

Tikkertje als bron voor motivatie

Tikkertje zien we overal: kinderen die spelen op straat, in een les bewegingsonderwijs, als warming-up van een training, als kennismakingsactiviteit op kamp en tijdens sportdagen. Iedereen die regelmatig lesgeeft aan jeugdsporters, speelt wel eens een tikspel in zijn of haar les. Hoe kan het zijn dat er vaak maar weinig kinderen tikker willen zijn? Waar ligt dit aan? Hoe kunnen we hier wat aan doen? Door een paar simpele aanpassingen kan zeker de helft van de tikspellen verbeterd worden. Tikkertje moet een feest zijn, een bron van motivatie en iets waar de kinderen naar uitkijken.

Door: Peter Schimmel

Waarom tikkertje

Wat we helaas ook zien, zijn tikspelletjes die niet 'lopen'. Tikkertje waarbij kinderen na een paar minuten de aandacht verliezen, tikkertje waarbij er weinig spanning heerst tussen wel of niet getikt worden en tikkertje waarbij er totaal geen respect heerst; kortom, tikkertje waarbij totaal geen motivatie te vinden is. Wat is de bedoeling van tikkertje? Alleen maar het bewegen op zich? In dat geval kunnen we de kinderen beter rondjes laten ren-

nen; de eerste de beste die gaat wandelen krijgt straf. Zo weet je zeker dat iedereen meedoet. Bij tikkertje kan je immers in een hoek gaan stilstaan, en dat is niet de bedoeling.

De bedoeling van tikkertje is plezier beleven. Het bereiken van een fijne sfeer en het vergroten van de motivatie tot bewegen bij kinderen. Nog specifieker: het vergroten van de intrinsieke motivatie. Deze vorm gaat uit van innerlijke motivatie, plezier en

genot. Je doet iets omdat je het leuk vindt. Intrinsieke motivatie is essentieel voor een sportles; het zorgt ervoor dat kinderen sport leuk gaan vinden, dat ze later met een goed gevoel terug denken aan de les en dat ze daardoor (meer) gaan bewegen.

Het klinkt misschien vergezocht maar probeer het eens uit! Negeer die ene leerling die stilstaat, geef geen aandacht aan leerlingen die zich laten tikken, complimenteer de tikker en geef eens een high



Drie is te veel



Dieftikkertje

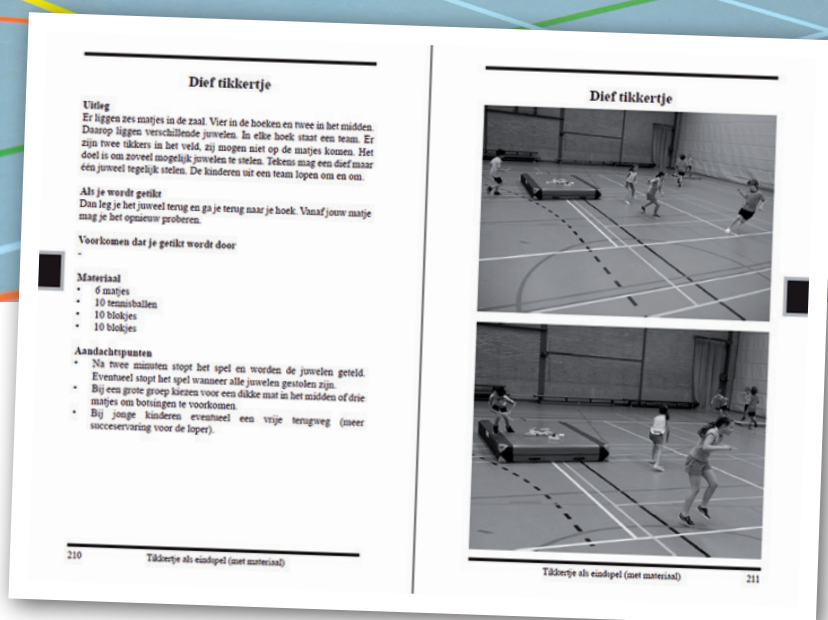


Mierentikkertje

five aan een onopvallende leerling die op de juiste manier iemand verlost. Probeer het totaalplaatje en het doel van de activiteit in de gaten te houden, ook al staat er een aantal stil.

Tactisch bewegen

Bij een goed gegeven tikspel als inleiding worden de kinderen warm, komen ze in de sfeer van de les en zijn ze even uitgeraad waardoor ze zich goed kunnen concentreren voor de uitleg. Net als bij een traditi-



onele warming-up. Maar van een tikspel leren kinderen nog veel meer. Observeer de manier eens goed hoe kinderen bewegen tijdens een tikspel! Een actief kind rent naar links en naar rechts, het staat even stil, zet vervolgens weer aan en om botsingen te voorkomen. Ze kijken goed om zich heen. Het zijn basisvaardigheden die in veel sporten aan bod komen.

