

# Badge Fietzers Zilver



## Handleiding fiets

---

Onderwijsniveau: 2<sup>e</sup> graad lager onderwijs



BRUSSEL MOBILITEIT

GEWESTELIJKE OVERHEIDSDIENST BRUSSEL

# Dankwoord

Deze handleiding werd ontwikkeld in samenwerking met de VSV (Vlaamse Stichting Verkeerskunde).



Deze handleiding is geschreven door COREN vzw en GoodPlanet vzw op verzoek van Brussel Mobiliteit – Directie Mobiliteit en Verkeersveiligheid.



# Voorwoord

Om je te begeleiden in het leerproces voor verplaatsingen te voet en met de fiets heeft Brussel Mobiliteit, samen met COREN vzw en GoodPlanet vzw, verschillende **leerlijnen** ontwikkeld. Met deze leerlijnen trachten we van jouw leerlingen bewuste burgers te maken die de **actieve verplaatsingswijzen** beheersen, en die in staat zijn om hun eigen duurzame mobiliteitskeuzes te maken. De competenties die zij daartoe moeten verwerven, hebben we verwerkt in educatieve pakketten voor voetgangers en fietsers, bestemd voor de **leerkrachten** van de verschillende niveaus van het kleuter- en lager onderwijs.

Elk educatief pakket bestaat uit een praktische handleiding voor de leerkrachten, een controlefiche, een zelfevaluatiefiche en enkele extra oefenfiches. De pakketten bevatten ook beloningen die de leerlingen krijgen na de eindtest en 'Zilveren Fietserskaarten' voor de ouders.

De leerlijn fietsen bestaat uit vier badges, aangepast aan de verschillende niveaus:

- ▶ De Badge Kleine Trappers voor het kleuteronderwijs
- ▶ De Badge Fietsers Brons voor de 1<sup>e</sup> graad van het lager onderwijs
- ▶ De Badge Fietsers Zilver voor de 2<sup>e</sup> graad van het lager onderwijs
- ▶ De Badge Fietsers Goud voor de 3<sup>e</sup> graad van het lager onderwijs

Je hebt nu de handleiding Fietsers Zilver in handen, die leerkrachten uit de **2<sup>e</sup> graad van het lager onderwijs** begeleidt om leerlingen te leren fietsen. De Badge Fietsers Zilver is het vervolg op de Badge Fietsers Brons voor de 1<sup>e</sup> graad van het lager onderwijs. De spelletjes en oefeningen waarmee de leerlingen hun vaardigheden oefenen en ontwikkelen zijn eenvoudig te organiseren. De oefeningen zijn aangepast aan hun leeftijd en hun ontwikkelingsfase. Alle **basisvaardigheden** voor leerlingen van 8 tot 10 jaar komen aan bod, van slalommen tot **grotere uitdagingen** zoals al fietsend over de schouder achterom kijken. Dankzij deze Badge Fietsers Zilver zullen je leerlingen in de eerste plaats hun **stuurvaardigheid** verder ontwikkelen. Aan het einde van deze handleiding vind je onze tips om aan materiaal te geraken voor je school en je leerlingen, alsook een opleidingsaanbod voor leerkrachten en ouders.

Dit educatieve programma is gebaseerd op een publicatie van de VSV (Vlaamse Stichting Verkeerskunde). Wij danken eveneens Pro Velo en Les Ateliers de la rue Voot voor hun tips bij het ontwerpen van deze handleiding.

Fijne fietstocht!



# Inhoudsopgave

<b>1. Inleiding</b> .....	<b>6</b>
1.1. Het STOP-principe.....	6
1.2. Stapsgewijze aanpak leerlijn fietsen.....	8
1.3. Vereiste voorkennis.....	9
1.4. Doelstellingen van de Badge Fietsers Zilver .....	10
1.5. Stapsgewijze aanpak van Badge Fietsers Zilver .....	11
1.6. Goed gebruik van deze handleiding .....	12
1.7. Uitdagingen voor kinderen met specifieke behoeften.....	12
<b>2. Vaardigheden trainen</b> .....	<b>14</b>
Vaardigheid 1: Al fietsend over de schouder achterom kijken.....	15
Vaardigheid 2: Een korte slalom maken.....	20
Vaardigheid 3: Een arm uitsteken .....	26
Vaardigheid 4: Op een oneffen ondergrond rijden .....	31
Vaardigheid 5: Rekening houden met andere weggebruikers.....	35
Vaardigheid 6: Remmen .....	40
Vaardigheid 7: De voordelen van het fietsen opnoemen .....	43
Vaardigheid 8: De basisverkeersregels voor fietsers kennen .....	46
Vaardigheid 9: Zijn/haar fiets kennen en onderhouden.....	50
<b>3. Eindtest van de Badge Fietsers Zilver</b> .....	<b>57</b>
3.1. Voorbereiding.....	57
3.2. De dag van de eindproef.....	58
3.3. Eindproef voor de Badge Fietsers Zilver .....	58
3.4. Het behalen van de Badge Fietsers Zilver .....	69
3.5. Na de eindtest.....	69
<b>4. Waar vind ik de juiste uitrusting?</b> .....	<b>70</b>
4.1. SchoolVervoerPlannen .....	70
4.2. Week van de Mobiliteit.....	71
4.3. Nieuwsbrief schoolmobiliteit .....	71
4.4. Materiaal in bruikleen .....	71
4.5. De ouders betrekken en de leerlingen uitrusten .....	72
<b>Bijlagen</b> .....	<b>74</b>

# 1. Inleiding

Jonge kinderen uit de lagere school verplaatsen zich niet vaak zelfstandig. Sommige kinderen beginnen zich in het 4<sup>e</sup> leerjaar, vanaf de leeftijd van 10 jaar, alleen te verplaatsen voor korte afstanden (om naar school of naar vrienden te gaan bijvoorbeeld). Alle kinderen nemen in elk geval al deel aan het verkeer, bijvoorbeeld als voetganger begeleid door een volwassene of met de step op het voetpad. Er zijn bovendien ook meer en meer kinderen die meefietsen met hun ouders.

Daarom is het van belang om het leerproces rond duurzame mobiliteit vroeg te starten. Zowel ouders als leerkrachten spelen hierbij een belangrijke rol. In deze handleiding richten we ons tot jou als leerkracht.

De opbouw van deze Badge Fietsers Zilver volgt de verschillende stappen in het leerproces van de kinderen. Het is belangrijk dat ook jij als leerkracht goed weet hoe dat leerproces in elkaar zit (zie punt 1.2.).

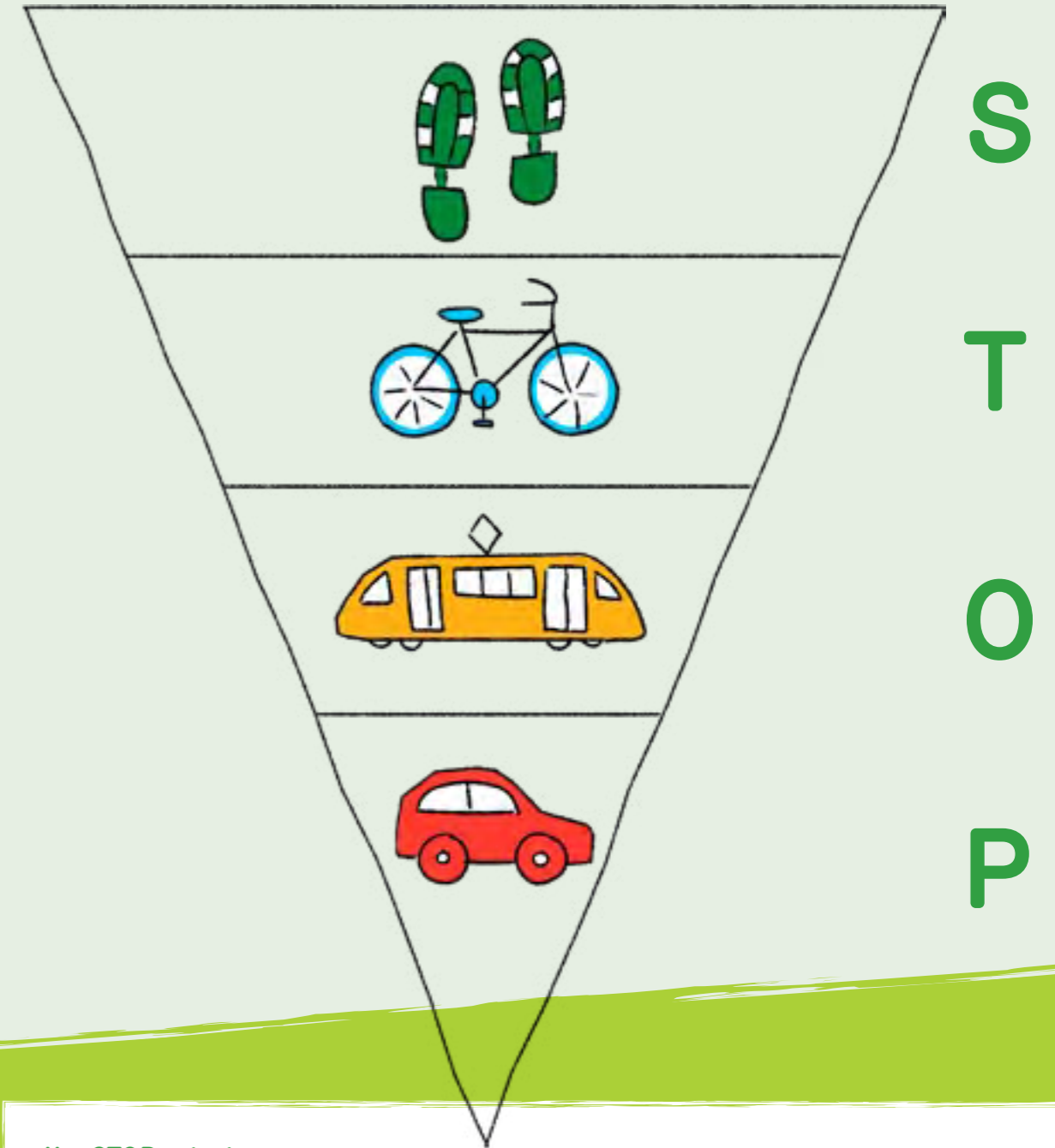
Deze handleiding spitst zich toe op het trappen, de 2<sup>e</sup> verplaatsingswijze in het STOP-principe.

## 1.1. HET STOP-PRINCIPE

Het STOP-principe staat voor een prioritering van de verschillende verplaatsingswijzen. Het idee dat het STOP-principe promoot, is in de openbare ruimte voorrang te geven aan voetgangers (Stappen), gevolgd door fietsers (Trappen), daarna het openbaar vervoer (O) en tot slot personenwagens (P). In de praktijk leidt dit principe tot een veel actievere (en dus gezondere) bevolking, minder files en minder luchtvervuiling door auto's.



## PRIORITEITSVOLGORDE VAN DE VERPLAATSWIJZEN



### Het STOP-principe

- ➔ S = **STAPPEN** (1 tot 2 km)  
Trek goede schoenen aan en leg korte afstanden te voet af!
- ➔ T = **TRAPPEN** (2 tot 5 km)  
Is de afstand iets groter? Haal je stalen ros van stal!
- ➔ O = **OPENBAAR VERVOER** (>5 km)  
Bussen, treinen, trams en metro's brengen je nog verder.
- ➔ P = **PERSONENWAGEN**  
Zijn de eerste drie verplaatsingswijzen geen optie? Neem in dat geval de auto. Je kan ook carpooling of autodelen overwegen.

## 1.2. STAPSGEWIJZE AANPAK LEERLIJN FIETSEN

Onderstaande leerlijn toont waar de leerlingen zich bevinden in het educatieve traject dat wij aan de hand van onze Badges hebben uitgestippeld.

Kleuterschool	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Oefeningen voor de Badge Kleine Trappers</li> <li>➤ Training en eindproef voor de Badge Kleine Trappers</li> </ul>	Evenwicht
1 <sup>e</sup> leerjaar	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Oefeningen voor de Badge Fietsers Brons</li> <li>➤ Training en eindproef voor de Badge Fietsers Brons</li> </ul>	Behendigheid
2 <sup>e</sup> leerjaar		
✓ 3 <sup>e</sup> leerjaar	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Oefeningen voor de Badge Fietsers Zilver</li> <li>➤ Training en eindproef voor de Badge Fietsers Zilver</li> </ul>	Stuurvaardigheid
✓ 4 <sup>e</sup> leerjaar		
5 <sup>e</sup> leerjaar	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Oefeningen voor de Badge Fietsers Goud</li> <li>➤ Training en eindproef voor de Badge Fietsers Goud</li> </ul>	Verkeersvaardigheid
6 <sup>e</sup> leerjaar		



## 1.3. VEREISTE VOORKENNIS

De Badge Fietsers Zilver is het vervolg op de Badge Fietsers Brons van de 1<sup>e</sup> graad lager onderwijs. **Het is dus nuttig om na te gaan of jouw leerlingen de vaardigheden uit de vorige handleiding behaald hebben**, alvorens met deze handleiding aan de slag te gaan.

Dit betekent niet dat een klas die nog geen voorafgaande fietstraining heeft gevolgd, niet mag beginnen met de oefeningen voor de Badge Fietsers Zilver. Het betekent enkel dat de leerlingen misschien wat meer moeilijkheden zullen ondervinden bij het aanleren van bepaalde begrippen en vaardigheden.

Op het einde van de Badge Fietsers Brons moeten de leerlingen behendig kunnen fietsen in een beschermde omgeving (speelplaats, sportzaal ...). Tijdens dat leerproces werden de volgende vaardigheden verworven:

- Met de fiets aan de hand stappen
- Opstappen en vertrekken
- Rechtdoor rijden
- Evenwicht behouden bij traag rijden
- Slalommen
- Stoppen en afstappen
- De voordelen van het fietsen opnoemen
- De juiste plaats aanduiden waar een fietser moet rijden
- Zijn/haar fiets kennen

Om te kunnen starten met de Badge Fietsers Zilver moeten jouw leerlingen op een fiets met trappers kunnen rijden en daarbij hun evenwicht behouden. Als je merkt dat deze basisvaardigheden nog niet helemaal verworven zijn, aarzel dan niet om nog wat te oefenen aan de hand van de spelletjes en oefeningen van de Badge Kleine Trappers (voor het leren fietsen met trappers) en van de Badge Fietsers Brons (om hun fietsbehendigheid te ontwikkelen).

## 1.4. DOELSTELLINGEN VAN DE BADGE FIETSERS ZILVER

De Badge Fietsers Zilver omvat twee doelstellingen voor de leerlingen van het 3<sup>e</sup> en 4<sup>e</sup> leerjaar: goed kunnen fietsen in een beschermde omgeving en de leefwereld van een fietser ontdekken. Deze twee doelstellingen zijn omgezet in negen vaardigheden, die je zal kunnen beoordelen tijdens de eindproef voor het behalen van de Badge. Dankzij de oefeningen in deze handleiding en de bijkomende fiches zal je één voor één en gaandeweg aan de vaardigheden kunnen werken.

In dit stadium van het leerproces gaan de leerlingen nog niet met de fiets de straat op. Dat zullen ze doen bij de Badge Fietsers Goud. Als je echter aanvoelt dat een uitstap buiten de schoolmuren hen zou motiveren, en je voelt dat ze er klaar voor zijn, aarzel dan niet om al een kleine uitstap te organiseren, bv. naar een dichtbijgelegen park.

Doelstellingen	Vaardigheden
<b>Fietsen</b>	1. Al fietsend over de schouder achterom kijken
	2. Een korte slalom maken
	3. Een arm uitsteken
	4. Op een oneffen ondergrond rijden
	5. Rekening houden met andere weggebruikers
	6. Remmen
<b>De leefwereld van een fietser ontdekken</b>	7. De voordelen van het fietsen opnoemen
	8. De basisverkeersregels voor fietsers kennen
	9. Zijn/haar fiets kennen en onderhouden

## 1.5. STAPSGEWIJZE AANPAK VOOR DE BADGE FIETSERS ZILVER

Het behalen van de Badge Fietsers Zilver met je leerlingen verloopt in verschillende, logisch opgebouwde stappen:

STAP  
1

### Vorbereiding

- Lees deze handleiding goed door.
- Breng je collega's en je directie op de hoogte.
- Informeer de ouders dat hun kinderen aan fietsvaardigheden werken.
- Controleer of de fietsen van je leerlingen (of van de school) in goede staat zijn (werkende remmen, opgepompte banden, aangepaste zadelhoogte).

STAP  
2

### Vaardigheden oefenen of bespreken

- Oefen of bespreek met je leerlingen de vaardigheden vermeld in de tabel op vorige pagina. Verderop in deze handleiding vind je voor elke vaardigheid aangepaste oefeningen. Deze negen vaardigheden zullen worden beoordeeld tijdens de eindproef.

STAP  
3

### Het parcours voor het behalen van de Badge Fietsers Zilver

- Stel het parcours op.
- Oefen op dit parcours om je leerlingen voor te bereiden.
- Evalueer de leerlingen aan de hand van de controlefiche.

STAP  
4

### Het behalen van de Badge Fietsers Zilver

- Noteer de sterke punten en de aandachtspunten van elke leerling op de Zilveren Fietserskaart, die bedoeld is voor de ouders.
- Deel de beloningen uit aan de leerlingen.
- Doe de zelfevaluatie-oefening met je leerlingen.



## 1.6. GOED GEBRUIK VAN DEZE HANDLEIDING

Om jouw leerlingen goed 'op weg' te helpen, hebben wij een selectie gemaakt van oefeningen voor elke vaardigheid, die elkaar logisch opvolgen. We adviseren je om de volgorde in deze handleiding aan te houden voor een vlotte ontwikkeling van de fietsvaardigheden van je leerlingen. Elke oefening kan meermaals herhaald worden doorheen het schooljaar om de vaardigheid goed te verankeren.

