







Wil je je leerlingen stimuleren om vaker met de fiets naar school te komen? Wil je met je klas kunnen fietsen naar het zwembad, museum of naar de bibliotheek? Dan kan een dag rond fietsen in het verkeer een ideaal initiatief zijn om scholieren te enthousiasmeren en sensibiliseren. De dag fietsopleiding laat leerlingen toe om te proeven van wat het is om te fietsen in het verkeer door hen de nodige theoretische en praktische basisvaardigheden aan te reiken.



Stappenplan & tijdslijn

Vorbereiding	Timing
<p>1. Doelgroep, doelstellingen & praktische afspraken bepalen</p> <p>Bepaal of het de bedoeling is om de fietsopleiding voor alle klassen te organiseren en of er op specifieke onderwerpen moet worden gefocust (zoals leren remmen, obstakels, verkeersregels, enz.). Maak vervolgens praktische afspraken (bv. wie coördineert en ondersteunt, datum van de actie, voorafgaande voorbereidingen en timing hiervan).</p> <p> <i>Doe dit samen met de leerkrachten en begeleiders (bv. ouders). Hun intrinsieke motivatie en betrokkenheid is essentieel voor het succes van deze actie. Communiceer helder en betrek hen actief bij de organisatie en aanpak.</i></p>	<p>3 maanden op voorhand</p>
<p>2. Inhoudelijke uitwerking theoretisch gedeelte (deel 1 activiteit) – Resultaat: digitale presentatie / papieren infobundel</p> <p>Werk een lesformat uit van +/- 1 uur theoretische inleiding (digitaal of op papier). Houd bij het uitwerken van de les (onderwerpen en inhoud) rekening met de leeftijd van de leerlingen en de gemiddelde verkeerskennis op die leeftijd.</p> <p> <i>Wees visueel en creatief. Wil je bv. de verkeersborden aanleren, maak daar dan een overzicht van met afbeeldingen. Om de kennis te bevragen kan ook een test of quiz voorzien worden.</i></p>	<p>2 maanden op voorhand</p>
<p>3. Inhoudelijke uitwerking praktijkgedeelte (deel 2 activiteit) – Resultaat: checklist praktische organisatie</p> <p>Sta stil bij waar de fietsles kan plaatsvinden. Dit gebeurt best in een afgesloten omgeving (bv. speelplaats, park, parking, een combinatie...). Geef vervolgens het parcours vorm door te bepalen welke fietsoefeningen de leerlingen moeten uitvoeren (bv. remmen in een aangeduide zone, slalommen rond kegels of door een dunne doorgang fietsen). Bij een goede uitvoering mogen de leerlingen naar de volgende oefening fietsen. Bepaal de oefeningen in functie van de leeftijd en fietsvaardigheid van de leerlingen.</p> <p> <i>Locatie: De openbare weg in de buurt van de school is een goed alternatief voor een te kleine speelplaats. Indien mogelijk kan jouw gemeente helpen door de straten af te sluiten en hierdoor voor een veilige omgeving te zorgen. Hiervoor dien je een aanvraag in bij de gemeente.</i></p> <p> <i>Parcours: Ervaring leert dat leerlingen een realistisch parcours, dat op de openbare weg lijkt, leuker vinden.</i></p> <p> <i>Fietsoefeningen: Leerkrachten kunnen gebruik maken van de handleidingen die Brussel Mobiliteit ter beschikking stelt om te leren fietsen. Deze handleidingen bestaan uit concrete oefeningen voor elk leeftijdsniveau.</i></p> <p>Sta ook stil bij de indeling van leerlingen in groepen. Houd hierbij rekening met het aantal & niveau.</p> <p> <i>Groepindeling: Om het veilig en leuk te houden, wordt aanbevolen om max. 15 leerlingen per groep te begeleiden. Indien nodig kan de groep nog verkleind worden of extra begeleiding voorzien worden.</i></p> <p>Maak een checklist/draaiboek voor het verloop van de dagactiviteit.</p>	<p>2 maanden op voorhand</p>


Stappenplan & tijdslijn

Vorbereiding (vervolg)	Timing
<p>4. Informatiemoment</p> <p>Maak de leerlingen en hun ouders warm voor deze actie tijdens een informatiemoment (bv. fysieke vergadering, via e-mail of brief). Communiceer hierbij duidelijk over de verwachtingen en aanpak en stel de vraag welke leerlingen over een eigen fiets beschikken om de fietsopleiding te volgen.</p>	1 maand op voorhand
<p>5. Logistieke voorbereiding</p> <p>Lijst alle praktische benodigdheden op (zie blz. 3) en kijk na wat er op school aanwezig is. Verzamel het ontbrekend materiaal, zorg in het bijzonder voor voldoende fietsen voor leerlingen die er zelf geen hebben. Pas het praktijkgedeelte eventueel aan in functie van de beperkte beschikbaarheid van materiaal.</p>	1 maand op voorhand
<p>6. Afspraken met leerkrachten & begeleiders</p> <p>Op basis van het draaiboek maak je afspraken met betrokkenen over wie wat doet op de dag van de activiteit. Organiseer daarrond een interne vergadering met alle betrokkenen. Voorzie ook tijd om eventuele vragen te beantwoorden.</p>	1 week op voorhand
<p>7. Klaarzetten benodigdheden</p> <p>Print het uitgewerkte lesmateriaal (indien van toepassing) en leg de benodigdheden klaar op de dag voor de actie. Praktische zaken die best de dag zelf gebeuren zijn het materiaal klaarzetten en het parcours afzetten (voor de fietsoefeningen).</p>	Dag op voorhand + dag zelf

