

Fietscontrole

Doelgroep

2e en 3e graad lager

Lesdoelen

De leerlingen

- kennen de wettelijk verplichte uitrusting van een fiets.
- kunnen controleren of hun fiets in orde is.
- kunnen hun fietshelm juist opzetten.

Materiaal

- fietscontrolekaart per leerling (bijlage 1)
- balpen per leerling
- overzichtsposter (bijlage 2)
- PowerPoint met fietsonderdelen (bijlage 3)



Les

Beginsituatie

Bij elke fietsles of -uitstap is het belangrijk dat leerlingen een **veilige fiets** gebruiken.

Stimuleer daarom fietscontroles en een goed fietsonderhoud en betrek ook ouders.

Om veilig en comfortabel te fietsen, let je zeker op:

- fietsverlichting
- remmen
- fietsbel
- reflectoren
- kettingspanning
- bandenspanning
- zadel- en stuurhoogte



Vooraf

Breng de leerlingen op de hoogte van de hoogte van de fietscontrole en vraag hun die dag met de fiets naar school te komen. Hun helm brengen ze mee naar de klas.

Print de poster (op A3 als dat kan).

Leskern

Toon via de PowerPointpresentatie de onvolledige fiets op het smartboard.

Laat de kinderen naar de fiets kijken en stel dan deze vragen:

- Is deze fiets helemaal in orde?
- Wat ontbreekt er?
- Welke onderdelen zijn wettelijk verplicht aan een fiets?

Telkens een leerling een juist antwoord geeft, klik je op de genoemde plaats zodat het fietsonderdeel verschijnt.

De verplichte onderdelen zijn:

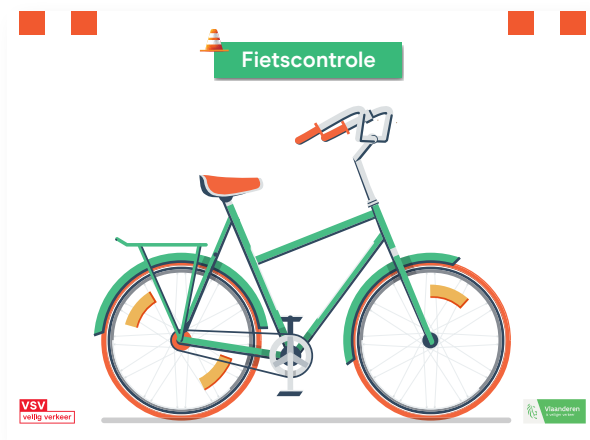
- witte reflector vooraan
- rode reflector achteraan
- in elke pedaal 2 gele/oranje reflectoren
- 2 zijdelingse reflectoren per wiel en/of een witte reflecterende streep op de zijkanten van de banden
- 2 goed werkende remmen (vooraan en achteraan)
- een bel

's Nachts of als het zicht beperkt is tot 200 meter, moet je fiets verlicht zijn met:

- een wit of geel licht vooraan
- een rood licht achteraan

Dat mag vaste of losse fietsverlichting zijn die mag knipperen of permanent mag branden.

Goed werkende fietsverlichting is dus enkel verplicht als de avond valt, in het donker én wanneer de zichtbaarheid beperkt is tot ongeveer 200 meter.



Wat als leerlingen onderdelen noemen die niet verplicht zijn?

Dat is prima, die antwoorden zijn niet 'fout'.

Meestal noemen ze dingen die bijdragen aan het rijcomfort of de veiligheid zoals:

- banden(spanning)
- ketting(spanning)
- zadel en stuur (moeten op de juiste hoogte staan)
- spaken
- velgen
- pedalen
- frame

Laat zoveel mogelijk leerlingen aan bod komen. Als de leerlingen niets meer vinden, benoem je een voor een de onderdelen die nog niet aan bod kwamen. Overloop nog eens alle onderdelen als de fiets compleet is. Herhaling is goed.

Hang de overzichtsposter (bijlage 2) op in de klas. Alle verplichte en bijkomende uitrusting van de fiets staat erop.

ACHTERGRONDINFO VOOR DE LEERKRACHT

Er zijn uitzonderingen: voor sommige fietsen zijn reflectoren niet verplicht. Maar daar hoef je in de klas niet op in te gaan. Alle informatie vind je op <https://www.veiligverkeer.be/veilig-rijden/zichtbaarheid/fietsverlichting-en-reflectoren/>

Safety first

Stel nadien de volgende vraag aan je leerlingen:

Waar kan je, naast een fiets die in orde is, nog voor zorgen om veilig in het verkeer te gaan?

Eventuele bijvragen:

- Wie viel al eens met de fiets? Was je gewond?
- Welke verwondingen komen vaak voor als je valt?
- Hoe kan je je beter beschermen?

Laat de leerlingen vertellen en geef zeker volgende dingen mee:

- In het donker of bij slechte zichtbaarheid kies je best voor reflecterende kledij. Het reflecterend materiaal kaatst licht terug van bv. een voertuig waardoor je beter gezien wordt.
- Als het licht is, draag je best fluorescerende kleuren of lichte kledij.
- Een fluohesje heeft meestal reflecterende stroken en is dus altijd een goed idee op de fiets.

Vertel de leerlingen nog dat een fluohesje niet verplicht is in het verkeer, maar dat het je wel zichtbaarder maakt en dus aangeraden is.

Tot slot: de helmcheck

Een helm is niet verplicht, maar sterk aan te raden.

Wist je dat...

- 1 op 3 gewonde fietsers bij een ongeval hoofd- of hersenletsel oploopt?
- een fietshelm de kans op ernstige hoofdletsels met **60%** vermindert?
- het risico op dodelijke hoofdletsels zelfs daalt met **70%**?

Laat dit filmpje zien en laat de leerlingen daarna zelf een helmcheck doen: <https://youtu.be/eglufCbGJ6s>

Aan de slag in de praktijk: de fietscontrole

1. Ga met de klas naar de fietsenstalling of speelplaats.
2. Leerlingen vormen duo's:
 - Leerling 1 zet zijn fiets op de staander en neemt fietscontrolekaart + balpen.
 - Leerling 1 gaat met zijn fiets aan de hand in de rij staan.

Alle leerlingen met een fiets aan de hand staan naast elkaar.

3. De controle gebeurt klassikaal. Jij noemt elk onderdeel op:
 - “Bel allemaal eens, kan ik iedereen horen?”
 - De leerlingen bellen.
 - “Knijp je voorrem dicht, bol je nog vooruit?”
 - Leerlingen knijpen hun rem dicht.
 - “Heb je een witte reflector vooraan?”
 - De leerlingen kijken of er een witte reflector op hun fiets zit.
 -

4. Ontbreekt er iets?

De leerling **steekt zijn hand op** en zet een stap vooruit. Zo zie je snel welke fietsen **niet in orde** zijn. (afbeelding)

5. De controleur **noteert het gebrek** op de controlekaart.

6. Daarna wisselen de leerlingen van rol: controleurs gaan hun fiets halen, de andere leerlingen krijgen nu een fietscontrolekaart. Iedereen komt aan de beurt.

Laat de fietscontrolekaarten **mee naar huis nemen**. Zo betrek je ook de ouders bij eventuele herstellingen.

