

Fietsvaardigheid: omkijken over de linkerschouder

Doelgroep

2e graad

Lesdoelen

De leerlingen fietsen tussen 2 lijnen op 50 cm van elkaar terwijl ze het hoofd achterom draaien en een kleur benoemen.

Materiaal

- 30 afgeplatte kegels
- 3 hoge kegels in 3 verschillende kleuren (zeker een rode en een groene)
- 4 hoge kegels in eenzelfde kleur (opstelvak)



Les

Beginsituatie

Omkijken over de linkerschouder is een vaardigheid die we in het verkeer vaak moeten toepassen, denk aan situaties als rechts afslaan, links afslaan, een hindernis voorbij rijden. Het is van belang dat de leerling enkel het hoofd draait en met beide handen aan het stuur rechtdoor blijft rijden. Tijdens de training kan je op enkele moeilijkheden stoten: sommige leerlingen beginnen te slingeren als ze achterom kijken of wijken helemaal af van hun rechte lijn, anderen durven bijvoorbeeld niet ver genoeg achterom kijken.

Tips

Om de moeilijkheden die leerlingen hebben met deze vaardigheid goed op te vangen, deze tips:

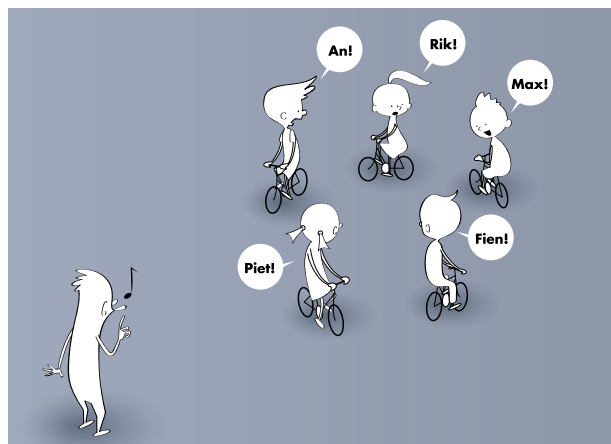
- Om de leerlingen te verplichten het hoofd voldoende te draaien, kan je ze laten omkijken terwijl je een kaart omhoog houdt met een getal op. Dat getal moeten ze kunnen aflezen.
- Je kan hen minder leren slingeren door de ruimte af te bakenen en 2 latten te leggen aan de zijkanten (+/- 1 m uit elkaar), hier mogen de leerlingen niet over rijden. De latten kan telkens iets dichters leggen. Uiteindelijk moeten de leerlingen tussen een smalle doorgang van 50 cm kunnen rijden.

De vaardigheid spelenderwijs inoefenen

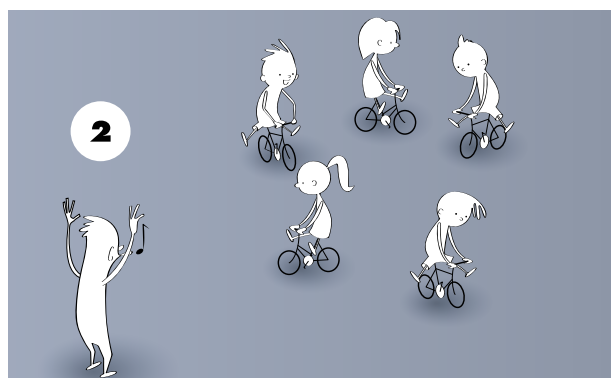
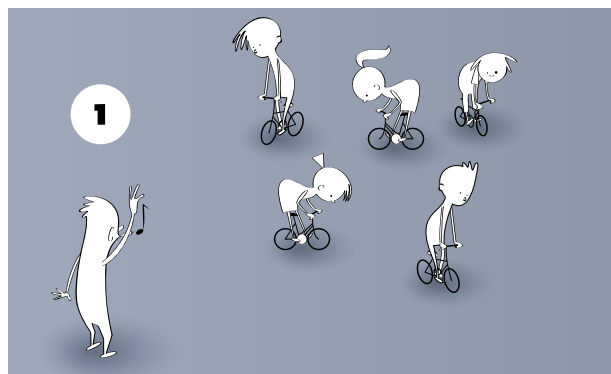
Timing: 15 minuten per spel

Beschrijving

- De leerlingen fietsen vrij rond in de ruimte. Wanneer je fluit, gaan ze achter elkaar in tegenwijzerzin rond de speelplaats/turnzaal rijden. Wanneer je een 2e keer fluit, kijkt elke leerling over zijn linkerschouder en noemt de persoon die achter zich rijdt. Bij het 3e fluitsignaal fietsen de kinderen opnieuw door elkaar, de opdracht kan verschillende keren herhaald worden.



- De leerlingen fietsen kriskras door elkaar in de ruimte. Jij staat aan de linkerkant van de ruimte. Wanneer je fluit, steek je 1 of 2 handen in de lucht. De leerlingen kijken naar jou, bij het zien van een hand moeten ze 5 seconden op hun trappers gaan staan. Bij 2 handen laten de leerlingen hun voeten los van de trappers en 'zieren' ze eventjes.



Uitbreiding: als je geen handen in de lucht steekt, stoppen de leerlingen.

- Je verdeelt de leerlingen in 2 groepen. De groepen staan in een rij achter de startstreep. Jij staat aan de linkerkant van de ruimte met een rode en een groene kegel. Als je fluit, vertrekken de 2 eerste leerlingen met de fiets, ze rijden rechtdoor tussen een rij kegels met tussenafstand 60 cm. Wanneer je een 2e keer fluit, moeten de leerlingen omkijken over de linkerschouder. Steek jij de rode kegel omhoog dan moeten de leerlingen stoppen en te voet verder gaan tot de laatste kegel, ze mogen weer opstappen om terug te keren. Bij een groene kegel fietsen de leerlingen verder. De leerlingen draaien aan het einde van de rij kegels langs buiten om en sluiten opnieuw aan achter de startstreep.

Uitbreiding: wanneer je fluit, steek je een hand in de lucht. Linkerhand is op het einde links afslaan, rechterhand is rechts afslaan.

De vaardigheid testen

Timing: 15 minuten

Beschrijving

- Maak een opstelvak van 1 op 2,5 meter, op elke hoek staat een hoge kegel. De afgeplatte kegels zet je per 2 op een rij met een doorgang van 50 cm en 1 m tussenafstand. Je hebt zelf 3 kegels in verschillende kleuren bij je.
- De leerling vertrekt uit het opstelvak en rijdt rechtdoor tussen de rij afgeplatte kegels. Jij staat links van het opstelvak en houdt een kegel omhoog. Wanneer jij fluit, kijkt de leerling over de linkerschouder en noemt de kleur van de kegel.
- De leerling bezit de vaardigheid wanneer hij niet afwijkt van zijn rechte lijn en de kleur van de kegel correct benoemt.

