



Praktijk bovenbouw

Werkgroep Groels

BEWEGEN & DIDACTIEK



Noordhoff Uitgevers



CD-Rom/Audio



Bewegen & Didactiek

Praktijkboek bovenbouw

Bewegen & Didactiek



Praktijkboek bovenbouw

Werkgroep Groels

Eerste druk

Noordhoff Uitgevers, Groningen

Ontwerp binnenwerk: Carla Gerritzen BNO, Breda
Ontwerp omslag: Studio Wolters-Noordhoff
Omslagillustratie: Digital Stock
Fotografie voorwerp: John Welling, Groningen

Eventuele op- en aanmerkingen over deze of andere uitgaven kunt u richten aan: Noordhoff Uitgevers bv, Afdeling Hoger Onderwijs, Antwoordnummer 13, 9700 VB Groningen, e-mail: info@noordhoff.nl

Aan de totstandkoming van deze uitgave is de uiterste zorg besteed. Voor informatie die desondanks onvolledig of onjuist is opgenomen, aanvaarden auteur(s), redactie en uitgever geen aansprakelijkheid. Voor eventuele verbeteringen van de opgenomen gegevens houden zij zich aanbevolen.

3 / 12

Deze uitgave is gedrukt op FSC-papier.

© 2001 Noordhoff Uitgevers bv Groningen/Houten, The Netherlands.

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Voor zover het maken van reprografische verveelvoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h Auteurswet 1912 dient men de daarvoor verschuldigde vergoedingen te voldoen aan Stichting Reprorecht (postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.reprorecht.nl). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten Organisatie, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-pro.nl).

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without the prior written permission of the publisher.

ISBN (ebook) 978 90 01 84884 2
ISBN 978 90 01 34960 8
NUR 744

Inhoud

Deel 1

Werkwijzer 10

- 1 Opzet van het boek 13**
 - 1.1 Leeftijdsindeling 8-9-10 en 10-11-12 jaar 14
 - 1.2 Indeling van het boek 14
 - 1.3 Opzet van de delen van het boek 15
 - 1.4 Werkwijze voor de praktijk 17

- 2 Werkwijzer voor de praktijk 21**
 - 2.1 Leeftijdskenmerken 22
 - 2.2 Werken met groep 8 22
 - 2.3 Lesgeefvaardigheden 23
 - 2.4 Bewegingsanalyse 24
 - 2.5 Correctie 26
 - 2.6 Hulpverleners 28
 - 2.7 Differentiatie 31
 - 2.8 Didactische aansturingsfactoren 32
 - 2.9 Werken in hoeken en banen 34
 - 2.10 Kijkwijzers, lesbrieven, opdrachtkaarten 34

- 3 Werkwijzer voor de school 37**
 - 3.1 Organisatie binnen de school 38
 - 3.2 Gebruik van een methode 39
 - 3.3 Gebruik van een lessenplan 40
 - 3.4 Een eigen lessenplan 40
 - 3.5 Jaarplan voor de bovenbouw 41

Deel 2

Grondvormen van bewegen 48

- 4 Klimmen en klauteren 51**
 - 4.1 Wat is klimmen? 52
 - 4.2 Wat leert het kind? 52
 - 4.3 Welke fouten komen voor en hoe ga je daarop in? 54
 - 4.4 Hoe ga je hulpverleners? 54
 - 4.5 Hoe gebruik je de didactische aansturingsfactoren? 54
 - 4.6 Hoe organiseer je het lesonderdeel? 55
 - 4.7 Hoe blijft het veilig? 55
 - 4.8 Klimmen in hoeken en klauteren in banen 56
 - 4.9 Vormen van touwklimmen en klauteren 58
 - 4.10 Opdrachtkaart klimmen en klauteren 60

- 5 Diepspringen 61**
 - 5.1 Wat is diepspringen? 62
 - 5.2 Wat leert het kind? 62
 - 5.3 Welke fouten komen voor en hoe ga je daarop in? 62

- 5.4 Hoe ga je hulpverleners? 62
- 5.5 Hoe gebruik je de didactische aansturingfactoren? 63
- 5.6 Hoe organiseer je het lesonderdeel? 63
- 5.7 Hoe blijft het veilig? 64
- 5.8 Diepspringen in hoeken en banen 64
- 5.9 Vormen van diepspringen 67
- 5.10 Opdrachtkaarten diepspringen 69

