

Apenkooien en de nieuwe kerndoelen 2

SLO (2024) heeft in de publicatie van de nieuwe conceptkerndoelen vijftien beweegthema's benoemd. Een van de thema's is tikspelen. Er is in deze tekst een methodiek beschreven die het mogelijk maakt om het doorloopspel 'apekooien' van de basisschool tot de onderbouw van het voortgezet onderwijs aan te bieden. Deel 1 van het artikel begon met een algemene introductie op het beweegthema tikspelen. Er is een ordening beschreven van tikspelen, afgooispelen en honkloopspelen. De tikspelen bestaan uit een mini-leerlijn: wegloopspelen, overloopspelen en doorloopspelen. Een voorbeeld van een populair doorloopspel is apenkooien. Hoe maak je onderwijs van apenkooien? In deel 2 verbinden we deze beweegactiviteit aan de zeven kerndoelen.

Bastiaan Goedhardt, Nick Keijser en Koen Lahnstein

Leren bewegen, kerndoel 1

Kerndoel 1 gaat over deelnemen aan beweegactiviteiten; welke apenkooi-activiteit is geschikt voor groep 5-6?

Beschrijving van de activiteit groep 5/6 : mini apenkooi

Activiteitsopdracht; twee tikkers proberen minimaal vier lopers te tikken, de

lopers proberen ongetikt te blijven door zich kris kras te bewegen door de apenkooi. De tikkers (jagers) proberen de lopers (apen) te tikken. De lopers proberen ongetikt te blijven in de apenkooi.

Arrangement

Groep van minimaal zes kinderen, optie is één scheidsrechter boven in

het wandrek, één verzorger die controleert of het veilig blijft. Veld tien bij zes meter op een derde van de gymzaal. Materiaal; 10 telblokjes voor de tikkers, 2 kleuren lintjes, 1 zandloper, ladders, banken, muur of lange mat als zijkant afbakening van de apenkooi. Optioneel voor in de apenkooi zijn hindernissen zoals uitgeklapt wandrek met dikke mat ervoor als vrijplaats, uitgeklapt wandrek met 2 kleine matjes eronder, touwen, kasten, kleine matjes, dikke mat, lange mat, fietsbanden als loopweg, brug als startplaats tikkers.

Regels

Startregel: verdeel met elkaar de functies van lopers en tikkers. De lopers stellen zich op in de apenkooi. Twee tikkers op de startplaats. De twee tikkers tellen af ("3,2,1"), geven een startsignaal en gaan tikken.

Regel lopers: blijf op de materialen (niet op de grond komen, grond is





Er zijn nog vele kleine aanpassingen waarmee de kinderen zelf het spel passend kunnen maken

'water'), op het wandrek ben je vrij. Buiten de gele lijn (rondom de apenkooi) is een 'bospad' daar mag je wel lopen. Blijf je lang ongetikt? Pak een groen lintje, dan mag je niet meer op het 'bospad'. Blijf je lang ongetikt? Pak een blauw lintje, dan mag je niet meer op de vrijplaats. Wisselregel: ben je getikt? Op de bank: drie is één te veel, of een telsysteem met blokjes. Sta je in het water? Dan ben je af en ga je op de bank zitten.

Regel tikkers: blijf in de apenkooi. Je mag alleen met je hand tikken. Heb je iemand getikt? Dan leg je een telblokje plat. Staat de tikker in het water? Iedereen die af is, mag weer in het veld.

Einde spel: als de tikkers alle telblokjes om hebben of na vijf minuten spelen kijken hoeveel blokjes plat liggen (zandloper). De tikkers wijzen nieuwe tikkers aan.

Leren bewegen, kerndoel 2

Kerndoel 2 gaat over de beweegvaardigheid verbeteren. Kunnen kinderen binnen hun eigen niveau een betere beweging worden of zelfs een niveau doorbraak realiseren? Een voorbeeld van niveau aanduidingen bij mini apenkooien aan groep 5/6:

Leren bewegen, kerndoel 3

Kerndoel 3 gaat over het passend maken van de beweegomgeving. De beweeguitbouw verwijst vooral naar de beweegomgeving. Welke beweeguitbouw is boeiend voor een bepaalde leeftijdsgroep? We maken onderscheid in een grote en kleine beweeguitbouw.

