

GROEILIJN VERKEERSVEILIGHEID MINIEMEN-ASPIRANTEN WIELERBOND VLAANDEREN

	... kennen!	... kunnen!	... handelen!	En ook hun begeleiders...
Miniemen (8-9)...	<ul style="list-style-type: none"> • Kennen belangrijke toepassingen uit de wegcode, zeker mbt fietsen: fietsuitrusting (bel, verlichting), waar fietsen, voorrangregels • initiatie verkeersborden (herhalen schoolkennis van belangrijkste zaken voor fietsers) 	<ul style="list-style-type: none"> • Beschikken over goed evenwicht, reactie- en coördinatievermogen voor vertrekken, afremmen, stoppen, allerlei remoefeningen, met 1 hand rijden, drinken op de fiets, ter plekke stil staan, links en rechts kijken over de schouder, ... • Zijn behendig met starten en stoppen in functie van klikpedalen. Belang ook van remoefeningen, ev. met aangepaste remmen ("froglegs" worden aangeraden voor de jongsten = extra set remmen op het stuur) • Kunnen -op aangepaste manier- schakelen. • Kan als jonge renner meerijden in een groep op gesloten circuit en op goeie fietspaden: afstand houden, coördinatie, concentratie, invoegen en ritsen, reflexen, ... • Kunnen duidelijk vooraf afgesproken instructies opvolgen. • Kunnen vóór een begeleider op de weg fietsen en commando's van begeleider opvolgen 	<ul style="list-style-type: none"> • Zijn voorzichtig en luisteren naar de begeleider • Houden handen altijd bij de remmen • Dragen steeds een helm • Letten op zichtbaarheid bij donker/slecht weer • Kondigen aan voorliggers aan dat ze voorbij gaan komen indien wenselijk (afneembare bel!) • Handelen mee om de veiligheid van de groep te verhogen: signalen doorgeven naar achterliggers, op deze leeftijd vooral mondeling/auditief • tonen zich in hun gedrag bereid rekening te houden met andere weggebruikers = respect voor andere weggebruikers, hoffelijkheid ➔ aandachtspunt is STOPPEN zodra wenselijk! 	<ul style="list-style-type: none"> • herkennen wanneer rennertje voldoende competenties heeft om zelfstandige voor de begeleider uit te fietsen • weet hoe een jonge fietser voor zich te begeleiden en duidelijke commando's te formuleren
Miniemen (10-11)...	<ul style="list-style-type: none"> • Kennis van verkeerstekens (aanvullend op kennis school, focus op fietsen!) • Kent gevaarlijke verkeerssituaties in de buurt en weet hoe daar te handelen • Gevaarlijke situaties in de eigen omgeving kunnen lokaliseren en gepast reageren - bv voorrang / dode hoek / ... • Kent gevaren als dode hoek en kan ernaar handelen • Kent belang van zichtbaarheid / fietshelm / veilig spelen / ... • Kunnen een eenvoudige route uitstippelen in de eigen gekende buurt onder begeleiding (kan zich dus oriënteren) • Kent specifieke borden die aangeven waar je wel/niet mag fietsen in provinciale/natuurdomainen (vnl. voor mountainbike) 	<ul style="list-style-type: none"> • Beschikken over voldoende reactiesnelheid, evenwichtsbehoud en gevoel voor coördinatie en kunnen de verkeersregels voor fietsers toepassen, om zich zelfstandig en veilig te kunnen verplaatsen langs een voor hen vertrouwde route • Start-stop met klikpedalen gaat vlot • Toepassen van principe van communicatie (bv via oogcontact) met andere weggebruikers • Kunnen duidelijk vooraf afgesproken instructies <i>interpreteren</i> en opvolgen • Kunnen alleen op de weg trainen op een gekend, duidelijk vastgelegd parcours, op gecontroleerde manier (om de x min passeer je het huis) • Kan als jonge renner meerijden in een groep op openbare weg: afstand houden, coördinatie, concentratie, invoegen en ritsen, reflexen, ... 	<ul style="list-style-type: none"> • Zijn voorzichtig en luisteren naar de begeleider • Houden handen bij de remmen • Dragen steeds een helm • Letten op zichtbaarheid bij donker/slecht weer • Zijn voorzichtig en schatten gevaar zelf in (grote voertuigen die naar rechts afslaan, dode hoek, ...) • Kondigen aan voorliggers aan dat ze voorbij gaan komen indien wenselijk (afneembare bel!) • Handelen mee om de veiligheid van de groep te verhogen: signalen doorgeven naar achterliggers, op deze leeftijd vooral visueel, voor mountainbikers echter eerder auditief • Tonen respect voor andere weggebruikers • Gedragen zich verantwoord als ze alleen op pad zijn 	<ul style="list-style-type: none"> • Herkennen wanneer voldoende competenties om op een vertrouwde route en volgens afspraken alleen te trainen • Duidelijke afspraken formuleren over trainingsparcours

