



Basislessen 2009 (2)

Dit artikel is een vervolg op het artikel **Basislessen 2009 (1)** over de docentenhandleiding, dat verscheen in 'De Lichamelijke Opvoeding' nr 13. De Werkbladen Basislessen bewegingsonderwijs vormen een onderdeel van de vernieuwde methode **Basislessen Bewegingsonderwijs**. In het vorige artikel is beschreven dat de methode **Basislessen bewegingsonderwijs** bestaat uit drie onderdelen: een docenthandleiding, **Werkbladen voor de kinderen** en een website. In dit artikel de mogelijkheden van de **Werkbladen**.

Door: Wim van Gelder, Bastiaan Goedhart, Hans Stroes

Wat zijn Werkbladen?

Werkbladen zijn geplastificeerde bladen die tijdens de lessen bewegingsonderwijs gebruikt kunnen worden om kinderen zelfstandig(er) te laten werken in de lessen bewegingsonderwijs. Daarnaast kan het voor de kinderen en de leerkracht een hulpmiddel zijn bij het beter leren bewegen en spelen.

Waarom Werkbladen?



Tips om beter te leren zwaaien

De Werkbladen kunnen zowel door de kinderen als door de leerkracht tijdens de les worden geraadpleegd.

- 1 De bladen zijn een hulpmiddel om de kinderen zelfstandiger te laten werken. Doordat de informatie zeer visueel (met foto's, pijlen en tekstwolkjes) is weergegeven, zien kinderen snel wat de bedoeling is.
- 2 Met de Werkbladen lukt het kinderen beter het materiaal zelfstandig, goed en veilig klaar te laten zetten.
- 3 De leerkracht heeft minder uitlegtijd nodig. De effectieve leertijd neemt toe.
- 4 Tips en aanwijzingen hoeven niet alleen door de leerkracht of door kinderen onderling worden gegeven, maar kunnen ook van het werkblad worden afgelezen.
- 5 Kinderen kunnen het eigen niveau en het volgende niveau (zone van de naaste ontwikkeling) aflezen en trachten uit te voeren.
- 6 De meeste kinderen werken graag met de Werkbladen!

Werkwijzen

De Werkbladen zijn gekoppeld aan de veertien Basisopstellingen uit Basis-



Opdrachtkaarten Bewegen op muziek

lessen bewegingsonderwijs deel één. Indien de leerkracht goed bekend is met de activiteit kunnen de Werkbladen ook los van de veertien Basisopstellingen gebruikt worden.

Voor de les

- a. Klaarzetten met behulp van de plattegrond en de foto van de opstelling.
- b. Zo nodig worden op het Werkblad tips gegeven met betrekking tot de afstanden, hoogtes en verbindingen van de gebruikte toestellen.



Hoe zullen we deze bank verplaatsen?

Verschillende werkwijzen tijdens de les

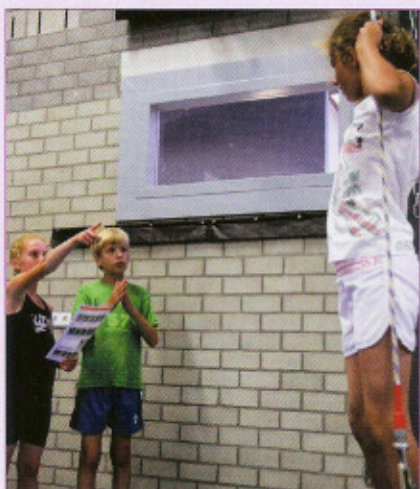
a Nadat de leerkracht de activiteiten heeft uitgelegd, kunnen de kinderen en de leerkracht het Werkblad raadplegen om:

- de regels na te lezen
- niveaus van deelname te bepalen
- aanwijzingen te raadplegen, waardoor de kinderen de activiteit op een hoger niveau kunnen uitvoeren.



Dit is een leuke tip

b De leerkracht legt niet alle activiteiten uit en laat één of meerdere groepjes met behulp van de Werkbladen het spel opstarten. De leerkracht wijst één kind aan dat het Werkblad voorleest. De andere kinderen luisteren naar deze uitleg.



Maak de letter 'K'

Tijdens het wisselen kunnen deze groepjes het spel voordoen, zodat de andere kinderen de activiteit direct kunnen opstarten.

c De leerkracht wijst één of meerdere coaches/trainers aan. Met behulp van het Werkblad probeert de coach aanwijzingen te geven:

- bijvoorbeeld een kind dat deze les niet meedoet
- of een kind dat de activiteit goed beheerst.



