

Snel reageren

In het verkeer krijg je soms te maken met onverwachte situaties, zoals ander weer of een wegoebreking. Soms moet je reageren op andere weggebruikers, omdat bijvoorbeeld een autodeur open zwaait. Met deze praktijkles uit Wijzer! Verkeer test je met de leerlingen hun reactiesnelheid, evenwicht en coördinatie bij onverwachte gebeurtenissen.

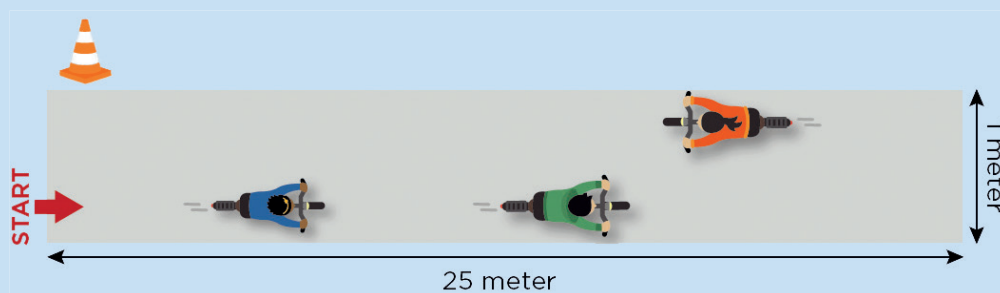
Eén oefening

We gaan de reactiesnelheid testen. Daarnaast gaat het in deze oefening om het bewaren van het evenwicht en de coördinatie in onverwachte situaties.

Oefening: plotseling uitwijken

Wat heb je nodig?

- krijt of pylonen
- fluitje
- meetlint
- 1 à 2 begeleiders



Tijd per groep van 12 leerlingen: 10 à 15 minuten

Benodigde ruimte: 1 bij 25 meter

Korte beschrijving: in een smalle strook fietsen de kinderen met voldoende tussenruimte (meer dan 2 meter) achter elkaar aan. Op het fluitsignaal van de leerkracht moeten de kinderen plotseling remmen en vervolgens heel traag doorfietsen. Fluit de leerkracht twee keer, dan moeten ze plotseling remmen en heel snel doorfietsen.

Uitbreiding 1: laat de kinderen in twee richtingen fietsen, dan komen ze elkaar tegen.

Uitbreiding 2: meet de stopafstanden. De kinderen fietsen een voor een in de smalle strook met een goede snelheid. Bij een stopstreep moeten ze remmen. Meet de afstand tussen de stopstreep en de plek waar ze uiteindelijk stilstaan.

Doel: de kinderen oefenen in het snel reageren, remmen en verder fietsen, terwijl ze ondertussen toch hun evenwicht en de coördinatie behouden.

Aandachtspunten: laat de kinderen op voldoende afstand van elkaar fietsen.

Laat ze proberen na het remmen geen voeten aan de grond te zetten, maar meteen door te fietsen.

Noordhoff