

**Registratienummer**

0000Z0

**Naam opleidingsinstituut**

CBR

**Versienummer en datum**

Opleidingsplan versie 7; 10 september 2019

**Cursuscode, cursusnaam**

W02-1 Rijoptimalisatie

**Cursustype**

Regulier

**Doel**

Doel van de training is het zo verantwoord mogelijk rijden en het voorkomen van letsel en schade bij het rijden met de vrachtauto. Er is in de training aandacht voor onder andere voertuigbeheersing, inzicht in het verkeer, omgaan met manoeuvreersituaties en houdingsaspecten bij de chauffeur die de veiligheid kunnen vergroten.

**Vrije ruimte**

Er wordt geen gebruik gemaakt van vrije ruimte.

**Docent/trainer**

De trainer die wordt ingezet is in het bezit van een geldig WRM-certificaat voor het voertuig dat wordt gebruikt tijdens de training.

**Lesmateriaal cursist**

n.v.t.

**Lesmateriaal docent**

Presentatie, cases en filmmateriaal zijn opgenomen in een PowerPoint.  
Het door CCV gecertificeerde opleidingsplan is tijdens de gehele training beschikbaar.

**Aantal cursisten**

De gehele cursus (Kennis, Inzicht en Toepassing) wordt gegeven met een maximum van 2 deelnemers per docent en per voertuig.

Bij het niet verschijnen van één cursist volgt de andere cursist het gehele lesprogramma zoals bedoeld was voor de twee cursisten.

## Voorbeeld CBR

### LESPLAN

### Rijoptimalisatie

Tijd in minuten	Leerdoel	Niveau	Didactische werkvorm	Hulpmiddelen	Omschrijving (sub)leerdoel
10	Welkom en introductie		<ul style="list-style-type: none"> <li>Administratie afhandelen</li> <li>Kennismakingsrondje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Presentielijst</li> <li>Naambordjes</li> <li>Schrijfblokken</li> <li>Pennen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Controle van de ID-bewijzen</li> <li>Presentielijst tekenen</li> <li>Uitleg over de opbouw en het doel van de training</li> <li>Kennis over de achtergrond van de cursisten achterhalen</li> </ul>
15	De cursist kan technische kenmerken in combinatie met rijtechniek benoemen	K	<ul style="list-style-type: none"> <li>Onderwijsleergesprek</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Syllabus</li> <li>PowerPoint</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cursist leert over de optimale werking van het voertuig (techniek, onderhoud en controles) en de invloed daarvan op de rijtechniek.</li> </ul>
10	De cursist kent de krachten in en van het rijdende voertuig	K	<ul style="list-style-type: none"> <li>Onderwijsleergesprek</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Syllabus</li> <li>PowerPoint</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Snelheid, massa, kinetische energie</li> <li>Lading, zwaartepunt, kanteelgevaar</li> </ul>
10	De cursist heeft kennis van recente actieve en passieve veiligheidssystemen	K	<ul style="list-style-type: none"> <li>Doceren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Syllabus</li> <li>PowerPoint</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Obstakeldetectie systeem</li> <li>ABS, EBS, ESP, ACC, lane departure warning system</li> <li>Airbags, gordels, kooiconstructie, kreukelzone</li> </ul>
15	De cursist kan risicovolle situaties inschatten	I	<ul style="list-style-type: none"> <li>Onderwijsleergesprek</li> <li>Discussie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>PowerPoint</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Risico's waarnemen, hoe hier adequaat op te reageren</li> <li>Risicovolle situaties tijdens manoeuvreren</li> </ul>
15	De cursist begrijpt het belang van een goede in- en uitstap techniek en zit- en stuurhouding	I	<ul style="list-style-type: none"> <li>Doceren</li> <li>Discussie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>PowerPoint</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Achterwaarts uitstappen</li> <li>Veilig in- en uitstappen</li> <li>Stoelinstelling, stuurinstelling, zithouding, klachten (rug, nek, schouders)</li> </ul>
15	De cursist ziet in hoe de spiegelstand bijdraagt aan een goede kijktechniek	I	<ul style="list-style-type: none"> <li>Film kijken</li> <li>Onderwijsleergesprek</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Film</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Consequenties van slecht afgestelde spiegels</li> <li>Dode hoek en bewustwording</li> <li>Hoe een SAP (spiegelafstelplaats) te gebruiken</li> <li>Kijktechnieken</li> </ul>
<b>15</b>	<b>PAUZE</b>				
15	Afstellen stoel en spiegels, controle voertuig <i>Vorbereiding op de rit</i>	T	<ul style="list-style-type: none"> <li>Praktijkoefening</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vrachtauto cat. C/CE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zit- en stuurhouding</li> <li>Gezamenlijke voertuigcontrole</li> </ul>
150	<b>Elke cursist rijdt 75 minuten</b>  De cursist kan manoeuvreren met een juiste rijtechniek  De cursist toont verkeersinzicht door goed te	T	<ul style="list-style-type: none"> <li>Onderwijsleergesprek</li> <li>Praktijkoefening</li> <li>Praktijkrit</li> <li>Coaching</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vrachtauto cat. C/CE</li> <li>Dockshelter</li> </ul>	<p><i>Cursist 1 rijdt en cursist 2 rijdt mee, kijkt aandachtig toe en wordt door de docent betrokken bij het rijproces d.m.v. vragen. Na 75 minuten wordt er gewisseld.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Diverse mogelijkheden uitvoering manoeuvres (veilig, efficiënt, hinder overige weggebruikers)</li> </ul>

