



OEFENINGEN

Koppel het woord aan de juiste tekening



Knip de woorden uit

WIEL

LICHT

FIETS

ZADEL

STUUR

BEL

Koppel het woord aan de juiste tekening

FIETS



BEL



LICHT



STUUR



WIEL



ZADEL



RINGRING BIKE SQUAD

LESPAKKET



Een veilige fiets:

Lespakket eerste en tweede leerjaar

Wat is een veilige fiets?

1. Inleiding
2. Fietsen en verkeer
3. Noa en de fietskcheck
4. 7 checks voor een veilige fiets
5. Fietsdetectives
6. Oefening
7. Fietshangers



Inleiding:

Dit lespakket helpt leerlingen uit graad 1 ($\pm$ 6–7 jaar) om op een eenvoudige en interactieve manier te begrijpen wat een veilige fiets is en waarom dat belangrijk is in het verkeer.

Kinderen fietsen vaak al zelfstandig of samen met ouders naar school, maar staan nog weinig stil bij de veiligheid van hun fiets. In deze les leren ze:

-  wat verkeer is en waarom afspraken nodig zijn
-  waarom een veilige fiets belangrijk is
-  welke 7 onderdelen ervoor zorgen dat een fiets veilig is

De les combineert een kort verhaal, gerichte vragen en duidelijke uitleg. Zo blijven leerlingen betrokken én begrijpen ze de inhoud.

Duur: $\pm$ 20 minuten

Werkvorm: klassikaal, interactief

Fietsen en verkeer



Vragen die er bij de start van de les gesteld kunnen worden:

- “Wie komt er met de fiets naar school?”
- “Wie fietst er graag?”
- “Waarom vinden jullie fietsen leuk?”

Verkeer uitleggen

“Als je fietst, neem je deel aan het verkeer”

“Verkeer zijn alle mensen die zich op de weg verplaatsen:

- fietsers
- auto's
- voetgangers”

Vraag: “Zijn jullie alleen op de weg?”

→ (nee)

Waarom veiligheid belangrijk is

“Op de weg zijn veel mensen tegelijk.

Als iedereen zomaar doet wat hij wil... wat gebeurt er dan?”

→ *(botsen, vallen, gevaar)*

“Daarom zijn er regels.

En daarom is het ook belangrijk dat jouw fiets veilig is.”

Kernzin: “Een veilige fiets helpt je veilig in het verkeer.”



Noa en de fietscheck

“Dit is Noa. Ze fietst elke dag naar school.
Ze vindt dat superleuk.”

“Maar op een dag zegt haar mama:

‘Noa, is jouw fiets eigenlijk wel in orde en veilig?’”

“Euh... ik denk het?” zegt Noa.”

“Kom,” zegt mama, “we doen samen de Ring Ring fietscheck.”



7 checks voor een veilige fiets



Check 1: De remmen om te stoppen

“Je fiets moet goed kunnen stoppen. Dat is heel belangrijk.”

Een fiets heeft meestal twee remmen:

- één vooraan
- één achteraan.

Als je remt, moet je fiets snel vertragen.

Leg uit:

- Als je de rem helemaal tot tegen het stuur kan trekken, werken je remmen niet goed
- Dat kan betekenen dat de remblokjes versleten zijn of dat de rem moet bijgesteld worden

Vraag: “Wat gebeurt er als je niet op tijd kan stoppen?”

→ (*botsing, vallen*)



Check 2: Het stuur om te sturen

“Met je stuur kies je waar je naartoe rijdt.”

Leg uit:

- Het stuur moet stevig vastzitten
- Het moet makkelijk kunnen draaien van links naar rechts

Als het stuur los zit of moeilijk draait, kan je vallen.

Extra: De handvatten moeten goed vastzitten en mogen niet ronddraaien.

Vraag: “Wat gebeurt er als je stuur los zit?”



Check 3: De bel om te waarschuwen

Vraag; “Hebben jullie allemaal een bel?”

Ring ring!

Leg uit:

- Een bel is verplicht
- Je gebruikt ze om anderen te waarschuwen

Je moet de bel makkelijk kunnen gebruiken zonder je hand van het stuur te halen.

Vraag: “Wanneer gebruik je je bel?”



Check 4: De lichten om gezien te worden

Vraag: “Waar zijn je lichtjes?”

Leg uit:

- Voor: wit of geel
- Achter: rood

Je gebruikt lichtjes in het donker of bij slecht weer.

Waarom:

- Jij ziet beter
- Anderen zien jou

Extra: Je jas of boekentas mag je achterlicht niet bedekken.

Vraag: “Is het veilig om zonder licht te fietsen in het donker?”



Check 5: De reflectoren om zichtbaar te zijn van alle kanten

“Kijk, dit zijn reflectoren, een moeilijk woord maar heel belangrijk op de fiets”

Leg uit:

- Reflectoren kaatsen licht terug
- Ze werken als er licht op schijnt

Waar zitten ze:

- vooraan: wit
- achteraan: rood
- pedalen: oranje
- wielen (zijkant): oranje

Belangrijk: Je moet ook zichtbaar zijn van opzij, want verkeer komt niet alleen van voor of achter.



Vraag: “Werken reflectoren zonder dat er licht op schijnt?”

→ *(nee)*



Check 6: De banden om goed te rijden

Vraag: “Wie heeft er al eens een platte band gehad?”

Vraag: “Is een dat dan makkelijk of moeilijk om mee te fietsen?”

Leg uit:

- Banden moeten hard genoeg opgepompt zijn
- Ze mogen niet versleten zijn

Wat betekent versleten?

- Je ziet geen groefjes meer in de band
- De band wordt glad

Waarom belangrijk:

- Met goede banden heb je meer grip
- Je kan beter sturen en remmen



Check 7: De wielen en ketting zodat alles goed draait

Leg uit:

- Wielen moeten makkelijk ronddraaien
- Ze mogen niet wiebelen

Wat betekent wiebelen?

- Het wiel draait niet mooi recht
- Het gaat een beetje links en rechts

Ketting:

- moet proper en gesmeerd zijn
- smeren doe je met olie

Waarom:

- Anders maakt de fiets lawaai
- En fietst hij zwaarder

Vraag: “Wat hoor je als een fiets niet goed werkt?”

Ring Ring! Samenvatting

Een veilige fiets;

- 👂 stopt goed
- 👂 stuurt goed
- 👂 laat je horen
- 👂 laat je zien
- 👂 rijdt vlot

Fietsdetectives

“Noa weet nu waar ze op moet letten.”

“En jullie?”

Ring Ring!

“Jullie worden nu echte fietsdetectives!”

“Een fietsdetective kijkt goed en ziet wat veilig is... en wat niet.”



Oefening:

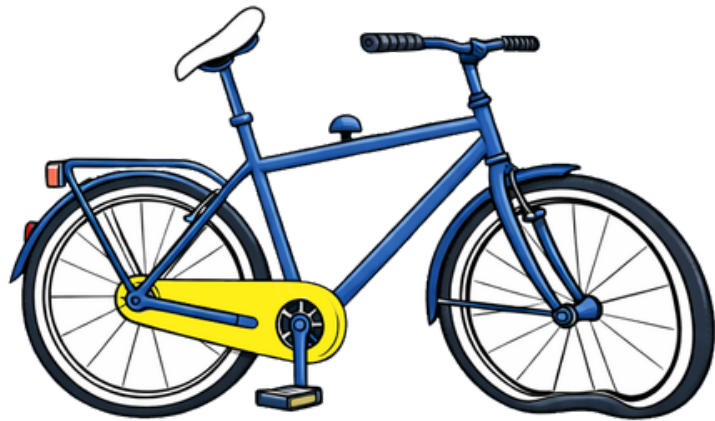
Toon de tekening van de fiets

“Op deze fiets zitten een paar fouten.”

Opdracht: “Zoek wat er niet veilig is.”

Mogelijke fouten:

- geen voorlicht
- geen reflectoren
- lekke band
- geen remmen
- foute positie bel
- scheef zadel



Extra: Laat leerlingen uitleggen waarom iets fout is.

In de downloadmap vinden jullie ook nog een oefening terug die de leerlingen in de klas kunnen uitvoeren of mee naar huis kunnen nemen.

Fietshangers

“Na de fietscheck krijgt jouw fiets een hanger.”

Blauw betekent: “Jouw fiets is in orde. Goed gedaan!”

Geel betekent: “Jouw fiets heeft wat zorg nodig.”

Wat moet je doen?

“Neem de hanger mee naar huis en toon hem aan mama/ papa/ oma / opa / iemand anders.”

“Vraag om samen je fiets na te kijken.”

Voor ouders:

“Op de hanger staat een QR-code.

Die brengt je naar een website met tips om de fiets weer veilig te maken.”

Einde les: laat Ring Ring tune luisteren in de klas - ga vervolgens naar buiten voor het controleren van de fietshangers.

