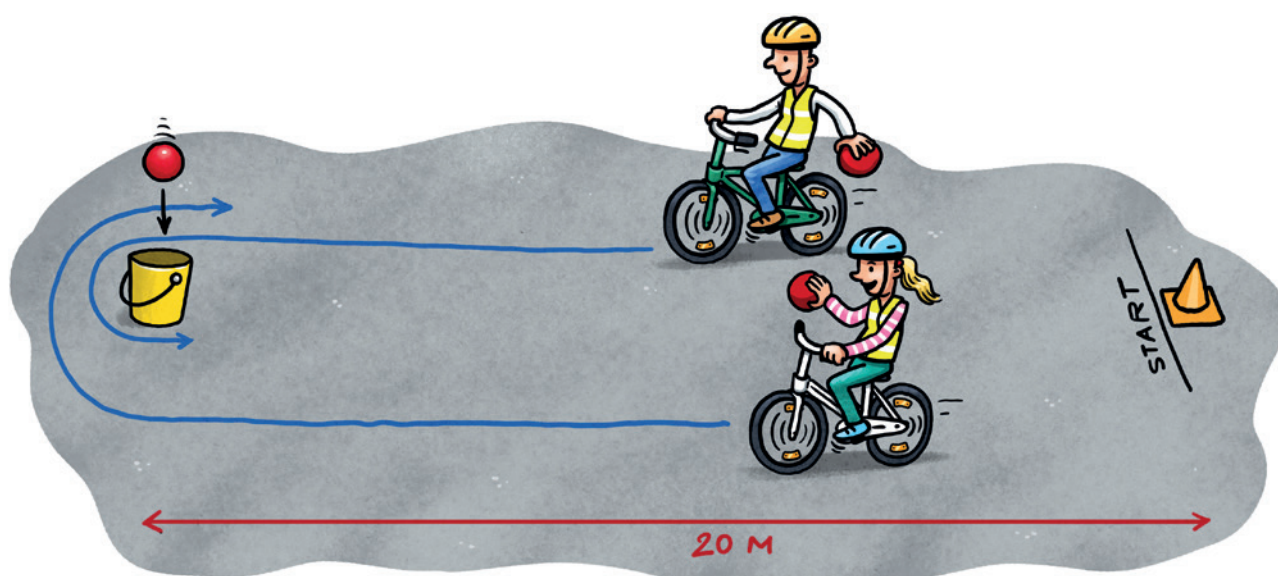
5 minuten

Wat heb je nodig?

- observatiefiche (kopieerblad p. 8)
- een fiets voor elke leerling
- fietshelmen
- een afgebakende ruimte in een beschermde omgeving (speelplaats, afgesloten parking ...)
- één kegel
- één emmer
- tennisballen

Organisatie

Zet een kegel en een emmer 20 meter uit elkaar.



Afspraken

- Hinder elkaar niet.
- Wissel regelmatig van rol zodat elke leerling evenveel oefenkansen krijgt.

Verloop activiteit

Fietser: Neem een tennisbal in je rechterhand. Fiets met de tennisbal in je hand en met een gestrekte arm naar de emmer en gooi de tennisbal in de emmer. Draai al fietsend met beide handen aan het stuur rond de emmer en sluit aan bij de groep. Herhaal deze oefening ook met je linkerarm.

Helper: Zorg dat de tennisbal terug aan het begin is.

Observator: Observeer, geef feedback en vul de observatiefiche in.

TIP

Geef mee dat ze recht voor zich uit moeten kijken door te focussen op een punt in de verte.



