

Ga je mee naar de sportschool?



Geschikt voor



Omschrijving

Er wordt een sportschool ingericht met een oefenprogramma voor de sporters. De kinderen vestigen records en er wordt op een creatieve, energieke manier een bewegingsspel gespeeld.

Stappen



1. De leraar sluit aan bij de actualiteit: is er een sportevenement zoals de Olympische Spelen, schaats- of zwembkampioenschappen? Is er een sportschool in de buurt, gaan ouders van de kinderen naar de sportschool?
2. U voert met de hele groep of met een groepje kinderen een gesprek over sporten. Om er goed in te worden/vaardig in te zijn, vraagt trainen. Wat is trainen, wat heb je daarvoor nodig? Wat doet een trainer? Wie van de kinderen gaat er al trainen, hoe gaat dat? U zorgt ook voor wat foto's of echte voorbeelden van oefensituaties.
3. Kinderen gaan in een tweetal of in een viertal overleggen wat er in de sportschool geoefend moet worden en ze tekenen of schrijven wat ze daarvoor nodig hebben.
4. De kinderen gaan buiten, in de speelzaal, in de hal of op een plek in het klaslokaal de sportruimte inrichten.
5. De kinderen bedenken een aantal oefeningen, zoals: bewegingen voor de armen met halters, hardlopen van het ene afgesproken punt naar het andere, (touwtje)springen, roeien, ergens op/over klimmen, zwaai- en schaatsbewegingen maken, buikspieroefeningen of 'opdrukken'.
6. De kinderen bedenken bij alle materialen een oefeningetje, ze schrijven of tekenen dit op een kaart (een vel papier) en hangen dit bij de oefening.
7. Er kan ook een stopwatch gebruikt worden waarmee een kind zelf kan bijhouden hoe lang hij een bepaalde oefening doet.
8. De trainer kan ook de tijd bijhouden, de sporter aanmoedigen en het resultaat noteren op een overzicht.
9. Er kan zelfs zo in de sportschool worden geoefend dat de kinderen een tweede of derde keer proberen hun eerdere resultaat te verbeteren. Dit kan zichtbaar gemaakt worden door na het hardlopen van het ene naar het andere punt, een tijd te noteren. Op andere momenten probeert het kind het eigen record te verbreken.





Ontwikkelingsgebieden



Vooraf: grote motoriek



Ook: kleine motoriek, ruimtelijke oriëntatie, tijdsoriëntatie, ontwikkeling van de geletterdheid, ontwikkeling van het logisch denken, inzicht in cijfers en getallen.



Managementtips

De sportschool altijd samen met de kinderen inrichten. U bent verantwoordelijk voor veiligheid van de kinderen. Plan de activiteit altijd in voor een langere periode in verband met het kunnen verbreken van records en dergelijke.



Materiaal

Zorg voor teken-/schrijfmateriaal en papier.
Een tijdmetr, zoals bijvoorbeeld een stopwatch, een terugloopklok.
Klim- en klautermateriaal, pionnen, matten.
Klein spelateriaal zoals ballen, hoepels, touwtjes, halters.



Wat hoor je?

"Kijk, eens wat ik kan: met een bal tussen mijn benen geklemd naar de overkant springen!"
"De vorige keer deed jij er vijf seconden over om van die ene naar de andere doelpaal te rennen en nu ietsje minder dan vijf, hoe heet dat?"



Wat zie je?

Kinderen die vaardigheden oefenen en bedenken.
Kinderen die in fantasiespel een rollenspel spelen.