6 Balanceren 71

- 6.1 Wat is balanceren? 72
- 6.2 Wat leert het kind? 72
- 6.3 Welke fouten komen voor en hoe ga je daarop in? 72
- 6.4 Hoe ga je hulpverleners? 73
- 6.5 Hoe gebruik je de didactische aansturingfactoren? 73
- 6.6 Hoe organiseer je het lesonderdeel? 73
- 6.7 Hoe blijft het veilig? 74
- 6.8 Balanceren in hoeken en banen 74
- 6.9 Vormen van balanceren 76
- 6.10 Opdrachtkaarten balanceren 78

7 Rollen 83

- 7.1 Wat is rollen? 84
- 7.2 Wat leert het kind? 85
- 7.3 Welke fouten komen voor en hoe ga je daarop in? 85
- 7.4 Hoe ga je hulpverleners? 86
- 7.5 Hoe gebruik je de didactische aansturingfactoren? 87
- 7.6 Hoe organiseer je het lesonderdeel? 88
- 7.7 Hoe blijft het veilig? 89
- 7.8 Rollen in hoeken 89
- 7.9 Vormen van rollen 93
- 7.10 Opdrachtkaarten rollen 95

8 Duikelen 101

- 8.1 Wat is duikelen? 102
- 8.2 Wat leert het kind? 103
- 8.3 Welke fouten komen voor en hoe ga je daarop in? 103
- 8.4 Hoe ga je hulpverleners? 103
- 8.5 Hoe gebruik je de didactische aansturingfactoren? 104
- 8.6 Hoe organiseer je het lesonderdeel? 104
- 8.7 Hoe blijft het veilig? 105
- 8.8 Duikelen in hoeken en banen 105
- 8.9 Vormen van duikelen 107
- 8.10 Lesbrief, kijkwijzer, opdrachtkaart 109

9 Steunspringen 111

- 9.1 Wat is steunspringen? 112
- 9.2 Wat leert het kind? 112
- 9.3 Welke fouten komen voor en hoe ga je daarop in? 113
- 9.4 Hoe ga je hulpverleners? 113
- 9.5 Hoe gebruik je de didactische aansturingfactoren? 113
- 9.6 Hoe organiseer je het lesonderdeel? 114
- 9.7 Hoe blijft het veilig? 114

- 9.8 Steunspringen in banen en/of hoeken 114
- 9.9 Vormen van steunspringen 116
- 9.10 Kijkwijzer, lesbrief, opdrachtkaart 120

- 10 Ringenzwaaien en touwzwaaien 121**
 - 10.1 Wat is ringenzwaaien? 122
 - 10.2 Wat leert het kind? 123
 - 10.3 Welke fouten komen voor en hoe ga je daarop in? 123
 - 10.4 Hoe ga je hulpverlenen? 124
 - 10.5 Hoe gebruik je de didactische aansturingsfactoren? 124
 - 10.6 Hoe organiseer je het lesonderdeel? 124
 - 10.7 Hoe blijft het veilig? 125
 - 10.8 Ringenzwaaien in hoeken 126
 - 10.9 Vormen van ringenzwaaien en touwzwaaien 127
 - 10.10 Lesbrief ringenzwaaien 129

- 11 Lopen 131**
 - 11.1 Wat is lopen? 132
 - 11.2 Wat leert het kind? 132
 - 11.3 Welke fouten komen voor en hoe ga je daarop in? 132
 - 11.4 Hoe ga je hulpverlenen? 132
 - 11.5 Hoe gebruik je de didactische aansturingsfactoren? 133
 - 11.6 Hoe organiseer je het lesonderdeel? 133
 - 11.7 Hoe blijft het veilig? 134
 - 11.8 Vormen van lopen 134
 - 11.9 Voorbeeld van een kijkwijzer 139

- 12 Springen 141**
 - 12.1 Wat is springen? 142
 - 12.2 Wat leert het kind? 142
 - 12.3 Welke fouten komen voor en hoe ga je daarop in? 143
 - 12.4 Hoe ga je hulpverlenen? 143
 - 12.5 Hoe gebruik je de didactische aansturingsfactoren? 143
 - 12.6 Hoe organiseer je het lesonderdeel? 144
 - 12.7 Hoe blijft het veilig? 144
 - 12.8 Springen in banen 144
 - 12.9 Vormen van springen 146
 - 12.10 Opdrachtkaart verspringen 150

- 13 Heffen en dragen 151**
 - 13.1 Wat is heffen en dragen? 152
 - 13.2 Wat leert het kind? 152
 - 13.3 Welke fouten komen voor en hoe ga je daarop in? 152
 - 13.4 Hoe ga je hulpverlenen? 152
 - 13.5 Hoe gebruik je de didactische aansturingsfactoren? 153
 - 13.6 Hoe organiseer je het lesonderdeel? 153
 - 13.7 Hoe blijft het veilig? 153
 - 13.8 Heffen en dragen in banen 154
 - 13.10 Vormen van heffen en dragen 154
 - 13.10 Opdrachtkaarten heffen en dragen 159

