

FIETSVAARDIGHEDEN

Opstappen

Wisselende opstap

- Timing: 10 minuten
- Materiaal: een loopfiets voor elke kleuter, een fluitje
- Spel: de kleuters staan met hun loopfiets aan de hand, verspreid in de turnzaal. Op jouw fluitsignaal zwaaien ze één been over de loopfiets, gaan even op het zadel zitten en stappen langs de andere kant van de fiets weer af. Herhaal dat enkele keren.



Vertrekken

Rijden - rijden – rijden

- Timing: 10 minuten
- Materiaal: een loopfiets voor elke kleuter, een fluitje
- Spel: de kleuters nemen allemaal een loopfiets en mogen er vrij mee rondrijden, kriskras door elkaar. Op jouw fluitsignaal stoppen de kleuters. Bij een tweede fluitsignaal vertrekken ze opnieuw. Herhaal dat een aantal keer.



Rechtdoor rijden

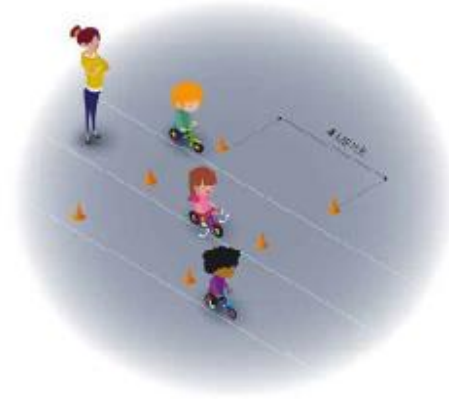
Actie reactie

- Timing: 15 min.
- Materiaal: een loopfiets voor elke kleuter, krijt
- Spel: teken met krijt een startstreep en 20 m verder een stopstreep. De kleuters nemen een loopfiets en gaan achter de startstreep staan met hun loopfiets naast zich op de grond. Geef de kleuters een opdracht. Als ze de opdracht hebben uitgevoerd, nemen ze hun loopfiets en rijden ze naar de overkant. Mogelijke opdrachten:
 - + Ga op je buik liggen.
 - + Klap drie keer in je handen.
 - + Spring vijf keer op en neer.
 - + Stamp vier keer met je voet op de grond.
 - +



Benen zwieren

- Timing: 20 minuten
- Materiaal: drie loopfietsen, krijt, zes kegels, fluitje
- Spel: teken drie evenwijdige krijtlijnen van 20 m lang, zet telkens op 10 m en op 14 m een kegel. Verdeel de kleuters in drie groepen en zet elke groep achter een krijtlijn. Elke eerste kleuter krijgt een loopfiets. Op jouw fluitsignaal vertrekken de eerste drie kleuters. Ze maken voldoende snelheid. Wanneer ze aan de eerste kegel komen, zwieren ze de benen in de lucht en raken ze de grond niet met hun voeten tot aan de volgende kegel. Ze rijden terug naar de volgende kleuter in hun rij en geven het loopfietsje door.



Rond de hoepels

- Timing: 15 minuten
- Materiaal: loopfietsen, hoepels, fluitje
- Spel: leg de hoepels in vier rijen over de lengte van de zaal met een onderlinge afstand van 2 m. Verdeel de kleuters in vier groepen en zet elke groep voor een rij hoepels. Op jouw fluitsignaal vertrekken de eerste vier kleuters en slalommen tussen de hoepels naar de overkant. Je kunt bij het begin met een pijl in krijt aanduiden langs welke kant ze moeten vertrekken.



Links en rechts kijken

-Doel: de kleuter draait het hoofd duidelijk naar links en rechts om te kunnen vaststellen

wat er aan beide kanten naast hem gebeurt. Dat is belangrijk bij het leren oversteken.

-Materiaal: vijf prenten met een voorwerp op, krijt, fluitje

-Opdracht: teken een rechte lijn van 4 m met krijt op de grond. De kleuter staat aan

het begin van deze lijn en loopt recht vooruit. Jij staat 1,5 m verder van het begin, links van de middellijn. Je steekt een prent omhoog. Als de kleuter jou voorbijgelopen is, geef je een fluitsignaal en draait de kleuter zijn hoofd naar links om te kijken en te zeggen wat hij op de prent ziet. Als je daarna aan de rechterkant van de middellijn gaat staan, zal de kleuter zijn hoofd voldoende naar rechts moeten draaien om te kijken wat er op je prent staat. Herhaal dit vijf keer en wissel links en rechts af. De kleuter slaagt als hij de vijf prenten op het juiste moment kan benoemen.



FIETSPARCOURS

Tijdig en op een veilige manier leren stoppen:

- Stel een fietsparcours op met hindernissen, verkeerslicht, verkeersbordjes,...
- Eén van de hindernissen is een laken (fictieve poort) dat je met twee vasthoudt. Kleuters mogen doorfietsen wanneer het laken naar boven is. Komt het laken naar beneden dan moeten de kleuters stoppen.
- Let op! Veel kleuters remmen met hun schoenen. Kijk na welke kleuters wel degelijk hun remmen gebruiken.
- Laat de poort terug open gaan als de kleuters een verkeersversje opzeggen.

Voorbeeld versje:

Pas op, kijk uit, let op, kijk uit
Groen licht, rood licht, ogen open
En mondje dicht

(Els Hoebrechts, uit Dag Jules)

Leer de kinderen altijd rechts op- en afstappen.
Afstappen aan de rechterkant = afstappen langs de veilige kant van de weg.

Tip: Maak als geheugensteuntje een lintje vast aan het rechter handvat.