Vertrouw op jouw oordeel en op je kennis van de vaardigheden van je leerlingen om te weten aan welke oefeningen je meer tijd zal moeten besteden. Laat ook ruimte voor creativiteit en flexibiliteit: je moet je uiteraard aanpassen aan jouw leerlingen, de schoolomgeving, de activiteiten van de school en de externe hulp waarop je een beroep kan doen.



## 1.7. UITDAGINGEN VOOR KINDEREN MET SPECIFIEKE BEHOEFTE

Ongeveer 7,5 procent van de Nederlandstalige schoolkinderen in het basisonderwijs in Vlaanderen en Brussel blijken minstens één stoornis te hebben zoals ADHD, dyslexie of autisme\*. De meeste van die kinderen volgen gewoon onderwijs en zijn, zeker als hun beperking weinig zichtbaar is, niet altijd gediagnosticeerd.

Deze kinderen worden, in vergelijking met leeftijdsgenootjes, met extra uitdagingen geconfronteerd, zoals:

- Onvoldoende besef van gevaar
- Verhoogde afleidbaarheid
- Moeite of onvermogen om achtergrondstimuli weg te filteren
- Hogere mate van impulsiviteit
- Meer rusteloosheid en minder geduld (bv. niet in staat zijn te wachten)
- Grotere cognitieve- en leerproblemen
- Moeilijkheden met ruimtelijke oriëntatie en hun weg te vinden
- Moeilijkheden met begrippen zoals links, rechts, voor, achter, boven, onder
- Moeilijkheden bij het begrijpen van complexe opdrachten
- Moeite om zich het perspectief van een ander in te beelden
- Lager zelfvertrouwen vanwege de uitdagingen hierboven

\*Bron: Wim van den Broeck, VUB, 2012.



Voor zij betrouwbaar op de veiligheidsregels kunnen terugvallen moeten deze vaak herhaald worden, tot ze een automatisme worden.

We geven je enkele **tips**, niet om deze leerlingen apart te remediëren, maar **om toe te passen in de hele groep**. Ook neurotypische kinderen hebben voordeel aan deze methoden:

- Gebruik heldere taal en geef eenduidige opdrachten
- Leer de leerlingen om hulp te vragen
- Compenseer waar nodig door hulpmiddelen toe te staan die de zelfredzaamheid vergroten, zoals een 'spiekbriefje' met icoontjes dat het kind mag bijhouden
- Maak gebruik van meerdere manieren om te visualiseren: pictogrammen, uitbeelden, poppetjes of filmpjes
- Werk met deeltaken: 'stap voor stap'
- Leg uit waarom een regel geldt
- Gebruik naast 'links – rechts' ook steeds de benaming 'beide kanten'

# 2. Vaardigheden trainen

De handleiding heeft tot doel de verschillende vaardigheden verbonden aan de ontwikkelingsfasen van het kind te oefenen en te testen. De oefeningen zijn ingedeeld volgens de negen vaardigheden die je leerlingen moeten beheersen om hun Badge Fietsers Zilver te behalen. Ze zijn gerangschikt volgens moeilijkheidsgraad. Je begint dus het best met de eerste oefening. Als je deze opbouw volgt, werk je steeds in de juiste ontwikkelingsfase van je leerlingen.

## In de praktijk

De zes praktische vaardigheden van de Badge Fietsers Zilver worden geoefend via spelletjes die elk tussen de vijf en de tien minuten duren.

Voor veel van deze oefeningen heeft elk kind een fiets nodig. Je kunt aan de kinderen vragen hun eigen fiets mee te brengen. Dat moedigt hen ook aan het traject tussen thuis en de school te ontdekken en doet hen zin krijgen om zich te verplaatsen met de fiets. In het laatste hoofdstuk van deze handleiding geven we ook mogelijkheden om fietsen aan te schaffen voor de fietsvloot van de school.

De drie gedragscompetenties van de Badge Fietsers Zilver moeten geoefend worden aan de hand van de bijgevoegde fiches en afbeeldingen. Deze drie vaardigheden (7, 8 en 9) kunnen tijdens het leerproces op verschillende momenten en meermaals aan bod komen.

Naar het einde toe kan je het parcours van de eindproef al eens opstellen zodat de kinderen kunnen oefenen. Zo is de opstelling op de dag van de proef voor jou en voor de leerlingen geen verrassing meer.



## VAARDIGHEID 1 AL FIETSEND OVER DE SCHOUDEr ACHTEROM KIJKEN

### Opmerking

In de vorige handleidingen gaven we de raad te spreken over 'de beide kanten' als je de leerlingen moest vragen naar rechts en naar links te kijken. Nu hebben de leerlingen de leeftijd bereikt waarop ze de termen 'links' en 'rechts' kunnen begrijpen. Voortaan kan je deze dus gebruiken.

### Doel

De leerlingen zijn in staat over hun linker- of rechterschouder achterom te kijken zonder te slingeren of van hun rechte lijn af te wijken. In het verkeer zullen ze meestal over hun linkerschouder moeten kijken om andere voertuigen in het oog te houden. Toch is het belangrijk dat ze ook over hun rechterschouder achterom leren kijken.

### Tip

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

## Namen noemen

**Materiaal** Een fluitje.

**Organisatie** Organisatie vooraf niet nodig.

**Spel** De leerlingen fietsen vrij rond in de ruimte. Wanneer je fluit, gaan ze in een cirkel achter elkaar rijden. Zeg duidelijk in welke richting ze moeten rijden (wijzerzin of tegenwijzerzin). Wanneer je een tweede keer fluit, kijkt elke leerling achterom over zijn linkerschouder en zegt hij de naam van de persoon die achter hem fietst. Bij het derde fluitsignaal gaan de leerlingen opnieuw kriskras door elkaar fietsen. Je kan het spel meermaals spelen. Laat de leerlingen nu eens over de linkerschouder en dan weer over de rechterschouder achterom kijken. Wissel ook eens de rijrichting in de cirkel af.



### Stop of rij door

**Materiaal** Een rode en een groene kegel (of andere voorwerpen in deze kleuren), een fluitje.

**Organisatie** Organisatie vooraf niet nodig.

**Spel** De leerlingen fietsen vrij rond in de ruimte. Je hebt een rode en een groene kegel in de hand. Wanneer je fluit, steek je één van de kegels omhoog. Bij de rode kegel moeten de leerlingen stoppen. Bij de groene kegel mogen ze doorrijden.



### Moordenaartje

**Materiaal** Geen extra materiaal nodig.

**Organisatie** Organisatie vooraf niet nodig.

**Spel** Alle leerlingen gaan met gesloten ogen naast hun fiets staan. Geef elke leerling een bepaald aantal tikjes op de rug:

- ▶ Eén leerling krijgt drie tikjes en is dus de 'moordenaar'.
- ▶ Drie leerlingen krijgen twee tikjes en zijn de 'detectives'.
- ▶ De overige leerlingen krijgen slechts één tikje op de rug. Zij zijn de gewone 'burgers'.

Alle leerlingen fietsen vrij rond in de ruimte. De moordenaar knipoogt stiekem naar de andere leerlingen. Wanneer een leerling de moordenaar naar hem ziet knipogen, is hij 'dood' en moet hij aan de kant gaan staan. Het is de taak van de detectives om de moordenaar te ontmaskeren alvorens zelf dood te gaan. De detectives krijgen één enkele kans om, op basis van hun waarnemingen, iemand te beschuldigen. Dat doen ze door jou de naam te geven van de persoon die ze ervan verdenken de moordenaar te zijn. Als de detective het verkeerd raadt, is hij dood. Als de moordenaar naar de detective knipoogt, is de detective ook dood. Als de detective de naam juist heeft, is de moordenaar ontmaskerd en is het spel afgelopen.



### Handje kantje

**Materiaal** Een twintigtal kegels, stoepkrijt, een fluitje.

**Organisatie** Teken een startlijn en plaats twee keer twee rijen kegels met 60 cm ruimte tussen.

**Spel** Verdeel de leerlingen in twee groepen. De leerlingen gaan in twee rijen achter de startlijn staan. Wanneer je fluit, rijdt een eerste leerling van elke groep rechtdoor tussen de kegelrijen. Wanneer je een tweede maal fluit, moeten de leerlingen achterom kijken en steek je een hand omhoog. Houd je je linkerhand omhoog, dan moeten de leerlingen links afslaan aan het einde van de rij kegels om naar hun groep terug te keren. Houd je je rechterhand omhoog, dan moeten ze rechts afslaan. De leerlingen sluiten opnieuw aan in de rij achter de startlijn. Laat de groepen na een tijdje van plaats wisselen, zo oefenen ze ook om over hun andere schouder achterom te kijken.



### Vingers tellen

**Materiaal** Een fluitje.

**Organisatie** Organisatie vooraf niet nodig.

**Spel** De leerlingen fietsen per twee achter elkaar op de speelplaats. Wanneer je fluit, steekt de achterste leerling van het duo een aantal vingers van zijn linkerhand omhoog en kijkt de voorste leerling achterom over zijn linkerschouder. De voorste leerling telt het aantal vingers dat de achterste leerling opsteekt en deelt het resultaat luidop mee. Als het antwoord juist is, wisselen de leerlingen van het duo van positie. Na de oefening een paar keer te hebben gedaan waarbij ze over de linkerschouder keken, doen de leerlingen nogmaals hetzelfde, maar nu kijken ze over hun rechterschouder.



## VAARDIGHEID 2 EEN KORTE SLALOM MAKEN

### Doel

De leerlingen kunnen op gecontroleerde wijze slalommen tussen de hindernissen (evenwicht houden en gedoseerd remmen). De leerlingen kijken in een bepaalde richting door hun hoofd en ook lichtjes hun romp en armen te draaien.

### Tips

- In het begin laat je de leerlingen best ruime bochten nemen. Plaats de hindernissen eerst voldoende ver uit elkaar. Als de leerlingen de techniek beter onder de knie hebben, kan je de afstand tussen de hindernissen verkleinen.
- Let erop dat de leerlingen in de richting kijken waar ze naartoe willen. Ze moeten dus naar de volgende hindernis kijken en niet naar de hindernis waar ze op dat ogenblik omheen rijden.

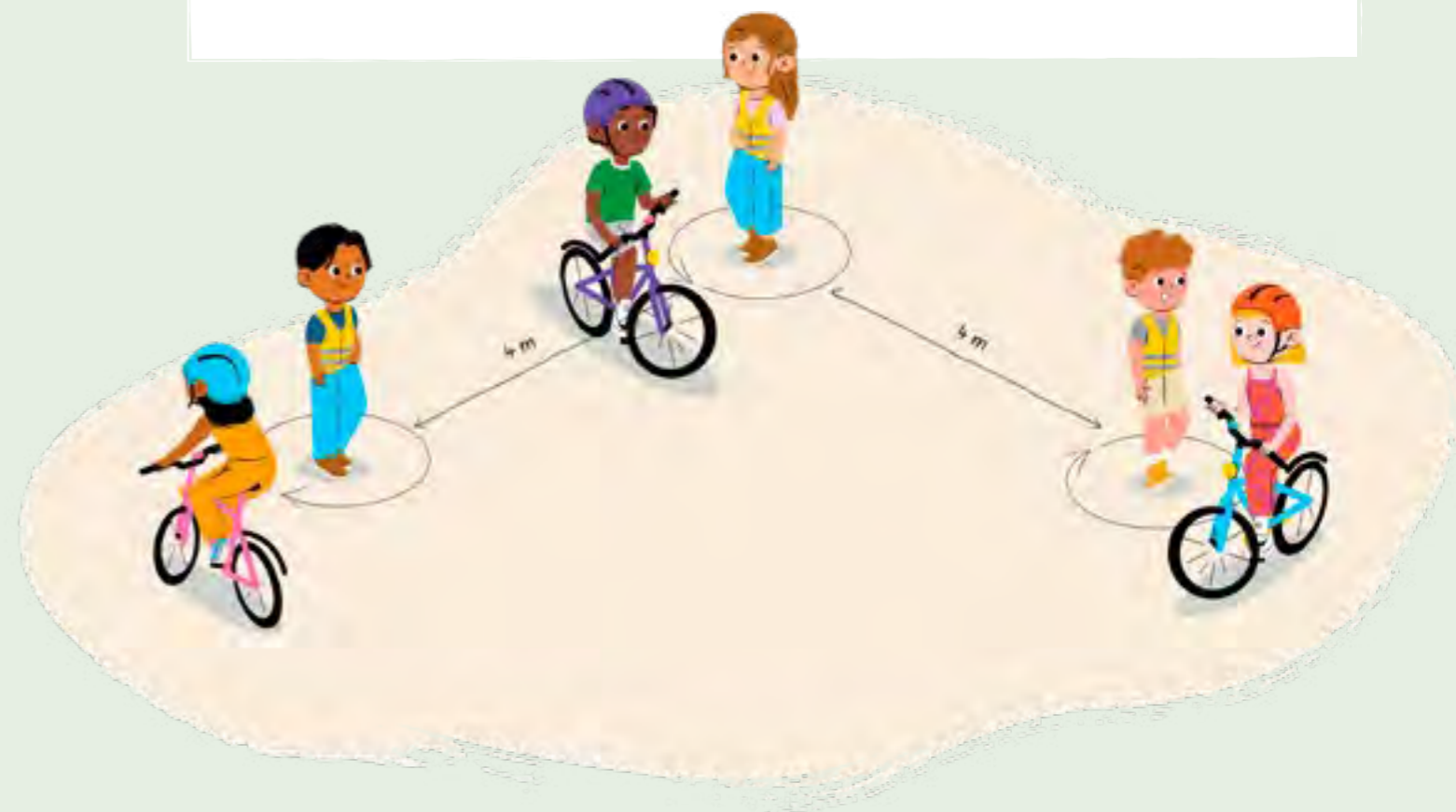


### Freeze

**Materiaal** Geen extra materiaal nodig.

**Organisatie** Organisatie vooraf niet nodig.

**Spel** Verdeel de leerlingen in twee groepen. Een groep leerlingen speelt de rol van 'standbeelden'. Deze leerlingen verspreiden zich in de ruimte op minstens 4 meter afstand van elkaar. Vraag de andere groep leerlingen om minstens een keer rond elk standbeeld te fietsen. Als ze klaar zijn, fietsen ze naar jou en stappen ze af. Daarna wisselen de groepen.



## Slangen

**Materiaal** Geen extra materiaal nodig.

**Organisatie** Organisatie vooraf niet nodig.

**Spel** Je fietst op de speelplaats. Alle leerlingen fietsen in een slang achter jou. Neem zoveel mogelijk bochten en fiets rond zoveel mogelijk hindernissen op de speelplaats (speeltuigen, banken, bomen ...). De leerlingen volgen jou en slalommen net als jij. Bij het volgende toertje kan je een leerling voorop laten rijden.



## Figuren fietsen

**Materiaal** Geen extra materiaal nodig.

**Organisatie** Organisatie vooraf niet nodig.

**Spel** De leerlingen fietsen door elkaar in de ruimte. Op een bepaald moment roep je een geometrische figuur: driehoek, cirkel, vierkant ... De leerlingen fietsen de vorm van de gevraagde figuur. Ze kiezen zelf de grootte van de vorm die ze fietsen. Vervolgens fietsen de leerlingen weer door elkaar tot je de volgende geometrische figuur roept.

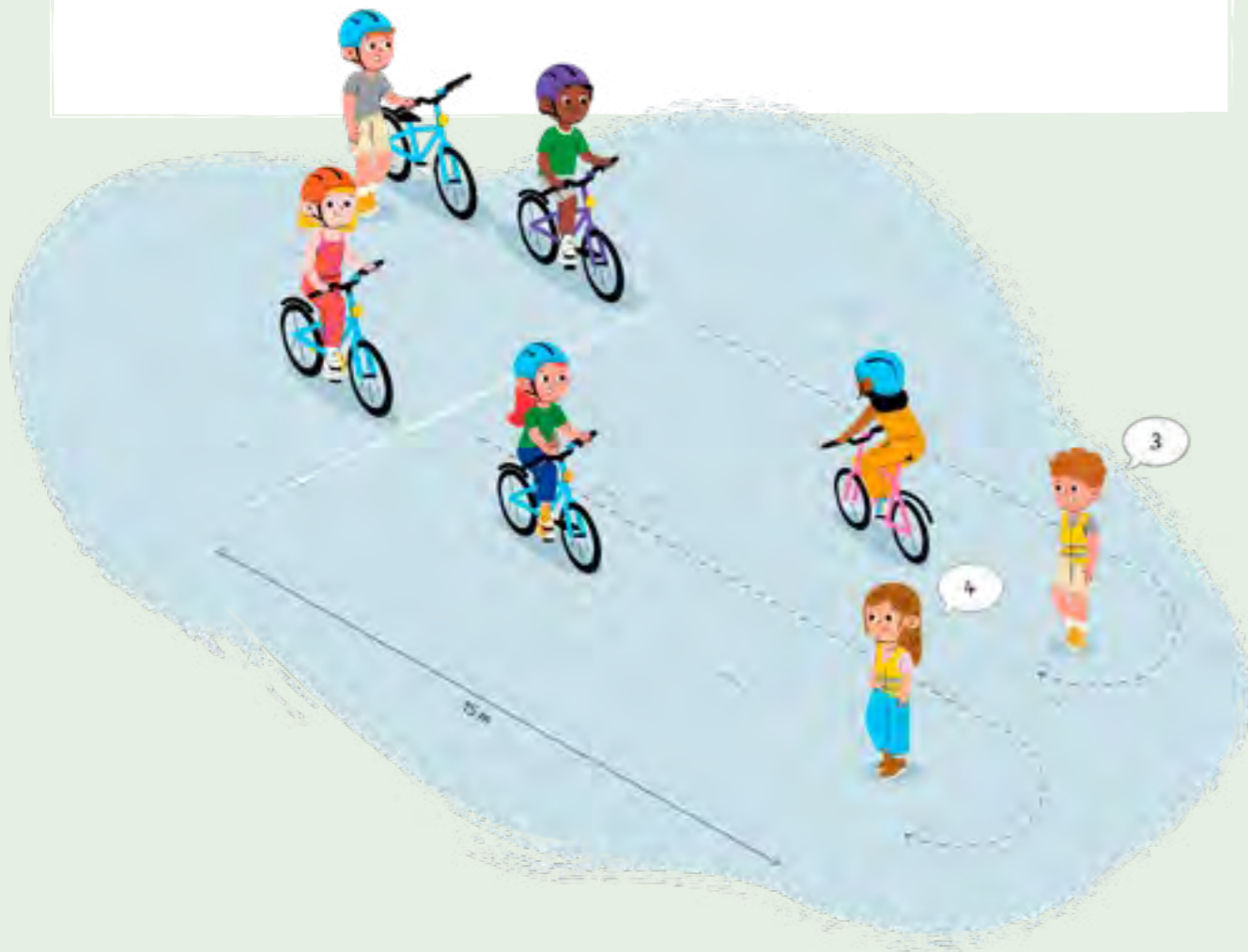


## Bochten tellen

**Materiaal** Stoepkrijt, een fluitje, een chronometer.

**Organisatie** Teken een startlijn.

**Spel** Verdeel de leerlingen in twee groepen. Elke groep vormt een rij achter de startlijn en één leerling van elke groep gaat op ongeveer 15 meter voor de startlijn staan. Wanneer je fluit, fietst de eerste leerling van elke groep naar de overkant. Ze fietsen rond de leerling die daar staat en keren terug naar de groep, waar ze achteraan aansluiten. De volgende leerling vertrekt. De twee leerlingen aan de overkant tellen hoeveel fietsers rond hen gereden zijn. Na vijf minuten fluit je om het spel te stoppen. De groep waarvan de leerlingen de meeste bochten konden maken, heeft gewonnen.

