

'SCOREN IN TURNEN'

Introductie in GymKids en Gymmieturnen

Door: Stephanie Hermans

Opleidingsdocent ALO Amsterdam



INHOUD PRESENTATIE

- Wie ben ik?
- Wie zijn jullie en wat zijn jullie verwachtingen?
- Introductie GymKids
- Werkwijze GymKids
- Waar richt GymKids zich op binnen de lessen?
- Toepasbaar in het onderwijs?
- Introductie Gymmieturnen
- Werkwijze Gymmieturnen
- Profiellijnen KNGU
- Toepasbaar in het onderwijs?
- Opdracht
- Afsluiting



WAAROM GYMKIDS?

Als overkoepelende organisatie van gymnastiekverenigingen wil de KNGU zich richten op de doelgroep 2 tot 6 jaar.

Voor deze doelgroep heeft de KNGU de ambitie uitgesproken om voor hen de BASISBOND te zijn.

Uitgangspunt is dat de belangrijkste motorische ontwikkeling zich voordoet bij kinderen tussen de drie en zeven jaar. Deze periode is in belangrijke mate bepalend voor het uiteindelijke resultaat.



GYMKIDS

- Een werkboek basisgymnastiek, speciaal voor lesgevers aan peuters en kleuters bij scholen, speelzalen en gymverenigingen.
- Ontwikkeld door de KNGU
- Richt zich op kinderen van 3 tot 6 jaar
- Geeft handvaten voor een brede motorische ontwikkeling voor het kind in alle takken van sport
- Beloningssysteem middels diploma's en stickers



WAT IS ER AAN DE HAND?

- Kleuters bewegen slechter
- De conditie van de kleuter gaat achteruit
- Meer overgewicht en obesitas
- kleuters kunnen niet meer vallen en breken meer botten
- Er is sprake van een bewegingsarmoede (*Nederlandse Norm Voor Gezond Bewegen)
- Kleuters slapen minder dan vroeger, (aanbevolen hoeveelheid slaap is 11 uur voor kinderen tussen de 4-6 jaar)

*Volgens deze norm dienen “jeugdigen dagelijks een uur matig intensief lichamelijk actief te zijn en minimaal twee maal per week activiteiten uit te voeren die gericht zijn op het verbeteren of handhaven van lichamelijke fitheid (kracht, lenigheid, coördinatie)” (Kemper et al., 2000)



DOELSTELLINGEN GYMKIDS

- Een optimale motorische ontwikkeling gedurende de peuter/kleuterperiode
- Een optimale introductie in de bewegingscultuur

Het is belangrijk dat een peuter/kleuter leert om aan deze doelstellingen te kunnen voldoen!



HOE?

Het werkboek bestaat uit 40 lessen. Elke les bestaat uit dezelfde lesopbouw:

- Inleiding
- Kern (circulatiepracticum)
- Afsluiting



DE LESOPBOUW

De lesopbouw bestaat uit een inleiding, een kern en een afsluiting. De kern is een circulatiepracticum. Een les bevat:

- Vier onderwijsleersituaties
- Minimaal twee stations voor translaties, een voor rotaties en een voor manipulaties
- Tevens wordt de helft van de totale lestijd besteed aan motorisch evenwicht
- In totaal 40 lessen



