

'Gymmen in de grote gymzaal'

Een nieuwe methode bewegingsonderwijs voor kleuters

'Bewegingsonderwijs voor kleuters is moeilijk om te geven!' 'Kleuters in de gymzaal? Dat kan toch helemaal niet?'. Een goede leerkracht wil dat zijn leerlingen de kans krijgen zich te ontwikkelen. Met behulp van de nieuwe methode 'Gymmen in de grote gymzaal' worden vragen zoals bovenstaande beantwoord; nieuwe ontwikkelingskansen voor kleuters zijn nu echt binnen handbereik. In dit artikel wordt ingegaan op de mogelijkheden die gymmen in de grote gymzaal met zich mee brengt.

Door: Joost Brandt en Harry van der Meer

De methode *Gymmen in de grote gymzaal* is ontwikkeld om leerkrachten van groep één en twee de mogelijkheid te bieden veelzijdige, verantwoorde, intensieve, leerzame, maar bovenal leuke gymlessen te verzorgen voor hun leerlingen.

De methode kan worden onderverdeeld in twee delen:

- theoretisch deel
- praktisch deel.

In dit artikel zal worden ingegaan op beide delen.

Ontwikkeling

In de loop der jaren is er veel kwalitatief goede literatuur ontwikkeld op het gebied van bewegingsonderwijs. Deze literatuur is meegenomen in de ontwikkeling van *Gymmen in de grote gymzaal*. Daarnaast is binnen de beroepspraktijk onderzocht waar behoefte aan is en waar tegenaan wordt gelopen bij het verzorgen van bewegingsonderwijs voor kleuters.

Hieruit is gebleken dat er onder andere aangelopen wordt tegen:

- klaarzetten materialen
- nieuwe leerlingen in de klas
- niveaoverschillen bij leerlingen
- verdeling van de negen beweegmomenten per week
- ...



Een zaaloverzicht van één van de lessen uit *Gymmen in de grote gymzaal*.



Dit meisje is vandaag voor het eerst en kijkt nog even mee.



Help elkaar beter worden.

Verder is gevraagd waar leerkrachten behoefte aan hebben bij een methode bewegingsonderwijs voor kleuters:

- duidelijkheid en structuur
- ondersteunend beeldmateriaal
- extra handen tijdens de les.

Al deze punten zijn meegenomen bij de ontwikkeling van de *Gymmen in de grote gymzaal*. Dit heeft erin geresulteerd dat de methode, zoals hij is, geschikt is voor groepsleerkrachten, vakleerkrachten bewegingsonderwijs, studenten aan de Pabo, ALO en het Cios en combinatiefunctionarissen.

Les 1	1 Over banken lopen en klimraam klimmen	2 Diepspringen en klimmen	3 Diepspringen en hordeloop	4 Stormbaan
Les 2	1 Vos kom uit je hol!	2 Over banken lopen en klimraam klimmen	3 Diepspringen en klimmen	4 Diepspringen en hordeloop
Les 3	1 Stuiteren en mikken	2 Vos kom uit je hol!	3 Over banken lopen en klimraam klimmen	4 Diepspringen en klimmen
Les 4	1 Koprol op schuine dikke mat	2 Stuiteren en mikken	3 Vos kom uit je hol!	4 Over banken lopen en klimraam klimmen

Theoretisch deel

Belangrijke doelstellingen

Er wordt vanuit gegaan dat bewegingsonderwijs een planmatige bijdrage moet leveren aan de bewegingsontwikkeling van kinderen. Binnen de planmatige bijdrage die *Gymmen in de grote gymzaal* beoogd te zijn worden een aantal doelstellingen centraal gesteld:

- het bevorderen van intrinsieke motivatie ten opzichte van bewegen
- het bevorderen van meervoudige deelname bekwaamheid
- het bevorderen van sociale omgang met anderen waarbij onderlinge verschillen worden gerespecteerd
- het bevorderen van intensief en veilig bewegen.
- Het overkoepelende doel van genoemde doelstellingen is het integreren van bewegen in de actieve leefstijl van kinderen.

Motto's

Om doelstellingen op verantwoorde wijze te vertalen naar een voor leerlingen begrijpbare taal is het functioneel om te werken met motto's. De motto's die worden gebruikt binnen het bewegingsonderwijs zijn:

- 'Niets moet, alleen je best doen'
- 'Van proberen kan je leren'
- 'Help elkaar beter worden'
- 'Gymmen is één groot feest!'