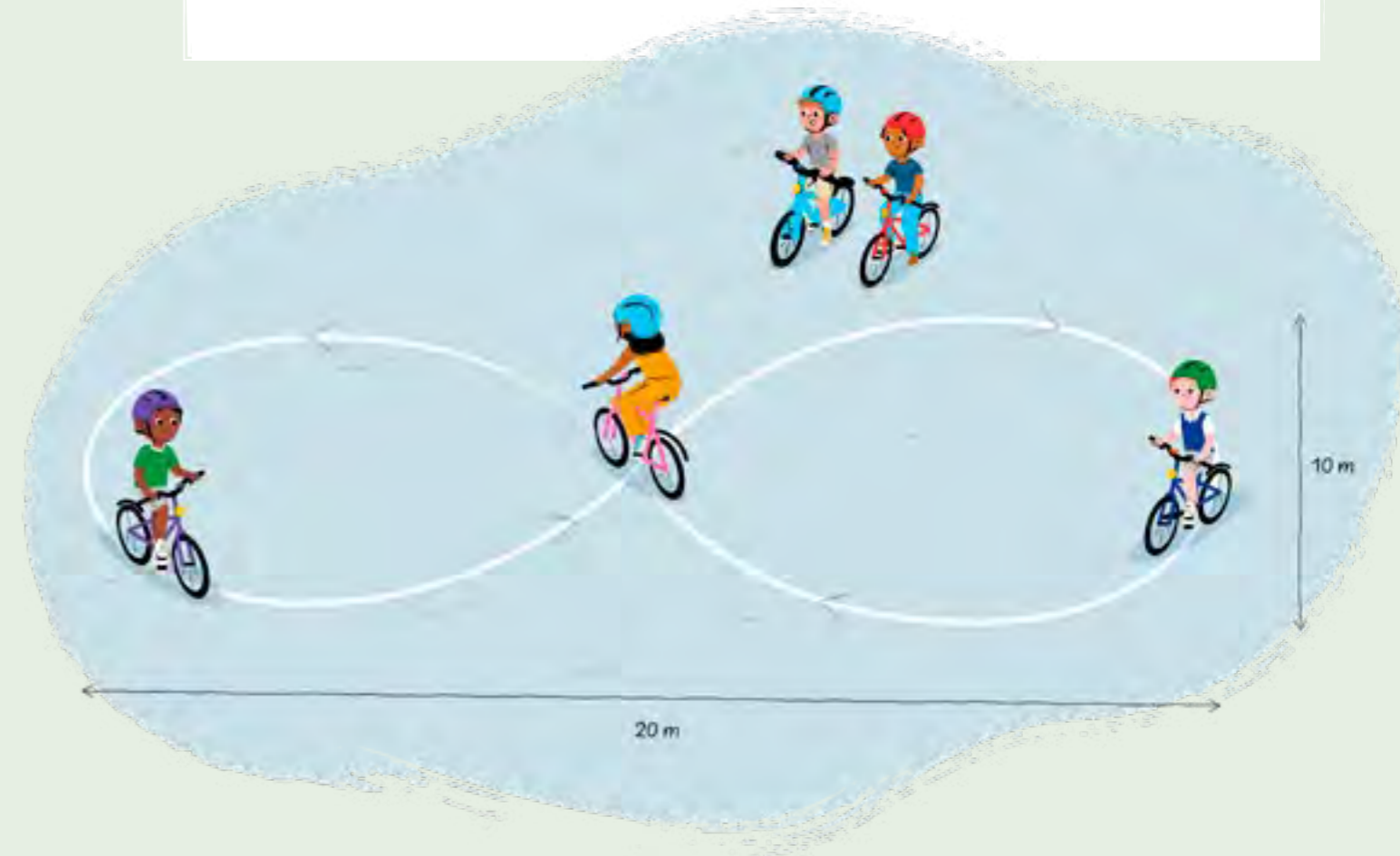


## De oneindige acht

**Materiaal** Stoepkrijt, een fluitje.

**Organisatie** Teken met krijt een groot achtvormig parcours van 20 meter lang en 10 meter breed.

**Spel** Verdeel de leerlingen in twee groepen. Eén groep vormt een rij met hun fiets, de andere groep wacht aan de zijkant en kijkt toe. Wanneer je fluit, vertrekt de eerste leerling. Deze leerling legt het achtvormige parcours meerdere keren na elkaar af. Bij het tweede fluitsignaal komt er een tweede fietser bij, bij het derde fluitsignaal komt er een derde fietser bij, enzovoort. De leerlingen moeten ervoor zorgen dat ze elkaar niet hinderen en dat ze niet stoppen wanneer ze elkaar kruisen. Probeer zoveel mogelijk leerlingen tegelijk op het parcours te laten fietsen, zonder dat ze elkaar hinderen. Als sommige leerlingen van de eerste groep niet op het parcours zijn geraakt, kan je een tweede ronde organiseren waarbij je deze leerlingen als eerste laat vertrekken. Vervolgens is de tweede groep aan de beurt.



## VAARDIGHEID 3 EEN ARM UITSTEKEN

### Doel

De leerlingen kunnen een arm uitsteken zonder van de rechte lijn af te wijken.

### Tips

- Vraag aan de leerlingen om recht voor zich uit te kijken door te focussen op een referentiepunt in de verte.
- Leg hen uit dat je in het verkeer je arm uitsteekt om aan te geven dat je gaat afslaan, zoals de richtingaanwijzer van een auto. Hoewel dit niet verplicht is, bevelen wij dit ten sterkste aan. Zo kunnen andere weggebruikers anticiperen op jouw verandering van richting.

### Vuistje

**Materiaal** Een fluitje.

**Organisatie** Organisatie vooraf niet nodig.

**Spel** De leerlingen fietsen vrij rond in de ruimte. Telkens als ze elkaar kruisen, geven ze elkaar een vuistje. Er bestaan varianten op deze oefening: naar elkaar zwaaien, een high five geven, elkaar de hand geven ... Zorg ervoor dat de leerlingen niet steeds dezelfde hand gebruiken. Ze moeten in staat zijn met elk van beide handen afzonderlijk hun stuur te lossen.



### Kegels doorgeven

**Materiaal** Twee kegels (of ander materiaal dat gemakkelijk doorgegeven kan worden: drinkfles, pennenzak, pittenzakje ...).

**Organisatie** Organisatie vooraf niet nodig.

**Spel** De leerlingen fietsen vrij rond in de ruimte. Geef de kegels aan twee willekeurig gekozen leerlingen. De leerlingen geven de kegels aan elkaar door zonder ze te laten vallen. Zorg ervoor dat de leerlingen niet altijd dezelfde hand gebruiken.



## Speurder

**Materiaal** Een krijtje (of een ander klein voorwerp dat kan worden doorgegeven).

**Organisatie** Organisatie vooraf niet nodig.

**Spel** Duid een leerling aan die in het midden van de ruimte gaat staan en die even zijn ogen sluit. Deze leerling is de speurder. Alle andere leerlingen fietsen door elkaar in de ruimte. Geef het krijtje aan één van de fietsende leerlingen. Nu mag de speurder zijn ogen weer openen. De fietsende leerlingen moeten het krijtje aan elkaar doorgeven zonder dat de speurder doorheeft wie het krijtje heeft. Zorg ervoor dat de leerlingen niet altijd dezelfde hand gebruiken. Als de speurder de naam kan geven van de leerling die het krijtje heeft, moet deze leerling de plaats van de speurder innemen.



## Ballenkraam

**Materiaal** Stoepkrijt, een tafel, drie dozen, dertig balletjes (tennis, pingpong ...), een fluitje.

**Organisatie** Teken een start- en aankomstlijn op 15 meter van elkaar. Plaats in het midden een tafel met daarop een doos met balletjes. Plaats achter de aankomstlijn voor elke groep een lege doos.

**Spel** Verdeel de leerlingen in twee groepen en laat ze in twee rijen plaatsnemen achter de startlijn. De eerste leerling van elke groep staat klaar met zijn fiets. Bij het fluitsignaal beginnen deze twee leerlingen te fietsen. Wanneer ze de tafel naderen, stoppen ze met trappen, laten ze zich verder bollen tot aan de tafel en grijpen ze een balletje, indien mogelijk zonder een voet op de grond te plaatsen. Daarna zetten ze al trappend hun weg voort en gooien ze het balletje in de doos achter de aankomstlijn (zonder te stoppen). Als het balletje niet in de doos terechtkomt, telt het niet mee. Vervolgens sluiten ze terug aan in hun rij en mag de volgende leerling starten. De groep met de meeste balletjes in hun doos wint. Wissel bij de tweede ronde de groepen van plaats, zodat de leerlingen ook eens oefenen om met hun andere arm de bal te grijpen en te gooien. Tip: als de leerlingen het te moeilijk vinden om de balletjes in de doos te gooien, kan je de twee dozen op het einde ook op een tafel zetten.



## VAARDIGHEID 4 OP EEN ONEFFEN ONDERGROND RIJDEN

### Doel

De leerlingen houden hun stuur goed vast en kunnen hun evenwicht bewaren wanneer ze op een oneffen ondergrond fietsen.

### Tips

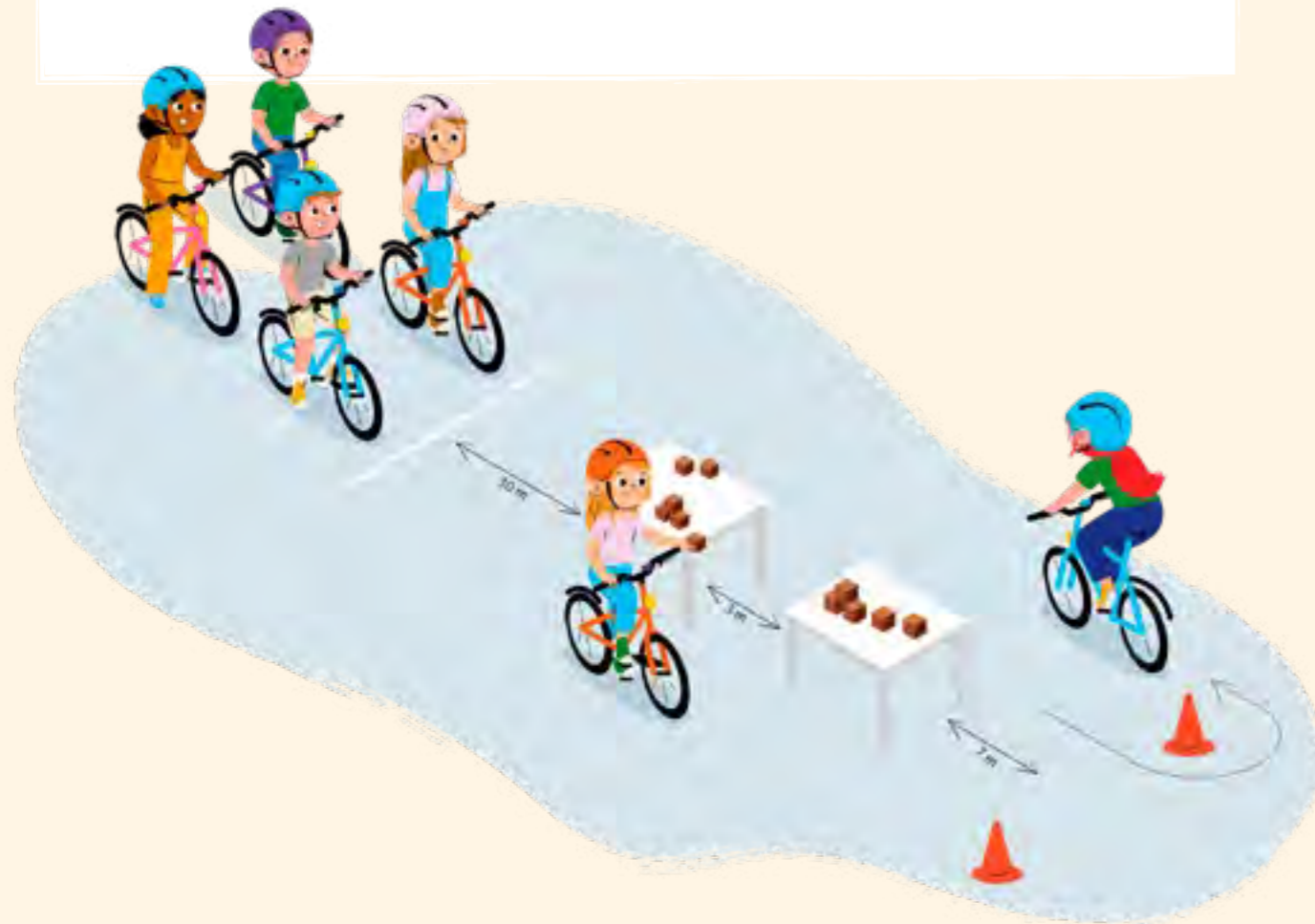
- Het is belangrijk dat de leerlingen het overzicht van de omgeving behouden, om tijdig te kunnen reageren op een verandering van de ondergrond. Let erop dat de leerlingen goed recht voor zich uit kijken en niet naar de grond net voor hun wiel.
- Help de leerlingen die onzeker zijn door ze eerst met de fiets aan de hand te laten stappen over de verschillende materialen en ondergronden.

### Verplaats de blokken

**Materiaal** Stoeptegels, twee tafels, evenveel blokken als leerlingen (houten blokken, Legoblokken of andere gemakkelijk te verplaatsen voorwerpen), twee kegels, een fluitje.

**Organisatie** Teken een startlijn en plaats op 10 meter van deze lijn een tafel, waarop je twee hoopjes blokken legt. Op 3 meter van deze tafel plaats je een tweede tafel. Plaats de kegels op 20 meter van de startlijn.

**Spel** Verdeel de leerlingen in twee groepen. De groepen gaan achter de startlijn staan. Bij het fluitsignaal fietsen de eerste leerlingen naar de eerste tafel, nemen een blok en verplaatsen deze naar de tweede tafel, dit alles zonder te stoppen of een voet op de grond te zetten. Vervolgens fietsen ze rond de eindkegel en keren ze terug naar de startlijn. Zodra ze achteraan de groep aangesloten zijn, mogen de volgende leerlingen vertrekken. Als alle blokken op de tweede tafel liggen, is de opdracht geslaagd. De groep die als eerste klaar is, heeft gewonnen. Wissel bij de tweede ronde de groepen van plaats, zodat de leerlingen ook eens oefenen om met hun andere arm de blokken te verplaatsen.



### Verken de speelplaats

**Materiaal** Een fluitje.

**Organisatie** Organisatie vooraf niet nodig.

**Spel** Je fietst met de leerlingen op de speelplaats. Wanneer je fluit, komen de leerlingen in een slang achter je fietsen. Jullie slalommen over de speelplaats en proberen daarbij zoveel mogelijk hindernissen te passeren: rij over zo veel mogelijk oneffenheden (boordstenen, gras, grind ...). Bij het tweede fluitsignaal verspreiden de leerlingen zich opnieuw over de volledige speelplaats. Fluit nogmaals en roep de naam van een leerling. De andere leerlingen zoeken de leerling wiens naam je geroepen hebt en gaan er in een slang achter fietsen. Als er op jouw speelplaats geen hindernissen zijn, kan je ze zelf creëren: planken, hoepels, turnmatten ...