Dans

Speciale Werkbladen

De dans- en opdrachtkaarten van Basisopstelling dertien worden in de les gebruikt om ideeën op te doen.

De acrobatiekaarten van Basisopstelling zeven en veertien zijn voorbeeldkaarten, aan de hand waarvan kinderen acrobatische kunsten kunnen uitvoeren in opklimmende moeilijkheid.

Voorbeelden

Hieronder wordt de inhoud van de Werkbladen toegelicht aan de hand van voorbeelden.

Het voorblad laat de opstelling zien aan de hand van een plattegrond en een foto. Tevens worden de gebruikte materialen aangegeven. Dit blad vormt een hulpmiddel bij het klaarzetten van de opstelling. Het werkblad wordt in de zaal gelegd. De kinderen kunnen de plaatsing van de diverse materialen goed aflezen.



Acrobatiek

Waaruit bestaan de activiteitsbeschrijvingen?

Van elke activiteit in de methode is één werkblad gemaakt. De voorkant beschrijft: Wat ga je doen, Regels en de tips/aanwijzingen. Op de achterkant zijn de niveaus beschreven.

WERKBLAD BASISOPSTELLING 1 **OPSTELLING IN 3 VAKKEN** **1**

Vak 1 Schommelen
Vak 2 Hurksprong
Vak 3 Hokbal

Materiaal
Groef
6 banken
12 touwen
2 kasten
1 bak
6 matten
2 springplanken

Alles
8 pylonen
3 foamballen in het hok
1 lietje (voor tikker)
2 toversansen*

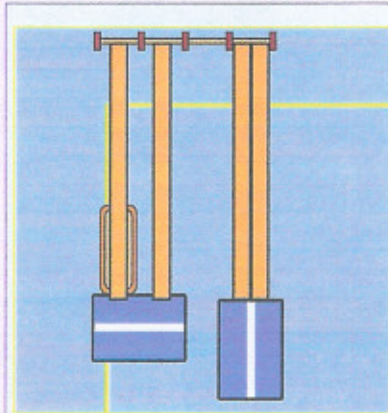
* Als er geen toversansen zijn, gebruik dan springtouwjes, schuimrubbers blokken of kartonnen dozen.

Extra
Voor tijdsbepaling
Bij Hokbal: stopwatch, horloge of vierkleur

Voorblad, werkblad 1

Wat ga je doen?

In kindertaal en in korte bewoordingen wordt beschreven wat het kind of de kinderen bij deze activiteit gaan doen.



Wat ga je doen?

Klim in het klimraam en glijd **zittend** naar beneden. Je mag zelf kiezen bij welke bank. Met een tapijttegel of matje ga je sneller.

Als het lukt, mag je:

- een hogere bank proberen;
- dezelfde bank in **hurkzit** proberen.

Als het in hurkzit lukt, mag je:

- een hogere bank proberen;
- dezelfde bank **staand** proberen.

Regels

De belangrijkste regels worden met een foto duidelijk gemaakt.

Regels



Geef na de landing het touw door aan de volgende zwaaiër



Wachtende kinderen staan achter de bank



Blijf buiten het zwaai gebied als er geschommeld wordt

Tips

Met behulp van foto's worden handige aanwijzingen gegeven.

Bijvoorbeeld: Hoe leer je beter springen over de kast, met een hurkwendsprong?

Tips voor de hurkwendsprong

Hoe zet je je handen op de kast?



Benen rechts = handen links



Benen links = handen rechts



Je eindigt met je gezicht in de richting van de kast

Niveaus

Bij elke activiteit zijn vier tot dertien niveaus beschreven. Zowel de leerkracht als de kinderen kunnen met behulp van deze nivea aanduidingen keuzes maken. Er worden tips gegeven hoe de kinderen zoveel mogelijk op hun eigen niveau kunnen bewegen. Dat is het meest leerzaam en het meest veilig.

Makkelijker en moeilijker

In zit glijden



Niveau a: van een dubbele bank. Hoogte: 4e sport



Niveau b: van een dubbele bank. Hoogte: 4e sport

In hurkzit glijden



Niveau d: van een dubbele bank. Hoogte: 4e sport



Niveau e: van een dubbele bank. Hoogte: 4e sport

Mogelijkheden die de bewegingsactiviteit kunnen verzwaren of verlichten.