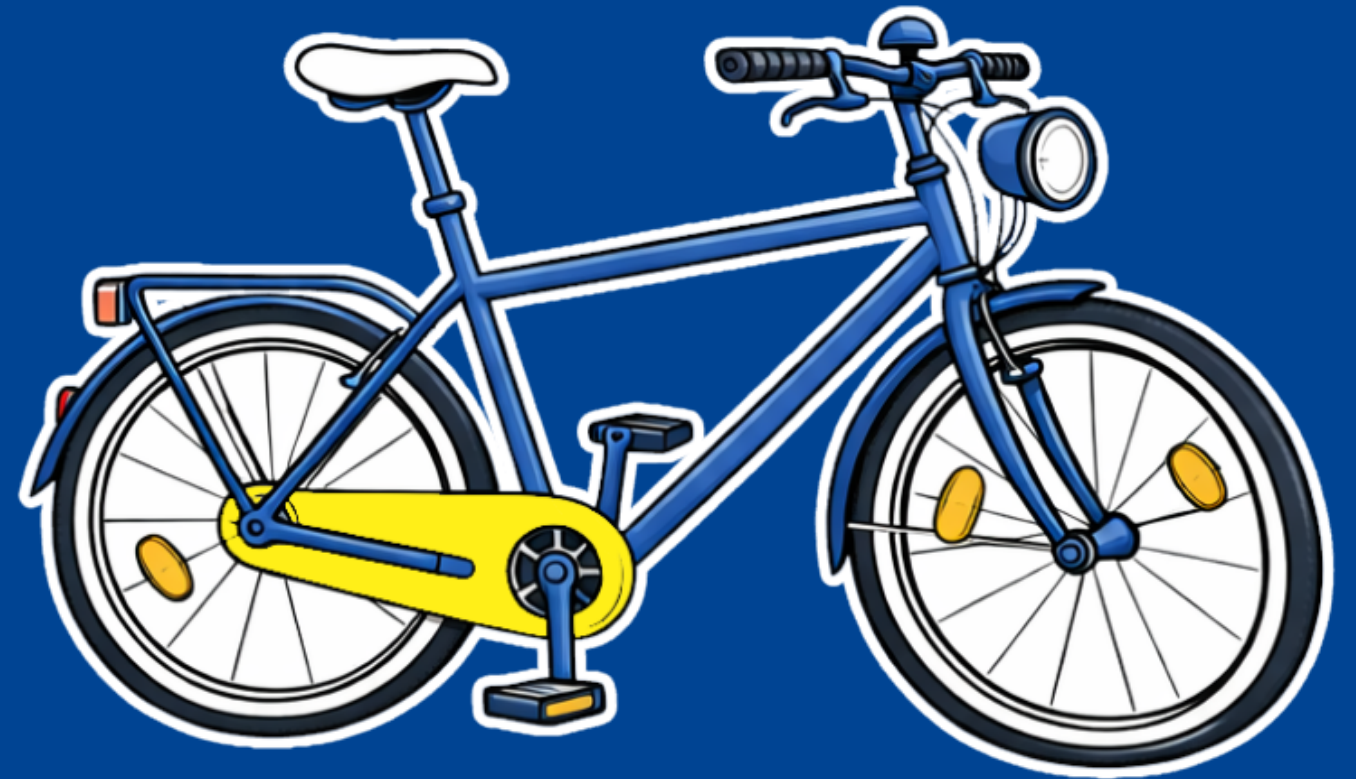
RINGRING BIKE SQUAD

SLIDES

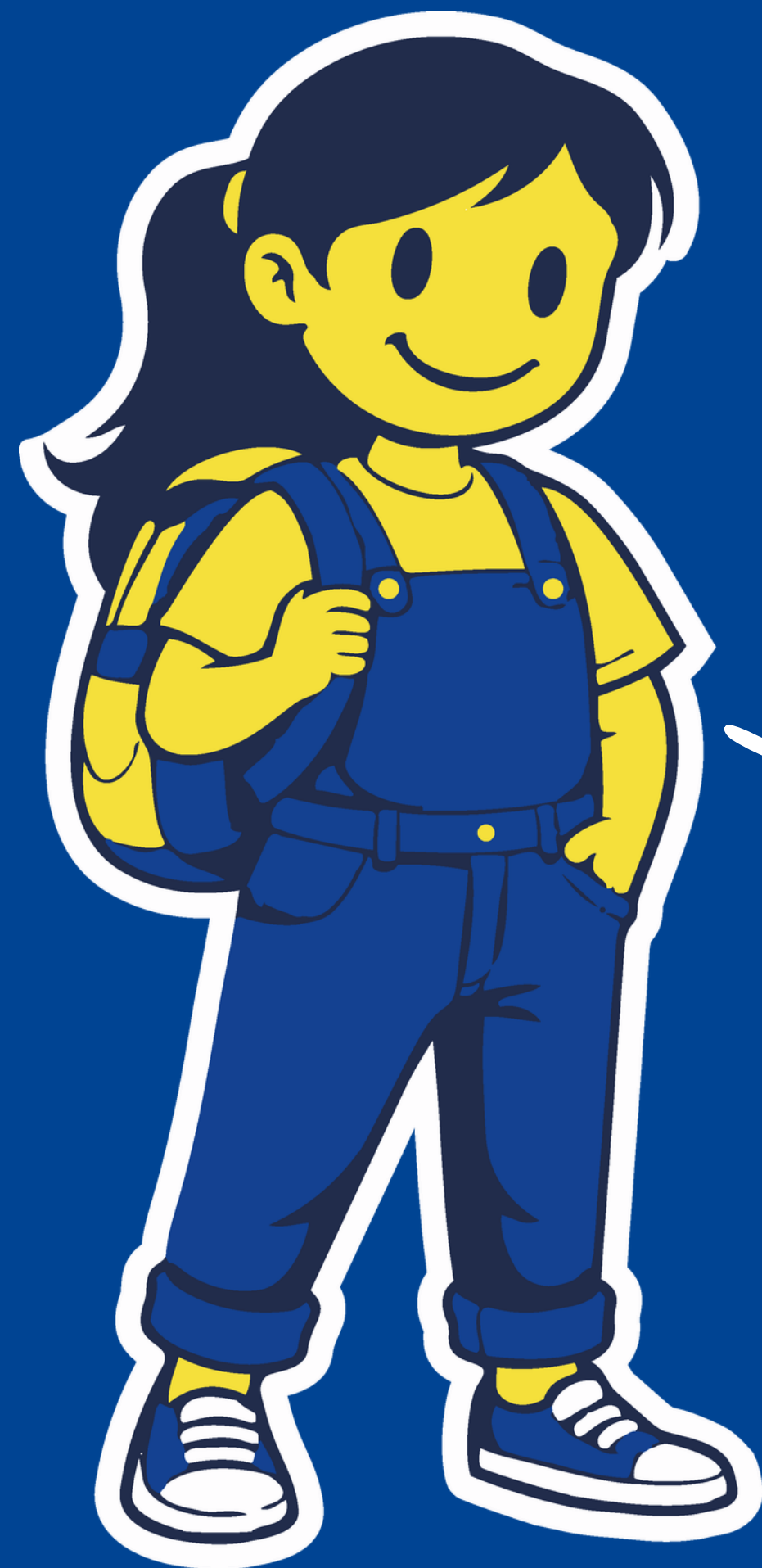
EEN VEILIGE FIETS



Het verkeer







Noa

RINGRING BIKE CHECK

☉ IN ORDE
☒ NIET IN ORDE

① REMMEN

② STUUR EN HANDVATTEN

③ BEL

④ VERLICHTING

⑤ REFLECTOREN

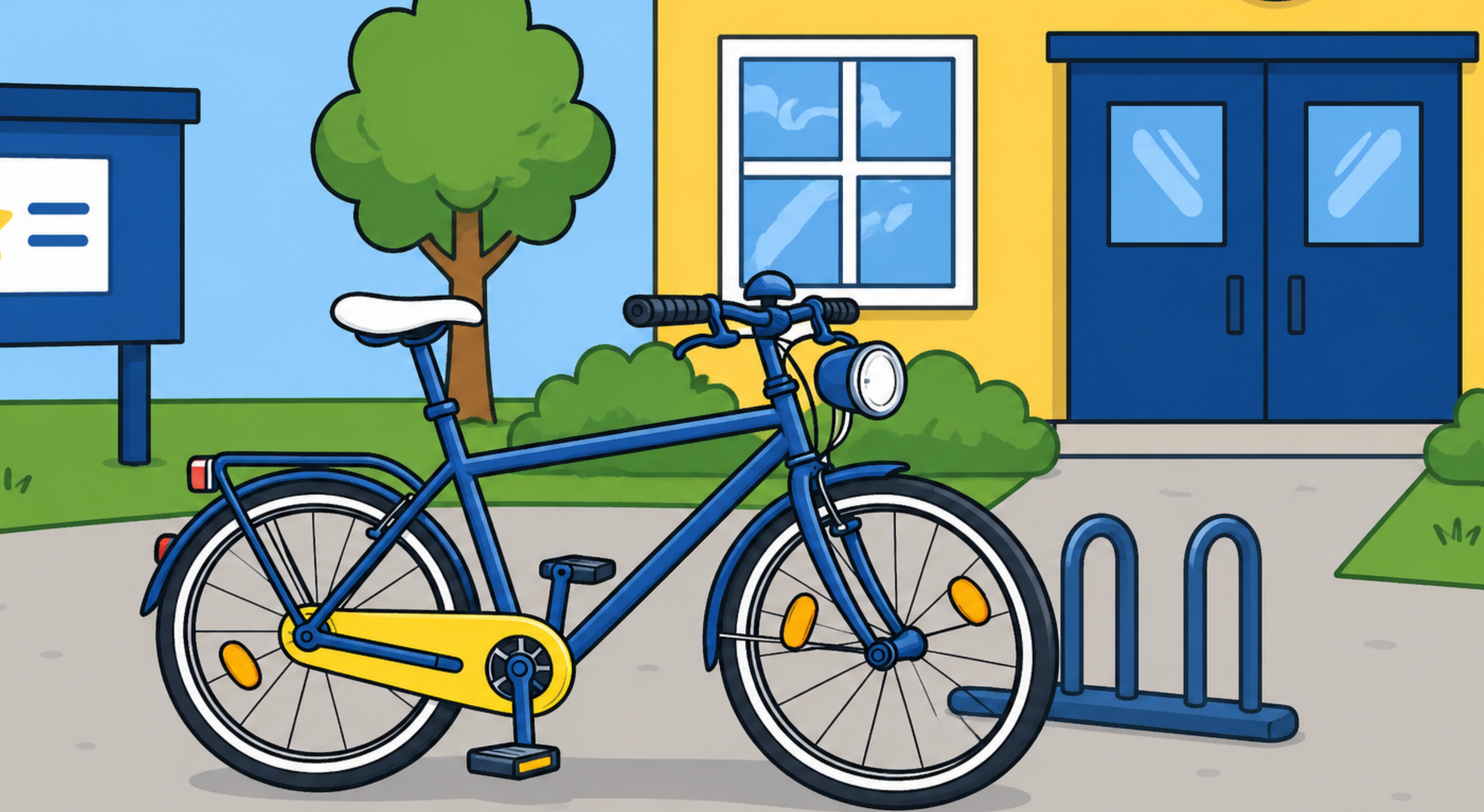
⑥ BANDEN

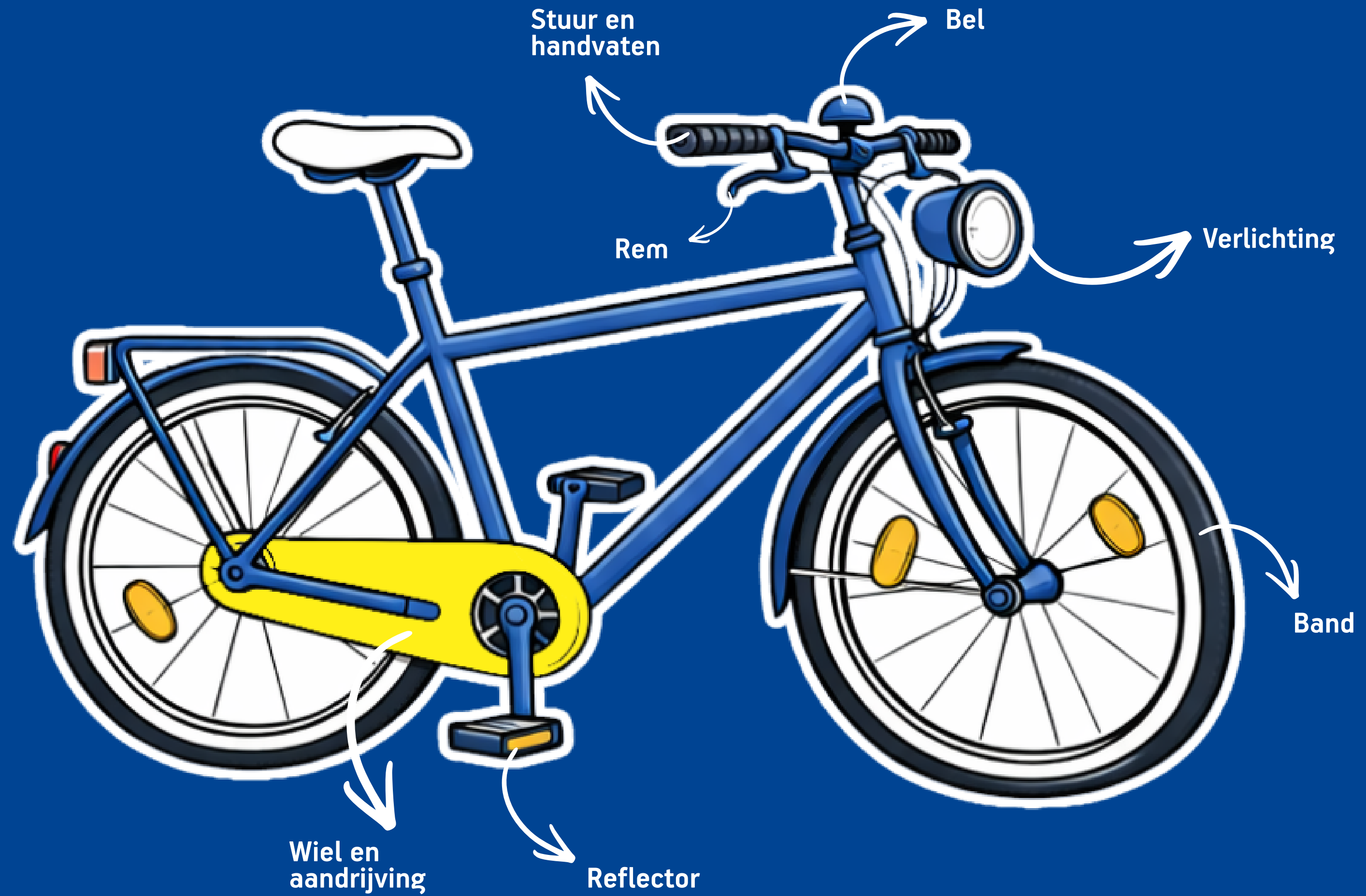
⑦ WIELEN EN AANDRIJVING

SCAN EN MAAK
JE FIETS WEER
100% VEILIG

**RINGRING
BIKE
SQUAD**

WWW.TOURING.BE/NL/RINGRING/HERSTEL





Check 1

RINGRING BIKE CHECK

☉ IN ORDE