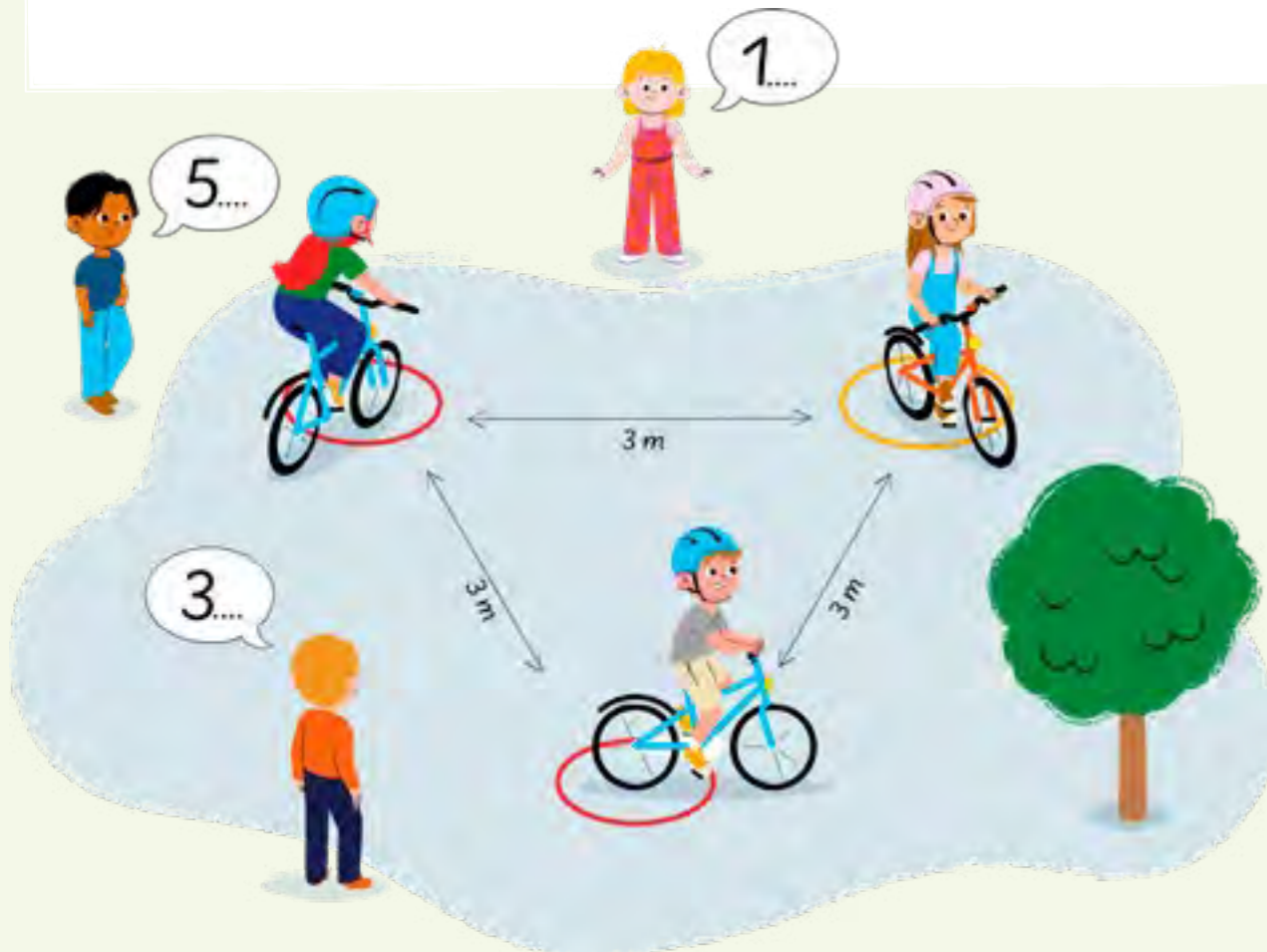


### Tel de hoepels

**Materiaal** Zeven hoepels.

**Organisatie** Verspreid de hoepels over de volledige ruimte met telkens minstens 3 meter afstand ertussen.

**Spel** Verdeel de leerlingen in duo's. Eén leerling van elk duo heeft een fiets, de andere staat samen met jou aan de kant. Bij het fluitsignaal beginnen de leerlingen te fietsen. Ze moeten over zoveel mogelijk hoepels fietsen. De leerlingen die aan de kant staan, tellen over hoeveel hoepels hun partner fietst. Na drie minuten fluit je en worden de rollen omgedraaid. Het duo dat aan het einde van het spel over de meeste hoepels gefietst heeft, wint.



### De fietscarroussel

**Materiaal** Zeven hoepels, een fluitje.

**Organisatie** Verspreid de hoepels met ongeveer 2 meter afstand ertussen.

**Spel** Vorm met de leerlingen een kring met een diameter van ongeveer 15 meter rond de hoepels. Vier leerlingen maken geen deel uit van de kring. Zij fietsen vrij rond binnen de kring en over de hoepels. Als één van deze fietsers een voet op de grond zet, moet deze de kring verlaten. Telkens wanneer een leerling de kring verlaat, of wanneer je fluit, doen de leerlingen die de kring vormen een stap vooruit zodat de kring kleiner wordt. Ga zo door tot er slechts één fietser overblijft. Laat vervolgens vier andere leerlingen in de kring fietsen.

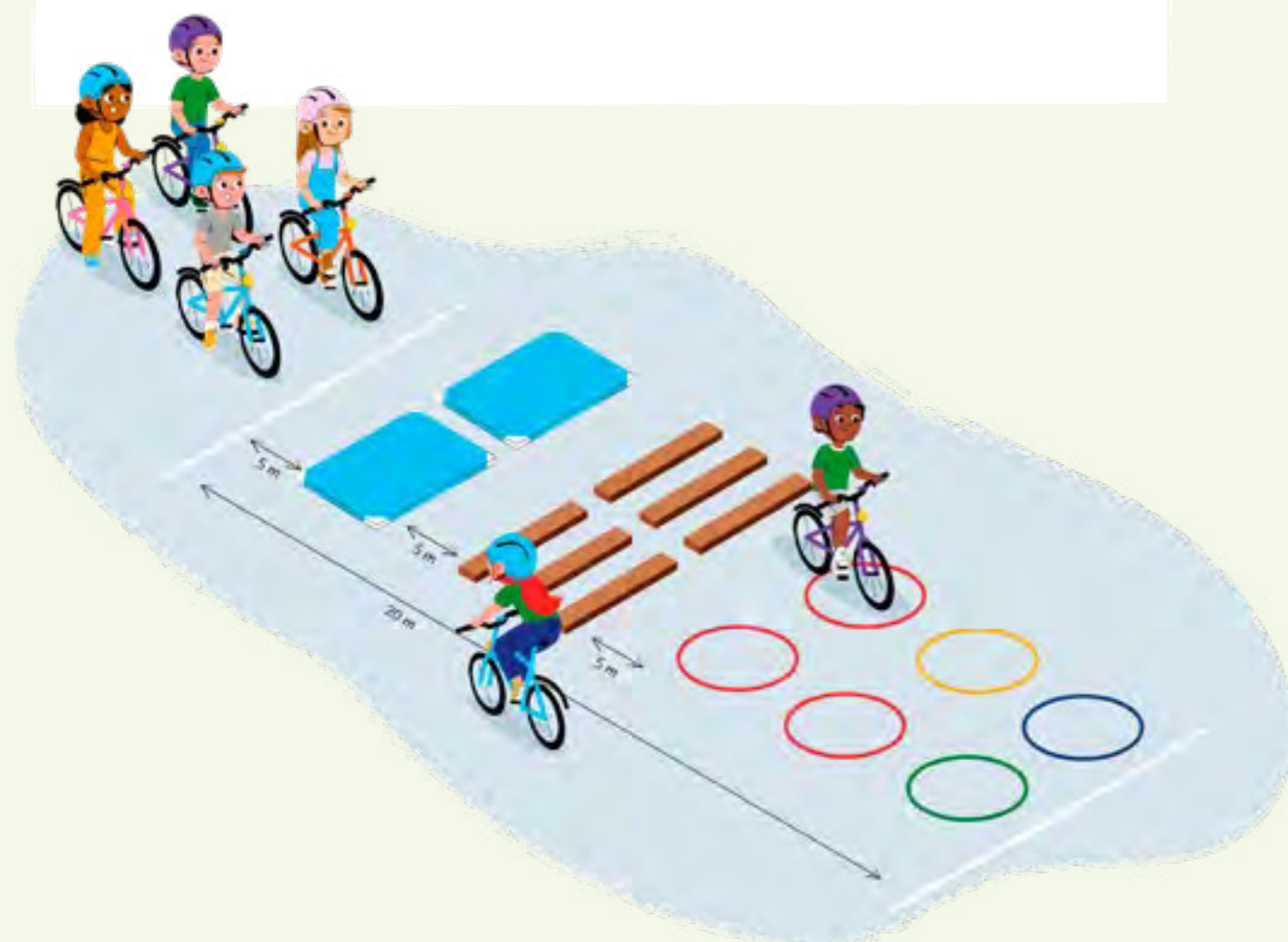


### Hindernissenparcours

**Materiaal** Stoepkrijt, twee turnmatten, zes platte planken, zes hoepels, een fluitje.

**Organisatie** Teken een start- en aankomstlijn op 20 meter van elkaar. Plaats op 5 meter van de startlijn voor elke groep een turnmat. Leg de planken op 5 meter van de turnmatten. Plaats de drie hoepels op 5 meter van de laatste planken.

**Spel** Verdeel de leerlingen in twee groepen. Op jouw fluitsignaal vertrekt de eerste leerling van elke groep. De leerlingen leggen het hindernissenparcours af, zonder een voet op de grond te zetten. Als ze het parcours volledig hebben afgelegd, keren ze terug naar hun groep en mag de volgende leerling vertrekken.



## VAARDIGHEID 5 REKENING HOUDEN MET ANDERE WEGGEBRUIKERS

### Doel

De leerlingen kunnen rekening houden met andere weggebruikers door diverse vaardigheden te combineren: vertragen, remmen, bochten nemen ...

### Tip

Vraag aan de leerlingen om altijd oogcontact te maken met de andere weggebruikers.

### Luchtballon

**Materiaal** Twee ballonnen.

**Organisatie** Dit spel wordt idealiter in de turnzaal gespeeld om te vermijden dat de ballonnen wegvliegen.

**Spel** De leerlingen fietsen in het rond. Je gooit twee ballonnen in de groep. De ballonnen mogen de grond niet raken. De leerlingen moeten oogcontact houden met elkaar en afspreken (door te praten) wie de ballon terug naar omhoog gooit. Ze mogen elkaar niet raken terwijl ze fietsen. Als ze elkaar raken, moeten ze aan de kant gaan staan en wordt het moeilijker voor de anderen.



### Alle hoeken van de speelplaats

**Materiaal** Een hoepel, een fluitje.

**Organisatie** Plaats de hoepel in het midden van de speelplaats (of de turnzaal).

**Spel** Ga in het midden van de hoepel staan. De leerlingen gaan met het achterwiel van hun fiets tegen de hoepel staan. Bij het fluitsignaal moeten ze alle hoeken van de speelplaats gaan raken. Telkens als ze een hoek hebben geraakt, keren ze al fietsend terug naar de hoepel en raken ze de hoepel met hun voorwiel. Vervolgens vertrekken ze naar een andere hoek. Als ze alle hoeken geraakt hebben, komen ze terug naar de hoepel. De leerling die als eerste alle hoeken geraakt heeft en teruggekeerd is naar de hoepel, heeft gewonnen. Maar ze moeten goed opletten, want als ze tegen een andere leerling botsen, moeten ze terugkeren naar de hoepel en van vooraf aan beginnen. Als er te veel leerlingen zijn, kan je de groep in twee delen voor deze oefening.

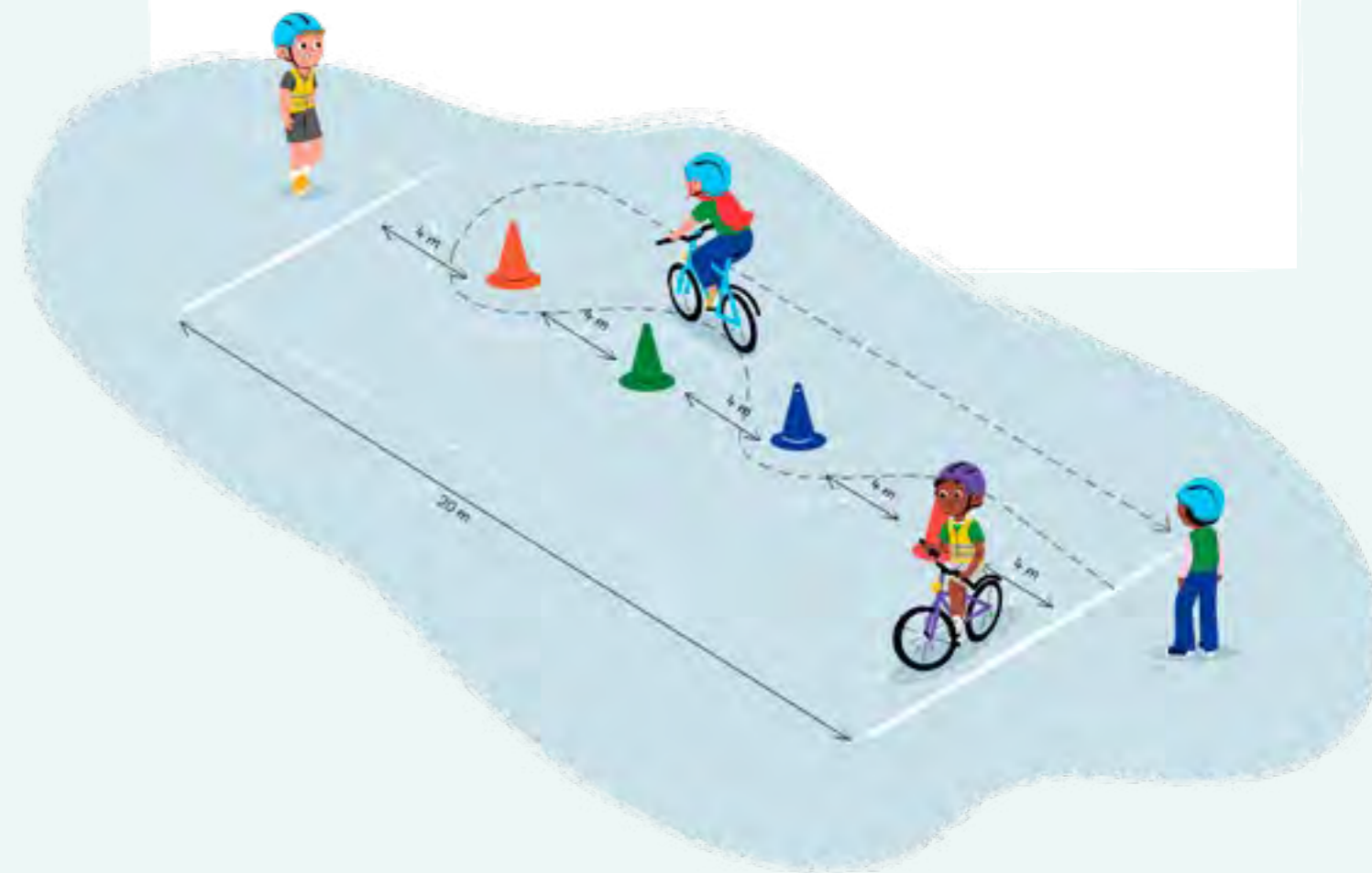


### Kegel-cross

**Materiaal** Vier kegels, stoepkrijt, een fluitje.

**Organisatie** Teken twee lijnen op 20 meter van elkaar. Plaats de vier kegels tussen deze twee lijnen, telkens op 4 meter van elkaar.

**Spel** Verdeel de leerlingen in twee groepen die tegenover elkaar gaan staan. De eerste leerling van elke groep krijgt een fiets. Als je fluit, fietst de eerste leerling van elke groep naar de rij kegels. Ze slommen tussen de kegels en ze kruisen elkaar zonder elkaar daarbij te hinderen. De leerlingen keren terug naar hun groep, geven de fiets door aan de volgende leerling en sluiten achteraan aan.



## Kleurenkegels

**Materiaal** Tien rode en tien groene kegels.

**Organisatie** Verspreid de groene en rode kegels op willekeurige wijze in de ruimte op minstens 3 meter van elkaar.

**Spel** Verdeel de leerlingen in twee groepen: de rode groep en de groene groep. De leerlingen fietsen door elkaar in de ruimte. De leerlingen van de groene groep fietsen van groene kegel naar groene kegel; de leerlingen van de rode groep fietsen van rode kegel naar rode kegel. Elke leerling kiest zelf zijn parcours (ze moeten niet achter elkaar rijden), maar ze mogen elkaar niet raken of hinderen. Ze moeten proberen hun voeten niet op de grond te zetten en te anticiperen op de richtingveranderingen van de anderen.