Afwisseling

Hoeveel tikspellen kunt u opnoemen? Het is voor de sfeer en de motivatie belangrijk om regelmatig af te wisselen in de keuze voor een tikspel. Wanneer we willen dat kinderen veel fruit eten, dan geven we ze toch niet alleen maar appels? 'Opdruk tikkertje' en 'Standbeeld tikkertje' zijn in de basis hetzelfde spel; je speelt tikkertje, je wordt getikt, je doet een opdrachtje en je mag weer meedoen. Voor de kinderen is dit echter een

totaal ander spel en hebben ze het idee dat er elke week wat anders wordt gedaan.

Behalve voor de motivatie kun je met afwisselen van verschillende vormen van tikkertje ook verschillende andere doelen bereiken: opdrukken om weer mee te kunnen doen, bij elkaar door de benen kruipen, handen vasthouden, haasje over, naast elkaar liggen, knuffelen, verschillende manieren van samenwerken en sociaal gedrag belonen. Het lijkt zo vanzelfsprekend maar hoe vaak zien we niet dat kinderen hier moeite mee hebben?

Begeleiding

Behalve de keuze voor een tikspel kan ook de begeleiding vaak nog winst opleveren. Onder begeleiding verstaan we de opstart van een tikspel, het op gang houden van een tikspel en de afsluiting van een tikspel. >>



Slingervangtikkertje

Opstart

Tikkertje kan worden uitgelegd maar ook worden verteld. Voor veel kinderen in het basisonderwijs, maar toch ook in het voortgezet onderwijs is het belangrijk hoe je voor de groep het spel uitlegt. Een leuke uitleg met veel enthousiasme doet wonderen. Vertel eens een verhaaltje. Observeer wat dat doet met de tikker! Een hekst pakt haar denkbeeldige bezemsteel, een rover slaat zijn hele arm om het goud en een politieagent spreekt duidelijke taal.

Kinderen hebben duidelijkheid nodig. Het is daarom verstandig om altijd een voorbeeld te laten geven. Ook bij bekende spellen. Investeren is daarbij het sleutelwoord. Het kost misschien wat tijd maar misschien voorkom je daarmee een botsing en die duren vaak weer een paar minuten. "Wie wist er nog hoe we een WC-potje maken? En maken we die vlak bij een muur? Nee toch! Wie kan het verlossen eens laten zien? Goed zo". Kinderen zien weer even hoe het moet en de kinderen die het voordeden hebben een topdag. Twee vliegen in een klap!

Tickers kiezen kan op verschillende manieren. Ook hierbij geldt: zorg voor een duidelijk

ke structuur! Wie wil er tikker zijn? Lintjes geef je aan kinderen die netjes hun vinger opsteken en niet dringen. Soms vraag ik het niet en deel ik gewoon de lintjes uit en noem ik de namen van de nieuwe tickers. Kinderen weten dat dit erbij hoort. Soms kies ik er voor om oude tickers de nieuwe tickers te laten kiezen. Ook hier geldt: afspraken! Kinderen die een vinger opsteken komen aan de beurt. Wanneer er geen vingers zijn dan kiest de oude tikker een nieuwe uit en die moet hem dan zijn. Dit alles kan binnen vijf tellen en dan start het spel ook direct.

Niets is vervelender voor een kind dan getikt worden omdat hij dacht dat we nog niet waren begonnen. Zorg daarom voor een duidelijke structuur! Telkens een ander

spel maar wel op dezelfde manier aftellen: "drie, twee, een, GO".

Kinderen wennen daar snel aan. Na een tijdje staan de nieuwe tickers net zo lang te wachten tot er afgeteld wordt. Zo voorkom je vervelende situaties en houd je controle over de groep.

Tijdens het spel

Tikkertje is geen Amerikaanse ijshockeywedstrijd maar je mag zeker wel van je laten horen; "Goedzo Thijs", "Pas op voor de mat", "Kom op tickers", "Aah jammer". Ook al was de uitleg duidelijk en met een goed voorbeeld, er zijn altijd kinderen die het even vergeten. Een paar woorden ter ondersteuning kan net dat beetje bijdragen aan het spel zodat het een succes wordt.

Kijk of de gemaakte afspraken worden nagekomen! Eerst vertellen dat ze niet op de trampoline mogen komen en vervolgens heel actief coachen op samenwerking is een gemiste kans. Wanneer je dan niet evalueert op de gemaakte afspraken zullen de kinderen de uitleg vaker met een 'koreltje zout' nemen. Dit doen ze zowel bewust als onbewust.