☒ NIET IN ORDE

① REMMEN

STUUR EN HANDVATTEN

BEL

VERLICHTING

REFLECTOREN

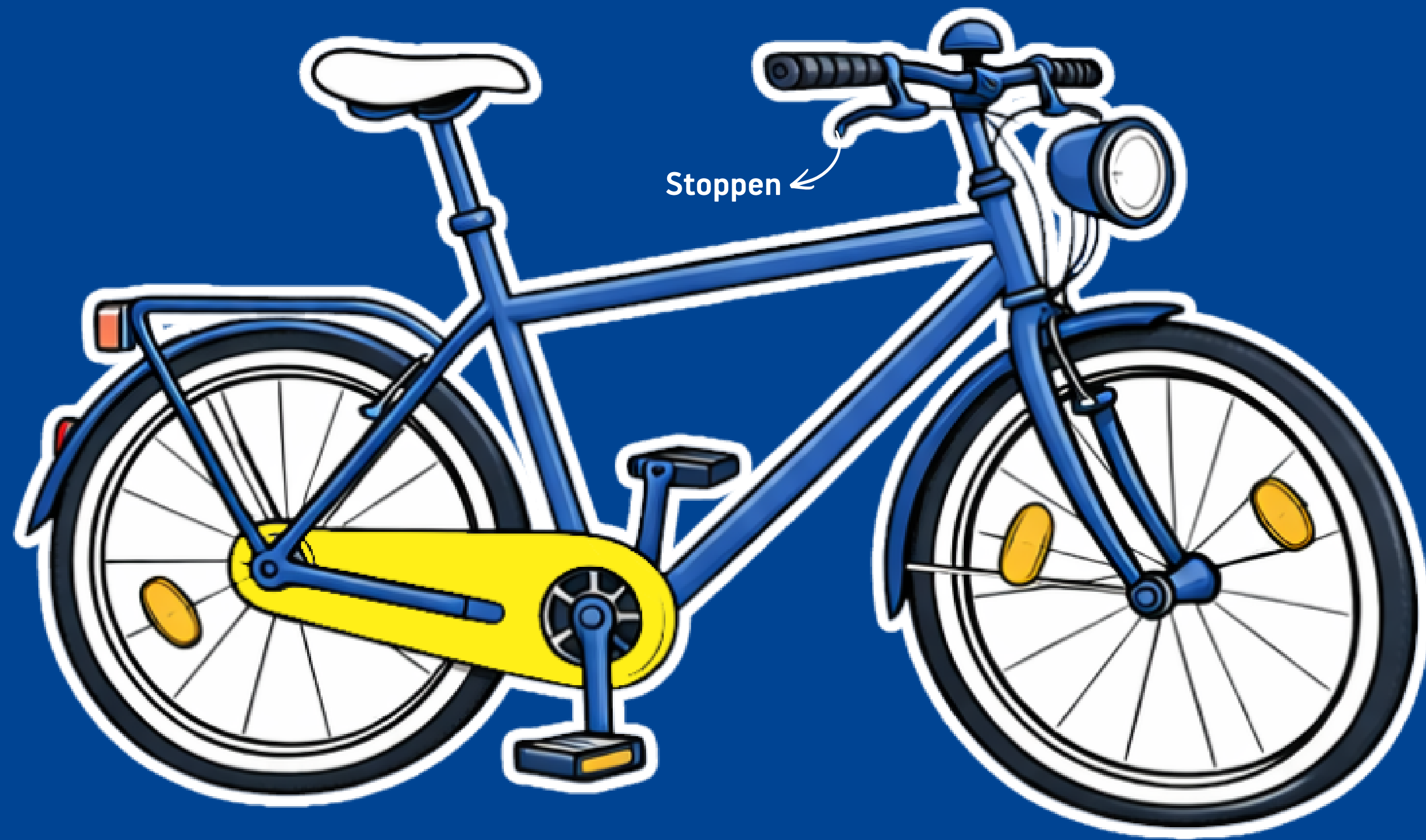
BANDEN

WIELEN EN AANDRIJVING

 SCAN EN MAAK
JE FIETS WEER
100% VEILIG

**RINGRING
BIKE
SQUAD** 

WWW.TOURING.BE/NL/RINGRING/HERSTEL



Stoppen

Check 2

RINGRING BIKE CHECK

☉ IN ORDE
☒ NIET IN ORDE

 REMMEN _____

 STUUR EN HANDVATTEN _____

 BEL _____

 VERLICHTING _____

 REFLECTOREN _____

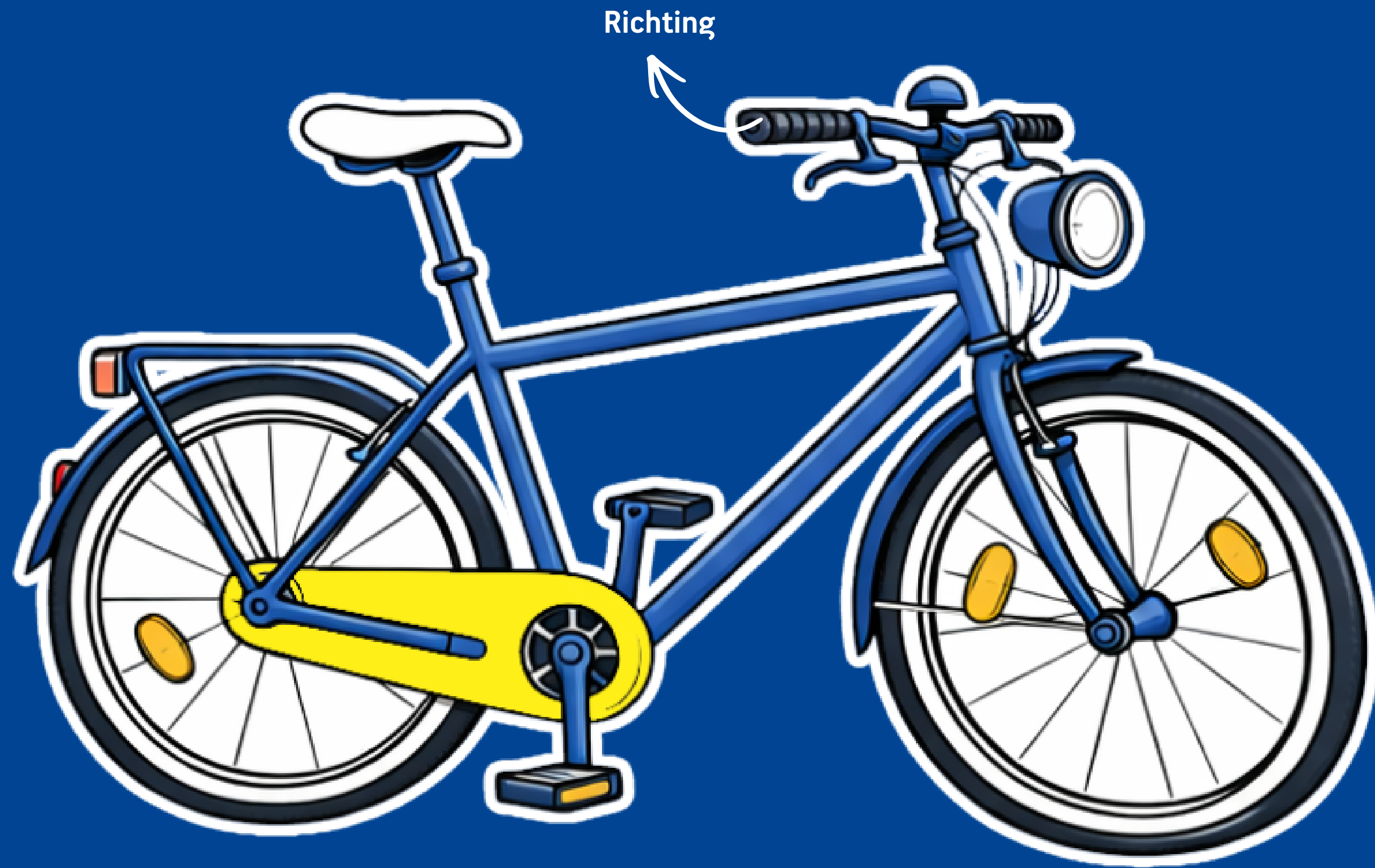
 BANDEN _____

 WIELEN EN AANDRIJVING _____

 SCAN EN MAAK
JE FIETS WEER