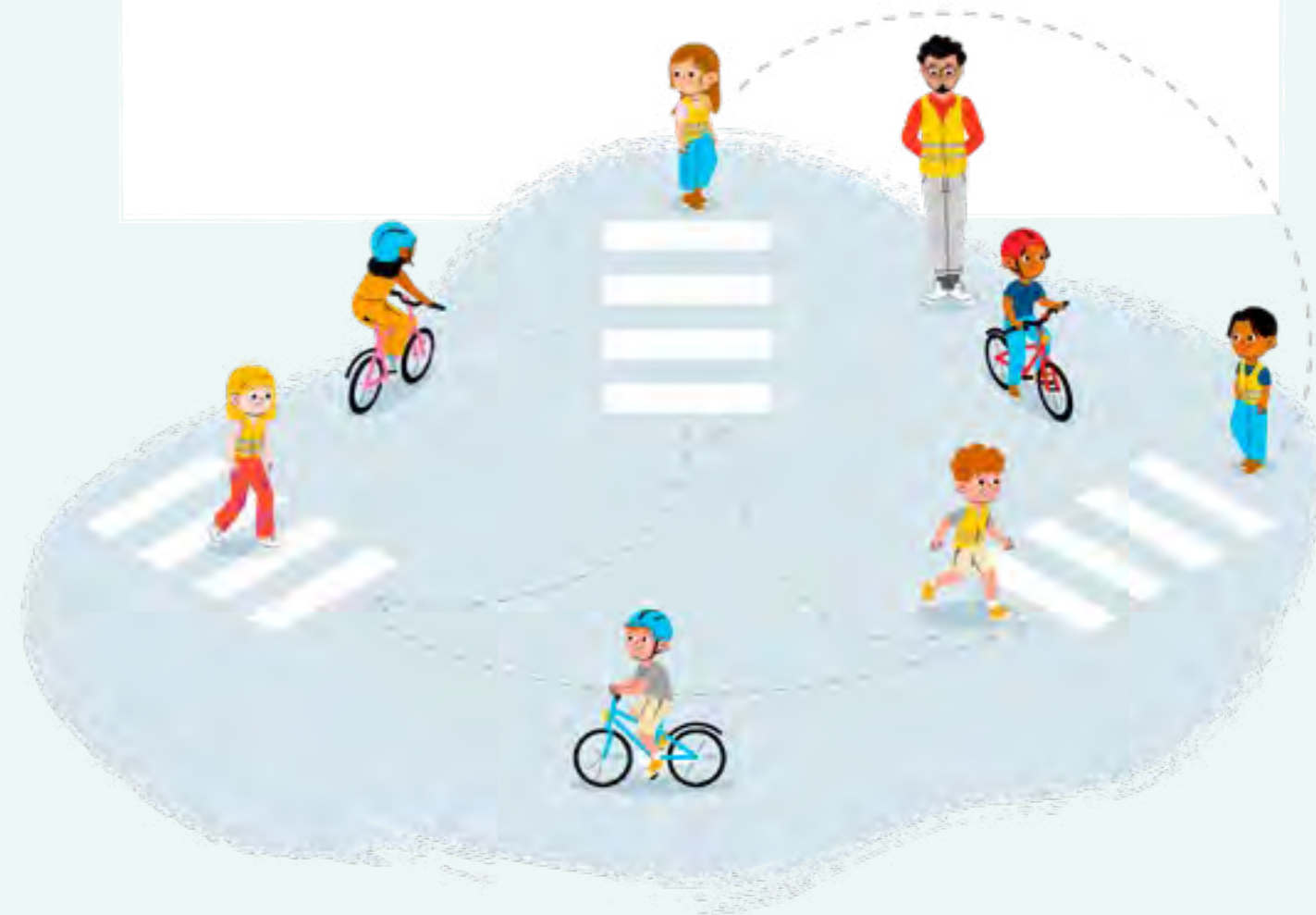


## Zebrapaden

**Materiaal** Stoepkrijt.

**Organisatie** Teken twee voetpaden op de speelplaats, met daartussen drie zebrapaden.

**Spel** Verdeel de leerlingen in twee groepen: de voetgangers en de fietsers. Teken een parcours voor de voetgangers. Zij leggen het parcours af en steken de zebrapaden over. De fietsers rijden in de ruimte die voor hen bestemd is (niet op het voetgangersparcours) en kruisen daarbij de zebrapaden. Ze moeten goed opletten voor de overstekende voetgangers. Als een voetganger wil oversteken, vertraagt de fietser en stopt indien nodig. De fietser mag hierbij met zijn voeten de grond raken. Vervolgens worden de rollen omgekeerd.



## VAARDIGHEID 6 REMMEN

### Doel

De leerlingen zijn in staat te anticiperen op gevaar en kunnen onvoorzien remmen.

### Tip

Leer de leerlingen om steeds met beide handen tegelijk te remmen, om valpartijen te voorkomen.

### Snel remmen

**Materiaal** Stoepkrijt, een fluitje.

**Organisatie** Teken twee lijnen op 20 meter van elkaar.

**Spel** Vijf leerlingen staan zij aan zij achter de startlijn met een fiets. Wanneer je fluit, vertrekken ze. Wanneer je een tweede maal fluit, moeten de leerlingen zo snel mogelijk stoppen met behulp van hun twee remmen. Herhaal deze oefening tot de leerlingen aan de eindstreep toegekomen zijn. Daarna is het de beurt aan de volgende vijf leerlingen.



### Het stopverhaal

**Materiaal** Geen extra materiaal nodig.

**Organisatie** Verzin of zoek een verhaal over een verkeerssituatie.

**Spel** Vertel een verhaal terwijl de leerlingen rondfietsen. Spreek met de leerlingen af dat ze zo snel mogelijk moeten stoppen met fietsen zodra ze een bepaald woord horen (bv. fiets, bus, metro, trein, een voornaam ...). Wanneer alle leerlingen stilstaan, ga je verder met je verhaal en beginnen de leerlingen opnieuw te fietsen. Je kan dit verhaal en 'stopwoord' ook afstemmen op een thema dat recent aan bod is gekomen in de klas.



### Tikkertje stop

**Materiaal** Geen extra materiaal nodig.

**Organisatie** Organisatie vooraf niet nodig.

**Spel** Alle leerlingen fietsen in de ruimte, jij wandelt tussen de fietsers. Wanneer je een leerling een tikje op de rug geeft, moet die zo snel mogelijk remmen en een voet op de grond zetten. Je herhaalt dit tot alle leerlingen stilstaan.



### Volg het ritme

**Materiaal** Een toestel om muziek af te spelen.

**Organisatie** Organisatie vooraf niet nodig.

**Spel** Laat muziek spelen terwijl de leerlingen vrij rondfietsen in de ruimte. Wanneer je de muziek stiller zet, moeten de leerlingen vertragen en wanneer je hem luider zet, moeten ze versnellen. Op een bepaald moment stop je de muziek en moeten de leerlingen zo snel mogelijk stilstaan.



## VAARDIGHEID 7 DE VOORDELEN VAN HET FIETSEN OPNOEMEN

### Doel

De leerlingen kennen de voordelen van fietsen in de stad en kunnen er enkele opnoemen.

### Doel

Het is net zo belangrijk dat de leerlingen deze vaardigheid verwerven, als de hierboven beschreven technische vaardigheden. Omdat deze vaardigheid een veeleer maatschappelijke insteek heeft, zal ze echter niet worden getest in de eindproef.

### Bespreking in de klas

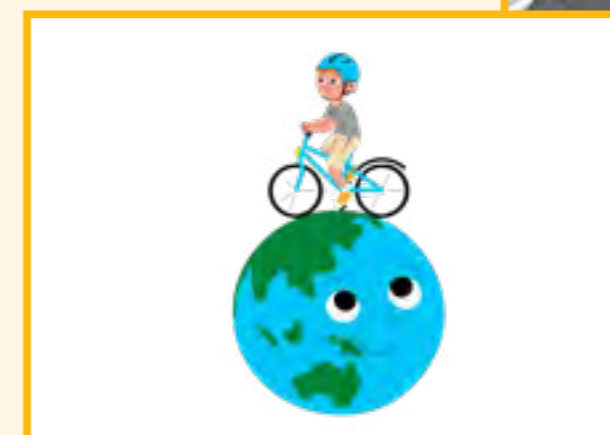
Fietsen kent veel voordelen. Hieronder staan er enkele die je samen in de klas kunt bespreken, in een open discussie met je leerlingen. En misschien bedenken jouw leerlingen er nog meer!

- **Het is goed voor je gezondheid:** je doet aan sport, je bent in de buitenlucht ...
- **Het is goed voor de planeet:** je veroorzaakt geen vervuiling, je hebt geen brandstof nodig.
- **Het is goed voor je humeur:** het is plezierig, je ontmoet mensen, je rijdt door parken en langs groene wegen, je kan gemakkelijk praten met elkaar ...
- **Het is goed voor je portefeuille:** het kost weinig ... veel minder dan een auto.
- **Het is snel:** in de stad is het één van de meest efficiënte verplaatsingsmiddelen, je steekt de files voorbij.
- **Het is goed voor de stad:** de fiets neemt minder plaats in in de openbare ruimte (op de weg, dus minder files, en om te parkeren, dus minder parkeerproblemen).



## Fietsen is tof!

- Materiaal** De afbeeldingen van het spel 'Fietsen is tof!', te vinden in bijlage en op de website [mobilite-mobiliteit.brussels/nl/school](http://mobilite-mobiliteit.brussels/nl/school) (bijlage 1).
- Organisatie** Verdeel de klas in zes groepjes en geef elke groep een afbeelding van een voordeel van verplaatsingen met de fiets.
- Spel** Elke groep bespreekt het voordeel (en het daaraan gekoppelde nadeel) dat het ziet op de afbeelding. Vervolgens presenteren de leerlingen van het groepje dit voordeel aan de rest van de klas, en kunnen jullie het samen bespreken.
- Uitbreiding** Om hun zin voor observatie maximaal te stimuleren, kan je vooraf elke afbeelding in puzzelstukken knippen, elke groep moet dan eerst zijn puzzel maken.



## VAARDIGHEID 8 DE BASISVERKEERSREGELS VOOR FIETTERS KENNEN

### Doel

De leerlingen herkennen de verkeersborden voor fietsers en kennen de basisverkeersregels voor fietsers, zoals kunnen aanduiden waar een fietser moet rijden.

### Waar moet de fietser rijden?

**Materiaal** Afbeeldingen van straten, te vinden in bijlage en op de website [mobilite-mobiliteit.brussels/nl/school](http://mobilite-mobiliteit.brussels/nl/school) (bijlage 2).

**Organisatie** Hang de afbeeldingen op het bord zodat de leerlingen ze kunnen bekijken.

**Spel** Toon de leerlingen de afbeeldingen van straten en vraag hen waar de fietser in de voorgestelde situatie moet rijden. Je kan deze afbeeldingen ook kopiëren voor elke leerling en hen vragen de fietsers (volwassenen en kinderen) op de juiste plaats te tekenen.

Leg hen de volgende punten uit:

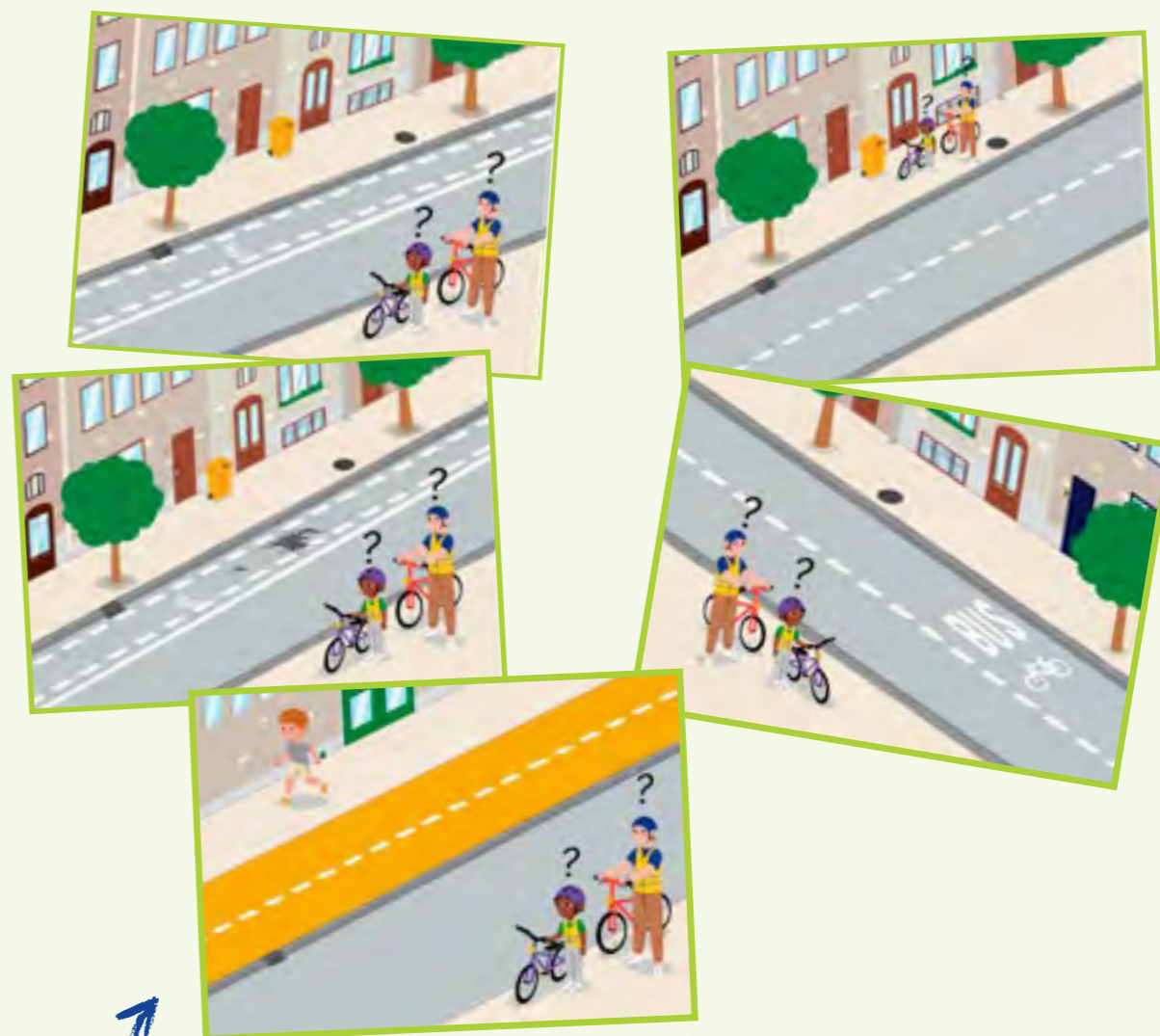
#### Kinderen jonger dan 10 jaar:

- Zij mogen altijd op het voetpad rijden.
- Wanneer je op het voetpad rijdt, moet je verplicht voorrang geven aan voetgangers en mag je niet te snel rijden.

#### Kinderen van 10 jaar en ouder:

- Vanaf 10 jaar mogen fietsers niet meer op het voetpad rijden. Ze moeten op de weg rijden, of op het fietspad als er een is.
- Wanneer je niet op de fiets zit, wordt de fiets niet beschouwd als een voertuig: je mag dus op het voetpad stappen met je fiets aan de hand.
- Als het fietspad in slechte staat verkeert, mag je op de weg fietsen.
- Het is niet toegestaan in beide richtingen op een fietspad te fietsen (tenzij anders aangeduid of op een tweerichtingsfietspad).

**De straat oversteken met de fiets:** je mag al fietsend de straat oversteken op een zebra-pad. Opgelet: je hebt geen voorrang, je moet voorrang verlenen aan voetgangers en auto's. Als je afstapt, kun je oversteken als een voetganger en dan heb je wel voorrang.



## Verkeersborden

**Materiaal** Afbeeldingen van verkeersborden, te vinden in bijlage en op de website [mobilite-mobiliteit.brussels/nl/school](http://mobilite-mobiliteit.brussels/nl/school) (bijlage 3).

**Organisatie** Hang de afbeeldingen op het bord, zodat de leerlingen ze kunnen bekijken. Nadien kunnen de verkeersborden op de muur gehangen worden, zodat de leerlingen ze regelmatig blijven zien. Blijf hen af en toe naar hun betekenis vragen.

**Spel** Toon de leerlingen de afbeeldingen van de verkeersborden en laat ze in de klas rondgaan. Vraag hen of ze bepaalde borden al gezien hebben en of ze de betekenis ervan kennen.

Leg hen de betekenis van elk verkeersbord uit en organiseer vervolgens een kleine quiz om er zeker van te zijn dat ze alles goed begrepen hebben. Aarzel niet om deze oefening in de loop van het schooljaar nu en dan eens te herhalen.

Er bestaan vijf grote categorieën van verkeersborden:

- De **gevaarsborden** (driehoekig)
- De **verbodsborden** (rond en rood)
- De **aanwijzingsborden** (vierkant en blauw)
- De **gebodsborden** (rond en blauw)
- De **voorrangs- en kruispuntborden**

**Om nog verder te gaan:** Neem een kijkje op de website Safe to school van Brussel Mobiliteit ([safetoschool.mobiliteit.brussels](http://safetoschool.mobiliteit.brussels)) om de verkeersborden verder in te oefenen met je leerlingen. Je vindt er:

- Interactieve online spelletjes over verkeersveiligheid
- Een ganzenbordspel over de verkeersborden
- Een downloadbare afbeelding van de belangrijkste verkeersborden, met hun betekenis
- Educatieve fiches over verkeersveiligheid en ideeën voor activiteiten rond dit thema die je in de klas kan organiseren



### Voorrang van rechts

Op dit kruispunt moet ik voorrang geven aan de weggebruikers die van mijn rechterkant komen. Als er op een kruispunt geen verkeersbord staat (stop, voorrang verlenen of voorrangsweg), moet ik altijd voorrang verlenen aan de weggebruikers die van rechts komen ('voorrang van rechts').



### Stop

Ik stop en zet mijn voet voor de witte lijn op de grond. Ik verleen voorrang aan de andere weggebruikers op het kruispunt vooraleer ik opnieuw vertrek.



### B22 en B23

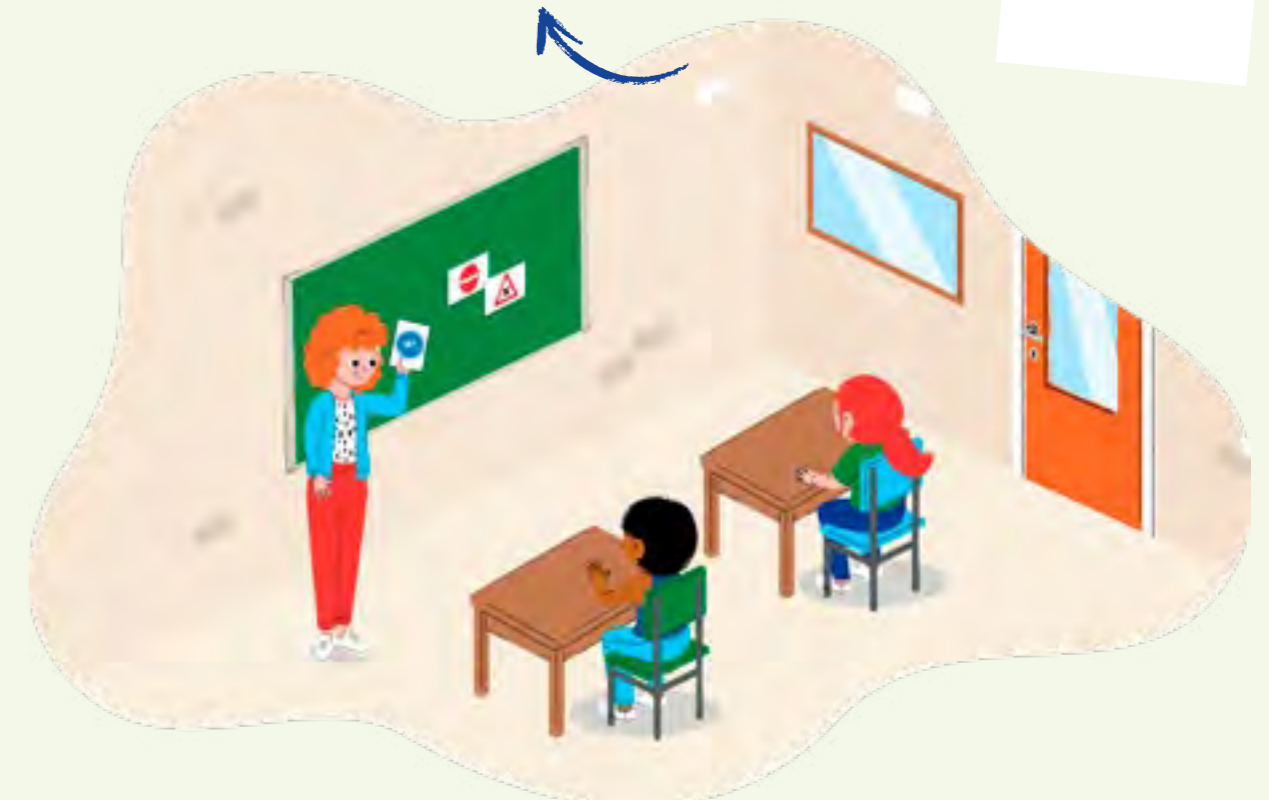
Als ik één van deze verkeersborden zie onder een verkeerslicht voor auto's, wil dat zeggen dat ik als fietser wel rechtsaf mag afslaan (fiets met pijl naar rechts: B22) of recht door mag rijden (fiets met pijl naar boven: B23), ook al staat het verkeerslicht voor de auto's op rood.

