

VVN Fietswielspellen



Meedoen
is makkelijk

Spelenderwijs fietsvaardig voor alle leeftijden!



Iedereen veilig over straat

VEILIGVERKEER

Toelichting

Spelenderwijs fietsvaardig

Fietswielspellen zijn laagdrempelige, eenvoudig te organiseren groepsactiviteiten waarin kinderen hun behendigheid op de fiets - en daarmee hun veiligheid in het verkeer - kunnen verbeteren.

Instapniveau van de deelnemers

Deelnemers moeten minimaal in staat zijn om zelfstandig met pedalen te fietsen. Onder het kopje 'Spelvariatie' worden suggesties gedaan om het spel speelser, eenvoudiger en/of moeilijker te maken en zo aan leeftijd en niveau van de deelnemers aan te passen.

De moeilijkheid van de spellen kun je aflezen aan de kleur in de meter, waarbij:

Groen = makkelijk

Geel = gemiddeld

Oranje = moeilijk

Rood = zeer moeilijk



Fietsvereisten

Om snel en veilig te kunnen stoppen, moet elke deelnemer goed met de voeten bij de grond kunnen. Zorg ervoor dat het zadel nooit hoger staat dan het heupgewricht van de naast de fiets staande deelnemer. Check dit vooraf.

Benodigde ruimte en materialen

Benodigd is een vlakke, goed fietsbare ondergrond (binnen of buiten) met voldoende ruimte om een fietswiel (cirkel of

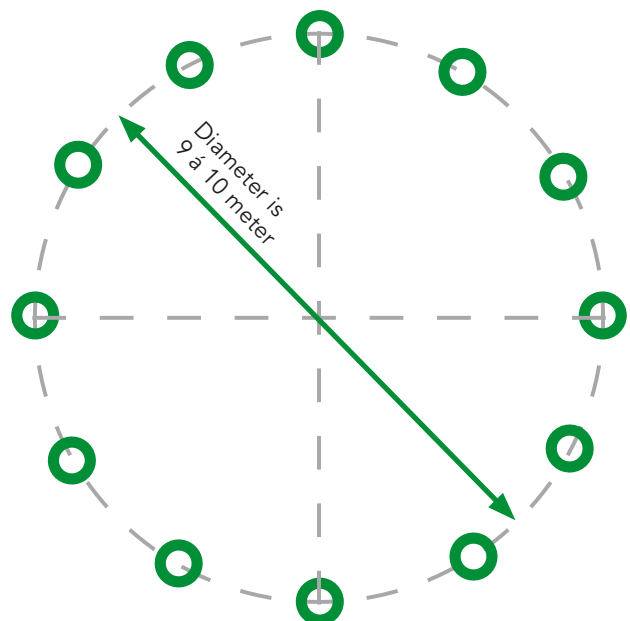
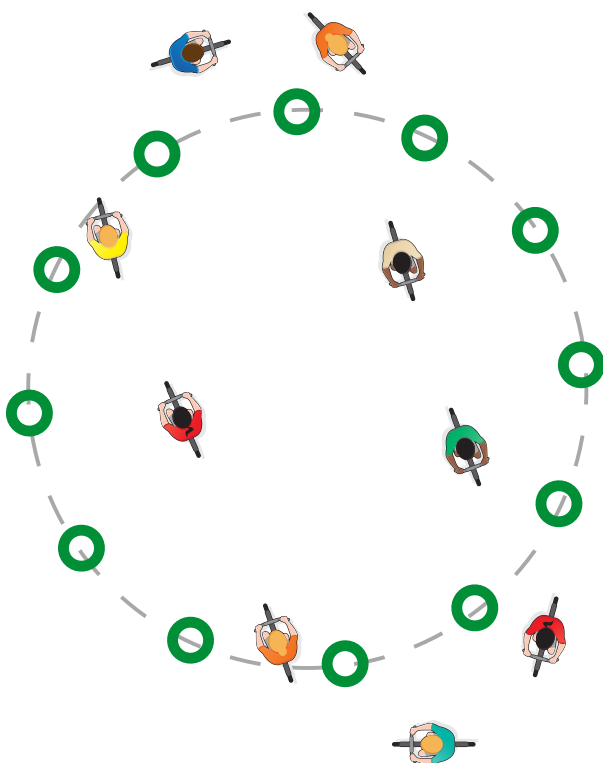
ovaal) neer te leggen. Standaard is uitgegaan van een cirkel of ovaal met een minimale diameter van ongeveer 9 meter, dat betekent een omtrek van 25 à 30 meter. Bij meer deelnemers kan deze cirkel/ovaal vergroot worden. De deelnemers moeten veelal langs de buitenkant van de cirkel fietsen, dus zorg voor ruim voldoende vrije bewegingsruimte om het fietswiel heen. Het fietswiel wordt gemaakt door stippen op de grond aan te brengen. We adviseren platte schijven te gebruiken, die blijven goed liggen en deelnemers kunnen er eenvoudig en veilig overheen fietsen. Als alternatief kunnen hoedjes, wegwerpborden en dergelijke worden gebruikt. Gebruik liever geen pilonnen, vanwege het risico op valpartijen.