100% VEILIG

**RINGRING
BIKE
SQUAD** 

WWW.TOURING.BE/NL/RINGRING/HERSTEL



Richting

Check 3

RINGRING BIKE CHECK

☉ IN ORDE
☒ NIET IN ORDE

 REMMEN _____

 STUUR EN HANDVATTEN _____

 BEL _____

 VERLICHTING _____

 REFLECTOREN _____

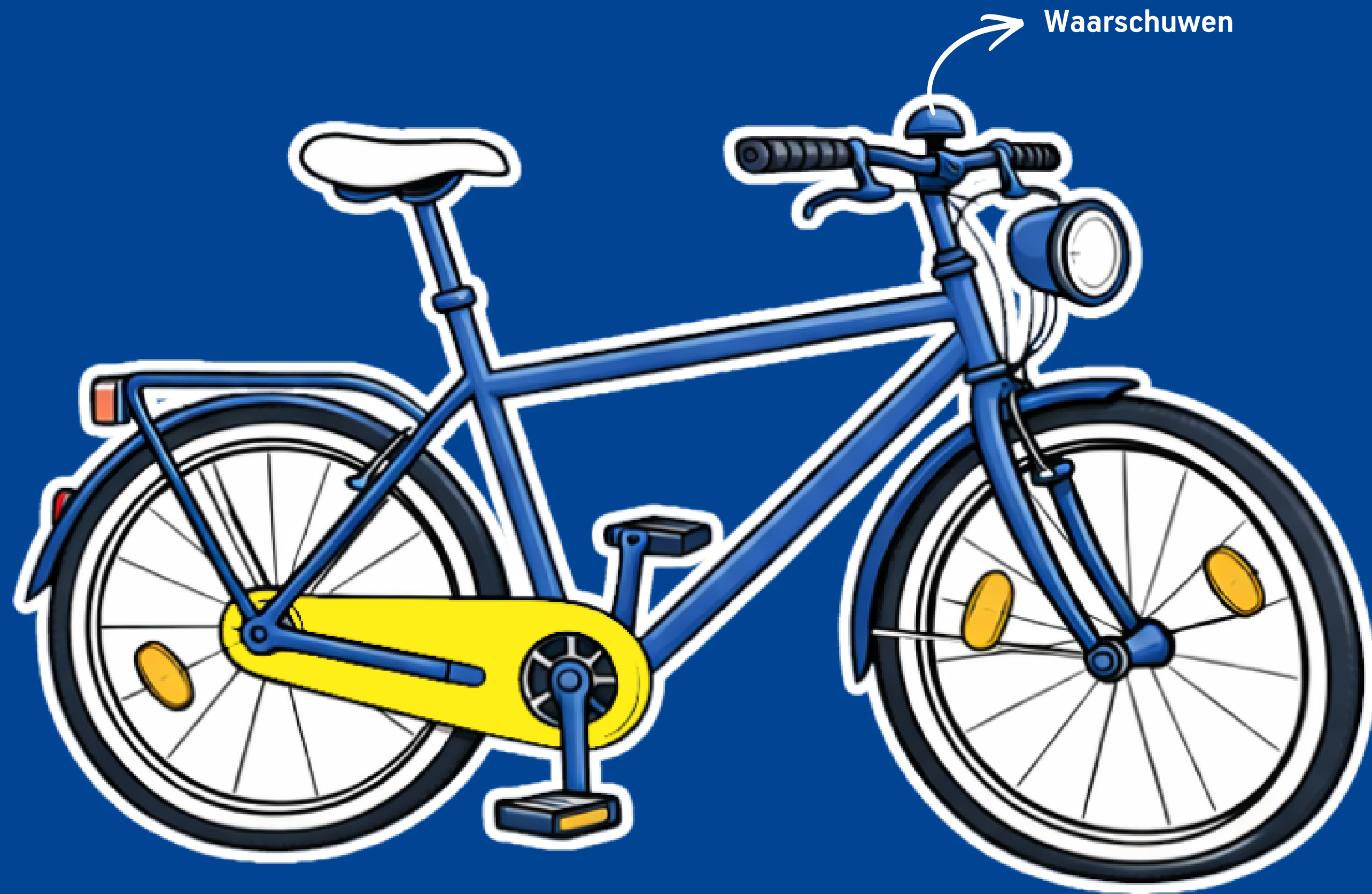
 BANDEN _____

 WIELEN EN AANDRIJVING _____

 SCAN EN MAAK
JE FIETS WEER
100% VEILIG

**RINGRING
BIKE
SQUAD** 

WWW.TOURING.BE/NL/RINGRING/HERSTEL



Waarschuwen

Check 4

RINGRING BIKE CHECK

☉ IN ORDE
☒ NIET IN ORDE

 REMMEN _____

 STUUR EN HANDVATTEN _____