Praktisch deel

Werkwijze

Hetgeen wat als rode draad door de gehele methode loopt is de unieke werkwijze. Aan de hand van deze werkwijze zijn herhaling en vernieuwing van bewegingsactiviteiten met elkaar in balans. Dit zorgt ervoor dat kinderen volop de kans krijgen zich te ontwikkelen aan de hand van de zone van naaste ontwikkeling.

Het systeem werkt als volgt. Elke les bestaat uit vier bewegingsactiviteiten waarvan er steeds één nieuw is. De drie andere acti-

viteiten zijn nog bekend uit de voorgaande les. Ter illustratie is een deel van de planning weergegeven.

Zoals in het schema te zien is komen alle activiteiten vier keer aan bod. Wanneer dit is gebeurd maken ze plaats voor een nieuwe

»



Zet pylonen achter de tummat, zodat deze minder snel omvalt.



Het klimraam op deze foto is op iedere gewenste hoogte vast te zetten. Voor leerlingen van groep 1 en 2 wordt een maximale hoogte van 2,5 meter geadviseerd in verband met hun belastbaarheid.



De wieltes van de bank altijd aan de hoge kant.

Observatieformulier "Gymmen in de grote gymzaal" H. van der Meer en J. Brandt www.groategymzaal.nl					
5. Wendsprong over kast (leerlijn springen)		observatiedatum:		-	- 20
				-	- 20
				-	- 20
<p>Niveau 1: zet handen en voeten op de kast. Niveau 2: zet handen en 1 voet op de kast. Niveau 3: zet alleen handen op de kast. Niveau 4: idem niveau 3 en benen bij elkaar.</p>					
Benodigd materiaal:					
3x hank 2x turmmat 1x drie delen kast 4x rubberen handjes of krijtje. 1x pylon					
School:					
Leerkracht:					
Groep:					
Naam leerling:	meting				Opmerkingen:
	1 ^e	2 ^e	3 ^e	4 ^e	
Voorbeeld: Joost	2	2	4	—	
1.					
2.					
3.					
4.					

Observatiesysteem

Om het niveau van elke individuele leerling in kaart te brengen is in Gymmen in de grote gymzaal een observatiesysteem ontwikkeld. De tien observatieformulieren komen overeen met tien leerlijnen uit het basisdocument. Alle leerlijnen zijn in het observatieformulier vertegenwoordigd behalve 'Bewegen op Muziek' en 'Hardlopen'.

In de methode worden suggesties gedaan over observeren en registreren. De leerkracht wordt echter allerminst de les gelezen en behoudt volledig zijn vrijheden om eigen keuzes te maken.

De opbouw van een les

De in het totaal 22 lessen uit *Gymmen in de grote gymzaal* zijn allemaal volgens een vast stramien opgebouwd. Bij deze opbouw is getracht de leerkracht zoveel mogelijk duidelijkheid en structuur te bieden.

Elke les bevat een overzichtelijke plattegrond waarop te zien is hoe alle materialen moeten komen te staan. Ook worden er middels foto's met tekstuele ondersteuning tips voor bij het klaarzetten gegeven. Deze tips zijn doorgaans handigheidjes of richten zich op de veiligheid van de organisatie.

Nadat door middel van de plattegrond en foto's duidelijk is gemaakt hoe de organisatie het best kan worden opgebouwd, worden centrale doelen gesteld voor de betreffende les. Deze doelen zijn onderscheiden in 'Doelen voor de leerkracht' en 'Doelen voor de leerling'.

Wanneer de doelen zijn beschreven wordt begonnen met de uitleg van de daadwerke-

bewegingsactiviteit. Zo zijn er in het totaal 21 bewegingsactiviteiten die worden onderverdeeld in twintig lessen. Naast deze twintig lessen zijn er nog twee themalessen ontwikkeld. De zogeheten Pietengymles en een Apenkooigymles.

Leerkrachten die reeds met de methode hebben gewerkt geven aan dat ze dit systeem prettig vinden werken. Een aantal redenen staat hieronder vermeld:

- kinderen worden nooit overladen met nieuwe informatie
- door de herhaling van de activiteiten krijgen kinderen de kans om zich in een volgende les te verbeteren
- er dient slechts weinig tijd aan uitleg te worden besteed vanwege het feit dat iedere les drie van de vier vakken al bekend zijn
- de herkenning die bij leerlingen zal optreden bij de drie reeds bekende activiteiten werkt zelfvertrouwen in de hand.

Het enige moment dat de leerlingen te maken krijgen met vier nieuwe bewegingsactiviteiten is de allereerste keer dat de methode wordt gebruikt. Om deze reden is ervoor gekozen om in de bewegingsactiviteiten van de eerste les telkens hetzelfde bewegingsprobleem centraal te laten staan, zie opstelling les 1.