- 14 Trekken en duwen 161**
- 14.1 Wat is trekken en duwen? 162
- 14.2 Wat leert het kind? 162
- 14.3 Welke fouten komen voor en hoe ga je daarop in? 162
- 14.4 Hoe ga je hulpverlenen? 162
- 14.5 Hoe gebruik je de didactische aansturingsfactoren? 162
- 14.6 Hoe organiseer je het lesonderdeel? 163
- 14.7 Hoe blijft het veilig? 164
- 14.8 Trekken en duwen in hoeken 164
- 14.9 Vormen van trekken en duwen 164

Deel 3

Tikspelen 168

- 15 Didactische componenten 171**
- 15.1 Wat zijn tikspelen? 172
- 15.2 Wat leert het kind? 172
- 15.3 Welke fouten komen voor en hoe ga je daarop in? 172
- 15.4 Hoe ga je hulpverlenen? 172
- 15.5 Hoe gebruik je de didactische aansturingsfactoren? 172
- 15.6 Hoe organiseer je het lesonderdeel? 173
- 15.7 Hoe blijft het veilig? 173
- 15.8 Tikspelen in hoeken 173
- 15.9 Opdrachtkaarten tikspelen 174

- 16 Tikspelen voor de leeftijden 8-9-10 jaar 175**
- 16.1 Overloopspelen 176
- 16.2 Tikspelen met vrijplaatsen 178
- 16.3 Tikspelen met hindernissen 179
- 16.4 Tikspelen met onderling samenwerkende tikkers of hazen 180

- 17 Tikspelen voor de leeftijden 10-11-12 jaar 181**
- 17.1 Tikspelen met onderling samenwerkende tikkers of hazen 182
- 17.2 Vrije tikspelen 182
- 17.3 Partijtikspelen 183

Deel 4

Balspelen en balvaardigheid 186

- 18 Didactische componenten 189**
- 18.1 Wat zijn balspelen en wat is balvaardigheid? 190
- 18.2 Wat leert het kind? 190
- 18.3 Welke fouten komen voor en hoe ga je daarop in? 191
- 18.4 Hoe ga je hulpverlenen? 191
- 18.5 Hoe gebruik je de didactische aansturingsfactoren? 192
- 18.6 Hoe organiseer je het lesonderdeel? 194
- 18.7 Hoe blijft het veilig? 195
- 18.8 Balvaardigheid in hoeken 195
- 18.9 Lesbrieven en kijkwijzers 196

- 19 Balspelen 8-9-10 jaar 199**
 - 19.1 Spelen voor de passtechniek 200
 - 19.2 Spelen voor het vangen 200
 - 19.3 Spelen voor het oefenen van samenspel zonder weerstand 201
 - 19.4 Spelen voor het onderscheppen van de bal 201
 - 19.5 Spelen met vrijlopen en aanbieden 202
 - 19.6 Spelen met aanvallen en verdedigen 204

- 20 Balvaardigheid 8-9-10 jaar 209**
 - 20.1 Oefenvormen voor de passtechniek 210
 - 20.2 Oefenvormen voor het vangen 211
 - 20.3 Oefenvormen voor samenspel zonder weerstand 212
 - 20.4 Oefenvormen voor het onderscheppen van de bal 212
 - 20.5 Oefenvormen met vrijlopen en aanbieden 212

- 21 Balspelen en balvaardigheid 10-11-12 jaar 215**
 - 21.1 Korfbal 216
 - 21.2 Basketbal 227
 - 21.3 Handbal 239
 - 21.4 Volleybal 250
 - 21.5 Voetbal 257
 - 21.6 Slagbal 265

Deel 5

Bewegen op ritme en muziek 278

- 22 Didactische componenten 281**
 - 22.1 Wat is bewegen op ritme en muziek? 282
 - 22.2 Wat leert het kind? 282
 - 22.3 Welke fouten komen voor en hoe ga je daarop in? 282
 - 22.4 Hoe ga je hulpverleners? 282
 - 22.5 Hoe gebruik je de didactische aansturingsfactoren? 282
 - 22.6 Hoe organiseer je het lesonderdeel? 283
 - 22.7 Hoe blijft het veilig? 283
 - 22.8 Werken in hoeken en banen 284

23 Kinderdans en volksdans 285

24 Touwtjespringen 295

Lijst van gebruikte tekens in de figuren 297

Overige tekens vooral gebruikt bij balspelen en balvaardigheid 298



Werkwijzer

1



- 1 Opzet van het boek 13**
- 2 Werkwijzer voor de praktijk 21**
- 3 Werkwijzer voor de school 37**

Je gaat lessen bewegingsonderwijs geven aan oudere kinderen van de basisschool. Dit vereist dat je kennis en vaardigheden ten aanzien van de aanpak van kinderen van 8-12 jaar hebt.