## Voorbeeld CBR

	anticiperen, te waarnemen, te observeren en te concentreren				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aan- en afdokken</li> <li>• In- uitrit</li> <li>• Parkeren</li> <li>• Verkeerde afslag / weg, diverse oplossingen, risico's</li> <li>• Veilig nemen van rotondes</li> <li>• Stuur- en correctiegedrag</li> <li>• Veilige marges van het voertuig</li> <li>• Risico's waarnemen</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Waarnemingscyclus</li> <li>• Zelf fouten vermijden</li> <li>• Rekening houden met gedrag en fouten van andere weggebruikers</li> <li>• Rekening houden met ongunstige rijomstandigheden</li> <li>• Risico's herkennen</li> <li>• Volgafstand en reactiesnelheid</li> </ul>
<b>30</b>	<b>Lunchpauze</b>				
150	<p><b>Elke cursist rijdt 75 minuten</b></p> <p>De cursist kan manoeuvreren met een juiste rijtechniek</p> <p>De cursist toont verkeersinzicht door goed te anticiperen, te waarnemen, te observeren en te concentreren</p>	T	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Onderwijsleergesprek</li> <li>• Praktijkoefening</li> <li>• Praktijkrit</li> <li>• Coaching</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vrachtauto cat. C/CE</li> <li>• Dockshelter</li> </ul>	<p><i>Cursist 1 rijdt en cursist 2 rijdt mee, kijkt aandachtig toe en wordt door de docent betrokken bij het rijproces d.m.v. vragen. Na 75 minuten wordt er gewisseld.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diverse mogelijkheden uitvoering manoeuvres (veilig, efficiënt, hinder overige weggebruikers)</li> <li>• Aan- en afdokken</li> <li>• In- uitrit</li> <li>• Parkeren</li> <li>• Verkeerde afslag / weg, diverse oplossingen, risico's</li> <li>• Veilig nemen van rotondes</li> <li>• Stuur- en correctiegedrag</li> <li>• Veilige marges van het voertuig</li> <li>• Risico's waarnemen</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Waarnemingscyclus</li> <li>• Zelf fouten vermijden</li> <li>• Rekening houden met gedrag en fouten van andere weggebruikers</li> <li>• Rekening houden met ongunstige rijomstandigheden</li> <li>• Risico's herkennen</li> <li>• Volgafstand en reactiesnelheid</li> </ul>
15	Evaluatie en afsluiting		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Administratie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluatieformulieren</li> <li>• Presentielijst</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Invullen en bespreken evaluatieformulieren</li> <li>• Belangrijkste leerpunten met beide cursisten doornemen</li> <li>• Tekenen presentielijst</li> </ul>

## Voorbeeld CBR

### DOCENTHANDLEIDING

Werkvorm	Te gebruiken bij niveau	Uitvoering werkvorm	Aantal deelnemers
Doceren	Kennis	De docent brengt kennis over aan de cursisten. De cursisten luisteren. De docent gaat op bepaalde momenten na of de cursisten de stof begrijpen door middel van het stellen van vragen.	2
Discussie	Inzicht	De cursisten brengen risicovolle situaties uit eigen ervaring naar voren en starten hiermee een Probleemoplossend of meningsvormend groepsgesprek waarbij geleerd wordt van het uitwisselen van gedachten, beoordelen van een probleem of het nemen van een besluit	2
Film kijken	Kennis	Cursisten krijgen een instructiefilm te zien waarin diverse gevaarlijke verkeerssituaties die kunnen ontstaan door het verkeerd instellen van de spiegels aan bod komen. De instructiefilm is opgenomen in de PowerPoint presentatie.	2
Onderwijsleergesprek	Kennis Inzicht	De docent en cursisten voeren een gestructureerd en interactief gesprek rond een gemeenschappelijk onderwerp of doel. Beide cursisten worden bij het gesprek betrokken en leveren een constructieve bijdrage bij het zoeken naar antwoorden of oplossingen. De docent begeleidt en ondersteunt.	2
Coaching	Kennis Inzicht	Tijdens de praktijkrit begeleidt en ondersteunt de docent het leerproces van de cursist om de professionaliteit en het functioneren te verbeteren. De docent stelt vragen, geeft adviezen en voegt waar nodig kennis en inzicht toe.	2
Praktijkoefening	Toepassing	<b>Afstellen stoel en spiegels, controle voertuig</b>  De docent voert met de twee kandidaten een gezamenlijke voertuigcontrole uit en laat de kandidaten de stoel en spiegels op de juiste wijze afstellen. Docent geeft aanwijzingen en eventuele correcties.	2

## Voorbeeld CBR

		<p><b>De cursist kan manoeuvreren met een juiste rijtechniek</b></p> <p>De docent voert met de kandidaat op de weg diverse manoeuvres zoals beschreven in het lesplan veilig, efficiënt en zonder hinder te veroorzaken aan de overige weggebruikers uit. De cursist die niet rijdt is aanwezig in het voertuig, kijkt aandachtig toe en wordt door de docent betrokken bij het rijproces d.m.v. vragen.</p>	
Praktijkrit	Toepassing	<p>De docent voert samen met één cursist die rijdt en een andere cursist die actief meedoet in de cabine een praktijkrit uit. Tijdens deze rit voert de rijdende cursist diverse onderdelen zoals benoemd in het lesplan uit. De docent geeft tips, aanwijzingen en waar nodig feedback. Indien tijdens de rit blijkt dat de cursist met een bepaald rijvaardigheid onderdeel moeite heeft dan laat de docent de cursist dit onderdeel indien nodig opnieuw uitvoeren.</p>	2