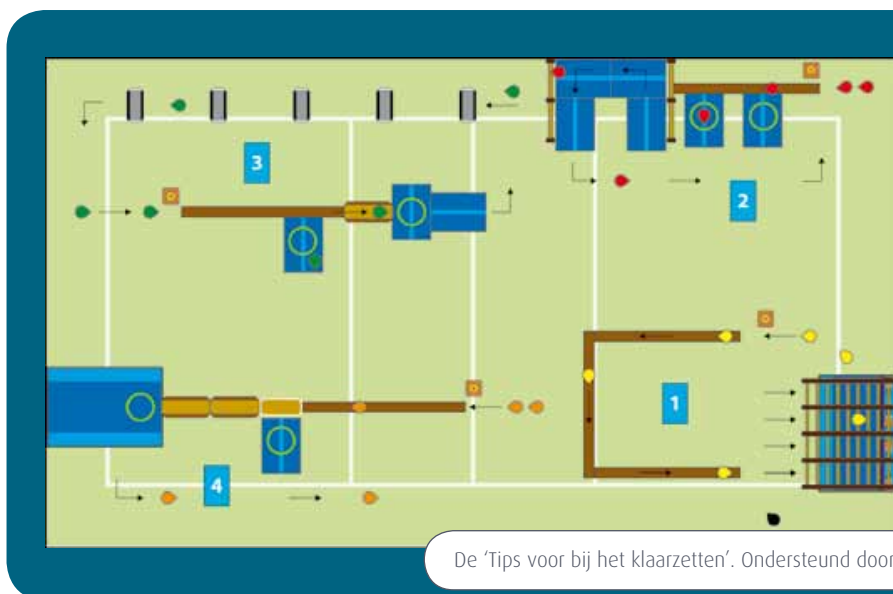
Niveaus

Omdat herhaling en vernieuwing van bewegingsactiviteiten binnen het systeem hand in

hand gaan is het belangrijk dat er voldoende wordt gedifferentieerd. De doelgroep, leerlingen van vier tot zes jaar, is er sowieso één die, gezien de grote niveauverschillen, behoefte heeft aan differentiatie.

Om deze differentiatie te kunnen bieden is ervoor gekozen om bij alle bewegingsactiviteiten vier niveaus te beschrijven.

Niveau twee en drie worden gezien als startniveau. Niveau één doe je wanneer twee nog te moeilijk is en niveau vier mag alleen worden uitgevoerd wanneer de docent hier toestemming voor geeft.



Les 1	1 Diepspringen en klimmen	2 Diepspringen en hordeloop	3 Vos kom uit je hol!
Les 2	1 Stuiteren en mikken	2 Diepspringen en klimmen	3 Diepspringen en hordeloop
Les 3	1 Chinese muur	2 Stuiteren en mikken	3 Diepspringen en klimmen
Les 4	1 Gooien en vangen	2 Chinese muur	3 Stuiteren en mikken

lijke bewegingsactiviteiten. Eerst een inleiding, deze bevat elke les een klassikaal spel, en vervolgens de beschrijving van de vier bewegingsactiviteiten.

Ondersteunend beeldmateriaal.

Van alle bewegingsactiviteiten zijn video's gemaakt. Deze beelden kunnen de docent nog meer inzicht geven over de gebruikte materialen en de bedoeling van de activiteit, ook worden de vier niveaus in deze video's apart behandeld. Om de uitlegtijd verder te reduceren is het ook mogelijk om de geproduceerde video's alvorens de les begint aan de klas te tonen op het digitale schoolbord in de klas.

Alternatieve opstelling

Om ervoor te zorgen dat de methode, zoals deze beschreven is, in elke gymzaal te gebruiken is, zijn alle lessen ontworpen voor twee, sterk van elkaar verschillende, gymzalen. In de zogeheten 'alternatieve opstelling', die aan het einde van elke les is toegevoegd, zijn suggesties gedaan over hoe dezelfde bewegingsactiviteiten kunnen worden uitgevoerd met ander materiaal. De alternatieve opstelling bestaat uit een plattegrond en foto's met onderschrift. De alternatieve opstelling van les 1 is hier toegevoegd.