 BEL _____

 VERLICHTING _____

 REFLECTOREN _____

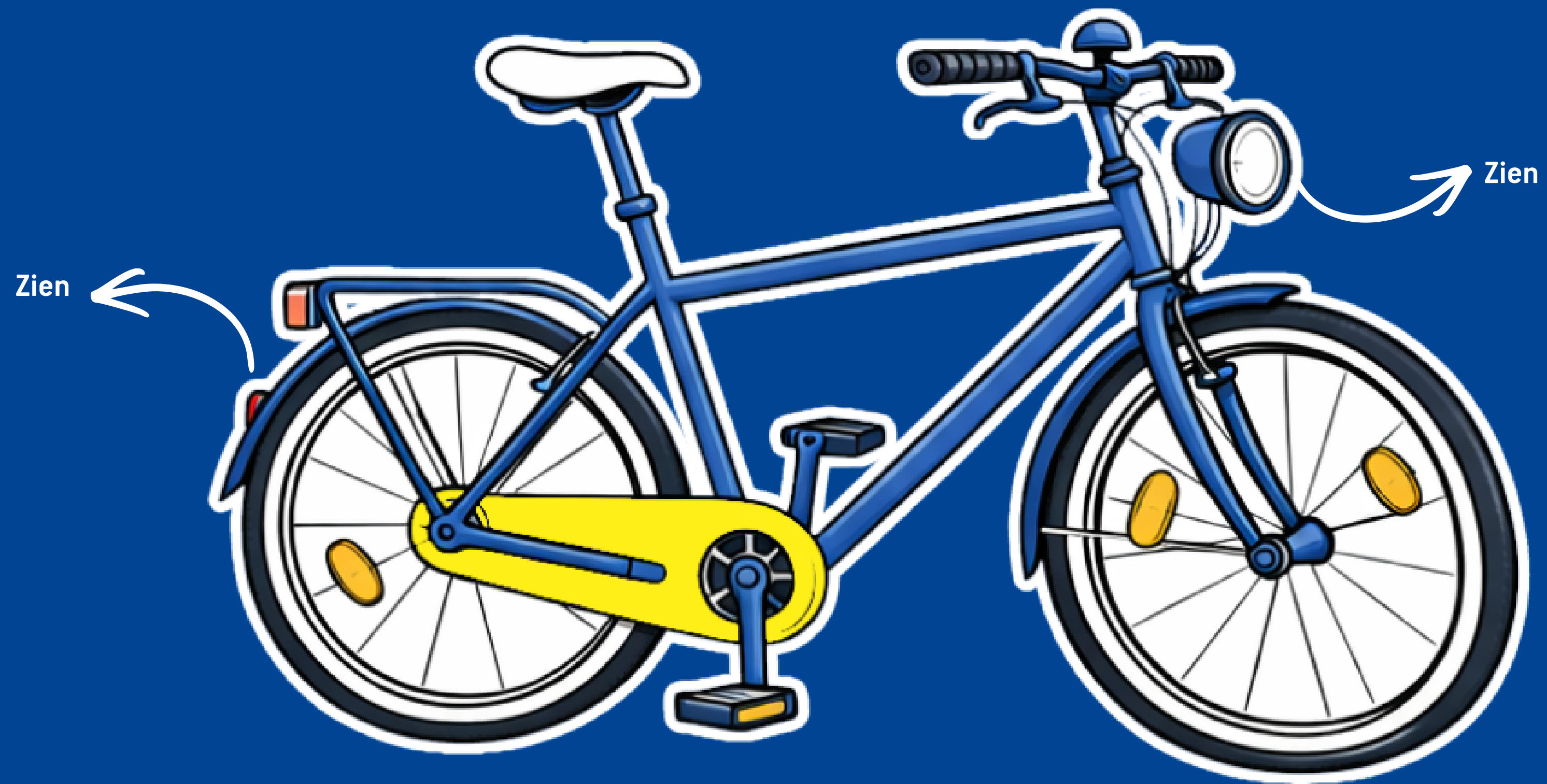
 BANDEN _____

 WIELEN EN AANDRIJVING _____

 SCAN EN MAAK
JE FIETS WEER
100% VEILIG

**RINGRING
BIKE
SQUAD** 

WWW.TOURING.BE/NL/RINGRING/HERSTEL



Check 5

RINGRING BIKE CHECK

☉ IN ORDE
☒ NIET IN ORDE

 REMMEN _____

 STUUR EN HANDVATTEN _____

 BEL _____

 VERLICHTING _____

 REFLECTOREN _____

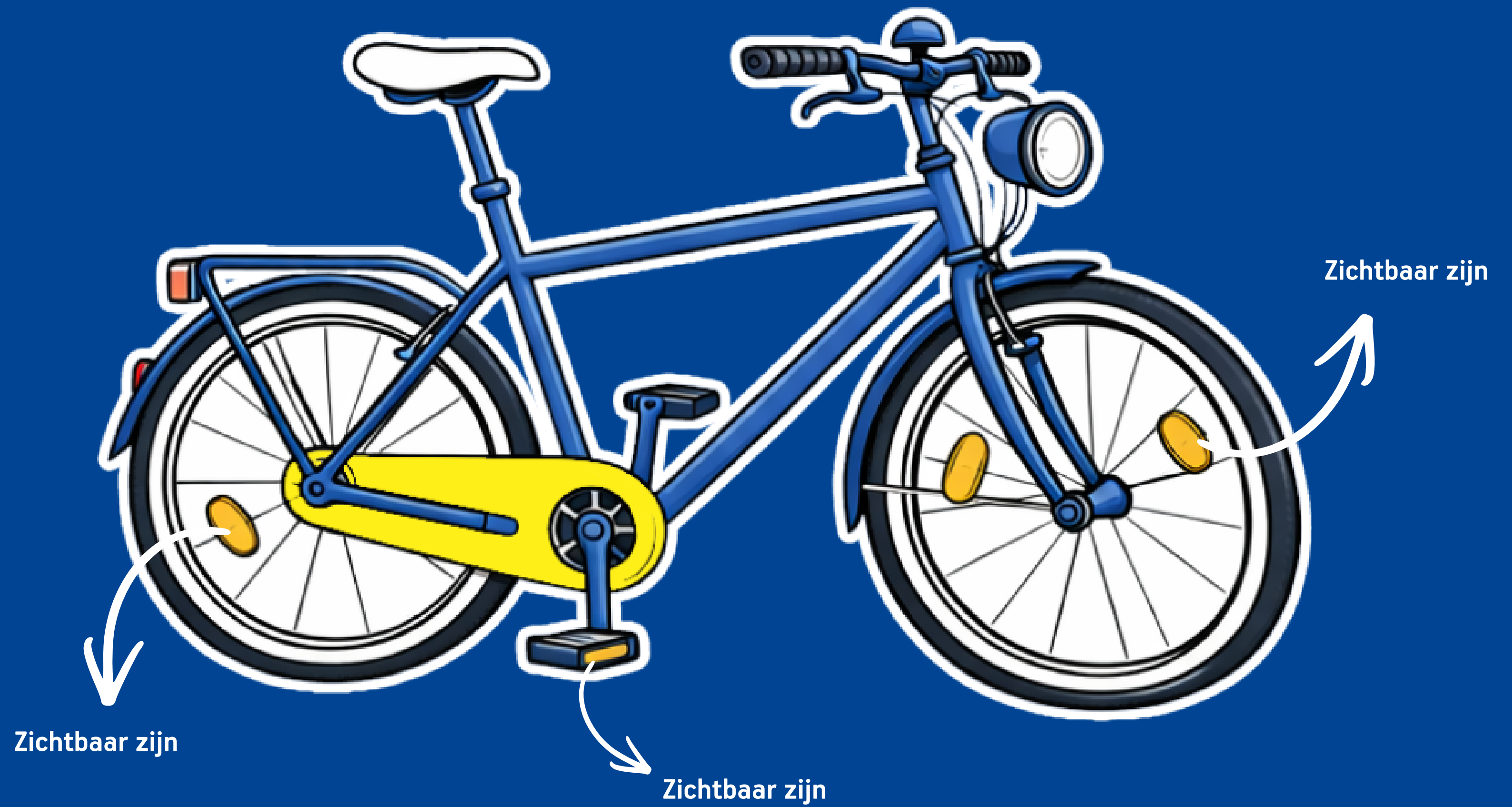
 BANDEN _____

 WIELEN EN AANDRIJVING _____

 SCAN EN MAAK
JE FIETS WEER
100% VEILIG