Opgelet, ik moet wel voorrang verlenen aan de andere weggebruikers op dit kruispunt.



### Beperkt eenrichtingsverkeer (BEV)

Als er onder het verkeersbord 'verboden richting' een bordje met een zwarte fiets op witte achtergrond hangt, wil dit zeggen dat ik als fietser deze straat wel in deze richting mag inrijden. Als fietser mag ik deze straat dus in beide richtingen gebruiken. Opgelet, als er auto's van de andere kant komen, is er soms weinig plaats om te kunnen doorfietsen.



## VAARDIGHEID 9 ZIJN/HAAR FIETS KENNEN EN ONDERHOUDEN

### Doel

De leerlingen kennen de onderdelen van hun fiets, ze kunnen ze benoemen en aantonen.  
Ze kennen ook de verplichte uitrusting om op straat te mogen rijden. Ze kunnen kleine, eenvoudige onderhoudswerkjes uitvoeren: de remmen testen, de ketting smeren en de banden oppompen.

### Ken je fiets!

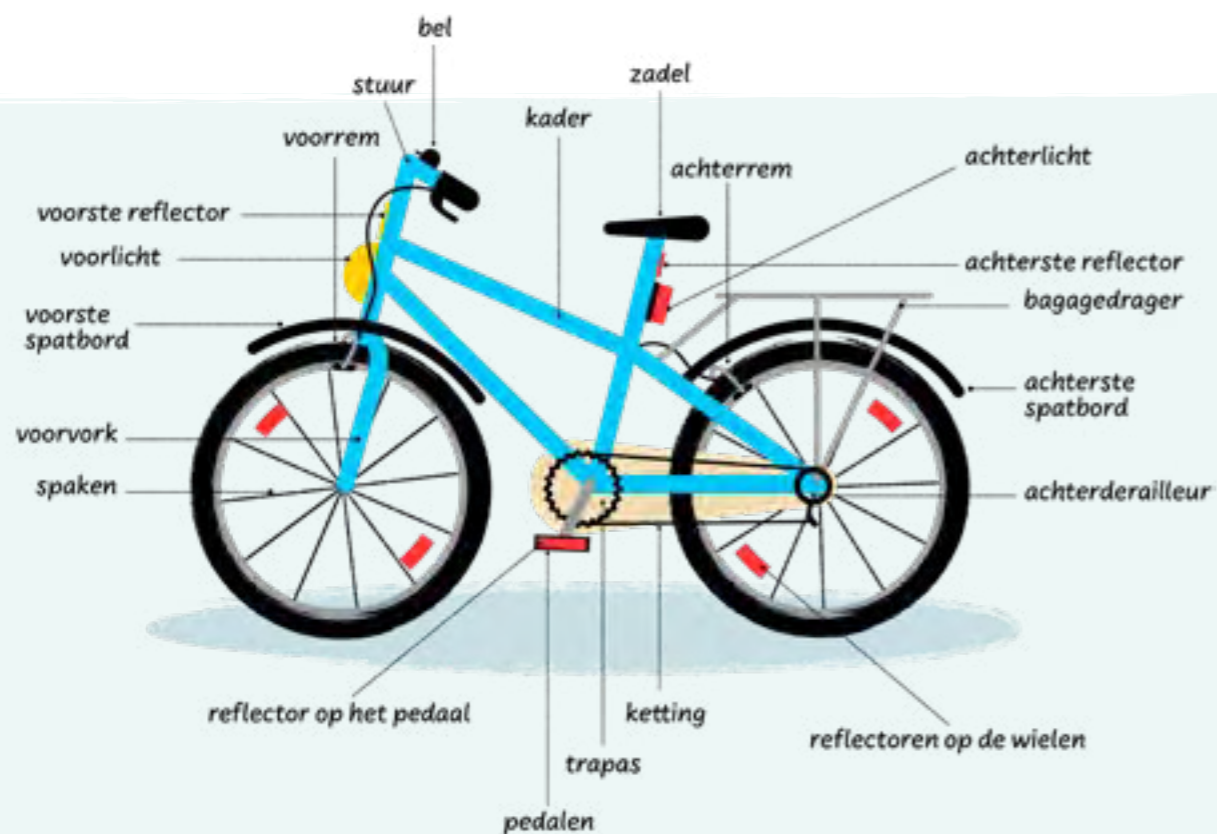
Controleer of je leerlingen de onderdelen kennen die op onderstaand schema zijn aangeduid, en of ze die kunnen aanduiden op hun eigen fiets.

In bijlage vind je dit ingevulde schema om op te hangen in de klas en een blanco schema om te kopiëren en je leerlingen op te laten oefenen. Deze bijlagen zijn ook beschikbaar op de website [mobilite-mobiliteit.brussels/nl/school](http://mobilite-mobiliteit.brussels/nl/school) (bijlage 4a en 4b).

Leer hen welke uitrustingen verplicht zijn op een fiets:

- Twee goed functionerende remmen: één op het voorwiel en één op het achterwiel.
- Een bel.
- Een witte reflector vooraan, een rode reflector achteraan en oranje reflectoren op de pedalen en de wielen (of reflecterende fietsbanden).
- Een wit of geel licht vooraan en een rood licht achteraan, die zichtbaar zijn tot op 100 meter afstand, wanneer de zichtbaarheid minder dan 200 meter bedraagt (in het donker of bij slechte weersomstandigheden). Dit mogen afneembare lichten zijn, maar vaste fietslichtjes zijn meestal beter van kwaliteit.

Het dragen van een helm is in België niet verplicht. Het wordt wel sterk aanbevolen voor jonge kinderen, die makkelijker kunnen vallen met hun fiets of step, omdat ze minder ervaring hebben dan oudere kinderen en volwassenen. Na een val waarbij de helm een stoot heeft opgevangen, moet deze worden vervangen.



### De spons erover

**Materiaal** Sponzen, emmers met zeepsop, vodden, een paar oude afwasborstels.

**Organisatie** Niet alles/iedereen zal proper blijven bij deze activiteit. We raden je aan een zeil onder de fietsen te plaatsen om de grond te beschermen. Vraag op voorhand aan de ouders om hun kinderen kledij aan te doen die vuil mag worden. Voorzie enkele reservekleden voor moest een leerling te nat worden. Installeer je met je leerlingen en hun fiets op de speelplaats.

**Verloop** Je fiets goed poetsen is noodzakelijk voor een langere levensduur en de goede werking ervan. Zo was je jouw fiets in drie stappen:

- De ketting schoonmaken
- De fiets inzepen
- De ketting smeren

Eerst en vooral is het belangrijk de ketting van je fiets goed schoon te maken. Een doeltreffende manier om restjes smeersel te verwijderen, is over de ketting wrijven met een droge doek. We raden het gebruik van speciale ontvetters af omdat deze producten niet milieuvriendelijk zijn.

Als de ketting schoon is, geef je de kinderen sponzen en laat je hen hun fiets poetsen met water en zeep. De volledige fiets moet onder handen worden genomen: kader, zadel, stuur, wielen, spaken, trapas, pedalen ... Maak van de gelegenheid gebruik om hen elk onderdeel te laten benoemen. Als de fiets helemaal schoon is, mogen ze hem met veel proper water afspoelen. Laat de fietsen vervolgens in de open lucht drogen.

Als de ketting helemaal schoon en droog is, moet deze opnieuw gesmeerd worden (zie volgende oefening).



## Onderhoud je fiets

**Materiaal** Olie voor fietskettingen, een fietspomp.

**Organisatie** Installeer je met je leerlingen en hun fiets op de speelplaats. Niet alles/iedereen zal proper blijven bij deze activiteit. We raden je aan een zeil onder de fietsen te plaatsen om de grond te beschermen. Vraag op voorhand aan de ouders om hun kinderen kledij aan te doen die vuil mag worden.

**Verloop** Laat de leerlingen de volgende drie activiteiten uitvoeren:

- ➡ De remmen nakijken
- ➡ De ketting smeren
- ➡ De banden oppompen

**1. De remmen nakijken:** Goed functionerende remmen zijn verplicht op de openbare weg. Daarom is het belangrijk dat je de remmen regelmatig nakijkt.

- a. Toon eerst aan de leerlingen hoe ze de slijtagegraad van hun remblokjes kunnen controleren. De meeste remmen hebben groeven (net zoals autobanden) die naarmate ze gebruikt worden steeds minder zichtbaar worden. Het volstaat om te kijken of het rubber nog groeven vertoont ter hoogte van het raakpunt tussen de velg en de rem. Is het remblokje volledig glad? Dan is het tijd om het te vervangen!



b. Als de remblokjes in goede staat zijn, is het ook belangrijk na te gaan of ze juist gepositioneerd zijn op de velg van de fiets. Als ze niet goed gepositioneerd zijn, zullen de remmen niet optimaal werken. Een remblokje moet gecentreerd op de velg staan, d.w.z. het mag de band niet raken, maar het mag evenmin buiten de velg hangen.



c. Als de remblokjes en hun positie zijn nagekeken, vraag je de leerlingen om te controleren of hun remmen correct afgesteld zijn. Daartoe moeten ze de remgrepen dichtknijpen: wanneer ze volledig dichtgeknepen zijn, mogen ze het stuur niet raken, noch te dichtbij staan. Ze moeten echter wel wat ingedrukt kunnen worden: een afstand van 2,5 cm tot het stuur wanneer de remgreep volledig dichtgeknepen wordt, is aanbevolen. Als dat niet het geval is, kan je de rem proberen af te stellen met behulp van het kleine moertje dat de remkabel verbindt met de remgreep. Door het moertje los te draaien verkleint de afstand tussen de velg en het remblokje, door het vast te draaien vergroot de afstand.



**2. De ketting smeren:** Na de ketting goed te hebben schoongemaakt (zie vorige oefening), is het belangrijk ze te smeren om ze te beschermen tegen roest en slijtage. Een goed gesmeerde ketting maakt het ook gemakkelijker om te fietsen. Opdat het smeermiddel doeltreffend zou werken, moet de ketting schoon, droog en helemaal vetvrij zijn.

- Stel de ketting in op de kleinste versnelling.
- Doe wat olie op de binnenkant van de ketting, tussen de schakels.
- Laat de trapas draaien om het smeersel te verspreiden en schakel met de versnellingen zodat de ketting geleidelijk naar het grootste tandwiel klimt. De leerlingen kunnen elkaar helpen bij dit onderdeel: terwijl een leerling aan de trapas draait, houdt een andere het achterwiel een beetje omhoog zodat het de grond niet raakt.
- Wrijf zachtjes met wat keukenpapier over de ketting om het overtollige smeersel te verwijderen. Overtollig smeersel trekt immers sneller viezigheid aan.

Het is belangrijk de ketting regelmatig te smeren, minstens eenmaal per maand als de fiets regelmatig gebruikt wordt.



**3. De banden oppompen:** Goed opgepompte banden zijn net zo belangrijk als goede remmen of een goed onderhouden ketting. Het is belangrijk om één keer per maand te controleren of de banden voldoende opgepompt zijn, om goed vooruit te blijven geraken. Dit zijn de te volgen stappen:

- Zorg voor een goede fietspomp, bij voorkeur een pomp op een voet met een drukmeter. Zoek samen met de leerlingen hoeveel luchtdruk er in de binnenband moet. Deze informatie is doorgaans te vinden op de zijkant van de buitenband. Voor kinderen van 8 tot 10 jaar raden we de minimumdruk aan. Een te harde band is niet comfortabel omdat ze dan de oneffenheden van het rijoppervlak des te meer voelen, wat een gevoel van onveiligheid kan teweegbrengen. Een band die opgepompt is tot de aangegeven minimumspanning voorkomt ook het wegglijden op gladde wegen in de winter. Controleer goed wat op de band staat, want deze waarde varieert naargelang het type band.



b. Vraag de leerlingen om het ventiel op hun band te zoeken. Vervolgens mogen ze het beschermingsdopje eraf draaien (als er één is) en het op een plaats leggen waar ze het later gemakkelijk kunnen terugvinden. Nu kunnen ze zien om welk type ventiel het gaat. Er zijn Presta ventielen (de meest voorkomende bij fietsen) of Schrader ventielen (zoals die op autobanden).

- ➡ Als het een Presta ventiel is, moet je het kleine moertje bovenop het ventiel losvijzen en moet je er op drukken. Je zal de lucht horen ontsnappen.
- ➡ Als het een Schrader ventiel is, moet er niets gedaan worden.



c. Plaats het mondstuk van de pomp correct op het ventiel. Kies het mondstuk dat bij jouw type ventiel past, dit staat aangeduid op de pomp. Als je een voetpomp gebruikt, moet je ook het hefboompje naast het mondstuk sluiten. Begin te pompen. Je zal het drukniveau zien stijgen. Zorg ervoor dat je de aanbevolen maximale druk niet overschrijdt, anders riskeer je een lekke band. De leerlingen zullen er misschien niet in slagen de band helemaal tot aan de gewenste druk op te pompen, want naar het einde toe wordt het moeilijk. In dat geval kan je hen een handje helpen.

d. Zodra de band goed opgepompt is, doe je de hefboom open en haal je het mondstuk van de pomp weg (er zal wellicht wat lucht ontsnappen, dat is niet erg). Sluit het Presta ventiel goed af door het moertje terug aan te vijzen. Plaats het beschermingsdopje terug en de klus is geklaard!



# 3. Eindtest van de Badge Fietzers Zilver

## 3.1. VOORBEREIDING

De kinderen zijn nu goed voorbereid. Om het voor jou makkelijker te maken de dag van de eindproef hebben we enkele tips.

TIP  
1

### Zoek een extra begeleider

Om de eindproef af te nemen, raden we je de hulp aan van minstens één extra begeleider: turnleerkracht, zorgleerkracht, een ander personeelslid, iemand van de directie of een ouder.

TIP  
2

### Maak een planning

Kies een geschikte datum om de eindproef af te nemen. Deze zal maximum een halve dag in beslag nemen.

Ga na of al het nodige materiaal beschikbaar is en verzamel het.

Overloop samen met de begeleider(s) de vaardigheden die de leerlingen moeten beheersen, en hoe je ze gaat beoordelen. Overloop ook de controlefiche en spreek af wie de leerlingen beoordeelt en hoe.

TIP  
3

### Kondig de test aan

Informeer de ouders en de rest van de school over de datum van de eindproef voor de Badge Fietzers Zilver. Vraag aan de ouders hun kind met de fiets naar school te laten komen op de dag van de proef. Voorzie enkele fietsen van de school voor de kinderen die zelf geen fiets kunnen meebrengen.

Geef een overzicht van de vaardigheden die getest zullen worden en moedig de ouders aan om deze vaardigheden ook met hun kind te oefenen.



### 3.2. DE DAG VAN DE EINDPROEF

Tijdens het parcours evalueer je de leerlingen met behulp van de **controlefiche**. Een template die je voor elke klas kan kopiëren is bijgevoegd bij deze handleiding (bijlage 6). Gebruik één controlefiche per klas.

De leerlingen leggen het parcours om de beurt af. Zo kan je **elke leerling individueel observeren** wanneer hij de vaardigheden toont. Om de test efficiënt te laten verlopen, kan je de klas best in twee groepen verdelen. De helft van de leerlingen legt het parcours af om de vaardigheden 1, 2, 3, 4, 5 en 6 te testen. De andere helft is bij de extra begeleider en gaat na of de vaardigheden 8 en 9 verworven zijn. Vaardigheid 7 wordt in de klas besproken, maar wordt niet getest.

Wees correct in de beoordeling. Een kleine correctie hoeft niet te betekenen dat de leerling faalt voor het hele parcours. Een leerling die bijvoorbeeld tijdens het parcours een voet op de grond zet, maar de vaardigheid verder goed beheerst, kan toch slagen voor die vaardigheid. Vertrouw daarvoor op jouw inschattingvermogen en kennis van de capaciteiten van je leerlingen.

Het behalen van de badge is vooral een moment van **waardering voor de inspanningen** van elke leerling. Nadat de proef is afgelegd, is het interessant dat de **leerlingen zichzelf beoordelen**, met behulp van de fiche in bijlage (bijlage 7a en 7b). Op die manier kunnen ze zelf inschatten op welke punten ze nog extra moeten oefenen, en kunnen ze een beoordeling geven van het slotparcours.

### 3.3. EINDPROEF VOOR DE BADGE FIETSERS ZILVER

De grote dag is aangebroken! Tijd om te kijken hoe je leerlingen zich uit de slag trekken met de fietsvaardigheden die ze hebben geoefend.