Je moet ook genoeg bagage hebben om de lessen een zinvolle inhoud te geven. Ten aanzien van beide aspecten geven we je in dit boek de nodige informatie.

De inhoud van dit boek sluit aan op de vormen en de werkwijze, die we hanteleren in het boek *Praktijk Onderbouw*. De boeken in de reeks *Bewegen en Didactiek, Theorie en Praktijk, Praktijk Onderbouw* en *Praktijk Bovenbouw* kunnen dan ook als een eenheid worden beschouwd. In dit boek zul je dan ook verwijzingen naar de andere boeken vinden.

In dit deel, de werkwijzer, geven we aan hoe het boek in elkaar zit en hoe je het kunt gebruiken. Zo kun je snel je weg in het boek vinden en zien hoe je de inhoud bij de voorbereiding en de uitvoering van de lessen kunt gebruiken.

We besteden aandacht aan enkele lesgeeftips. Op deze manier hopen we een basis te geven voor een goede, enthousiaste toepassing van de vormen die we in deel 2, 3, 4 en 5 aanreiken. We gaan kort in op de organisatie van ons vak binnen de school, zodat de inhoud van de delen binnen de hele school goed tot hun recht komen.

Zo heb je een goede uitgangspunt om, voor je leerlingen en jezelf, tot kwalitatief goede lessen bewegingsonderwijs te komen.



Opzet van het boek

1



- 1.1 Leeftijdsindeling 8-9-10 jaar en 10-11-12 jaar
- 1.2 Indeling van het boek
- 1.3 Opzet van de delen van het boek
- 1.4 Werkwijze voor de praktijk

Hoe ga je dit boek hanteren? Hoe vind je de weg in de hoeveelheid informatie? Hoe zijn de auteurs tot hun keuzes gekomen en wat moet je daarmee?

Om je wegwijs te maken, lichten we in dit hoofdstuk de opzet en de indeling van het boek toe. Op deze manier kun je snel met de delen 2, 3, 4 en 5 werken en weet je waar je op welke wijze informatie kunt vinden.

Om enig inzicht te geven in de plaats en functie van een les in het totale bewegingsonderwijs geven we een werkwijzer voor de praktijk. De lessen in de bovenbouw staan niet los van het vakgebied binnen jouw school. Een les is geen eenmalige gebeurtenis maar heeft een voorgeschiedenis en een vervolg. Aangezien dit boek een praktijkboek is, tippen we deze problemen kort aan. Meer informatie vind je in het deel *Theorie en Praktijk*.

■ ■ ■ 1.1 Leeftijdsindeling 8-9-10 jaar en 10-11-12 jaar

Wij beschrijven in dit boek een werkwijze voor het werken met kinderen uit de bovenbouw en geven veel vormen die je in de lessen kunt gaan aanbieden. We hebben dit weer opgesplitst in vormen voor 8-9-10 jaar en 10-11-12 jaar. Dit doen we omdat de leerlingen uit deze categorieën aan andere vormen toe zijn en de aanpak van deze kinderen van elkaar verschilt.

In groep 8 kunnen de lessen een voorbereiding zijn op het vakgebied in het voortgezet onderwijs. Je doet je kinderen een groot plezier als ze met een rijk arsenaal aan bewegingsvaardigheden aan hun vervolgopleiding beginnen.

De overlapping in deze indeling geeft al aan dat het moeilijk is om aan te geven welke stof en bewegingsvormen geschikt zijn voor welke leeftijd. Dit kan ook van school tot school en van groep tot groep verschillen. Dit is onder andere afhankelijk van de opzet en de kwaliteit van dit vakgebied op de school. Vaak is het ook zo dat de motorische en sociale vaardigheden van kinderen zich niet laten afmeten aan hun kalenderleeftijd. Het is dan ook goed mogelijk om over de leeftijdsgrens heen en ook in het boek *Praktijk Onderbouw* naar bewegingsvormen te zoeken.

De verantwoordelijkheid voor de keuzen ligt uiteindelijk bij de lesgever en de school. Ook is het voor de ononderbroken ontwikkeling van kinderen en het planmatig en doelbewust lesgeven noodzakelijk om op de hoogte te zijn van wat er in de vorige groep en in de volgende groep gedaan wordt. Kennis van het boek *Praktijk Onderbouw* en van de inhoud van de lessen bij het voortgezet onderwijs is belangrijk. Jouw werk komt dan in een breder perspectief te staan. Wat ik nu doe krijgt een zinvol vervolg. We doen niet zomaar wat en bij ons op school is er een doorgaande lijn.

