



# SJEES je SHIRT

## ONTWERP WEDSTRIJD

voor Brabantse jeugd

★  
jouw ontwerp!



### LESBRIEF

★  
Op maandag 14 september start Sjees je Shirt: een ontwerpwedstrijd voor het mooiste Brabantse fietsshirt én een ideeënwedstrijd om meer kinderen én hun ouders op de fiets te krijgen.

#### Waarom meedoen aan deze wedstrijd?

Van achterbankgeneratie naar meer kinderen op de fiets. Dat is ons doel. Jij als docent, coach, begeleider of inspirator kan bijdragen aan deze meer actieve en duurzame levensstijl. Deze wedstrijd is de uitgelezen kans om kinderen te vertellen over:

- >> het plezier van fietsen.
- >> hoe gezond fietsen is.
- >> hoe je bijdraagt aan een schonere lucht en de luchtvervuiling tegengaat.
- >> de relatie tussen fietsen én veiligheid in het verkeer.

Meedoen met de wedstrijd past ook prima bij de activiteiten die een school kan uitvoeren in het kader van het Brabants Verkeersveiligheidslabel (BVL) en de Gezonde School aanpak.

Naast de ontwerpwedstrijd organiseren we ook een ideeënwedstrijd. Hiermee vragen we aandacht voor de zogenoemde achterbankgeneratie die overal naartoe gebracht wordt met de auto. Het doel is om kinderen van de achterbank af te krijgen en ze meer te laten fietsen: naar school, sport, muziekles et cetera.

#### Voor welke groepen is de wedstrijd bedoeld?

BrabantSport en Ons Brabant Fietst organiseren de ontwerpwedstrijd Sjees je Shirt voor alle leerlingen uit de bovenbouw van het basisonderwijs (groepen 6, 7 en 8) en de onderbouw van het voortgezet onderwijs. Brabantse kinderen van 9 t/m 13 jaar krijgen zo de kans om hét Brabantse fietsshirt te ontwerpen én hun beste idee in te dienen om meer kinderen op de fiets te krijgen. De onderbouw kan helaas niet meedoen met de wedstrijd. Maar hoe leuk is het als ze wel gezellig kunnen meekleuren? Daarom is er voor hen een speciale SEEF kleurplaat gemaakt. Deze kun je [hier](#) downloaden en uitprinten.

#### Wat kunnen we winnen?

Voor zowel de kinderen, de klas als de school zijn er mooie prijzen te winnen! Er worden twee winnaars gekozen: het winnende t-shirt én het winnende fietsidee. Dit zijn de prijzen:

- >> Een toffe en sportieve fiets voor de winnaar.
- >> Een clinic van Nasser el Jackson (voor de hele school!).
- >> Het winnende shirt komt bij Decathlon te hangen als casual variant en als sport variant.
- >> Ook ontvangt de hele klas dit winnende shirt.

TRING!  
TRING!  
TRING!





# SJEES je SHIRT ONTWERP WEDSTRIJD



## **SAMENGEVAT: ZO ZIT DE WEDSTRIJD IN ELKAAR**

- >> De ontwerpwedstrijd start op **14 september**. Vanaf dan kunnen scholen een set kleurplaten bestellen via de website van [sjeesjeshirt.nl](http://sjeesjeshirt.nl) of de kleurplaten zelf printen en uitdelen aan de kinderen.
- >> Op de kleurplaat kunnen leerlingen hun fietsshirt ontwerpen. Op de achterzijde van de kleurplaat kunnen zij hun beste fietsidee toelichten.
- >> **Meedoen** aan de wedstrijd kan van **14 september t/m 6 oktober**. **Vóór 7 oktober** moeten de leerlingen dus hun designs en/of hun beste fietsidee uploaden. (hiervoor is het e-mailadres en toestemming van een van de ouders nodig).
- >> Daarna begint de **stemperiode** voor de ontwerpwedstrijd: van **8 oktober t/m 15 oktober** kunnen de leerlingen online stemmen verzamelen voor hun design.
- >> Uit de vijf ontwerpen met de meeste stemmen kiest een professionele jury het winnende ontwerp. Dit ontwerp wordt door een designer verwerkt tot een shirt dat daadwerkelijk in de winkel komt te liggen.
- >> Uit alle inzendingen van het beste fietsidee kiest de jury het winnende idee.