Aspiranten (12-13)...	<ul style="list-style-type: none"> • Kennen de wegcode op zo'n manier dat ze ermee aan de slag kunnen in de dagelijkse praktijk van het fietsen op de openbare weg • = herhaling van kennis, met scenario's werken • Kennen verkeersborden actief • Weten hoe ze zich als fietser alleen op de baan moeten begeven • Weten hoe ze zich als fietser in groep op de baan moeten begeven = kennen de bijzondere regels voor fietsen in groep (onder vrienden) • Gevaarlijke situaties in de eigen omgeving kunnen lokaliseren en gepast reageren / preventief verkeersgedrag in het algemeen 	<ul style="list-style-type: none"> • Beheersen hun fiets • Kunnen instructies onmiddellijk interpreteren en opvolgen • Kunnen alleen op de weg trainen op een gekend, duidelijk vastgelegd parcours, langs veilige routes, vooraf in overleg uitgestippeld (geen controle meer per rondje) • Kunnen op een doeltreffende manier hulp invoeren in een noodsituatie en kunnen handelen na een ongeval, zonder daarom EHBO toe te beginnen passen • Anticiperend kunnen reageren op gevaarlijke situaties 	<ul style="list-style-type: none"> • Zijn vooruitziend: nemen gsm mee, identiteitskaart, in geval van nood • Zijn voorzichtig, defensief en anticiperend rijgedrag • Dragen steeds een helm • Letten op zichtbaarheid bij donker/slecht weer • Tonen respect voor andere weggebruikers: hoffelijkheid • Positieve houding tegenover zachte (kwetsbaardere) weggebruikers – defensief fietsen • Risicoperceptie en -gedrag 	<ul style="list-style-type: none"> • Herkennen wanneer voldoende competenties om op een vertrouwde route en volgens afspraken alleen te trainen • Hoe duidelijke afspraken maken over trainingen op de weg?
------------------------------	---	--	--	---

Aspiranten (14)...	<ul style="list-style-type: none"> • Kennen de wegcode op zo'n manier dat ze ermee aan de slag kunnen in de dagelijkse praktijk van het fietsen op de openbare weg • Kennen verkeersborden actief • Weten hoe ze zich als fietser alleen op de baan moeten begeven • Weten hoe ze zich als fietser in groep op de baan moeten begeven • Herkennen gevaarlijke situaties en kunnen gepast reageren, ook op onvertrouwd terrein 	<p>Kan alleen op de weg trainen op gekend parcours zonder controle. Als ouder weet je waar je zoon/dochter fietst = vrije training met echter afspraken rond richting, afstand en duur van training zodat begeleider kan inschatten wanneer training min of meer ten einde is.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Zijn vooruitziend: nemen gsm mee, identiteitskaart, in geval van nood • Zijn voorzichtig, defensief en anticiperend rijgedrag • Dragen steeds een helm • Letten op zichtbaarheid bij donker/slecht weer • Tonen respect voor andere weggebruikers: hoffelijkheid • Positieve houding tegenover zachte (kwetsbaardere) weggebruikers – defensief fietsen • Risicoperceptie en -gedrag 	<ul style="list-style-type: none"> • idem
---------------------------	--	--	--	--