

# Fietsen in groep

## Voorwoord

Een verplaatsing met de fiets is gezond, beter voor het milieu én het is goedkoper.

Bovendien toon je als school dat je inzet op verkeersveiligheid en duurzame mobiliteit.

Met deze les bereid je alle leerlingen optimaal voor om samen in het verkeer te fietsen.

## Eindtermen

Eerste graad: ET 1.13 De leerlingen verplaatsen zich veilig als voetganger en fietser in het verkeer in het kader van schoolse activiteiten.

## Lesdoel

- De leerlingen kennen de voornaamste verkeersregels voor groepen fietsers.
- De leerlingen kunnen zich vaardig met de fiets in groepjes verplaatsen.

## Timing

Deze les duurt 50 minuten.

## Materiaallijst

15 kegels, fluitje, fietsen, ruimte van 20x15 meter



# Les

## Groepsgesprek

Laat de leerlingen antwoorden op de volgende vragen:

- Wie komt er met de fiets naar school?
- Doe je dit alleen of in groep?
- Wat zijn de ervaringen en moeilijkheden?

## Kern

### Wegcode voor fietsers in groep

Lees de stellingen voor en laat de leerlingen individueel of in kleine groepjes antwoorden.

#### WAAR OF NIET?

- Een groep fietsers moet nergens voorrang verlenen. Chauffeurs mogen immers niet door een groep fietsers breken.  
→ **NIET WAAR.** In alle situaties waar je als individuele fietser voorrang moet verlenen aan andere weggebruikers moet je dit ook als groep doen.
- Binnen de bebouwde kom mogen we altijd en overal met twee naast elkaar fietsen.  
→ **NIET WAAR.** Je mag er overal met twee naast elkaar rijden. Als het te smal is om een tegenligger te laten kruisen, moet je achter elkaar gaan fietsen en desnoods stoppen.
- Buiten de bebouwde kom mogen we altijd en overal met twee naast elkaar fietsen.  
→ **NIET WAAR.** Je mag er wel met twee naast elkaar rijden, maar als er een voertuig langs achter nadert moet je achter elkaar gaan fietsen.
- Vanaf vijf fietsers mag je kiezen tussen rijden op het fietspad of op de rijbaan.  
→ **NIET WAAR.** Je moet altijd het (berijdbare) fietspad gebruiken tenzij je met een peloton van 15 fietsers bent.
- Op een fietspad mogen fietsers met meer dan twee naast elkaar fietsen.  
→ **WAAR.** Dit mag zolang je andere weggebruikers daardoor niet in gevaar brengt.

## Praktijkoefening

Tijdens drie oefeningen leren de fietsers de nodige vaardigheden om zich in groep veilig in het verkeer te begeven. De oefeningen bouwen voort op elkaar. Het is dus van belang om de oefeningen in deze volgorde af te werken.

### Oefening 1: compact rijden

De fietsers rijden dicht bij elkaar zonder elkaar te hinderen.

#### Opdracht:

- Maak groepjes van telkens 4 leerlingen. Elke groep van 4 rijdt achter elkaar met een onderlinge afstand van ongeveer een fietslengte.
- Alle groepen starten gelijktijdig, stel ze dus verspreid op over het parcours.
- Rijd tussen de kegels en bewaar de onderlinge afstanden.

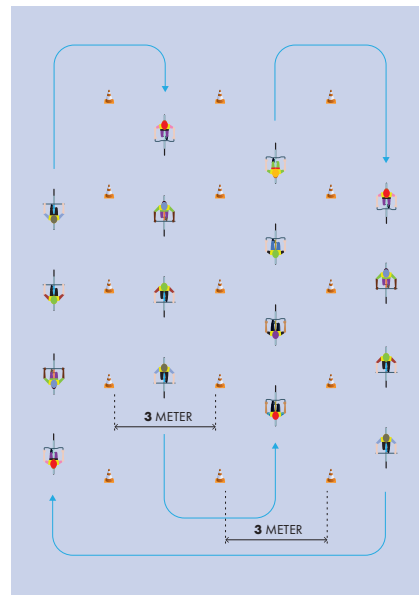
**Let op:** de leerlingen houden minstens 1 vinger aan beide remgrepen om snel te kunnen reageren.

#### Extra oefening:

- Op jouw signaal stoppen en vertrekken de leerlingen een aantal keren.

### Organisatie:

Spreek een signaal af wanneer de groep moet stoppen.



### Oefening 2: links en rechts afslaan

De fietsers oefenen het afslaan in groep.