De grote beweeguitbouw

Apenkooien is een activiteit die al vele jaren wordt gespeeld. De meeste ouders kennen het zelfs! Op veel scholen is het de les voor de vakantie. De activiteit is voor veel leeftijdsgroepen geschikt en dus niet lastig om er een leerlijn van te maken. Bepaalde speelelementen van 'apenkooien' zijn al speelbaar voor groep 3 en bepaalde aspecten kunnen verder uitgebouwd worden tot oudere kinderen op het vo.

In groep 5-6 spelen we apenkooi met één tikker en lage obstakels. Er zijn veel plekken om niet in het 'water' te komen (bijvoorbeeld. kleine matjes, kasten, lange mat, dikke mat, brug). De lopers mogen niet in het water staan. Na meerdere malen apenkooi te hebben gespeeld, komen er twee tikkers. De obstakels worden hoger en er is meer kans om in het water te

stappen. In groep 7-8 wordt er ook met twee tikkers gespeeld en een bevrijder. De bevrijder kan de kinderen die af zijn bevrijden door een tikje tegen de hand te geven.

Deze grote beweeguitbouw van de apenkooi is afhankelijk van de verschillende leerjaren. Daarnaast zijn er nog vele kleine aanpassingen waarmee de kinderen zelf het spel passend kunnen maken naar hun eigen beweegniveau.

Kleine uitbouw; individuele differentiaties

De loper kan kiezen om het speelveld kleiner te maken door een groen lintje om te doen. Dat betekent niet meer rondom de apenkooi rennen over het 'bospad' (de buitenste lijnen van de vloer). Ook kan de loper een blauw lintje omdoen. Dan ben je niet meer vrij op het wandrek. De tikkers mogen het bospad ook afsluiten door er een pilon op te zetten. Ook kunnen zij proberen om binnen een aantal minuten zoveel mogelijk lopers te tikken.

Het spel kan nog complexer worden gemaakt door er een extra opdracht bij te doen. Het roven en bewaken van rofoobjecten of het bewaken van getikte lopers. Het ingewikkelde bij tikspelen is dat het moeilijk maken voor de tikker ook betekent dat het voor de loper weer makkelijker wordt. De uitbouw voor de tikker is een vereenvoudiging voor de loper. De variatiemogelijkheden moeten er voor zorgen dat de kansen tussen lopers en tikkers eerlijk verdeeld zijn. De kansen van tikker en loper kunnen gezien worden als een soort machtsbalans die tijdens de activiteit heen en weer schommelt. Een gelijkwaardige machtsbalans tussen lopers en tikker zorgt ervoor dat alle deelnemers optimaal betrokken blijven bij het spel en er voor iedereen voldoende leer-kansen zijn.

Bovenstaande drie kerndoelen zijn onderdeel van het doeldomein leren bewegen (beweegvorming). Meestal beperkt een leerlijn zich tot deze kerndoelen, maar in ons vak is

Niveau 1, 2 en 3	Beweeguitvoering
Gewone beweging (1)	Tikker: één van de vier pogingen om te tikken slaagt Loper: drie van de vier pogingen om ongetikt te blijven slaagt
Goede beweging (2)	Tikker: kan meerdere lopers bedreigen Loper: kan met een schijnbeweging de tikker ontwijken
Grandioze beweging (3)	Tikker: kan een loper tikken met een schijnactie Loper: kan de tikker uitdagen door dicht te benaderen

het heel goed mogelijk om het ook te combineren met de twee andere doeldomeinen; samen bewegen (groepsbinding) en betrokken bewegen (persoonswording).

Samen bewegen, kerndoel 4

Dit doeldomein heeft twee kerndoelen: bewegen met anderen en bewegen regelen. Kerndoel 4 gaat over bewegen met anderen. De doelzin van dit kerndoel is: de leerling neemt verantwoordelijkheid voor het samen deelnemen aan bewegen. Tijdens apenkooien zijn de tikkers en lopers samen verantwoordelijk dat de activiteit wordt gespeeld. De tikkers moeten op den duur samenwerken om de 'snelle' lopers te tikken. De tikkers kunnen hun acties op elkaar afstemmen door bijvoorbeeld samen een loper in te sluiten. De lopers kunnen elkaar helpen door de tikkers af te leiden.