■ ■ ■ 1.2 Indeling van het boek

Om te komen tot een overzichtelijk en bruikbaar boek hanteren we een indeling die gelijk is aan de indeling van *Praktijk Onderbouw*. Op dezelfde plaats vind je dezelfde onderwerpen. Dit vergemakkelijkt het zoeken.

Deel 1 Opzet van het boek

In de opzet van het boek verantwoorden we de gemaakte keuzes en lichten we de termen die we hanteren toe.

Je vindt in dit deel ook een korte uitleg van de principes ten aanzien van het lesgeven en we geven enkele algemene lesgeeftips.

Deel 2 Grondvormen van bewegen

In dit deel gaan we uit van de grondvormen van bewegen betreffende het onderdeel gymnastiek. We geven een zo breed mogelijk aanbod van bewegingsvormen. Deze kun je op je eigen wijze bij de groep hanteren. Het is echter niet mogelijk om alle vormen die uitgevoerd kunnen worden in een boek aan de orde te stellen. Met de vormen die wij geven is het mogelijk om een verantwoord en boeiend jaarprogramma op te stellen.

De bewegingsvormen zijn bedoeld om je een basis te geven van waaruit je door middel van differentiatie tegemoet kunt komen aan de vraag van je leerlingen. Deze differentiatie kun je realiseren door te spelen met de didactische aansturingsfactoren. Wij geven bij elke grondvorm aan hoe je dit kunt doen.

Deel 3 Tikspelen

Het stadium van vangen is al in groep 2 afgesloten. Daarna zijn de kinderen in staat echt te tikken en hebben dit principe door. In de bovenbouw komen nu de tactische facetten van de spelen aan de orde.

Deel 4 Balspelen en balvaardigheid

Hier ligt de nadruk niet meer op de individuele balvaardigheid. Als er planmatig is lesgegeven in de onderbouw dan kan dit al redelijk ontwikkeld zijn. Nu komt het samenspelen aan de orde en dit mondt uit in het spelen van de 'echte' sportspelen.

Deel 5 Bewegen op ritme en muziek

In deze fase wordt door de volksdansen de sociaal-emotionele ontwikkeling bevorderd. Het touwtjespringen heeft daarentegen sterk conditionele aspecten.

■ ■ ■ 1.3 Opzet van de delen van het boek

Dit boek bestaat uit de volgende vijf delen.

Deel 1

Dit deel bevat een korte verantwoording en gaat in op de toepassing en het gebruik van dit boek. Voor de nadere theoretische/praktische uitwerking van de didactische, methodische en pedagogische facetten van het lesgeven kun je het boek *Bewegen en Didactiek – Theorie en Praktijk* raadplegen.

Deel 2

In dit deel werken we de grondvormen van bewegen uit. Achtereenvolgens komen aan de orde:

- 1 Klimmen en klauteren
- 2 Diepspringen
- 3 Balanceren
- 4 Rollen
- 5 Duikelen
- 6 Steunspringen
- 7 Ringenzwaaien en touwzwaaien
- 8 Lopen
- 9 Springen
- 10 Heffen en dragen
- 11 Trekken en duwen.

We doen dit, door allereerst aan te geven wat deze bewegingsvorm voor het kind kan betekenen. Je kunt je misschien zo inleven in wat jouw leerlingen beweegt en welke emoties dit kan oproepen. Daarna geven we de essentie van de beweging weer en vervolgens hoe je zou kunnen

hulpverleners. Daarna geven we je een aantal mogelijkheden om door middel van didactische aansturingsfactoren (DAF's) te komen tot differentiatie en om het spannender, makkelijker of moeilijker te maken. Door middel van de DAF's kun je ook het bewegen van het kind verbeteren. Het corrigeren van de beweging werken we, specifiek voor elke grondvorm, verder uit. De voor een bewegingsvorm specifieke organisatie en veiligheidsmaatregelen komen daarna aan bod.

Er wordt aandacht besteed aan het werken in hoeken en groepen met dezelfde grondvorm en met een combinatie van grondvormen. Deze vorm van werken is zeer intensief en aantrekkelijk voor het kind en de lesgever. Ten slotte wordt de grondvorm methodisch uitgewerkt en geven we voorbeelden van het werken met opdrachtkaarten, lesbrieven en kijkwijzers.