Dag van de activiteit

Deel 1 – Theorie: Veiligheids-en verkeersregels

De dag fietsopleiding begint met een theoretisch gedeelte. In een typische les komen verkeersborden aan bod, verkeer- en veiligheidsregels en de belangrijkste elementen van een fiets. De theoretische kennis kan aan het eind van de les eventueel getest worden (bv. toets, quiz).

 *Bepaal accenten in functie van de context van de school en interesses van de leerlingen. Lopen er tramlijnen in de buurt van de school, verwijs dan zeker naar de voorangsregels voor trams. Lig de school aan een drukke steenweg, bespreek dan tot welke leeftijd leerlingen op de stoep mogen fietsen. In functie van de kennis van de leerlingen kan de inhoud aangepast worden (bv. theoretische kennis vs. rollenspel).*

Deel 2 – Praktijk: Leren fietsen

Bekijk welke elementen in het parcours moeten voorkomen om de oefeningen te kunnen uitvoeren die je bij de inhoudelijke voorbereiding hebt geselecteerd. De jongste & minst gevorderde leerlingen kunnen in een veilige omgeving (bv. speelplaats) op een parcours leren fietsen. Teken een parcours met bochten en stoppunten (om te leren remmen) en voeg obstakels toe (bv. tussen twee balkjes fietsen). Hieruit leren de leerlingen vooral enkele basis fietsvaardigheden en werken ze aan behendigheid.

Een week na de actie

Afronding actie en evaluatie

Voorzie in een communicatie (bv. brief, bericht op digitale schoolomgeving) naar de leerlingen en ouders met enkele foto's en getuigenissen van leerlingen als herinnering van de actie. Plan een afsluitende vergadering met alle betrokkenen om te bekijken wat je een volgende keer eventueel anders zou aanpakken. Herwerk het plan van aanpak kort na de actie, wanneer alles nog vers in het geheugen zit. Zo zal je de volgende keer minder werk hebben bij de voorbereiding.

Benodigheden

Materiaal

Theorie: Voorbereide infobundels en/of presentatie, papieren/online quiz, projector, papier.

Parcours: Kegels, krijt, planken, obstakels, verkeersborden.

Fietsmateriaal: Reparatiemateriaal, reservefietsen. Dit materiaal moet het mogelijk maken dat de fietsopleiding voor iedereen kan doorgaan (indien er iets kapotgaat).

Veiligheid: Helmen, fluohesjes, EHBO-kit.

Begeleiding

Ga uit van 1 lesgever per klas (deel 1) en 1 begeleider per obstakel in het parcours. Schakel eventueel externe begeleiders in (ouders, gemeente, politie). Duid ook één algemene coördinator voor de actie aan.

Nuttige links

- Meer informatie over de leerlijnen voor scholen? Hier vind je meer informatie: <https://mobilite-mobiliteit.brussels/nl/school>.
- Bij fietsorganisatie ProVelo kan je verkeersboxen, behendigheidspistes en veiligheidsboxen uitlenen: www.provelo.org/nl/section/scholen#trainings.
- Inspiratie nodig voor de theorie? Bekijk dan de lesfiches van Verkeer op school over verkeersregels voor de fietser, gevaarherkenning en de dode hoek: www.verkeeropschool.be/lesfiches.
- Inspiratie nodig voor de praktijk? MOEV heeft een handleiding voor fietsvaardigheid, waarin je o.a. een voorbeeldopstelling voor een fietsparcours terugvindt: Moev - Fietsvaardigheidsproject Bike@school.
- Extra fietsen nodig? Kinderfietsen ontlenen kan bij de Fietsbieb: <https://www.fietsbieb.be/> of bij <https://voot.be/een-fiets-voor-10-jaar/>.
- Schrijf je in op de nieuwsbrief van Brussel Mobiliteit over schoolmobiliteit om op de hoogte te blijven van nuttige informatie: mobilite-mobiliteit.brussels (in de rubriek "Scholen en Mobiliteit", deel "Schoolvervoerplan", onderaan de pagina).

Optioneel: externe partners

Na het uitproberen van de activiteit nog hulp en advies nodig? Overweeg externe begeleiding.

- Fietsorganisaties (bv. ProVelo, BruBike) kunnen ondersteuning bieden bij alle aspecten van het fietsen. Van opleiding tot bijstand met pedagogische en technische hulpmiddelen en het fietsbrevet.
- De gemeente kan relevant zijn in het vormgeven en veilig omkaderen van het fietsparcours op de openbare weg.

