



Fietsvaardigheid: omkijken over de linkerschouder

Doelgroep

Tweede graad van het
lager onderwijs.

Lesdoel

De leerlingen fietsen tussen twee lijnen op
50 cm van elkaar terwijl ze het hoofd ach-
terom 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)



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.

Les

Voor aanvang

Tips

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

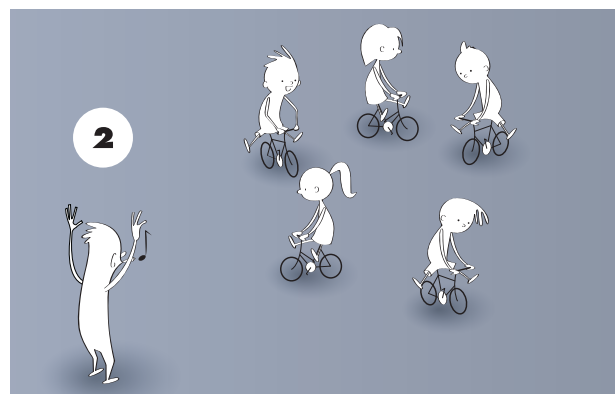
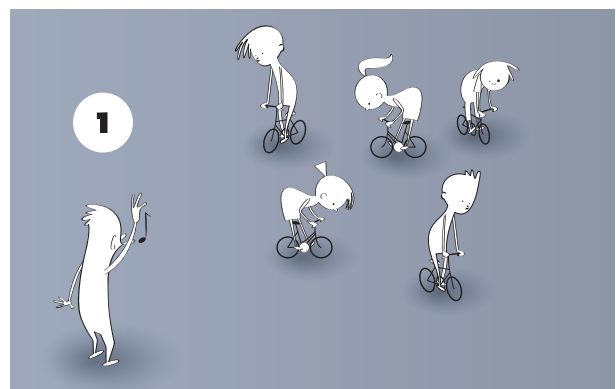
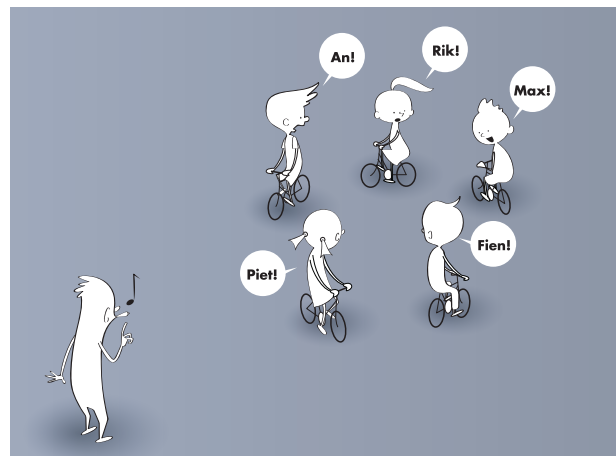
- Om de leerlingen te verplichten het hoofd voldoende te draaien, kan je ze laten omkijken terwijl je een kaart omhoog houdt met een getal op. Dat getal moeten ze kunnen aflezen.
- Je kan het slingeren leren beperken door de ruimte af te bakenen en twee latten te leggen aan de zijkanten (+/- 1 meter uit elkaar), hier mogen de leerlingen niet over rijden. De latten kan telkens iets dichter 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 tweede keer fluit, kijkt elke leerling over zijn linkerschouder en noemt de persoon die achter zich rijdt. Bij het derde 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 een of twee handen in de



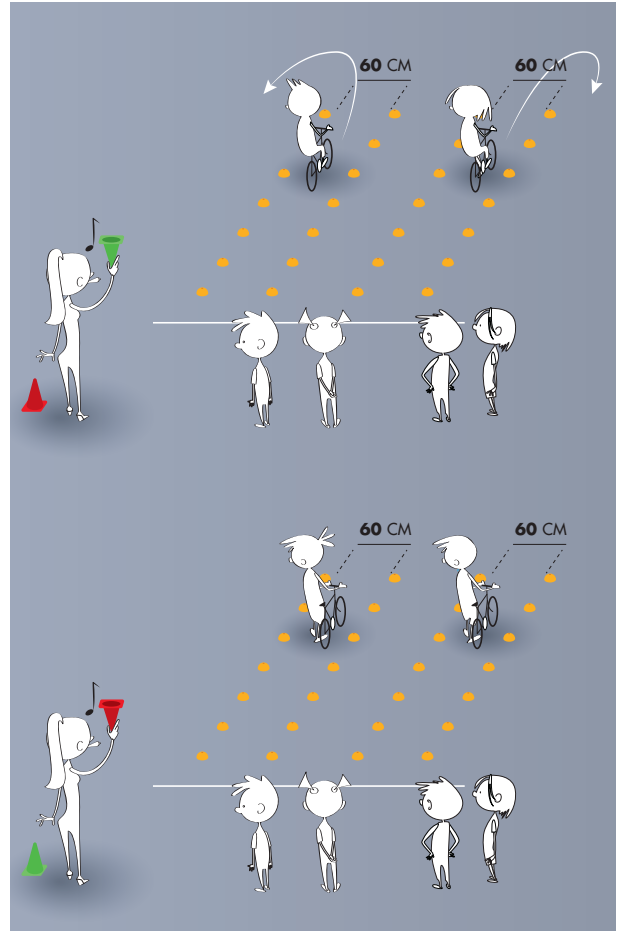
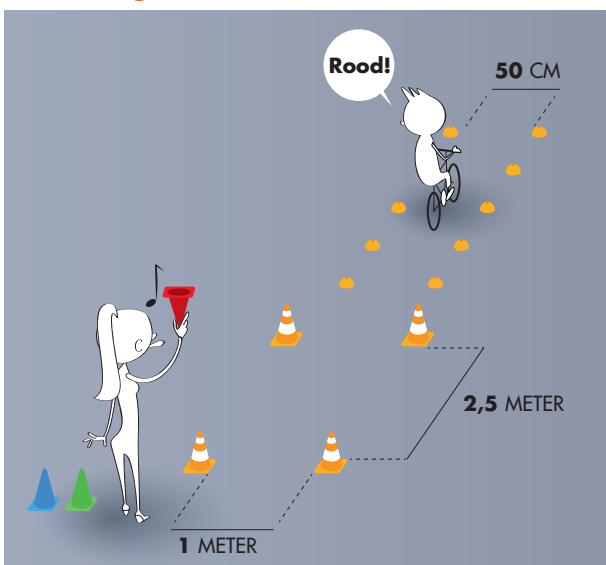
licht. De leerlingen kijken naar jou, bij het zien van een hand moeten de leerlingen 5 seconden op hun trappers gaan staan. Bij twee handen laten de leerlingen hun voeten los van de trappers en 'zwieren' ze eventjes.

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

- Je verdeelt de leerlingen in twee groepen. De groepen gaan in een rij achter de startstreep staan. Jij staat aan de linkerkant van de ruimte met een rode en een groene kegel. Als je fluit, vertrekken de twee eerste leerlingen met de fiets, ze rijden recht door tussen een rij kegels met tussenafstand 60 cm. Wanneer je een tweede 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 twee op een rij met een doorgang van 50 cm en 1 meter tussenafstand. Je hebt zelf drie kegels in verschillende kleuren bij je.
- De leerling vertrekt uit het opstelvak en rijdt recht door 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.