Tegelijk en met sterke armen!

Informatie

Via de website www.in-beweging.net kunnen via het tabblad basislessen 2009 de eerste twee basislessen en de werkbladen daarvan gratis worden gedownload. Tevens kan de methode via deze website worden besteld. Op de website www.basislessen.nl kunnen filmpjes worden bekeken van Basisopstelling één.



an een enkele bank.
sport



Niveau c: van een enkele bank.
Hoogte: 5e sport met kastkop
aan uiteinde



an een enkele bank.
sport



Niveau f: van een enkele bank.
Hoogte: 5e sport met kastkop

In een volgend artikel zullen mogelijkheden van de website www.basislessen.nl worden beschreven.

Wim van Gelder heeft Scholings- en adviesbureau Van Gelder in beweging en is docent aan de Hogeschool INHolland. Daarnaast is hij voorzitter van de stichting Motorische Remedial Teaching in beweging.

Hans Stroes heeft Scholings- en adviesbureau Stroes in beweging en is opleidingsdocent Motorische Remedial Teaching. Bastiaan Goedhart is docent aan de Hogeschool INHolland en vakleerkracht op basisschool De Lunetten in Heemskerk.

Literatuur


Gelder van, W., Stroes, H. en Goedhart, S. (2009). *Basislessen bewegingonderwijs deel 1* Elsevier, Maarssen. ISBN 97890 352 3023 1
Gelder van, W., Stroes, H. en Goedhart,

S. (2009). *Werkbladen Basislessen bewegingsonderwijs deel 1*. Elsevier, Maarssen. ISBN 97890 352 3024 8

Foto's: Bastiaan Goedhart
Correspondentie: hstroes@orange.nl

Voorbeeld van het Werkblad Doeljagerbal uit Basisopstelling twee

WERKBLAD BASISOPSTELLING 2 VAK 3 DOELJAGERBAL 2




Wat ga je doen?
1 De jager krijgt het lintje en de zachte bal lop de foto's is deze bal blauw en probeert alle hazen af te gooien.
2 De hazen krijgen de verlosbal lop de foto's is de verlosbal geel en proberen deze door de basket te gooien.

Spelbegin
• De jager kiest een nieuwe jager loon kind dat nog geen jager is geweest.
• De zachte bal en het lintje worden doorgegeven.
• Iedereen is vrij.


Speleinde
• De jager wint als alle hazen afgegooid zijn.
• De hazen winnen als de verlosbal 2 keer door de basket is gegooid.

Regels voor de jager




De jager mag lopen met de bal en de hazen ook.
De jager gooit de kindren af met de bal. Tikken, zoals hier op de foto, tell niet.
De jager is af als hij of zij loonmal aan de verlosbal komt.

De hazen zijn af



Af als een haas geraakt wordt door de bal van de jager - ook via de grond, de muur of een andere haas.
Af als een haas loonmal aan de jagerbal komt.
Hazen die af zijn, gaan een de kant zitten.


De hazen zijn vrij



Een haas gooit de bal ... door de basket!
Alle hazen zijn vrij!


WERKBLAD BASISOPSTELLING 2 VAK 3 DOELJAGERBAL 2

Tips voor de jager



Gooi de hazen van dichtbij af.
Mik op de haas met de verlosbal.
Gooi in de richting van de muren. Niet in de richting van het vak aanraast!

Tips voor de hazen



Daag de jager uit om ver van de basket te gooien. Het meisje onder de pijl kan nu de verlosbal pakken en proberen te scoren.
Mik de verlosbal in de basket als de jager de bal net gegooid heeft!
Lok met de verlosbal de jager weg van de basket.

Bal tegen de ring!
Een extra korfbalpaal - als tweede doel voor de hazen; - wanneer de basket te laag hangt

Moetlijker voor de hazen & moeilijker voor de jager
• De hazen winnen als de bal 3 keer door de basket gegooid wordt.
• De basket hoger.

Moetlijker voor de jager & moeilijker voor de hazen
• De basket op de laagste stand.
• De bal raakt de ring: alle hazen vrij of 1 haas vrij.
• Een extra korfbalpaal in een hoek van de zaal waar ook op gegooid kan worden.
• De hazen mogen (met de binnenkant van de handen) afweren.