Elk hoofdstuk heeft de volgende opbouw:

- 1 Wat is de techniek van de grondvorm?
- 2 Leerdoelen voor deze grondvorm
- 3 Fouten en correctie
- 4 Hulpverleners
- 5 Differentiatie door middel van didactische aansturingsfactoren
- 6 Organisatie
- 7 Veiligheidsaspect
- 8 Werken in hoeken
- 9 Bewegingsvormen
- 10 Lesbrieven, opdrachtkaarten en kijkwijzers.

Deel 3

In dit deel besteden we eerst aandacht aan de praktische problemen die voorkomen bij het geven van de tikspelen. Dit doen we in het hoofdstuk: 'Didactische componenten'.

Als handvat om problemen op te lossen hanteren we dezelfde items als in deel 2. We geven aan wat de kern van tikspelen is, hoe je kinderen kunt helpen, hoe je vlot kunt organiseren en hoe je spelvormen kunt toepassen en in hoeken kunt werken met opdrachtkaarten. Dit levert op zich al veel mogelijkheden om spelen aan te passen of te veranderen. We geven in hoofdstuk 2 en 3 een aantal tikspelen, dat de kinderen de gelegenheid geeft om tot tactische oplossingen te komen. Verder zijn de spelvormen geschikt om te komen tot veel bewegingen en voor het oefenen van starten, wenden en keren, afremmen en ontwijken.

Deel 4

In de leeftijdscategorie 8 tot 12 jaar verdient het spelend leren de voorkeur. Als de technische vaardigheid tekortschiet dan kan een individuele of klassikale aanpak daar snel verandering in brengen. Wij geven aan het begin van dit deel een aantal tips en aanwijzingen, die voor het hele deel gelden, de zogenaamde didactische componenten. Door deze te hanteren en daar al lesgevend mee te 'spelen', kun je de situatie voor de kinderen speelbaar maken en het spelplezier vergroten.

Voor de leeftijdscategorie 10-11-12 jaar bieden we een aantal eindspelen aan. De keuze is in principe aan de school en de lesgever. Kies je voor alle spelen of maak je een keuze? Hoever ga je met een spel? Begin je net zoals wij met korfbal? Moet volleybal op jouw school?

Er zijn nog meer vragen die je zelf moet beantwoorden. Wij geven je een aantal mogelijkheden en handvatten om deze keuzes verantwoord te maken.

Deel 5

Dit deel bevat een klein aantal volksdansen die geschikt zijn voor de hele bovenbouw.

Bij touwtjespringen hebben we aansluiting gezocht bij de uitgave *Spring je fit* van de Hartstichting.

De hoofdstukken bevatten foto's, die de beleving van de kinderen en de essentie van de beweging weergeven. De tekeningen geven informatie over de organisatie en de uitgangssituatie. De plaats van de lesgever is ingetekend en wel zo dat deze de plek aangeeft waar hij het beste overzicht heeft over de situatie. Het is niet de bedoeling om daar te blijven staan maar je kunt dit als uitgangspositie nemen. Vandaar uit beweeg je op een goede en verantwoorde wijze door het lokaal. Dit doe je zo dat je overzicht houdt over de hele groep en je zult je dan ook vaak langs de buitenkant van het lokaal bewegen. Dit is helaas niet in een tekening vast te leggen.

In alle delen zul je tekst aantreffen die cursief gedrukt is en inspringt. De bedoeling van deze tekst is om de lesgever tips te geven bij de toepassing van de bewegingsvorm. Wij geven voorbeelden van kijkwijzers, opdrachtkaarten en lesbrieven. Je zult zelf, aan de hand van deze voorbeelden, het aantal kunnen uitbreiden. Ook hier kunnen we niet alle mogelijkheden aanreiken maar zul je zelf creatief aan de slag moeten. We geven in dit boek geen lesopeningen meer. Ook hier geldt dat de lesdelen I moeten aansluiten op de rest van de les. Als je behoefte hebt aan concrete vormen dan raden we je aan het boek *Praktijk Onderbouw* te raadplegen. Hier staan voor elk onderdeel aantrekkelijke mogelijkheden om een les te beginnen.