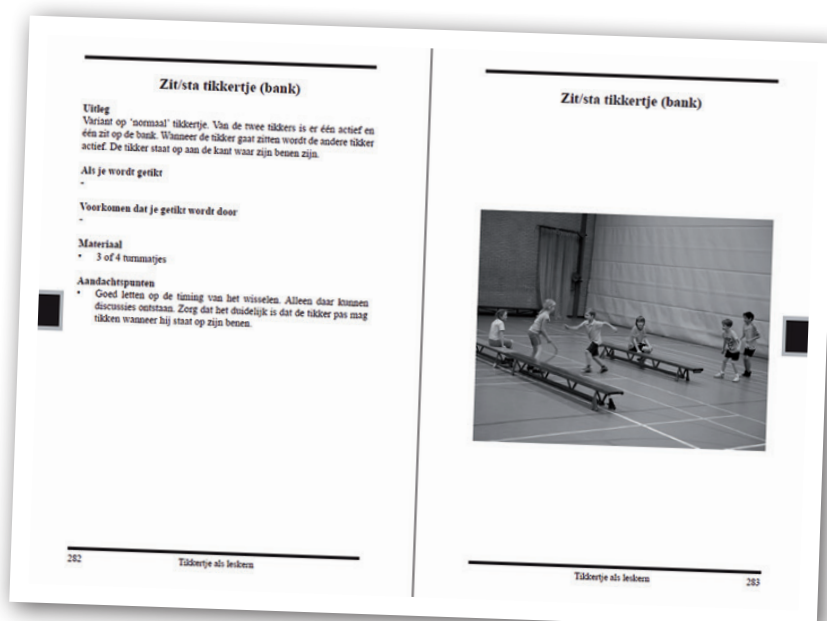
Nieuwe wisselsystemen hebben in het begin wat hulp nodig. Ga bijvoorbeeld de eerste 30 seconden van een spel bij de wisselbank staan en zorg dat dat eerst loopt. Vervolgens gaat de aandacht naar bijvoorbeeld de tickers.

Afsluiten en evalueren

Nadat je in je handen hebt geklapt, hebt gefloten of hebt afgeteld (structuur) is het tijd om te evalueren. Het evalueren van een tikspel is misschien wel het belangrijkste onderdeel van de begeleiding. Alle gemaakte afspraken

Casus 'ik deed toch mijn best'

Thijs heeft twee minuten lang de longen uit zijn lijf gerend en heeft zelfs vier kinderen meer getikt dan de vorige keer. Vervolgens wijst de spelleider meteen nieuwe tickers aan, en begint het spel opnieuw. Thijs kijkt sip en laat zich tikken; "ik deed toch mijn best?"





Slingervangtikkertje,
gevangen

kun je terug halen in de evaluatie; “Goed zo jongens, ik zag dat niemand op de trampolines kwam, prima!”. Aandacht besteden aan datgene wat je van te voren graag wilde zien is voor kinderen belangrijk. Het zorgt ervoor dat ze graag naar je luisteren en serieus omgaan met regels. Dit klinkt streng maar kan op een hele positieve manier.

Beloon goed gedrag! Kinderen die op tijd stoppen en meteen naar jou toe komen geef je een compliment. Alle kinderen willen een compliment en zullen de volgende

keer stinkend hun best doen om ook een compliment te krijgen.

Meteen nieuwe tikkers aanwijzen? En Thijs dan, die heeft zich kapot gerend en goed zijn best gedaan. Geef die jongen een high five! Kost niets en duurt maar twee seconden. Resultaat? Thijs heeft een topdag en de nieuwe tikkers zullen ook hun best gaan doen.

Wissel af met de vragen die je stelt! Vragen wie er niet getikt was is fijn voor goede

lopers, maar hoe zit het met ‘aardige’ en wat langzamere kinderen. Die worden telkens twee keer getikt maar verlossen soms wel tien andere kinderen. “Wie heeft er eens iemand verlost?”, “Goed zo Julia, wat fijn zeg!”. Op die manier creëer je op een positieve manier een fijne sfeer waarin kinderen niet alleen hun best doen om niet getikt te worden, maar ook hun best gaan doen om te kijken naar anderen. Iets wat we in deze wereld nodig hebben!

Tot slot

Gebruik tikkertje als een wapen. Een manier om groepen klassikaal en snel te laten wennen aan jouw manier van werken. Speel eens wat meer tikkertje bij groepen die op sociaal vlak wat aandacht verdienen. Zo belangrijk is die ene minuut voetballen of kast springen niet. Een fijne sfeer! Daar begint het mee.

Peter Schimmel studeerde af aan het CIOS in Arnhem en aan de ALO te Nijmegen. Hij geeft lessen bewegingsonderwijs op verschillende basisscholen en is selectie turntrainer bij GV Elishtha in Elst. Peter is auteur van het boek: ‘Tikkie... jij bent ‘ml!’’. Een boek met daarin 135 manieren om tikkertje te spelen. Meer informatie op www.peterschimmel.nl ◀



Zit en sta op tikkertje

Contact:

peterschimmel@gmail.com