Vertaling naar het speellokaal

Er is heel bewust voor gekozen om deze methode te ontwikkelen voor in de gymzaal. Dit is gedaan omdat er naar onze ervaring steeds meer leerlingen uit groep één en twee de mogelijkheid krijgen om in de gymzaal te bewegen. Daarnaast is het ook ons streven dat deze leerlingen de mogelijkheden die de gymzaal biedt ervaren. Uiteraard zijn wij ons er wel van bewust dat er situaties denkbaar zijn waarbij het niet haalbaar is om bewegingsonderwijs aan te bieden in de gymzaal.

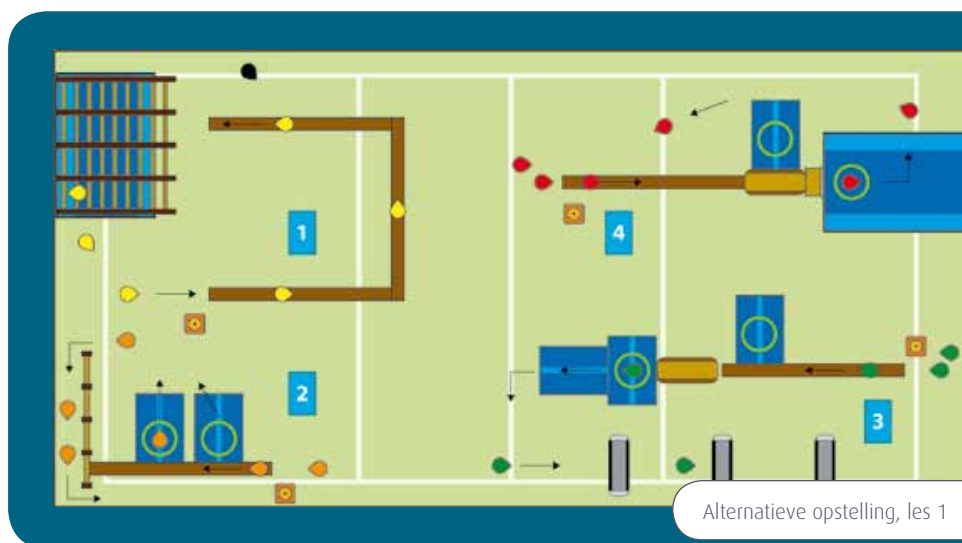
Daarom is ervoor gezorgd dat de lessen te vertalen zijn naar het speellokaal. Het systeem blijft hetzelfde alleen wordt er nu in drie vakken gewerkt in plaats van in vier.

Introductie en aanschaf van de methode

Wanneer u wilt dat de methode bij u op school wordt geïntroduceerd zijn Joost Brandt en Harry van der Meer (auteurs) bereid om dit

Harry van der Meer is een zeer ervaren docent bewegingsonderwijs in Bennebroek. Afgestudeerd in 1977: Pedagogische Academie, Heemstede, in 1979 Acte 'J', Haarlem, in 1982 Academie Lichamelijke Opvoeding (SPALO), Utrecht, in 1986 postacademiale cursus tennislicentie 'A' Amsterdam, in 1994 Opleiding MRT van de KVLO, Utrecht.

Ook bekend van: vakwerkplan 'De Lesbrieven'.



Alternatieve opstelling, les 1

te doen. Hiervoor kunt u via email contact met hen opnemen. De methode kan ook worden aangeschaft via hen. Wanneer wat meer informatie gewenst is kan worden gekeken op de website van *Gymmen in de grote gymzaal*: www.groategymzaal.nl.

Over de Auteurs

Joost Brandt studeerde in juli 2011 af aan de Academie voor Lichamelijke Opvoeding in Amsterdam en volgde daar de minor 'Bewegen en Projectmanagement'. Het ontwikkelen van de methode *Gymmen in de grote gymzaal* was voor hem zijn afstudeeropdracht. Het onderzoek wat hieraan vooraf ging is via email op te vragen.

Een methode bewegingsonderwijs voor de groepen 3 t/m 8. Voor meer informatie zie: www.delesbrieven.nl.

Referenties

Berkel van, M., Consten, A., Danes, H., Geleijnse, J., Gref van der, M., Hazelebach, C., et al. (2006). *Basisdocument Bewegingsonderwijs*. Zeist, Jan Luiting Fonds.
 Berkel van M., Danes H., Van Dijk S., Geleijnse J., Hazelebach C., Hofman N., et al. (2007). *Perspectieven op bewegen*: Didactiek bewegingsonderwijs voor de basisschool. Zwolle, 't Web.
 Brandt J., Meer van der H, (2011) *Gymmen in de grote gymzaal*: methode bewegingsonderwijs voor groep 1 en 2. Amsterdam, SWP. ◀

Contact:

joostbrandt@hotmail.com
meerharryvander@gmail.com