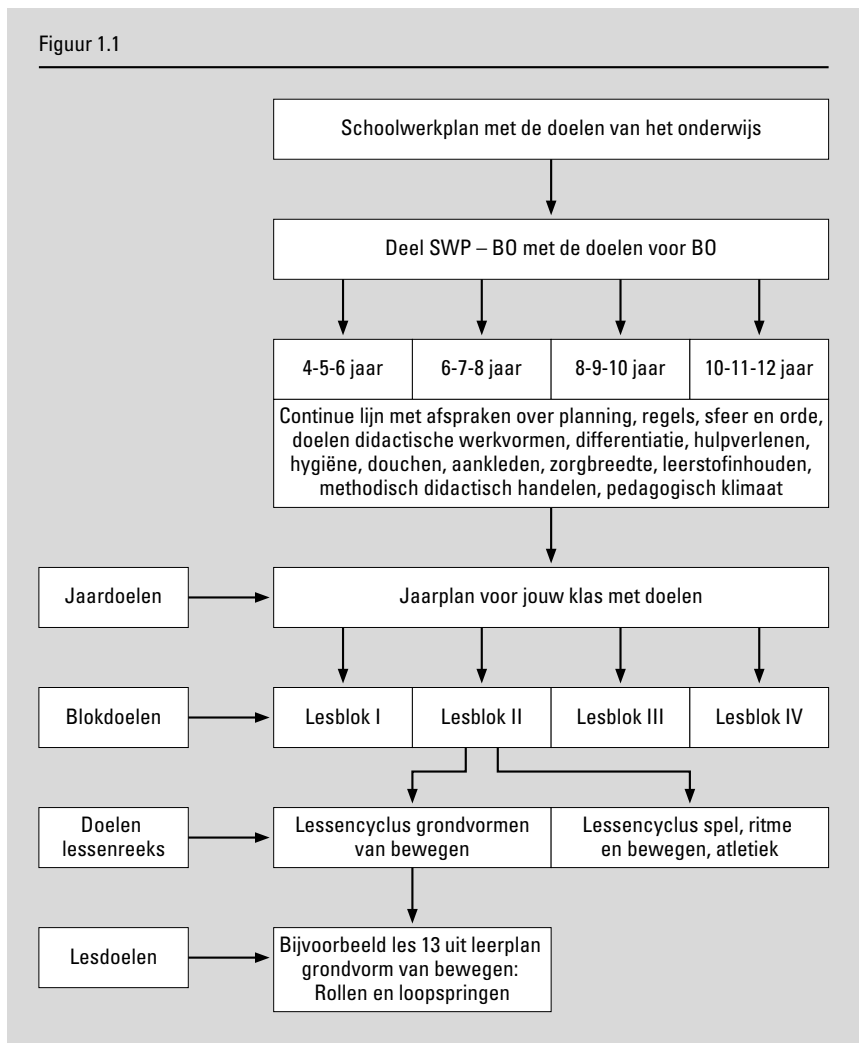
■ ■ ■ 1.4 Werkwijze voor de praktijk

Jij wilt verantwoord en doelgericht lesgeven. Dat is alleen mogelijk wanneer je als team lesgeeft met als basis het schoolwerkplan, een deel schoolwerkplan bewegingsonderwijs hebt of gaat ontwikkelen. Ook is het verstandig om allemaal uit te gaan van dezelfde lesopbouw. Het belangrijkste voor jouw werk is je praktijkplan, dat bestaat uit lesblokken en lessenseries. In figuur 1.1 is aangegeven hoe zo'n praktijkplan er uit kan zien.

In een ideale situatie is deze planning door jezelf, in samenwerking met het schoolteam, gemaakt. Als basis voor een plan kun je de in dit boek opgenomen plannen gebruiken. Door verschillende oorzaken is deze situatie soms niet haalbaar. Dan kun je uitgaan van bestaande plannen. Dat is altijd beter dan 'maar wat doen'.

Als je een bestaande methode of ons lessenplan volgt dan zul je meestal aanpassingen moeten gebruiken om tegemoet te komen aan deze groep kinderen in deze specifieke situatie en accommodatie. Dat kun je doen door in dit boek te zoeken naar de bewegingsvorm, die in de lessenreeks aan de orde komt.

Figuur 1.1



Je kiest, afhankelijk van de beginsituatie, die vorm waar je mee wilt gaan werken. Door te kijken naar de mogelijkheden kies je voor een vorm waarin je de les gaat geven. Wordt het een standaardles of kies je voor de aanbieder in hoeken? Welke didactische aansturingfactoren kies je om te komen tot differentiatie? Op welke manier kun je tegemoetkomen aan de verschillen tussen kinderen?

Antwoorden op deze vragen kun je in de rest van dit boek en in het boek *Theorie en Praktijk* en *Praktijk Onderbouw* vinden.

We geven in figuur 1.2 een voorbeeld van deze werkwijze voor de serie spellessen voor groep 8.

Je hebt met de collega's afgesproken om de jaarplannen uit *Praktijk Bovenbouw* te volgen.