Een fietswiel neerleggen

Een fietswiel wordt standaard gelegd met 12 stippen. De onderlinge afstand tussen de stippen is ongeveer 2,5 meter. Begin bij het neerleggen van een fietswiel altijd eerst met de middenstip. Leg daarna 4 stippen als een kruis, gebruik eventueel een recht touw om de afstand uit te meten. Leg vervolgens tussen elke 2 stippen 2 extra stippen, zodat er een gelijkmatige cirkel ontstaat.

Begeleiding en voorbereidingstijd

Voor het begeleiden van een Fietswielspel zijn 1 of 2 begeleiders nodig. Voor de spellen geldt 5 minuten voorbereidingstijd voor het klaarleggen van het eerste fietswiel.



1. Stoelendans

Fietswielspel



Leerdoelen

- Ik kan in een groep fietsen.
- Ik kan plotseling remmen en gecontroleerd tot stilstand komen.
- Ik kan snel op- en afstappen en uit stilstand wegfietsen.
- Ik kan anticiperen en afstand houden van de fietser voor mij.

Leeftijd	Aantal deelnemers	Speelduur	Ruimte	Begeleiders
4+	5-12	10 minuten	Per fietswiel minimaal 10 x 10 m.	1-2

Korte beschrijving van de les

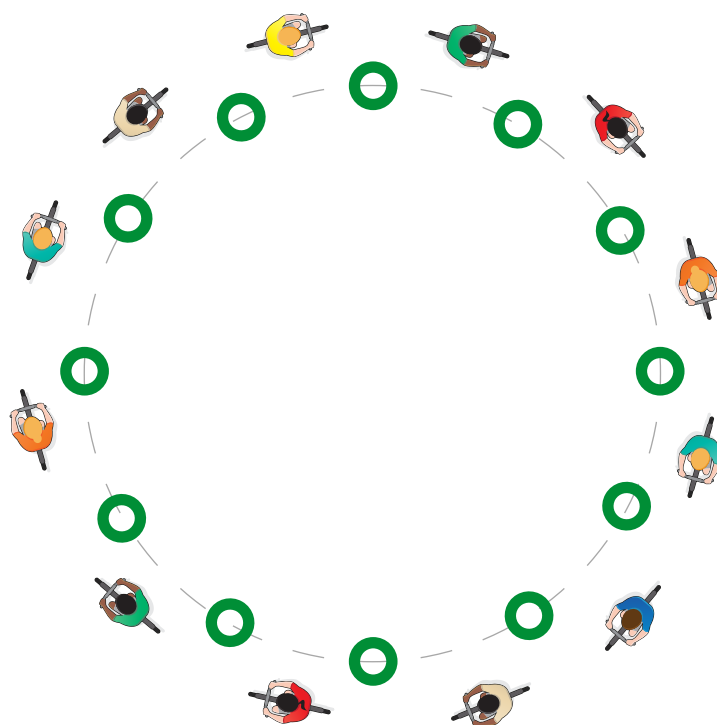
Het spel is een stoelendans op de fiets. De deelnemers fietsen langs de buitenkant van het fietswiel. Er is steeds 1 stip minder dan het aantal deelnemers. Op een afgesproken signaal plaatsen de deelnemers hun voorwiel op een vrije stip. Voor 1 deelnemer is er geen stip, die deelnemer valt af en verlaat het spel.

Vorbereiding

- Lees eerst de algemene toelichting op bladzijde 2 en volg de tips en instructies.
- Leg het fietswiel met de stippen. Let op: Gebruik 1 stip minder dan er deelnemers zijn.
- Zorg voor een duidelijk hoorbaar stopsignaal, bijvoorbeeld een fluit of muziek die stopt.

Lesinstructie

- Leg uit wat het spel inhoudt (zie 'Korte beschrijving van de les').
- Geef aan bij welk duidelijk hoorbaar signaal de deelnemers moeten stoppen.
- Laat de deelnemers achter elkaar in een rustig tempo langs de buitenkant van het fietswiel fietsen, op voldoende afstand van elkaar.
- Zodra het afgesproken signaal wordt gegeven, probeert elke deelnemer zijn voorwiel op een stip te plaatsen. Wie geen vrije stip vindt, is 'af' en verlaat het spel.
- Verwijder 1 stip, zodat er weer een stip te weinig beschikbaar is.
- Vanaf het moment dat er 3 of 4 deelnemers over zijn, wordt er geen stip meer verwijderd.
- Voor elke deelnemer die daarna afvalt, komt een vorige deelnemer terug in het spel. Zo blijven zoveel mogelijk deelnemers actief bezig.



