

## Theoretische toets - WerkPortfolio Mijn Fiets

Je naam .....

Je klas .....

De datum .....

Cijfer

---

Vraag 1:

### Waarom moet je regelmatig banden oppompen?

In vraag 1 is één antwoord goed.

- Een fiets met harde banden fietst lichter.
- Je hoeft, als je regelmatig de banden oppompt, niet de band te plakken.
- Het maakt niet uit of je met zachte of harde banden fietst.
- Met zachte banden rijd je lekkerder.

---

Vraag 2:

### Hoe moet je de banden met de pomp oppompen?

In vraag 2 zijn meer antwoorden goed.

- Door met je rug op en neer te gaan. Hierdoor pomp je op de beste manier de banden op.
- Alleen met je armen de band oppompen. Hiermee spaar je je rug.
- Je pompt met je rug en met je armen de banden op.
- Je sluit de fietspomp aan op het ventiel. Dan alleen met je armen de band oppompen. Hiermee spaar je je rug.

## Theoretische toets - WerkPortfolio Mijn Fiets

---

Vraag 3:

**Welk gereedschap gebruik je bij moeren en bouten?**

In vraag 3 is één antwoord goed.

- Alleen steeksleutels.
  - Alleen ringsleutels.
  - Zo vaak mogelijk ringsleutels. Als het niet anders kan, een steeksleutel.
  - Een hamer en een schroevendraaier.
- 

Vraag 4:

**Wanneer is je zadel op de goede hoogte?**

In vraag 4 is één antwoord goed.

- Als je je hak op de trapper zet en je been gebogen blijft.
  - Als je je hak op de trapper zet en je been helemaal gestrekt blijft.
  - Het maakt niets uit op welke hoogte je zadel zit.
  - Je moet de zadel altijd zo hoog mogelijk vastzetten
- 

Vraag 5:

**Waarom moet je het stuur op de juiste hoogte stellen?**

In vraag 5 is één antwoord goed.

- Het fietst veel prettiger.
- Het stuur moet altijd zo laag mogelijk zijn. Hierdoor vang je de minste wind.
- Het stuur moet zo hoog mogelijk zitten. Dit geeft een relaxte houding.
- Het maakt niets uit, ik fiets altijd met losse handen.

## Theoretische toets - WerkPortfolio Mijn Fiets

---

Vraag 6:

**Wat doe je als de stuurstang of zadelpen vast zit?**

In vraag 6 zijn meer antwoorden goed.

- Ik sla de stuurstang of zadelpen met stalen hamer los.
  - Dan spuit ik multispray op de stuurstang of zadelpen.
  - Dan spuit ik kruipolie op de stuurstang of zadelpen.
  - Ik spuw hier op, dan gaat deze ook los.
- 

Vraag 7:

**Als je een Hollands ventiel verwijdert:**

In vraag 7 is één antwoord goed.

- De losse onderdelen leg je in de buurt van je fiets.
  - De losse onderdelen leg je in een bakje op de goede volgorde van het uit elkaar nemen.
  - De losse onderdelen bewaar je in je mond. Dan heb je ze altijd bij de hand.
  - De losse onderdelen leg je in een bakje.
- 

Vraag 8:

**Fiets omdraaien: waarom moet je een deken of een stuk karton op een stenen vloer leggen?**

In vraag 8 is één antwoord goed.

- Dan beschadigt de fiets niet.
- Het is warmer voor je voeten.
- Anders wordt de vloer vies.
- Een deken op de grond leggen is niet nodig.

## Theoretische toets - WerkPortfolio Mijn Fiets

---

Vraag 9:

**Bij de binnenband verwijderen: wanneer gebruik je altijd kunststof bandenlichters?**

In vraag 9 is één antwoord goed.

- Als de velgen van staal zijn.
  - Als de velgen van aluminium zijn.
  - Je mag altijd metalen bandenlichters gebruiken.
  - Als de velgen van kunststof zijn.
- 

Vraag 10:

**Wanneer moet je een binnenband uit de buitenband halen?**

In vraag 10 is één antwoord goed.

- Om te kijken of de binnenband wel droog is.
  - Om te kijken of de binnenband wel geplakt is.
  - Om de binnenband te plakken.
  - Om het ventiel te vervangen.
- 

Vraag 11:

**Wanneer moet je de binnenband vervangen?**

In vraag 11 zijn meer antwoorden goed.

- Als het lek vlakbij het ventiel zit, zodat de bandenpleister niet meer op het lek past.
- Als het gat te groot is om te plakken.
- Als er twee gaatjes in de binnenband zitten.
- Als er een gaatje in de buitenband zit.

## Theoretische toets - WerkPortfolio Mijn Fiets

---

Vraag 12:

**Nieuwe tube met solutie openen. Waarmee moet je die openen?**

In vraag 12 is één antwoord goed.