DE LESOPBOUW

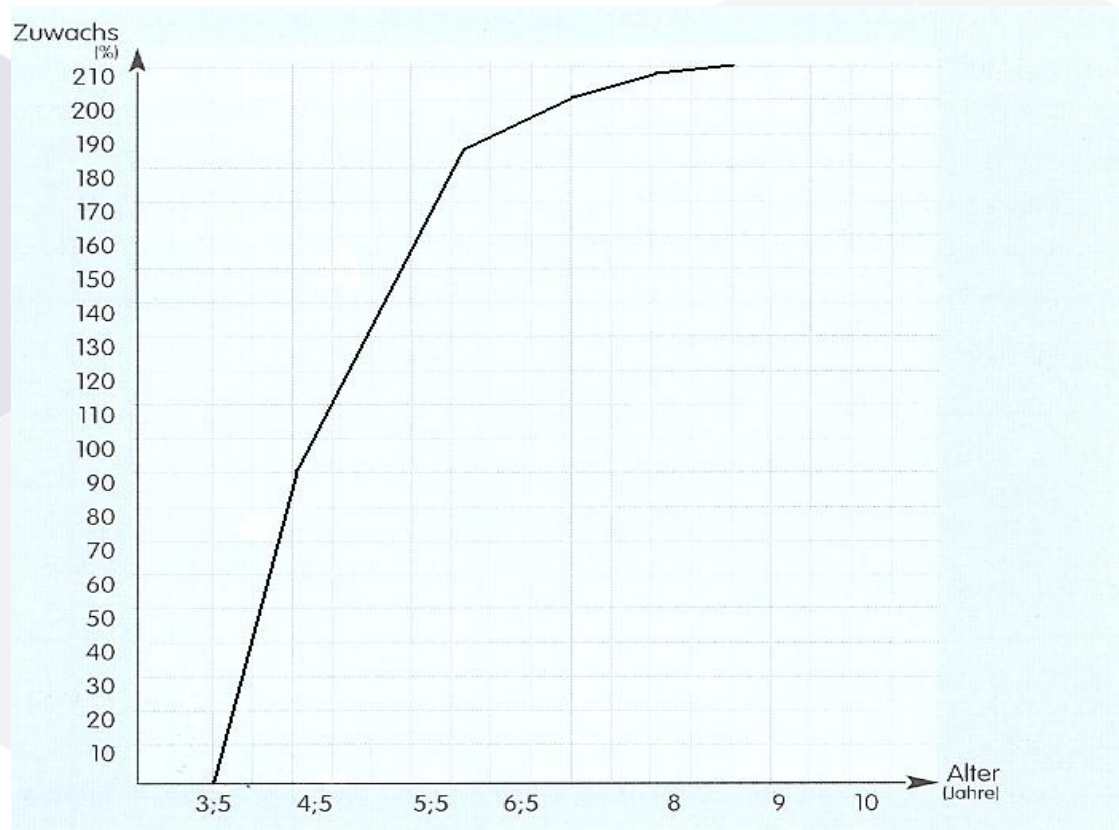
Indeling naar de vier dominante bewegingspatronen (uit het dagelijks leven en de sport) als:

- Translaties of voortgaande bewegingen
- Rotaties om drie assen
- Gemengde bewegingen (rotatie en translatie)
- Manipulaties (handen en voeten)

MOTORISCH EVENWICHT IS DOMINANT



ONTWIKKELING MOTORISCH EVENWICHT



Entwicklung der Gleichgewichtsfähigkeit zwischen 3, 5 und 10 Jahren
(Darstellung der jährlichen Zuwachsraten – nach Ludwig, 1989)

SOORTEN MOTORISCH EVENWICHT

Stand evenwicht

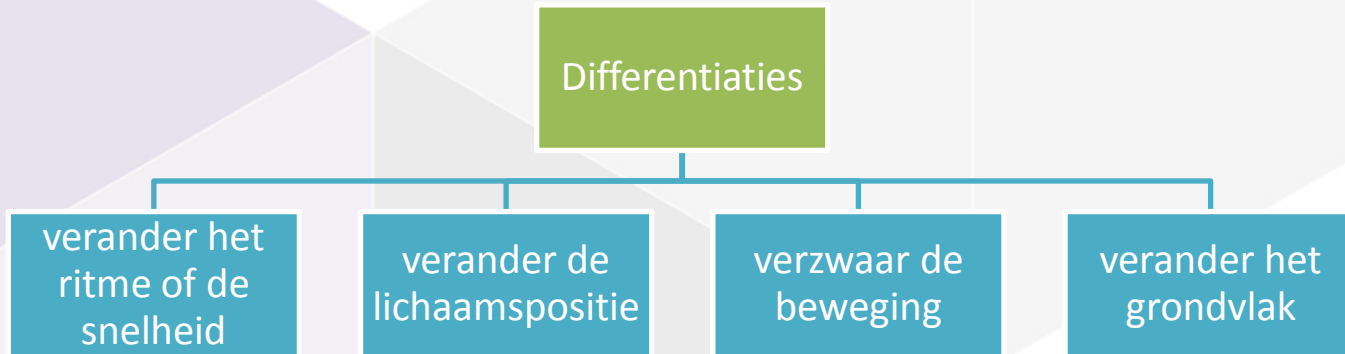
Balanceer
evenwicht

Evenwicht

Draai evenwicht

Vlucht evenwicht

MOTORISCH EVENWICHT





OMGAAN MET VERSCHILLEN

Het ontwikkelingsprofiel van de gemiddelde kleuter kan verschillen doordat:

- De geoefendheid van kleuters onderling sterk verschilt
- De aanleg, motivatie en leertempo van de kinderen sterk kunnen verschillen
- Bij kinderen met dezelfde aanleg de affiniteit met de verschillende bewegingen sterk kan verschillen
- Het goed is om het gehele proces van een jaar eerder nog eens te herhalen maar dan wel op een aangepast of hoger niveau.



VERANTWOORDING

- De ideeën zijn vooral ontleend aan het boek ‘Speelkriebels’ (Bertrands en Florquin) voor de relatie tussen doel en activiteit (middel).
- De vele artikelen en boeken van prof. Peter Hirtz e.a. over bewegingscoördinatie en –ontwikkeling (o.a. Motorisch evenwicht, Bewegingsgevoel etc.)



BRUIKBAAR VOOR SCHOOL?

- Brede scholing op het gebied van motorische ontwikkeling, grondvormen komen veelvuldig aan bod
- Toepasbaar in de speelzaal, er wordt gebruik gemaakt van veel klein materiaal
- Voorzien van een jaarplanning
- Voorzien van toetsen

Worden bij jullie de kleuters ook getoetst op hun motorische vaardigheden?



GYMMIETURNEN

<http://sport.nl/video/2607-gymmieturnen-in-leiden.html>



WERKWIJZE GYMMIETURNEN

- Gymmieturnen is een leer- en oefenstof, die gericht is op recreatieve gymnasten van 6 tot 14 jaar.
- Het gymmieturnen bestaat uit elf profiellijnen die door de KNGU ontwikkeld zijn. Binnen deze profiellijnen worden 'scoremomenten' op drie niveaus aangeboden.
- Bij de 'scoremomenten' wordt gebruik gemaakt van een beloningssysteem in de vorm van Gymmies
- Bij elk 'scoremoment' zijn drie criteria aangegeven





PROFIELLIJNEN KNGU

- Arabier
- Balanceren
- Flanken
- Flikflak
- (Handstand)overslag
- Kip
- Losom
- Reus
- Salto achterover
- Salto voorover
- Vrije sprongen



GYMMIETURNEN EN ONDERWIJS?

Is gymmieturnen toepasbaar
binnen de lessen L.O. op
school?



OPDRACHT

Ga in een viertal een (eigen) leerlijn uitzetten voor groep 3 t/m 8.
Benoem daar de volgende keuzes bij:

- Waarom deze leerlijn?
- Voor welke oefeningen kiezen jullie wel of juist niet? (je mag daarbij gebruik maken van de oefenstof van de KNGU)
- Maak je wel of geen gebruik van scoremomenten en waarom?
- Zo ja, ga je ook werken met belonen?



VOLLEDIG?

Wat ontbreekt er binnen het gymmieturnen dat wel uitdagend en toepasbaar is binnen de lessen L.O. op school?



WAAROM WEL GYMMIETURNEN?

- Door de beloning worden de leerlingen extra gestimuleerd om het goed uit te voeren
- De leerlingen kunnen thuis aan de ouders laten zien wat ze met gymmieturnen geleerd hebben
- Je kan het als leerkracht inzetten als leerlingvolgsysteem



INFORMATIE

- Meer informatie over gymkids en gymmieturnen kunt u terugvinden op www.KNGU.nl
- Voor de producten van gymkids en gymmieturnen kunt u terecht op de webshop van de KNGU:
http://shop.kngu.nl/tpl_shop.asp?cid=4&pcatid=12&catid=54&vis=0&mid=0&pid=0
- Voor verdere vragen mag u ook altijd contact opnemen met mij:
s.p.c.hermans@hva.nl

BEDANKT VOOR UW AANDACHT!