Spelvariatie

- Bij meer deelnemers kun je meerdere fietswielen gebruiken.
- Plaats bij meer deelnemers dan het aantal beschikbare stippen de resterende deelnemers buiten het fietswiel en laat deze steeds een afvaller vervangen. Verwijder voor deze speelwijze geen stip nadat iemand is afgefallen.
- Bij meer deelnemers kunnen er ook steeds 2 stippen verwijderd worden, daarmee wordt het spel sneller gespeeld.
- Laat geen nieuwe deelnemers invloeien, maar speel het spel uit tot er 1 deelnemer over is. Deze is de winnaar.
- Laat de deelnemers bij het stopsignaal ook af- en weer opstappen. Daarmee oefenen zij het vlot af- en opstappen.

2. Invoegen

Fietswielspel



Leerdoelen

- Ik kan in een groep fietsen.
- Ik kan afstanden inschatten.
- Ik kan op een veilige manier links en rechts invoegen in een groep fietsers (ritsen).

Leeftijd	Aantal deelnemers	Speelduur	Ruimte	Begeleiders
8+	5-12	5-10 minuten	Per fietswiel minimaal 10 x 10 m.	1-2

Korte beschrijving van de les

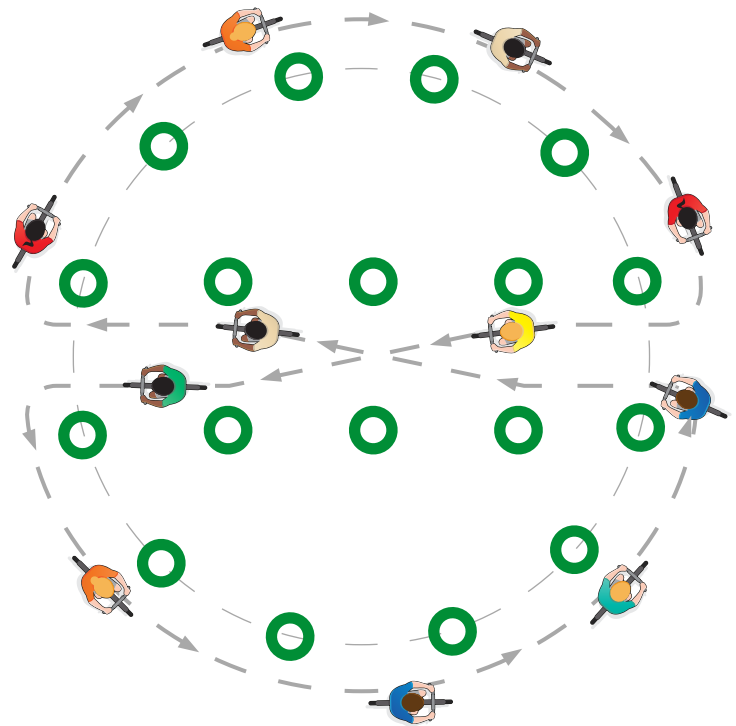
De deelnemers fietsen in 2 groepen in tegengestelde richting langs de buitenkant van het fietswiel en daarna via een pad door het midden. Om over het middenpad te kunnen fietsen, moeten ze van links en rechts invoegen (ritsen).

Vorbereiding

- Lees eerst de algemene toelichting op bladzijde 2 en volg de tips en instructies.
- Leg het fietswiel met 12 stippen.
- Markeer met 6 extra stippen een middenpad in het fietswiel.

Lesinstructie

- Leg uit wat het spel inhoudt (zie 'Korte beschrijving van de les').
- Verdeel de deelnemers in 2 groepen.
- Laat de beide groepen op hetzelfde punt starten en in een rustig tempo langs de buitenkant van het fietswiel fietsen, de ene groep met de klok mee en de andere groep tegen de klok in.
- De deelnemers rijden zonder stoppen op '3 uur' het fietswiel in en fietsen rechtdoor over het middenpad.
- Aan de andere kant, op '9 uur', fietsen ze het fietswiel weer uit.
- De opdracht is dat de beide groepen zich in één lijn samenvoegen (ritsen) om door het midden te fietsen.
- Bij het uitrijden van het fietswiel gaan de deelnemers linksom of rechtsom, steeds in de andere richting dan waar zij vandaan zijn gekomen.
- Benadruk dat rechts voorrang heeft bij het invoegen! De fietsers die van links komen moeten invoegen bij de fietsers die aan de rechterkant van het middenpad fietsen.



Spelvariatie

- Laat de deelnemers in plaats van in te voegen naast elkaar door het midden van de cirkel rijden.
- Laat een deelnemer een voorwerp doorgeven aan een andere deelnemer op het moment dat men naast elkaar door het midden rijdt.