- Met een combinatietang.
  - Eerst met de hand losschroeven. Daarna met de binnenkant van de dop de folie doorprikken.
  - Met een waterpomptang.
  - Met een priem.
- 

Vraag 13:

**Je werkt met de solutie. Waarom moet je daarbij ventileren?**

In vraag 13 is één antwoord goed.

- Dan kan ik onder het bandenplakken een sigaret roken.
  - Bij frisse lucht hecht solutie beter.
  - De dampen van solutie zijn giftig.
  - Ventileren is niet nodig.
- 

Vraag 14:

**Hoe lang bewaar je een aangebroken tube solutie?**

In vraag 14 is één antwoord goed.

- Maximaal drie jaar
- Maximaal een half jaar
- Maximaal anderhalf jaar
- In de koelkast blijft de tube onbeperkt goed.

## Theoretische toets - WerkPortfolio Mijn Fiets

---

Vraag 15:

**Wanneer je bij het banden plakken solutie om het lek uitsmeert: Hoe lang moet de solutie drogen voordat je de bandenpleister aanbrengt?**

In vraag 15 is één antwoord goed.

- Vijf minuten
- Eén minuut
- Acht minuten
- Eén uur

---

Vraag 16:

**Bij bandenplakken: het wiel blijft nu op zijn plaats en haal je niet uit de fiets. Waarom haal je de binnenband voorzichtig door het frame?**

In vraag 16 is één antwoord goed.

- Anders bezeer je je handen.
- Anders beschadig je de fiets.
- Anders steek je de binnenband gemakkelijk lek.
- Het maakt niet uit of je dit snel doet of niet.

---

Vraag 17:

**Wat doe je vóór je de binnenband terugplaatst?**

In vraag 17 zijn meer antwoorden goed.

- Het wiel draaien met het gat voor het ventiel naar boven.
- Controleren of aan de binnenkant van de buitenband iets scherp zit.
- Meteen de binnenband in de buitenband plaatsen.
- Controleren of er op de buitenband iets scherp zit.

## Theoretische toets - WerkPortfolio Mijn Fiets

---

Vraag 18:

### **Je gaat de velgrem afstellen. Wanneer moet dit?**

In vraag 18 zijn meer antwoorden goed.

- Als je de remblokken hebt vervangen.
  - Als het geregend heeft en de velgen nat zijn.
  - Als het vriest.
  - Als je steeds harder de remhendel moet inknijpen om te remmen.
- 

Vraag 19:

### **Hoe moeten de remblokken afgesteld zijn?**

In vraag 19 is één antwoord goed.

- Ze moeten de velg raken als je de remhendel helemaal inknijpt.
  - Ze moeten de velg raken als je de remhendel half inknijpt.
  - Ze moeten altijd tegen de velg lopen
  - Ze moeten de velg raken als je de remhandel even aanraakt.
- 

Vraag 20:

### **Wanneer verwijder je het voorwiel?**

In vraag 20 zijn meer antwoorden goed.

- Als je de remblokjes gaat vervangen.
- Als je de fiets heel lang in de stalling zet.
- Als je de binnenband gaat vervangen.
- Als je de buitenband gaat vervangen.

## Theoretische toets - WerkPortfolio Mijn Fiets

---

Vraag 21:

**Wat mag je nooit doen bij het terugplaatsen van de buitenband?**

In vraag 21 zijn meer antwoorden goed.

- Aluminium bandenlichters gebruiken.
  - Met je handen de buitenband terugplaatsen.
  - Met een rubber hamer de band terugplaatsen.
  - Kunststof bandenlichters gebruiken.
- 

Vraag 22:

**Waarom moet je tijdig de buitenband vervangen?**

In vraag 22 is één antwoord goed.

- Bij een versleten buitenband gaat het ventiel scheef staan.
  - Met een versleten buitenband kun je niet overhellen in bochten.
  - Met een versleten buitenband kun je minder crossen in het bos.
  - Bij een versleten buitenband krijg je eerder een lekke band.
- 

Vraag 23:

**Wanneer moet je de ketting spannen?**

In vraag 23 zijn meer antwoorden goed.

- Als je het achterwiel hebt los gemaakt.
- Als je de ketting vervangen hebt.
- Als je heel lang niet meer gefietst hebt.
- Als je de ketting op de tandwielen hebt teruggelegd.



## Theoretische toets - WerkPortfolio Mijn Fiets

---

Vraag 24:

### **Pedalen vervangen: wanneer vervang je de pedalen?**

In vraag 24 is één antwoord goed.

- Na de winterstop
  - Als ze niet meer soepel ronddraaien.
  - Als ze niet meer zwart zijn.
  - Als je een jaar lang veel hebt gefietst.
- 

Vraag 25:

### **Wat doe je als een pedaal vast zit?**

In vraag 25 is één antwoord goed.

- Dan spuw ik op het pedaal.
- Dan geef ik met de hamer een klap op het pedaal.
- Dan spuit ik multispray op de draaipunten.
- Ik ga dan op de trappers staan.