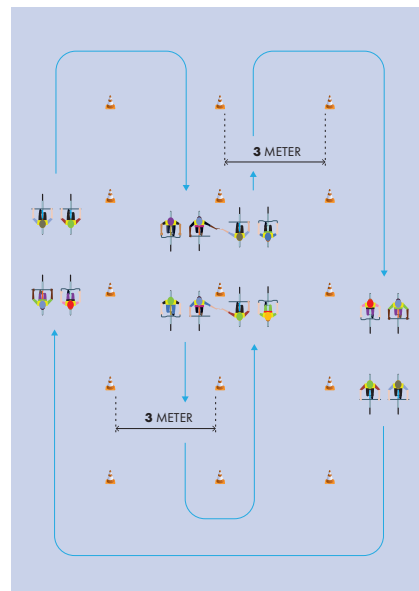
#### Opdracht:

- Maak groepjes van telkens 4 leerlingen. Elke groep van 4 rijdt twee per twee achter elkaar met een onderlinge afstand van ongeveer een fietslengte en een zijdelingse afstand van ongeveer 1 meter.
- Alle groepen starten gelijktijdig, stel ze dus verspreid op over het parcours.
- Rij gedurende enkele ronden tussen de kegels en behoud de tussenafstanden.
- Laat de leerlingen stoppen en geef ze de volgende instructie:
  - Telkens je links afslaat, kijk je over je linkerschouder. De leerlingen die aan de linkerkant fietsen steken hun linkerarm uit.
  - Telkens je rechts afslaat, kijk je ook over de linkerschouder. De leerlingen die aan de rechterkant fietsen steken hun rechterarm uit.

**Let op:** Bij het afslaan heeft iedereen zijn beide handen terug aan het stuur.

#### Extra oefening:

- Wanneer groepjes elkaar kruisen geven de twee leerlingen die het dichtst bij elkaar fietsen elkaar een high-five.



### Oefening 3: ritsen en communiceren

De fietsers oefenen de overgang van fietsen in twee rijen naar één rij (ritsen). Dit is nodig wanneer er een tegenligger of hindernis opduikt.

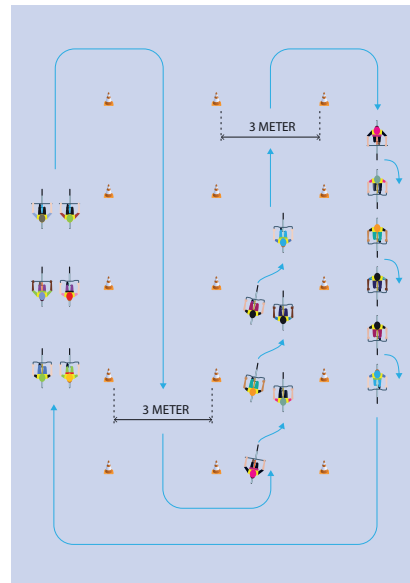
#### Opricht:

- Maak groepjes van telkens 6 leerlingen. Elke groep van 6 rijdt twee per twee achter elkaar en respecteert de onderlinge afstanden.
- Alle groepen starten gelijktijdig, stel ze dus verspreid op over het parcours.
- Rij gedurende enkele ronden tussen de kegels en behoud de tussenafstanden.
- Laat de leerlingen stoppen en geef ze de volgende instructie:
  - Bij het begin van een lengte ritsen de leerlingen achter elkaar. Bij de volgende lengte mogen ze terug naast elkaar fietsen. Herhaal dit enkele keren.
  - Spreek een signaal af waarop de leerlingen gaan ritsen. Spreek ook af dat ze dit signaal aan elkaar doorgeven.
  - Spreek een manier af om te ritsen.

#### Hoe kan je ritsen?

- Je ritst van links naar rechts: de fietser links vooraan geeft een signaal en alle fietsers aan de linkerkant (verkeerskant) vertragen en schuiven achter de fietsers aan de rechterkant.
- Je ritst van rechts naar links: de fietser rechts vooraan geeft een signaal en alle fietsers aan de rechterzijde vertragen en schuiven achter de fietsers aan de linkerzijde.

**Let op:** wanneer een achterligger de groep wil inhalen dan geeft de achterste leerling het signaal.



#### Extra oefening:

- Oefen het ritsen met een onverwacht obstakel aan de linkerzijde (bv. een fietser als tegenligger) of aan de rechterzijde (bv. plaats een hindernis).