**RINGRING
BIKE
SQUAD** 

WWW.TOURING.BE/NL/RINGRING/HERSTEL



Check 6

RINGRING BIKE CHECK

☉ IN ORDE
☒ NIET IN ORDE

 REMMEN _____

 STUUR EN HANDVATTEN _____

 BEL _____

 VERLICHTING _____

 REFLECTOREN _____

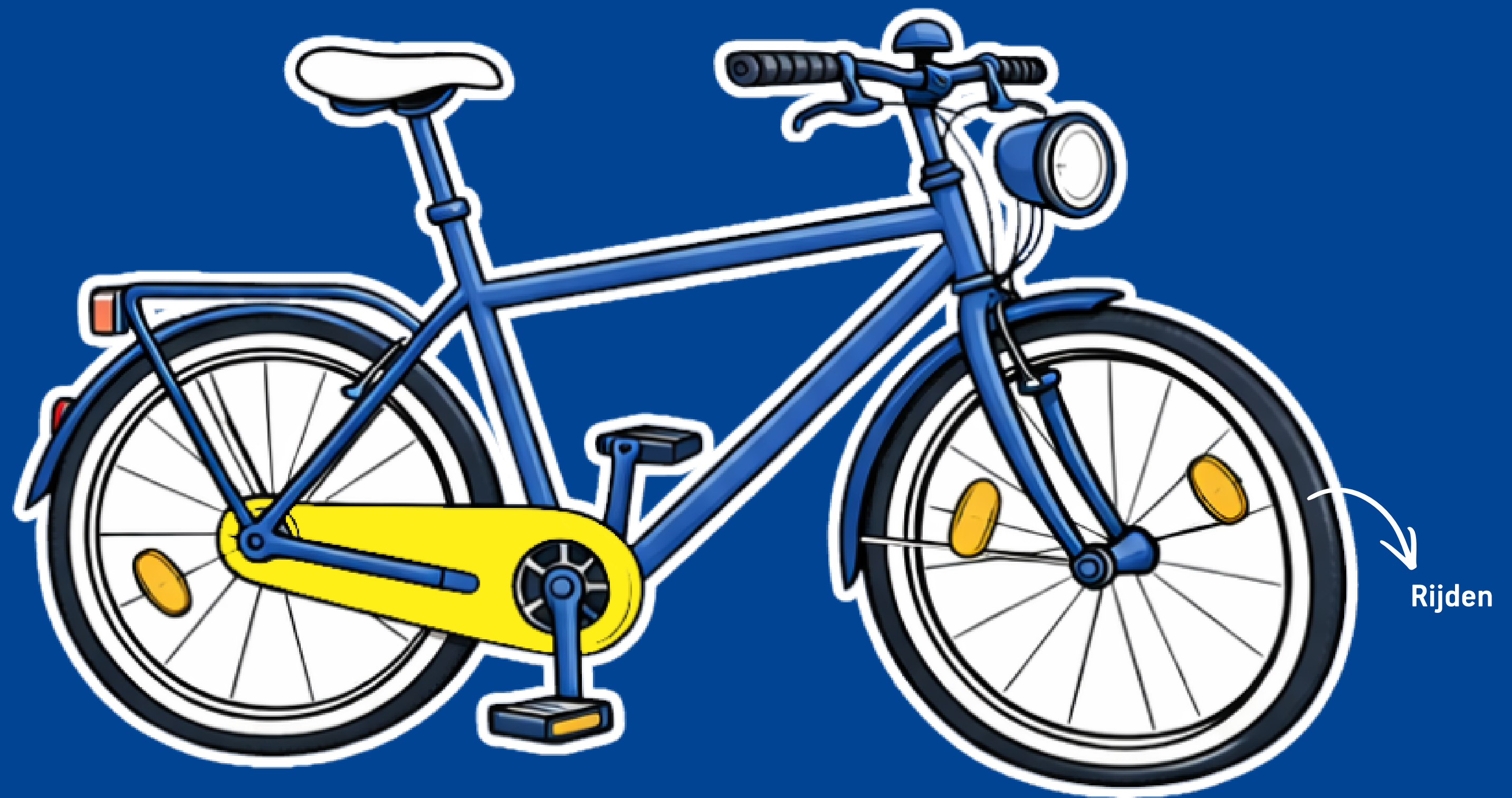
 BANDEN _____

 WIELEN EN AANDRIJVING _____

 SCAN EN MAAK
JE FIETS WEER
100% VEILIG

**RINGRING
BIKE
SQUAD** 

WWW.TOURING.BE/NL/RINGRING/HERSTEL



Check 7

RINGRING BIKE CHECK

☉ IN ORDE
☒ NIET IN ORDE

 REMMEN _____

 STUUR EN HANDVATTEN _____

 BEL _____

 VERLICHTING _____