Een goede keuze van een individuele differentiatie kan ervoor zorgen dat er een gelijkwaardig spel gespeeld kan worden. Dit vraagt van de goede spelers dat ze een eigen handicap durven te kiezen. De lopers moeten ervoor zorgen dat ze niet te makkelijk getikt worden. Er moet een machtsbalans zijn. Hoe dan ook hebben alle spelers de verantwoordelijkheid om serieus mee te doen, want anders kan de activiteit niet gespeeld worden. Dit kerndoel heeft een verbinding met kerndoel 3, want een goede speler die in staat is het spel voor zichzelf uit te bouwen zodat die op eigen niveau kan meespelen, zorgt er ook voor dat een mindere speler meer kans op succes heeft. Zoals net beschreven: als de tikker het moeilijker maakt, is het voor de loper makkelijker om succesvol deel te nemen en andersom.

Samen bewegen, kerndoel 5

Kerndoel 5 gaat over bewegen regelen. Wat betreft het bewegen regelen geldt de doelzin: de leerling regelt beweegactiviteiten. Hierbij gaat het om het uitvoeren van regeltaken. Dat is vertaald in 3xA thema's:

- Arrangeren (klaarzetten, herstellen, aanpassen en opruimen van het arrangement): Apenkooi opbouwen is een grote klus voor de leerkracht,

daarom is het wenselijk dat een paar kinderen voor de start van de dag de leerkracht komen helpen bij het opbouwen. Dat noemen we de bouwploeg. Meestal kinderen uit groep 8. Tijdens het spel verschuiven de materialen. Voor de veiligheid is het belangrijk dat de kinderen leren om op te letten of alles nog veilig staat. Zo niet dan direct "stop" roepen en het materiaal goed leggen. Het aanstellen van een 'veiligheidsagent', kan duidelijk maken hoe belangrijk het is. Tijdens de activiteit moeten de kinderen ook het arrangement aanpassen, bijvoorbeeld de telblokjes terug zetten, de lintjes verdelen, de functies wisselen. Daarom is het wijs dat kinderen dit snel regelen, waardoor er meer beweegtijd overblijft. Als de tikker tikt, mag er een blokje worden omgelegd.

- Assisteren (verzorgen, beveiligen en coachen): Tijdens het spelen kunnen er gebeurtenissen zijn die vragen om assistentie. Het kan bijvoorbeeld zijn dat een kind hard valt of botst tegen een ander kind, wie verzorgt dan de aandacht voor deze leerling? Doet de leerkracht dat of kunnen ze het met elkaar? Een goede assistent functie is de rol van coach. Hij kan bijvoorbeeld leren complimenten te geven aan een tikker of loper na een geslaagde actie. Ook kunnen (kleine) kinderen hulp krijgen tijdens het springen van een bepaalde hoogte. Beveiligen is bij apenkooi een belangrijk aspect waar de spelers rekening mee moeten houden. Omdat ze zowel de tikker moeten ontwijken als veilig over de hindernissen gaan, bestaat de kans dat minder goede bewegens gaan struikelen als ze te

hard gaan rennen. Het is belangrijk dat alle spelers weten dat veiligheid belangrijker is dan wel of niet getikt worden. Een beveiligers kan er mede op toezien dat de veiligheid wordt gewaarborgd, zoals het voorkomen van botsen met touwzwaaien. De beveiligers mag dan "stop" roepen om de lopers en tikkers te attenderen op gevaar.

- Afspreken van regels (uitleggen, controleren en afstemmen): Wanneer de activiteit wordt herhaald bijvoorbeeld in een lessenreeks, kunnen kinderen heel goed in de tweede en derde les elkaar de activiteit uitleggen. Ook maken zij bijvoorbeeld afspraken over de volgorde van wie tikker en loper wordt. Wie is er aan de beurt? Bijvoorbeeld een jongens-tikker kiest een meisjes-tikker. Een kind kan ook een start- en stopteken geven om het begin en einde van het spel aan te geven. Wie legt de blokjes om? Wie controleert de regels?

Betrokken bewegen, kerndoel 6

Dit doeldomein heeft twee kerndoelen: het oriënteren op de beweeg- en sportcultuur en het ontwikkelen van een beweegidentiteit. Kerndoel 6 gaat over het oriënteren op de beweeg- en sportcultuur.