Figuur 1.2 **Jaarplan 10-11-12 jaar**

Les- nr.	Lesdeel I	Lesdeel II	Lesdeel III
1	lopen met reactie- oefeningen	voorbereidend spel kennismaking	voorbereidend spel
2	touwtjespringen	techniek oefenen	voorbereidend spel
3	lopen met accent op de duurloop	techniek oefenen	uitbouw voorbereidend spel
4	<i>spelles en voorbereidend spel</i>		
5	lopen in estaffette- vorm	techniek oefenen	vervolg spellegang
6	touwtjespringen	techniek en tactiek eindspel	eindspel
7	lopen met accent op de duurloop	tactiek in eindspel	eindspel
8	<i>spelles en eindspel</i>		

Het is de start van het schooljaar en zoals je hiervoor ziet, bestaat de lessenserie uit acht lessen. Wat is de bedoeling van die serie? De bedoeling is, zo zie je bij les 6, 7 en 8, dat de kinderen een eindspel moeten kunnen spelen.

Als je nu verderop in het boek de spelen voor 10-11-12 jaar opzoekt, dan vind je er een zestal uitgewerkt, namelijk korfbal, basketbal, handbal, voetbal, volleybal en slagbal. Elk van deze uitwerkingen kent de volgende onderdelen:

- 1 Didactische componenten
- 2 Voorbereidende spelen
- 3 Specifieke technieken
- 4 Eindspel
- 5 Werken in hoeken.

Nu zijn de in het jaarplan gebruikte termen duidelijk en krijgen zij inhoud naargelang het spel waarvoor gekozen wordt. Voor het antwoord op deze vraag dien je allereerst na te gaan, welke spelen in groep 7 op het programma hebben gestaan en wat het bereikte eindniveau is. Bij navraag was het antwoord: Korfbal kennen de kinderen goed, met basketbal is een begin gemaakt. De techniek van het setshot is tweemaal klassikaal geoefend. Maar dribbelen en de lay-up zijn niet behandeld. Van de spelenreeks is alleen matbal en bucketbal 'a' gespeeld.

Gedachtegang voor de opzet van het programma voor de acht lessen. Natuurlijk wordt aangesloten bij het in groep 7 in gang gezette programma en dus krijgen de kinderen de kans om zich stapsgewijs te ontwikkelen in basketbal.

We besteden hier geen aandacht aan de invulling van de lesdelen I, want deze zijn alle geschikt als warming up, maar er kan ook gekozen worden voor vormen, die meer met basketbal te maken hebben. Als je in les 2, 3 en 5 kiest voor de techniek, dribbelen of de tweekhandige pass, dan zijn deze goed in te passen in lesdeel I.

Les 1 bestaat helemaal uit het bekende bucketbal 'a', met als doel de kinderen in een veilige bekende situatie te laten starten. Ook is het daarbij mogelijk om het niveau van elk kind te observeren. Laat vier ploegen, die willekeurig zijn samengesteld, in de tijd van lesdeel II een halve competitie spelen. Vervolgens wordt de samenstelling van de ploegen veranderd en wordt in lesdeel III nogmaals een halve competitie gespeeld.

Les 2, 3, 5 en 6 (lesdeel II) geef je als volgt inhoud. Je hebt tijdens les 1 gezien, dat de tweehandige pass veel aandacht moet krijgen en dat dribbelen voor een volgende periode bewaard moet blijven. Bucketbal 'a' verliep aardig, maar kan nog een keer herhaald worden.

Voor het spelen van het eindspel basketbal in de lessen 6, 7 en 8 is het nog wat vroeg. Je mag blij zijn als 'doelen en hinderen' op een basket 'a' bereikt wordt. Misschien is dat in les 4 al mogelijk. Je slaat dan bucketbal 'b' over. Het voordeel van 'doelen en hinderen' is, dat twintig kinderen tegelijk kunnen werken. Je hebt dan weinig stilzitters en de vorm van het spel lijkt al heel veel op basketbal.

Een les, die je gaat voorbereiden en gaat geven, staat niet op zichzelf. Deze maakt deel uit van een serie lessen. Een lessenreeks die is samengesteld met een einddoel, gericht op resultaat op motorisch gebied of gericht op een thema uit een van de doelen uit ons vakgebied.

Je geeft dus nooit 'zomaar' een les. Het verleden bepaalt wat de beginsituatie van de groep kinderen, die jij gaat lesgeven, is. De resultaten van de vorige les bepalen de doelen voor deze les. De plaats van de les in de lessenreeks en het einddoel bepalen de inhoud en het karakter van deze les. In figuur 1.3 geven we een model van een les bewegingsonderwijs.

Figuur 1.3 Model van een les bewegingsonderwijs naar Van Gelder (1979)