Om de Badge Fietsers Zilver te behalen, moeten de kinderen **negen vaardigheden** onder de knie hebben. Acht vaardigheden worden getest via een **parcours** dat de kinderen moeten afleggen en **oefeningen** die ze moeten uitvoeren. Vaardigheid 7 wordt in de klas besproken, maar wordt niet getest.



## STAP 1

### Stel het parcours op en voorzie een extra ruimte

Stel het parcours op in de turnzaal of op de speelplaats. Je hebt een ruimte nodig van ongeveer 15 bij 20 meter. De test wordt afgelegd in een beschermde omgeving. De leerling moet de zes oefeningen zelfstandig uitvoeren.

De extra ruimte zal dienen om de vaardigheden 8 en 9 te testen. Deze mag naast het parcours liggen (op voldoende afstand om wederzijdse hinder te vermijden).

- Materiaal**
- ▶ Stoepkrijt
  - ▶ 24 kegels
  - ▶ 5 bladen in verschillende kleuren
  - ▶ 2 hoepels
  - ▶ 2 turnmatten
  - ▶ 3 planken
  - ▶ Afbeeldingen van de oefening 'verkeersborden' (bijlage 3)
  - ▶ 1 fietspomp
  - ▶ Kettingolie

Je vindt dit schema ook in A3-formaat in bijlage (bijlage 5).



## STAP 2

### Test op het parcours, vaardigheden 1 tot 6

Stap samen met de leerlingen het parcours af en sta even stil bij de verschillende vaardigheden. Leg de leerlingen bij elke vaardigheid duidelijk uit waarop ze beoordeeld zullen worden. Duid eventueel een leerling aan die het parcours aflegt bij wijze van voorbeeld. Ideaal gezien hebben de leerlingen voor aanvang van de test de kans gekregen het parcours een paar keer te doorlopen (of de verschillende delen van het parcours afzonderlijk).

## STAP 3

### Oefeningen om vaardigheden 8 en 9 te testen

Richt naast het parcours een ruimte in van 3 bij 3 meter, afgebakend met kegels, om vaardigheden 8 en 9 te testen. Dit onderdeel van de eindproef voor het behalen van de Badge Fietsers Zilver kan op hetzelfde moment als het parcours worden uitgevoerd door de extra begeleider. De leerlingen stappen één voor één in het 'testvierkant' om geëvalueerd te worden. Voor deze test heb je de afbeeldingen nodig die gebruikt werden voor de oefening 'Verkeersborden' (bijlage 3), een fietspomp en kettingolie.



## TEST VAARDIGHEID 1 OVER DE SCHOUDER ACHTEROM KIJKEN

### Deel 1 van het parcours

**Proef** De leerling vertrekt vanuit de startzone en fietst rechtdoor in de (met krijt getekende) gang van 15 meter lang en 1 meter breed. Jij staat aan de linkerkant van de startzone en houdt één van de vijf gekleurde bladen omhoog. De leerling kijkt over zijn linkerschouder terwijl hij tussen de lijnen fietst en zegt de kleur van het blad dat jij omhoog houdt.

**Beoordeling** Om voor deze vaardigheid te slagen, moet de leerling in staat zijn over zijn schouder achterom te kijken en de juiste kleur van het blad te zeggen, zonder van zijn rechte lijn af te wijken en zonder een voet aan de grond te zetten.

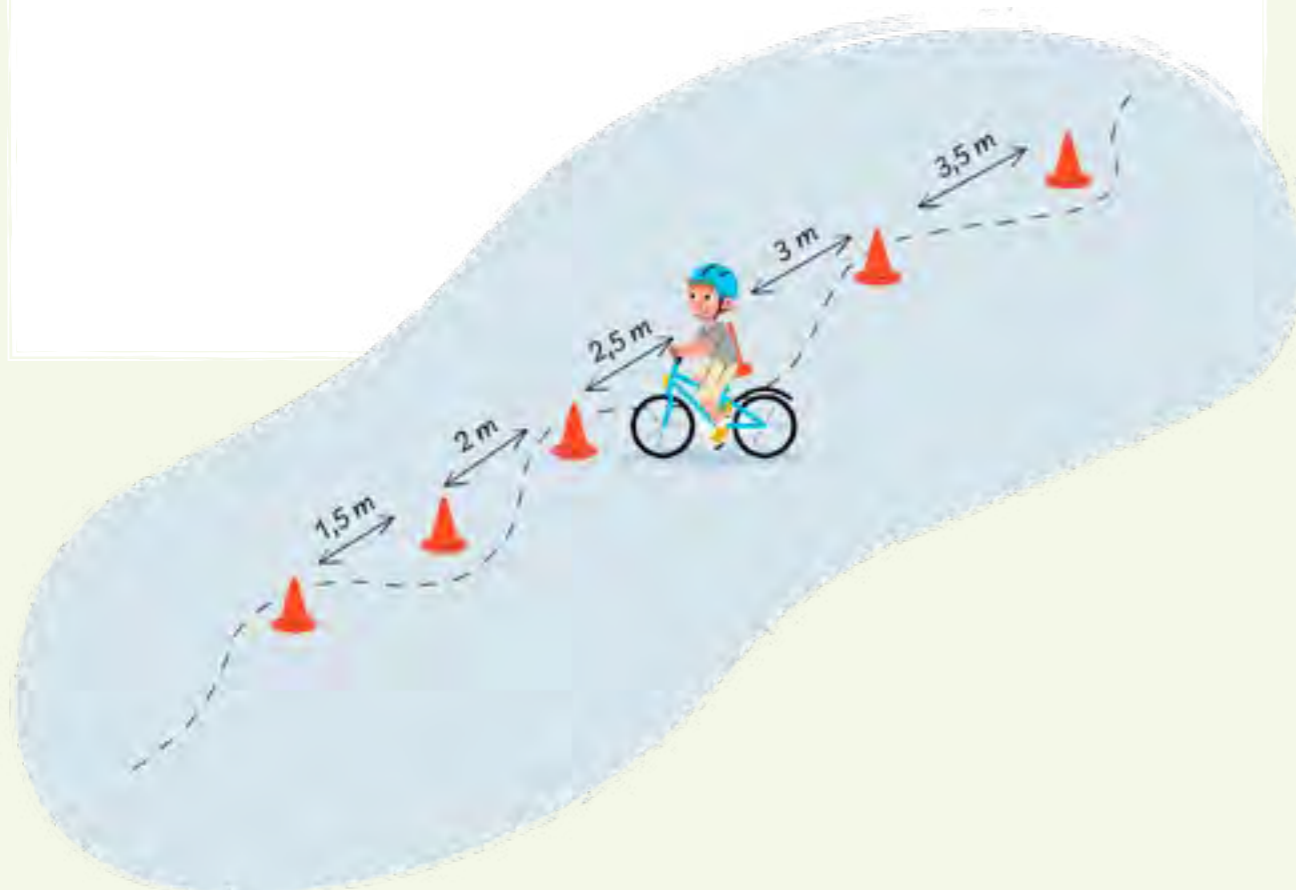


## TEST VAARDIGHEID 2 EEN KORTE SLALOM MAKEN

### Deel 2 van het parcours

**Proef** De leerling slalomt tussen de kegels die steeds dichterbij elkaar staan.

**Beoordeling** Om te slagen voor deze vaardigheid, mag de leerling geen enkele kegel raken, mag hij zijn voet(en) niet op de grond plaatsen en mag hij geen enkele kegel overslaan.

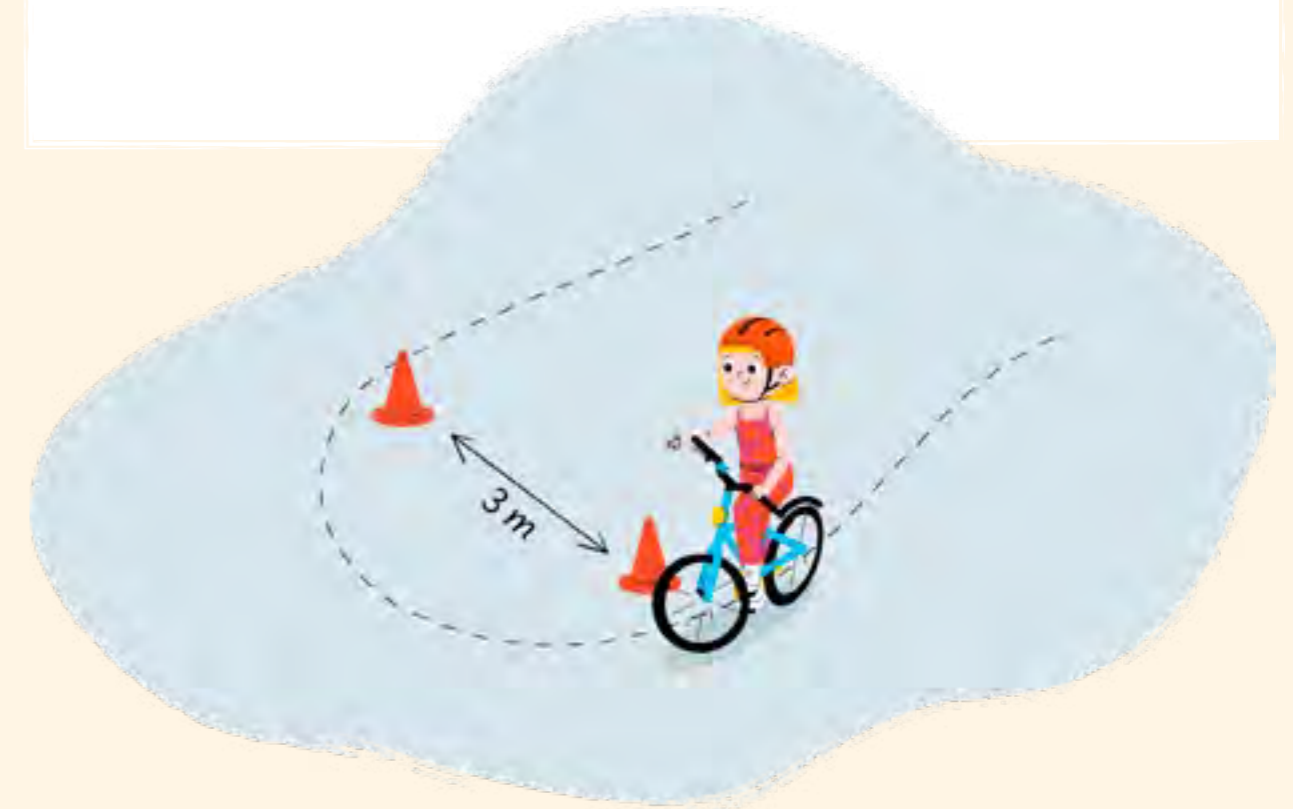


## TEST VAARDIGHEID 3 EEN ARM UITSTEKEN

### Deel 3 en 3bis van het parcours

**Proef** Enkele meters voor de eerste kegel, steekt de leerling zijn rechterarm uit om een bocht naar rechts aan te geven. Vervolgens zet de leerling beide handen terug aan het stuur, om de bocht rond de twee kegels te maken. Na deel vier van het parcours herhaalt de leerling deze test, maar ditmaal steekt hij zijn linkerarm uit om een bocht naar links aan te geven.

**Beoordeling** Om voor deze vaardigheid te slagen, fietst de leerling rechtdoor met een hand aan het stuur en houdt hij zijn fiets onder controle. Zijn andere hand geeft duidelijk de richting van de bocht aan. Bij het nemen van de bocht houdt de leerling het stuur met beide handen vast.

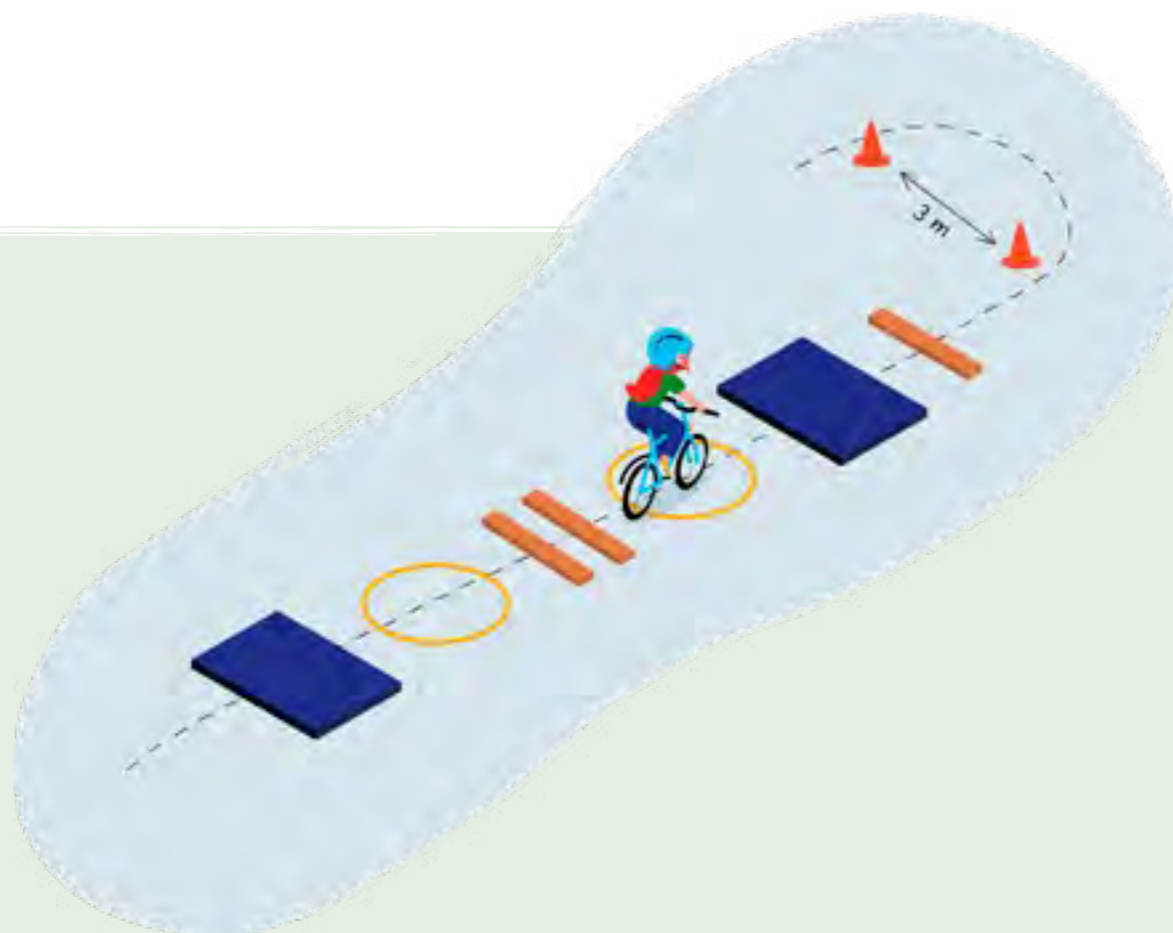


## TEST VAARDIGHEID 4 FIETSEN OP EEN ONEFFEN ONDERGROND

### Deel 4 van het parcours

**Proef** De leerling rijdt rechtdoor op een oneffen terrein met hindernissen op de grond zoals hoepels, matten en planken. Hij toont dat hij zijn fiets goed onder controle kan houden ondanks het moeilijke terrein.

**Beoordeling** Om voor deze vaardigheid te slagen, moet de leerling over de hindernissen rijden, zonder een voet op de grond te zetten. Hij moet een ontspannen houding aannemen op de fiets, zijn stuur stevig vasthouden en recht voor zich uit kijken om de aankomende hindernissen te kunnen zien.

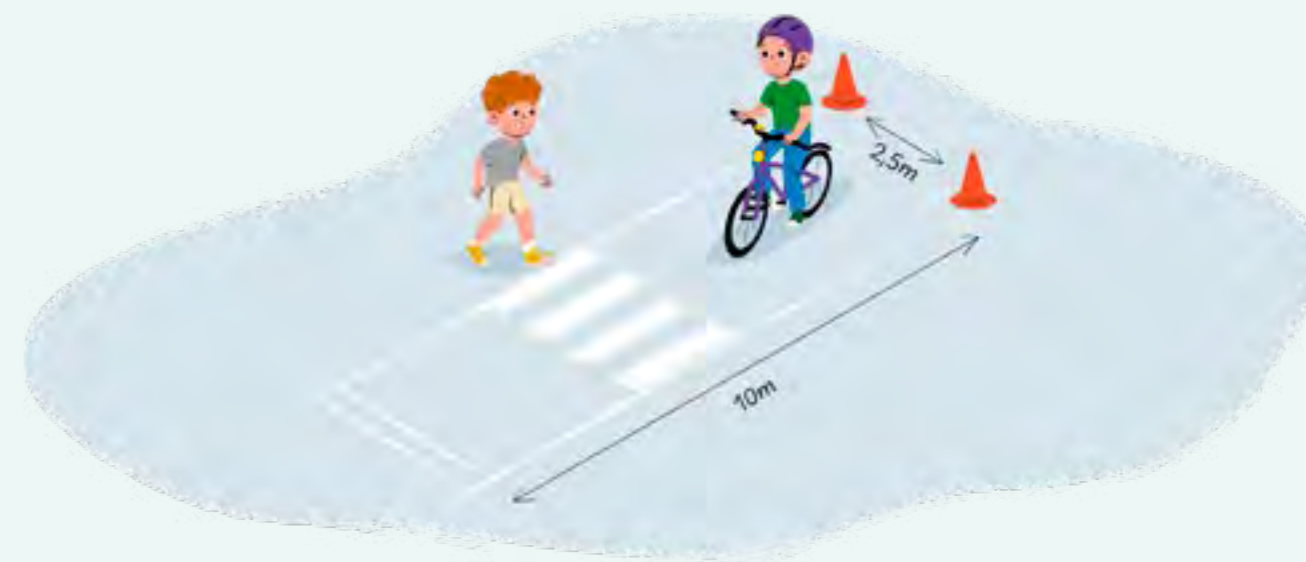


## TEST VAARDIGHEID 5 REKENING HOUDEN MET ANDERE WEGGEBRUIKERS

### Deel 5 van het parcours

**Proef** De leerling fietst in een denkbeeldige straat die wordt weergegeven door een met krijt getekende gang (2,5 meter breed en 10 meter lang). Jij speelt de rol van voetganger en steekt het zebrapad over dat op het traject van de fietser ligt. De fietser toont dat hij de voetganger opmerkt, hij remt en hij stopt eventueel om de voetganger te laten oversteken.