**De winnaars van zowel de ontwerpwedstrijd als van het beste fietsidee worden op 8 november bekend gemaakt.**

Nice to know: van elk verkocht shirt bij Decathlon gaat een deel van de opbrengst naar het winnende fietsidee. Zo versterken we elkaar!

## **Hoe komen we aan de lesmaterialen?**

Alle Brabantse scholen, BSO's, verenigingen en Brabantse kinderen van 9 t/m 13 jaar kunnen deelnemen. Alles wat nodig is om mee te doen vind je op [sjeesjeshirt.nl](http://sjeesjeshirt.nl). Praktische informatie voor scholen en verenigingen vind je op <https://sjees.nl/sjeesjeshirt/praktische-informatie>. Hier vind je ook een kant-en-klare les van ca. 1 uur inclusief leuke video's die je tijdens de les of bijeenkomst kunt weergeven op een scherm, digibord of met een beamer. Zie ook bijlage 1 in deze brief.

## **Heb je nog vragen?**

Deelname is flexibel in te plannen in de wedstrijdperiode van 14 september t/m 6 oktober. Heb je vragen? Mail dan naar [info@onsbrabantfietst.nl](mailto:info@onsbrabantfietst.nl).

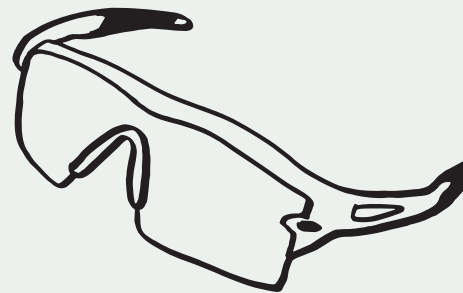


# WAT IS JÓUW BESTE FIETSIDEE?





# SJEES je SHIRT ONTWERP WEDSTRIJD



## BIJLAGE 1

### Lesvoorbeeld voor docenten, coaches, begeleiders

Op <https://sjees.nl/sjeesjeshirt/praktische-informatie> vind je onder andere een kant-en-klare les van ca. 1 uur inclusief leuke video's die je tijdens de les of bijeenkomst kunt weergeven op een scherm, digibord of met een beamer. Dit wijst zichzelf en maakt het extra eenvoudig om kinderen te laten deelnemen aan de wedstrijd en het bewustzijn rondom fietsen te stimuleren.

Hieronder tref je per lesonderdeel praktische informatie aan, zoals de beoogde tijdsduur en benodigdheden voor dit lesonderdeel.

### PRAKTISCHE INFORMATIE BIJ LESVOORBEELD SJEES JE SHIRT

#### 1. >> Nasser el Jackson vertelt over de wedstrijd

5 minuten

**Benodigdheden** > Digibord/beamer, video Nasser el Jackson (in lesvoorbeeld op website)

#### 2. >> Met de auto of met de fiets naar school?

5 minuten

**Benodigdheden** > Digibord/beamer, video Lars Boom (in lesvoorbeeld op website)

Meer feiten en cijfers over vervoerswijze, verkeersveiligheid en gezondheid staan in bijlage 2 van dit document. In de les wordt de vraag gesteld: 'kun je nog meer voordelen opnoemen van fietsen naar school?' Deze voordelen vind je ook in bijlage 2.

#### 3. >> Poster: wat een drukte op de weg!

10 minuten

**Benodigdheden** > Digibord/beamer, poster kruispunt (in lesvoorbeeld op website)

#### 4. >> Wedstrijd 1: ontwerp het mooiste Brabantse fietsshirt

20 minuten

**Benodigdheden** > Digibord/beamer, video Iris (in lesvoorbeeld), potloden & stiften, kleurplaten. De kleurplaten kun je vooraf voor de leerlingen downloaden op [Sjeesjeshirt.nl](https://sjeesjeshirt.nl) en uitprinten op A3 formaat of tijdig bestellen via de website. De kleurplaten worden dan per post bezorgd.