Een tikspel is zeer geschikt om op het schoolplein te spelen, tijdens buitenspelen, na schooltijd in de buurt of tijdens het schoolkamp. Kunnen kinderen dat wat ze in de les doen ook daarbuiten voortzetten en verder uitbouwen tijdens het buitenspelen? De kinderen moeten dan wel andere materialen gebruiken. Buiten is er niet zoveel materiaal als binnen in de



Voor de veiligheid is het belangrijk dat de kinderen leren om op te letten of alles nog veilig staat



gymzaal. Tijdens het buitenspelen is er wel meer 'ruimte' om te spelen. Met fietsbanden (rotsen waarop gestaan mag worden), een wip, bankjes, bomen, bosjes en klimtoestellen kan er een variant op apenkooien worden gespeeld.

Betrokken bewegen, kerndoel 7

Kerndoel 7 gaat over de beweegidentiteit. De vraag die gesteld kan worden: is het kind intrinsiek gemotiveerd om deel te nemen aan het apenkooien? Rekening houden met de persoonlijke voorkeur, beweegwensen en mogelijkheden van een kind. Is een tikspel een boeiende activiteit. Het 'getikt worden' heeft de lading van een 'pestspel': wie niet goed is, wordt vaak getikt. Dat roept een bepaald gevoel op. Sommige kinderen worden boos, andere gaan huilen en weer andere accepteren hun 'verlies'. Tikkers hebben soms de neiging om de getikte wat uit te lachen. Daarom moet de activiteit ook een einde hebben als de tikkers te sterk zijn.

In het spanningsveld van tikken en ongetikt blijven, kiest elke deelnemer zijn eigen oplossing. De gekozen

oplossingsstrategie verwijst naar datgene wat de deelnemer zelf belangrijk vindt in een tikspel. De oplossingsstrategie verwijst ook naar een persoonlijk beleefuitdaging. De één vindt het vooral leuk om veel en snel lopers te tikken, terwijl een ander het juist leuk vindt om lang en veel lopers te bedreigen. Sommige lopers willen graag nooit getikt worden terwijl de ander het weinig kan schelen. Zo heeft ieder kind een andere beleving en geeft daar waardering aan. Vanuit dit perspectief, dat vaak een verbinding heeft met een bepaald niveau van bewegen, zal elk kind een eigen beweegwens hebben.

Een tikspel is een goed spel om met de kinderen te bespreken hoe het is om getikt, of helemaal niet getikt te worden en wat je kunt doen als je het leuk of niet zo leuk vindt. Maar ook hoe het voelt als het niet lukt om als tikker iemand te tikken of als loper nooit getikt te worden. De zogenaamde DVD=W-reflectievragen (Denken Voelen Doen = Waarderen) gebruiken we daarvoor. Zie ook de artikelenreeks Planmatig verdiepend bewegingsonderwijs (Keijser & Lahnstein, 2024-2025).

Tot slot

Apenkooien is populair bij kinderen (en ouders). De activiteit blijft boeiend voor verschillende leeftijdsgroepen. Er is spanning tussen getikt en ongetikt blijven en er zijn veel keuzemogelijkheden om te spelen en bewegen.

In de tekst zijn de doeldomeinen en kerndoelen over het thema tikspelen gelegd met als subthema doorloopspelen. Er is een leerlijn beschreven van de activiteit apenkooi. Er zijn vele mogelijkheden om kinderen beter te leren bewegen, samen te bewegen en betrokken te bewegen binnen apenkooi. Het is wel noodzakelijk dat de activiteit meerdere malen wordt aangeboden. De activiteit meerdere keren aanbieden, bijvoorbeeld in een lessenreeks, zorgt voor diepgang in alle drie de domeinen en alle zeven kerndoelen. Zie ook de artikelenreeks Didactiek voor de kerndoelen 1-4 (Keijser & Lahnstein, 2025).

In een volgend artikel beschrijven we het thema doelspelen en verbinden we de zeven conceptkerndoelen aan de activiteit: Kapitein Haak. ●



Bronnen

Scan of klik [hier](#) naar de bronnen



Contact

n.keijser@scodelft.nl

Nick Keijser is vakleerkracht bewegonderwijs en coach Dynamische Schooldag op basisschool De Waterhof en ambassadeur van de Beweegalliantie

Koen Lahnstein is vakleerkracht bewegonderwijs en coach Dynamische Schooldag op basisschool Freinetschool Delft

Bastiaan Goedhart is opleidingsdocent op de Pabo in Haarlem

Foto's

Koen Lahnstein

Kernwoorden

tikspelen, apenkooi, conceptkerndoelen bewegen en sport