**Beoordeling** Om voor deze vaardigheid te slagen, toont de leerling dat hij de voetganger ziet, remt hij gedoseerd af om de voetganger te laten oversteken en stopt hij indien nodig. Hij mag zijn voet op de grond zetten om de voetganger de tijd te geven om over te steken.

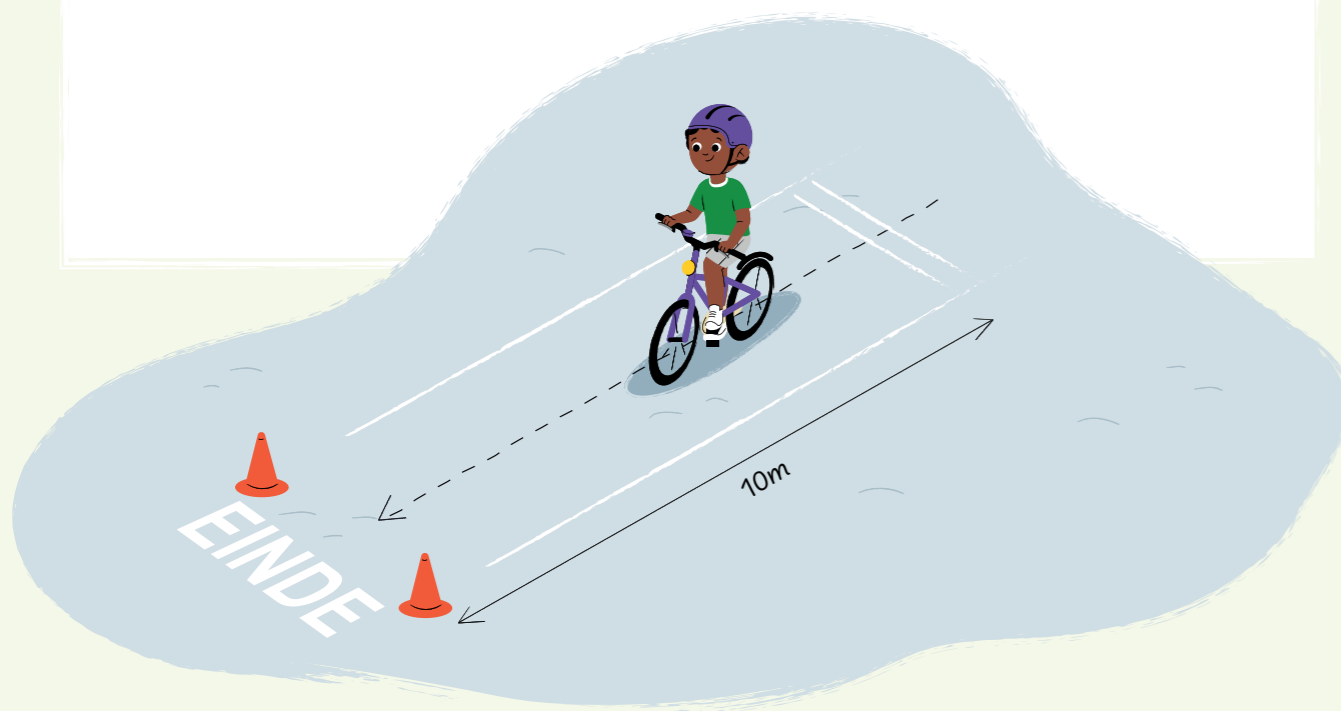


## TEST VAARDIGHEID 6 REMMEN

### Deel 6 van het parcours

**Proef** De leerling zit op zijn fiets aan de met krijt getekende startlijn en vertrekt. Bij jouw fluitsignaal remt hij aan de hand van de juiste techniek (zie pg. 40) en stopt. Vervolgens zet hij zijn weg verder naar het einde van het testparcours.

**Beoordeling** Om voor deze vaardigheid te slagen, toont de leerling aan dat hij snel kan reageren en stoppen. Hij gebruikt beide remmen tegelijkertijd.



## TEST VAARDIGHEID 7 DE VOORDELEN VAN HET FIETSEN OPNOEMEN

Deze vaardigheid wordt in de klas besproken, maar wordt niet getest.

## TEST VAARDIGHEID 8 DE BASISVERKEERS- REGELS VOOR FIETSERS KENNEN

### Testvierkant

**Proef** De leerling kent de betekenis van elk verkeersbord dat wordt getoond (gebruik de afbeeldingen van de oefening 'Verkeersborden' op pg. 48 – bijlage 3). Elke leerling krijgt vijf verschillende verkeersborden voorgeschoteld.

**Beoordeling** Om voor deze vaardigheid te slagen, moet de leerling het verkeersbord dat hem getoond wordt, kunnen identificeren en de betekenis ervan duidelijk kunnen uitleggen.



## TEST VAARDIGHEID 9 ZIJN/HAAR FIETS KENNEN EN ONDERHOUDEN

### Testvierkant

**Proef** De leerling brengt zijn fiets naar het testvierkant. Je wijst een paar onderdelen van zijn fiets aan die hij moet kunnen benoemen (zie schema 'Ken je fiets!', pg. 50 – bijlage 4b). Vervolgens vraag je hem naar keuze om: 1) één van zijn banden opnieuw op te pompen, 2) jou te tonen hoe zijn ketting gesmeerd moet worden (de leerling mag dit uitbeelden als zijn ketting niet gesmeerd hoeft te worden) of 3) zijn remmen na te kijken.

**Beoordeling** Om voor deze vaardigheid te slagen, moet de leerling de gevraagde onderdelen van zijn fiets correct kunnen benoemen. Hij moet ook een band kunnen oppompen, zijn ketting kunnen smeren of zijn remmen kunnen nakijken.



### 3.4. HET BEHALEN VAN DE BADGE FIETSERS ZILVER

De Badge Fietsers Zilver is zo ontworpen dat ieder kind beloond wordt voor zijn inspanningen, geslaagd of niet geslaagd.

Elk kind krijgt na afloop een **beloning**, als dank voor deelname aan het leerproces en de eindproef.

Op de '**Zilveren Fietserskaarten**' (bijlage 8) kan je individuele opmerkingen geven aan het kind en zijn verbeterpunten aanduiden. Gebruik hiervoor de controlefiche die je hebt ingevuld tijdens de proef. De leerlingen ontvangen deze kaart om ze te **laten zien aan hun ouders**. Op die manier zijn de ouders op de hoogte van de fietsvaardigheden die hun kind heeft verworven, en kunnen ze de training thuis verderzetten.

Je deelt de Kaarten en beloningen best zo snel mogelijk na het afleggen van de proef uit. Zo weten de leerlingen nog goed wat de verschillende vaardigheden zijn en kunnen ze terugblikken op hun prestatie. Vraag alle leerlingen afzonderlijk hoe ze de test ervaren hebben, met behulp van de **zelfevaluatiefiche** (bijlage 7a en 7b).

Een kleine plechtigheid met de ouders en de directie geeft voldoening aan de leerlingen, en helpt om het project bekendheid te geven.

Via de website [mobilite-mobiliteit.brussels.nl/school](http://mobilite-mobiliteit.brussels.nl/school) kan je de bijlagen altijd opnieuw downloaden en kan je Kaarten voor de ouders en beloningen voor de leerlingen bijbestellen.

### 3.5. NA DE EINDTEST

Je kan de controlefiches bezorgen aan de leerkrachten van de 3<sup>e</sup> graad van het lager onderwijs. Deze fiches bevatten het overzicht van de **verworven vaardigheden**. Je collega's kunnen zich hierop baseren om het algemene niveau van de klas te evalueren voor ze verder gaan met het volgende onderdeel van de leerlijn fietsers: de **Badge Fietsers Goud**.



# 4.

## Waar vind ik de juiste uitrusting?

Heeft jouw school steun nodig om de leerlijn fietsers in het pedagogisch programma te integreren? Wil je meer info ontvangen en hulp krijgen om je leerlingen op te leiden tot vaardige fietsers? Wij kunnen je helpen, je staat er niet alleen voor! Ontdek hieronder verschillende mogelijkheden om je te voorzien van het nodige materiaal, je op te leiden en in contact te komen met andere scholen.

### 4.1. SCHOOLVERVOERPLANNEN

Jouw school wil op een meer proactieve manier werken rond actieve mobiliteit? Schrijf je dan in, mocht dat nog niet zijn gebeurd, voor de SchoolvervoerPlannen (SVP).

Een SVP zorgt ervoor dat een school haar situatie op het gebied van mobiliteit beter begrijpt en dat ze begeleid wordt bij het ontwerpen, uitvoeren en evalueren van een actieplan om **actievere en veiligere verplaatsingen** te bevorderen.

Scholen met een SVP worden gedurende 18 maanden begeleid door een **mobiliteitscoach**. Tijdens die periode ontvangen ze alle nodige info om daarna het werk **zelfstandig** voort te zetten.

Scholen met een SVP kunnen ook gebruik maken van een **breed aanbod** aan materiaal (fietsenstallingen, fietsen, verkeerspistes, hersteltools, fietshelmen, hesjes ...) en van animaties, opleidingen (bv. fietslessen voor ouders en voor ouder en kind, opleidingen voor leerkrachten om een groep met de fiets te leren begeleiden) en diensten (bv. fietsherstelateliers).

Om deze steun te krijgen, moeten de scholen met een SVP een **actieplan** indienen bij Brussel Mobiliteit.

De steunaanvragen in de actieplannen worden door Brussel Mobiliteit beoordeeld vanuit haar visie op schoolmobiliteit, nl. **'Het schoolpubliek verplaatst zich actief en in alle veiligheid'**.

Meer informatie vind je op de website van Brussel Mobiliteit [mobilite-mobiliteit.brussels/nl/school](http://mobilite-mobiliteit.brussels/nl/school) (deel 'Schoolvervoerplan').

Scholen met een SVP worden ieder jaar ook uitgenodigd op het **Salon van de Schoolmobiliteit**: een evenement met een overvloed aan info en uitwisselingen, tussen scholen en met Brusselse verenigingen die actief zijn in de mobiliteitssector.

### 4.2. WEEK VAN DE MOBILITEIT

Elke Brusselse school, met of zonder SVP, kan de projectoproep beantwoorden voor de Week van de Mobiliteit, die elk jaar plaatsvindt van 16 tot 22 september. Door een project in te dienen, kunnen scholen **steun** aanvragen **voor hun acties**.

Het gaat om projecten die een rechtstreeks verband hebben met deze Week van de Mobiliteit, en die bijdragen tot de visie van Brussel Mobiliteit op schoolmobiliteit: 'Het schoolpubliek verplaatst zich actief en in alle veiligheid'. De projecten worden beoordeeld op basis van deze visie en rekening houdend met het beschikbare budget.

Het aanbod aan materiaal op het SVP-gedeelte van de website van Brussel Mobiliteit is voorbehouden voor scholen met een SVP en kan via hun actieplan worden aangevraagd. Het gaat om materialen die deze scholen het hele schooljaar door kunnen gebruiken ter ondersteuning van hun structurele mobiliteitsactiviteiten. Dit materiaal kan niet aangevraagd worden via de projectoproep voor de Week van de Mobiliteit.

### 4.3. NIEUWSBRIEF SCHOOLMOBILITEIT

Schrijf je in op de nieuwsbrief van Brussel Mobiliteit over schoolmobiliteit om op de hoogte te blijven van projectoproepen, activiteiten van haar partners, goede voorbeelden, en meer: [mobilite-mobiliteit.brussels/nl/school](http://mobilite-mobiliteit.brussels/nl/school) (deel 'Schoolvervoerplan', onderaan de pagina).

### 4.4. MATERIAAL IN BRUIKLEEN

#### ➡ Pro Velo

Om fietseducatie in de scholen te ondersteunen, stellen Pro Velo en Brussel Mobiliteit gratis materiaal ter beschikking (opgelet: dit aanbod kan variëren over tijd):

- Een verkeersbox waarin je alles vindt om een openbare weg na te bootsen in een beschermde omgeving.
- Een behendigheidspiste uit zes verschillende delen die je op diverse manieren kan samenstellen, afhankelijk van je behoeften en de beschikbare ruimte.
- Veiligheidsboxen met daarin 25 helmen en 25 hesjes in verschillende maten voor je leerlingen als ze een fietsuitstap maken.
- Een set VR-brillen waarmee leerlingen virtueel door verschillende verkeerssituaties fietsen. Een goede voorbereiding op het echte werk.

Meer informatie en een reserveringsformulier vind je op de website van Pro Velo: [provelo.org/nl](http://provelo.org/nl)

#### ➡ Gemeenten

Sommige gemeenten lenen op aanvraag materiaal uit aan scholen. Heel wat gemeenten ondersteunen ook de organisatie van fietsrijen, schoolstraten en andere activiteiten. Contacteer de dienst Mobiliteit of de dienst Onderwijs van je gemeente om na te gaan wat ze aanbieden.

#### 4.5. DE OUDERS BETREKKEN EN DE KINDEREN UITRUSTEN

Hoe meer de ouders betrokken zijn, hoe groter de kans dat jouw leerlingen regelmatig zullen fietsen en hun vaardigheden zullen aanscherpen. Communiceer daarom op ouderavonden, opendeurdagen en nieuwsbrieven over het belang dat jouw school hecht aan actieve mobiliteit. Een kleine attentie voor vrijwilligers die meekomen op uitstappen of helpen bij de eindtest kan wonderen doen voor de motivatie.

Hier volgen enkele ideeën voor opleiding en hulpmiddelen voor de ouders van je leerlingen.

##### ➡ Bike Experience en fietslessen voor volwassenen

De Bike Experience is een korte opleiding van Pro Velo, waarmee je zelfverzekerd (weer) in het zadel kunt stappen in de stad. De opleiding is bedoeld voor iedereen die behoefte heeft aan ondersteuning in het verkeer: vertrouwen opbouwen, opfrissing van de wegcode, professioneel advies ...

Meer info op [bikeexperience.brussels](http://bikeexperience.brussels)

Pro Velo biedt ook opleidingen aan voor volwassenen die willen leren fietsen en zich veilig door de stad verplaatsen. Deze opleiding is dus gericht op ouders die nog niet kunnen fietsen.

Meer info op [provelo.org/nl](http://provelo.org/nl)

##### ➡ Ouder-Kind Training

Via deze Pro Velo-opleiding kunnen ouders het traject tussen thuis en school leren kennen met de fiets, om zo beter te kunnen inschatten of ze deze verplaatsing ook met hun kind met de fiets kunnen doen.

Meer info op [provelo.org/nl](http://provelo.org/nl)

##### ➡ Fietsbieb

Een fietsbieb leent tegen lage prijzen goede fietsen uit aan kinderen tussen 2 en 12 jaar, op verschillende plaatsen in Brussel. Ouders betalen een kleine vaste kost per jaar. Dit abonnement geeft recht op een gratis wissel van de geleende fiets wanneer deze te klein wordt of er een ander model nodig is. De fietsbiebs worden beheerd door vrijwilligers en zijn een paar dagen per maand open.

Meer info op [fietsbieb.be](http://fietsbieb.be)

##### ➡ Een fiets voor 10 jaar

‘Een fiets voor 10 jaar’ is een educatief verhuurprogramma voor kinderfietsen. Het bevordert het gebruik van fietsen en fietsonderdelen in een logica van hergebruik en circulariteit. Het principe is eenvoudig: ouders huren een fiets uit de voorraad van de Ateliers de la rue Voot en ruilen die om zodra nodig, zodat het kind altijd een fiets heeft die aan zijn grootte is aangepast.

Meer info op [voot.be/een-fiets-voor-10-jaar](http://voot.be/een-fiets-voor-10-jaar)

##### ➡ Verkeer op school

Ouders die willen helpen bij mobiliteitsacties, kunnen zich bij hun school aanmelden om aan te sluiten bij de Werkgroep Verkeer. Of indien die nog niet bestaat, het initiatief nemen om er zelf eentje op te richten. De VSV ondersteunt hierbij met materiaal en informatie.

Meer info op [basis.verkeerschool.be/ondersteuning](http://basis.verkeerschool.be/ondersteuning)



## BIJLAGEN

Alle bijlagen zijn beschikbaar op het einde van deze handleiding en op de website van Brussel Mobiliteit: [mobilite-mobiliteit.brussels/nl/school](http://mobilite-mobiliteit.brussels/nl/school)

- ➡ [Bijlage 1: Oefening 'Fietsen is tof!' \(pg. 44\)](#)
- ➡ [Bijlage 2: Oefening 'Waar moet de fietser rijden?' \(pg. 46\)](#)
- ➡ [Bijlage 3: Oefening 'Verkeersborden' \(pg. 48\)](#)
- ➡ [Bijlage 4a: Oefening 'Ken je fiets!' – Schema fiets met legende \(pg. 50\)](#)
- ➡ [Bijlage 4b: Oefening 'Ken je fiets!' – Schema fiets blanco \(pg. 50\)](#)
- ➡ [Bijlage 5: Schema parcours eindtest \(pg. 59\)](#)
- ➡ [Bijlage 6: Controlefiche \(pg. 58\)](#)
- ➡ [Bijlage 7a: Zelf-evaluatiefiche – uitleg \(pg. 69\)](#)
- ➡ [Bijlage 7b: Zelf-evaluatiefiche – blad voor leerlingen \(pg. 69\)](#)
- ➡ [Bijlage 8: 'Zilveren Fietserskaarten' \(pg. 69\)](#)



**BRUSSEL MOBILITEIT**

GEWESTELIJKE OVERHEIDSDIENST BRUSSEL