 REFLECTOREN _____

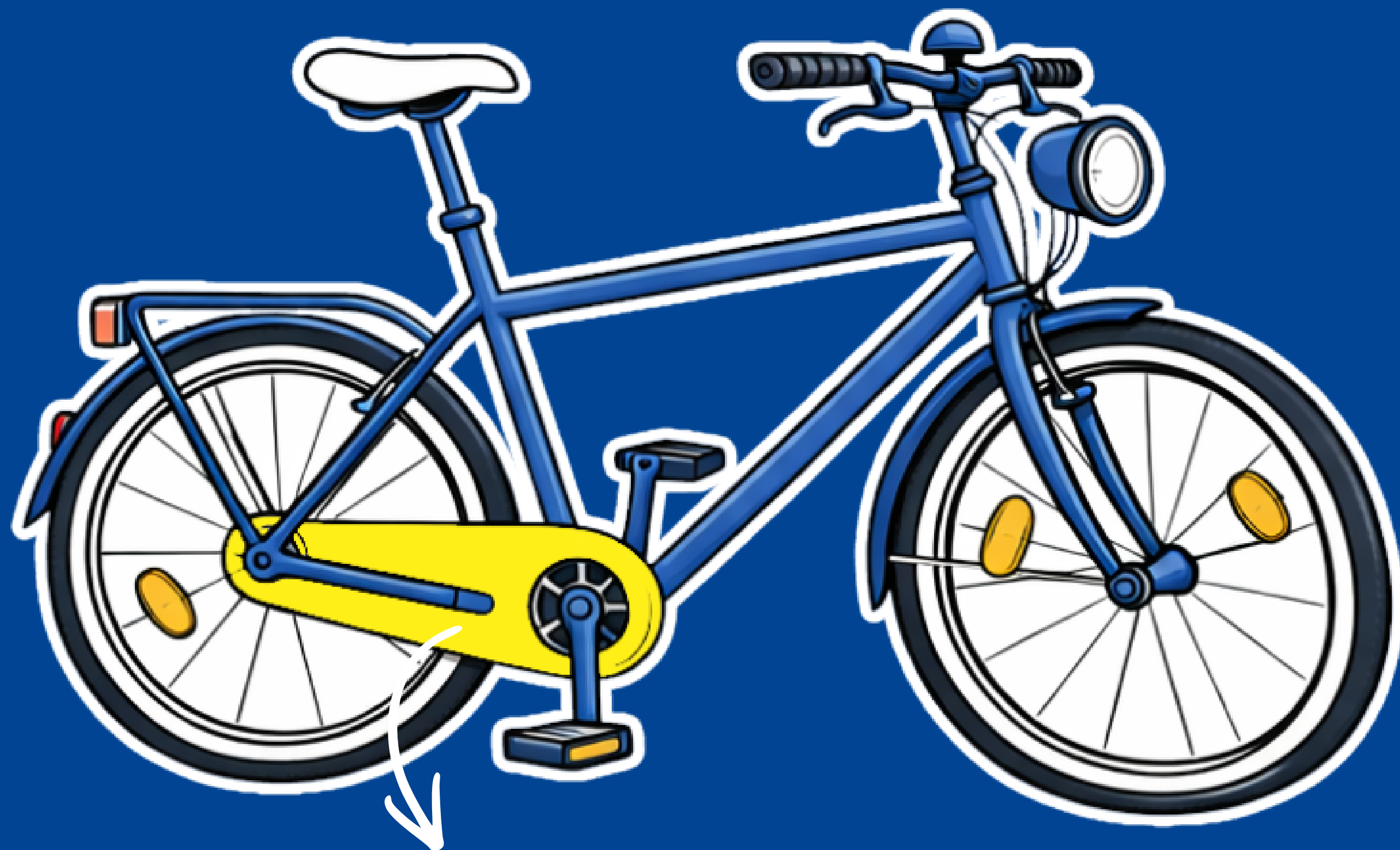
 BANDEN _____

 WIELEN EN AANDRIJVING _____

 SCAN EN MAAK
JE FIETS WEER
100% VEILIG

**RINGRING
BIKE
SQUAD** 

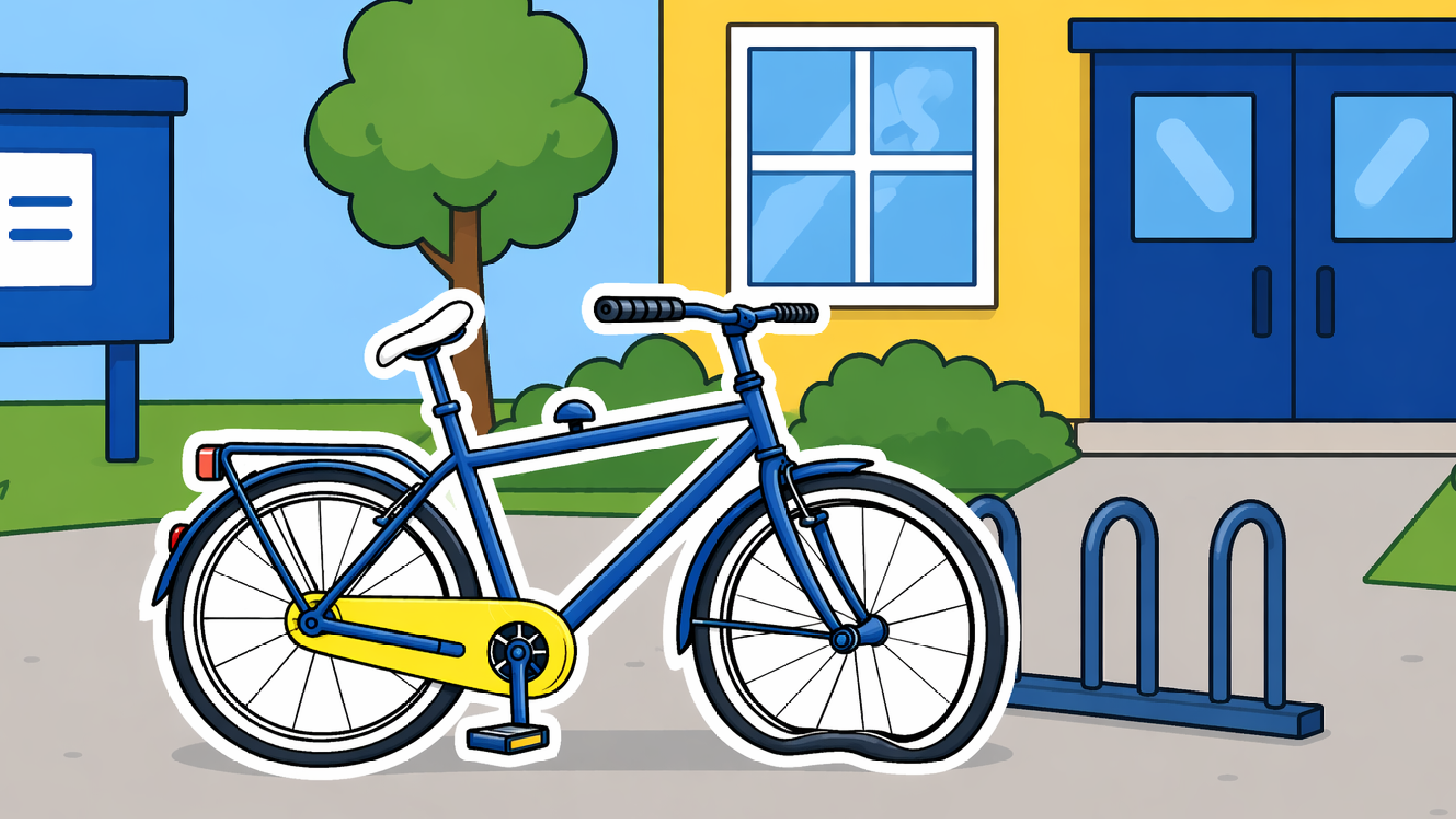
WWW.TOURING.BE/NL/RINGRING/HERSTEL



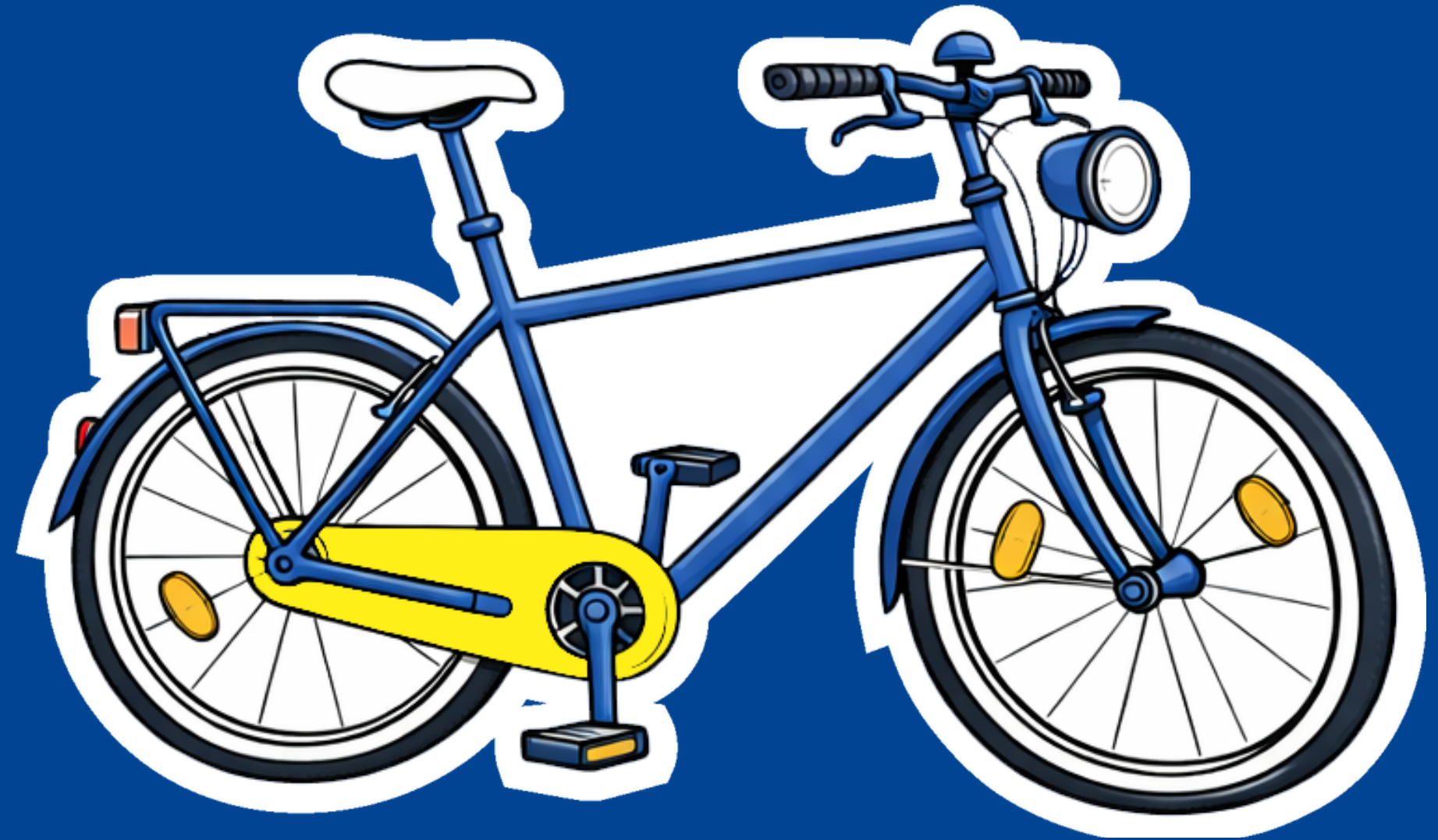
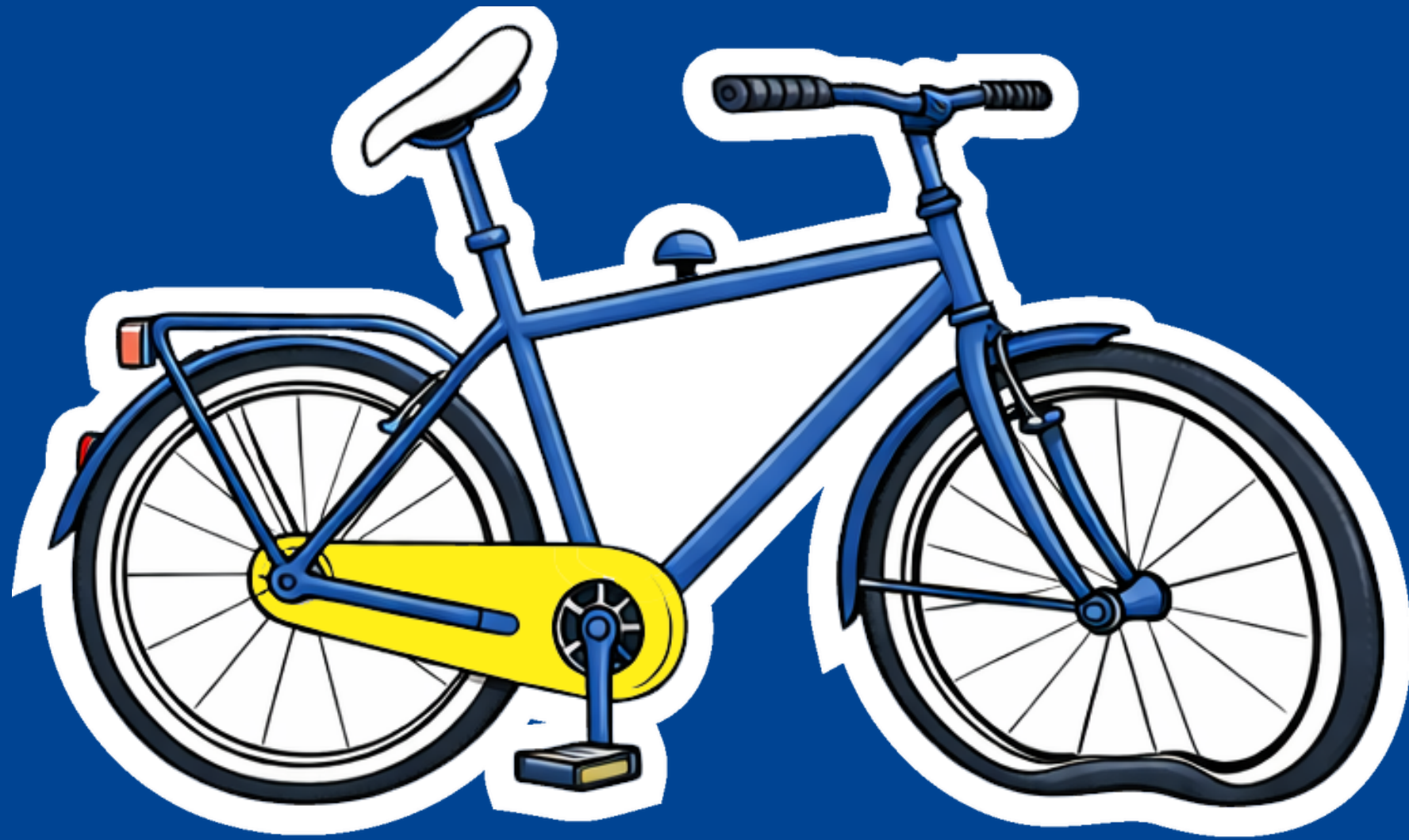
Draaien

Fiets detectives

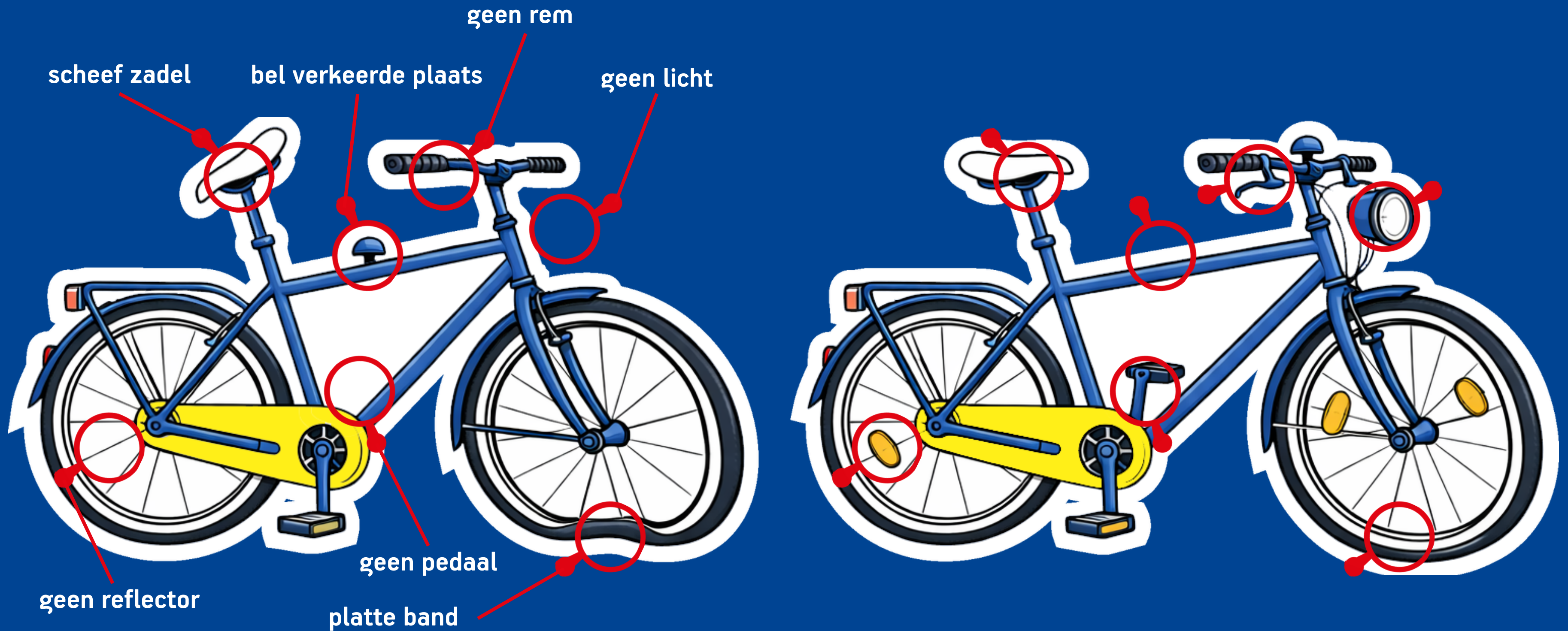




7 verschillen



7 verschillen



Nu zijn
jullie echte
fietsdetectives!





JOUW
FIETS
IS IN
ORDE





JOUW
FIETS
VRAAGT
ZORG



RING RING BIKE CHECK

✓ IN ORDE

✗ NIET IN ORDE



REMMEN



STUUR EN HANDVATTEN



BEL



VERLICHTING



REFLECTOREN



BANDEN



WIELEN EN AANDRIJVING



SCAN EN MAAK
JE FIETS WEER
100% VEILIG

WWW.TOURING.BE/NL/RINGRING/HERSTEL

RINGRING
BIKE SQUAD

RING RING BIKE CHECK

JOUW FIETS IS
VOLLEDIG IN ORDE



REMMEN



STUUR EN HANDVATTEN



BEL



VERLICHTING



REFLECTOREN



BANDEN



WIELEN EN AANDRIJVING



SCAN
VOOR MEER
INFORMATIE

WWW.TOURING.BE/NL/RINGRING/HERSTEL

RINGRING
BIKE SQUAD

EEN VEILIGE FIETS