#### 5. >> Wedstrijd 2: bedenk het allerbeste fietsidee van Brabant!

20 minuten

**Benodigdheden:** kleurplaten (achterzijde), potloden, stiften.

#### 6. >> Afsluiting

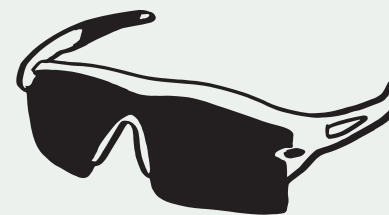
5 minuten

**Benodigdheden:** n.v.t.





# SJEES je SHIRT ONTWERP WEDSTRIJD



## BIJLAGE 2



### Feiten en cijfers

#### Vervoerswijze

- >> 90 procent van de basisschoolleerlingen woont op loopafstand (1 km) van school en 97 procent op fietsafstand (2 km).
- >> Tweederde gaat lopend of fietsend naar school (zelfstandig of begeleid).
- >> Zo'n 30 procent wordt met de auto gebracht.
- >> 12 procent van de kinderen wordt altijd door de ouders gebracht.
- >> 49 procent wordt soms gebracht.
- >> De afstand tussen huis en school is de sterkst verklarende factor voor de vervoersmiddelkeuze.
- >> 17 procent van de basisschoolkinderen gaat zelfstandig naar school. Dat zijn vooral kinderen ouder dan 8-9 jaar.
- >> Bij regen/slecht weer zijn er 5 procent minder fietsers.

#### Verkeersveiligheid

- >> In 1990 kwamen er 85 kinderen om in het verkeer. In 2009 is dit getal afgenomen naar 35 kinderen en in 2014 waren er 19 verkeersdoden onder kinderen jonger dan 15 jaar.
- >> Door de jaren heen komt dit neer op een daling van 9 procent per jaar.
- >> Het risico bij kinderen tussen de 12 en 14 jaar neemt toe. Mogelijk leidt een gebrek aan fietservaring tot meer ongevallen, wanneer kinderen naar de middelbare school gaan.
- >> Ouders en kinderen vermijden drukke wegen en lopen/fietsen liever iets om.

#### Gezondheid

- >> Van de kinderen in de leeftijd van 4 tot en met 11 jaar voldoet in 2013 slechts 21 procent aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB). Kinderen moeten elke dag minstens zestig minuten bewegen om gezond en fit te blijven.
- >> Kinderen uit stadswijken met veel oversteekplaatsen lopen en fietsen drie tot vijf keer vaker naar school dan kinderen uit wijken met minder oversteekplaatsen.
- >> De aanwezigheid van fietspaden, trottoirs, parkeerplaatsen en rotondes bevordert het beweeggedrag van stadskinderen.

### De voordelen van fietsen

#### Voor de maatschappij

- >> Kinderen leren om zelfstandig aan het verkeer deel te nemen.
- >> De eigen omgeving is de beste manier om veilig verkeersgedrag te leren.
- >> Jong geleerd is oud gedaan: als kinderen jong leren om te lopen en te fietsen, is het waarschijnlijker dat ze dit op latere leeftijd ook doen.
- >> Het helpt inactiviteit en obesitas te voorkomen.
- >> Het voorkomt veel korte autoritten.

#### Voor de ouders

Als kinderen eerder zelfstandig naar school kunnen, wordt hun 'ochtendspits thuis' rustiger.

#### Voor kinderen

10 voordelen van fietsen voor kinderen op het gebied van verkeer, gezondheid en sociale vaardigheden:

- 1 Meer verkeerservaring, snellere ontwikkeling waarnemings- en inschattingsvermogen Verkeer
- 2 Beter fietsvaardigheid
- 3 Beter conditie
- 4 Beter concentratie en beter kunnen leren
- 5 Beter eten en slapen
- 6 Minder overgewicht
- 7 Lagere kans op astma
- 8 Meer contacten met buurtgenootjes
- 9 De wereld al fietsend ontdekken
- 10 Ruzietjes beter oplossen

#### Overige interessante links

<https://www.bvlbrabant.nl/>  
<https://www.schoolopseef.nl/>  
<https://verkeerslokaal.nl/home>  
[Factsheet over het haal- en brenggedrag van kinderen](#)