Activiteitenfiche – Over een oneffen terrein rijden

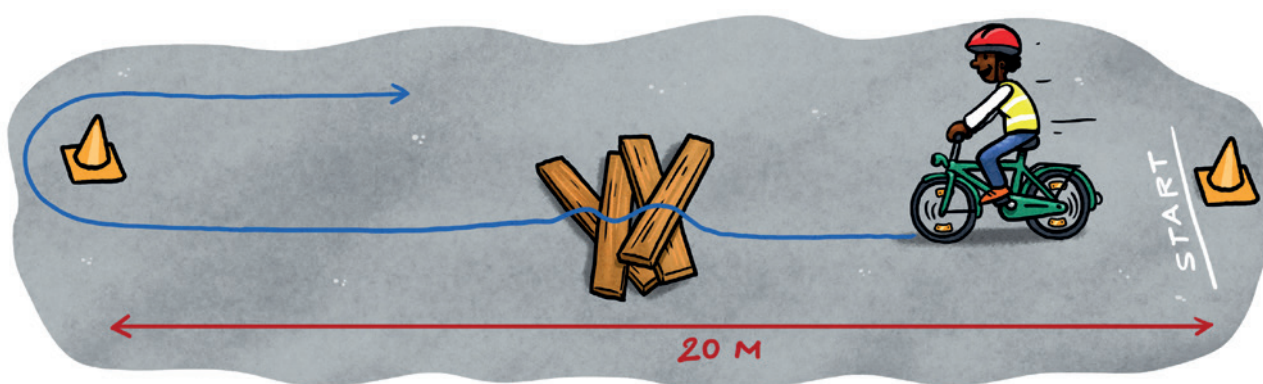
Voorziene tijd

5 minuten

Wat heb je nodig?

- observatiefiche (kopieerblad p. 8)
- een fiets voor elke leerling
- fietshelmen
- een afgebakende ruimte in een veilige omgeving (speelplaats, afgesloten parking ...)
- twee kegels
- takken, plankjes of ander materiaal om een oneffen terrein te creëren

Organisatie



Afspraken

- Hinder elkaar niet.
- Wissel regelmatig van rol zodat elke leerling evenveel oefenkansen krijgt.

Verloop activiteit

Fietser: Start aan de kegel en rij over de takken of plankjes. Probeer niet te stoppen. Draai rond de kegel en keer terug.

Helper: Zorg ervoor dat de takken of plankjes altijd terug bij elkaar liggen.

Observator: Observeer, geef feedback en vul de observatiefiche in.

TIP

- Leerlingen die zich onzeker voelen kun je eerst met de fiets aan de hand laten stappen over de verschillende materialen en ondergronden.



Activiteitenfiche – Onvoorzien remmen

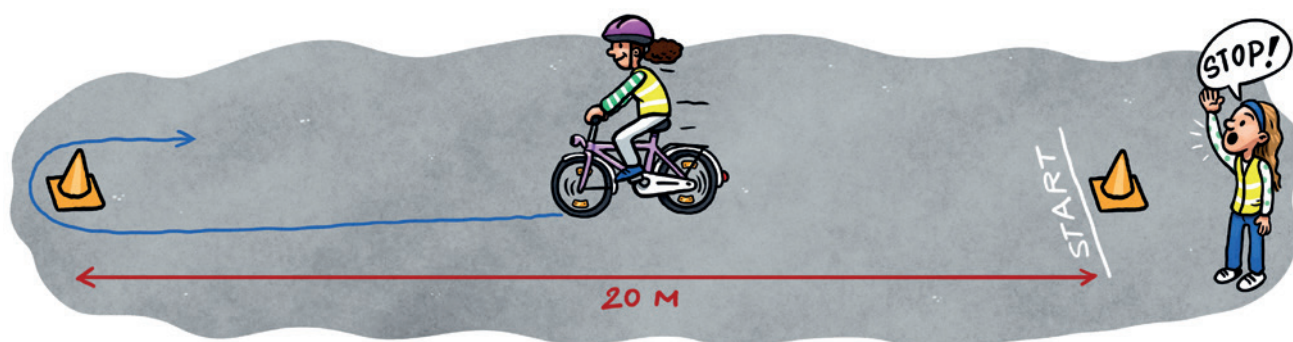
Voorziene tijd

5 minuten

Wat heb je nodig?

- observatiefiche (kopieerblad p. 8)
- een fiets voor elke leerling
- fietshelmen
- een afgebakende ruimte in een beschermde omgeving (speelplaats, afgesloten parking ...)
- twee kegels

Organisatie



Afspraken

- Hinder elkaar niet.
- Wissel regelmatig van rol zodat elke leerling evenveel oefenkansen krijgt.

Verloop activiteit

Fietser: Vertrek bij de startkegel en fiets naar de volgende kegel. Wanneer je 'stop' hoort, stop je onmiddellijk en steek je je hand in de lucht. Fiets verder en draai rond de kegel terug.

Helper: Roep 'stop' om de fietser te laten stoppen. Doe dat twee keer.

Observator: Observeer, geef feedback en vul de observatiefiche in.

TIP

Leg uit dat ze altijd eerst hun achterrem moeten dichtknijpen en dan geleidelijk de voorrem.