

Blindelings bewegen (3)

Spel

Deze artikelen willen leerkrachten in het reguliere onderwijs, die bewegingsonderwijs geven aan leerlingen met een visuele beperking, praktische handreikingen bieden om deze leerlingen beter te begeleiden bij de ontwikkeling van hun persoonlijke bewegen. In de vorige artikelen zijn atletiek en gymnastiek aan de orde geweest. Nu wordt tot slot spel beschreven.

Door: Jan Schippers

Vooralspelen zijn erg moeilijk voor leerlingen met een visuele beperking, maar als het aanbod en de methodiek worden aangepast, zijn er vele mogelijkheden en kunnen zij met veel plezier en goede resultaten meedoen. We besteden aandacht aan overloopspelen, stuitbal en voetsnooker, een zelf ontwikkeld spel.

Boyd ging na de basisschool bij Bartiméus naar een reguliere technische school. Hij trof het niet met gym. Hij had weliswaar drie gymuren per week, maar van drie verschillende gymdocenten. In één van de eerste gymlessen werd er trefbal gespeeld met twee ballen. We waren toevallig net op bezoek. Boyd was al gauw een paar maal getroffen, van voren en van achteren. Hij zag het niet meer zitten, zeeg neer op de zaalvloer en hield beide armen om z'n hoofd gevouwen. We hebben hem snel uit het veld gehaald, hem op z'n schouder geklopt en gezegd: 'Goed gedaan, jochie'!

De (bal)spelen zijn leeractiviteiten, die leerlingen met een visuele beperking het moeilijkst onder de knie krijgen. Daardoor is het niet eenvoudig hen in de reguliere school gelijkwaardig met de andere leerlingen mee te laten doen.

Spelen is misschien wel de belangrijkste manier waarop kinderen bewegend leren omgaan met de mensen en de dingen om hen heen. Al spelend maakt het kind zich bewegingsvormen eigen en leert zich zo

beter in de wereld thuis voelen. Zij leren de hen omringende ruimte beter 'bewonen' en gebruiken en leren de richting en snelheid van hun bewegen beter beheersen. Ook leren zij door spelen bewegend omgaan met hun medeleerlingen.

Naarmate visueel beperkte leerlingen ouder worden, kunnen we de speelse bewegings sfeer uitbreiden, er medeleerlingen aan toevoegen en de gebruikte voorwerpen uitbreiden. Wanneer de leerkracht bewegingsonderwijs zorgt voor de noodzakelijke voorwaarden, kunnen leerlingen met een visuele beperking, zeker de slechtzienden, met veel plezier en goede resultaten aan veel (bal)spelen meedoen. Voor de blinde leerlingen zal vaak een alternatief gezocht moeten worden; een balspel dat over de grond gespeeld wordt, zoals goalbal, showdown (een soort tafeltennis), of fitnessoefeningen.

Overloopspelen

Door overloopspelen leren leerlingen veilig door de ruimte te lopen en de hele speelruimte te ontdekken en te gebruiken. Zij leren anticiperen op bewegende obstakels en ontwikkelen vertrouwen in de eigen bewegingsmogelijkheden. Bij overloopspelen hebben de zwakkere leerlingen een vrijplaats om uit te rusten en nieuwe kansen af te wachten. Speel deze spelletjes met de lagere klassen altijd met een klein aantal leerlingen. Verdeel de groep zo nodig in twee of drie groepen, die in de breedte van de zaal spelen.



Balspelen mogelijk met aangepast methodiek

Leeractiviteiten

School/klas: groep 3 t/m 6 PO

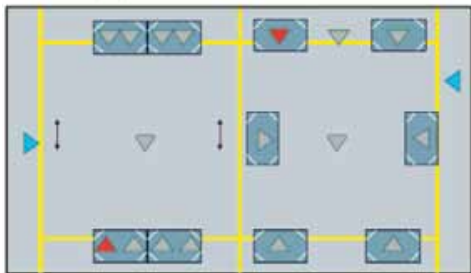
Mat wisselen

Leg alle turnmatten verdeeld over de zaal met minimaal twee meter tussenruimte. Op elke mat staat één leerling en in het midden staat één leerling zonder mat. Terwijl de leer- ➤

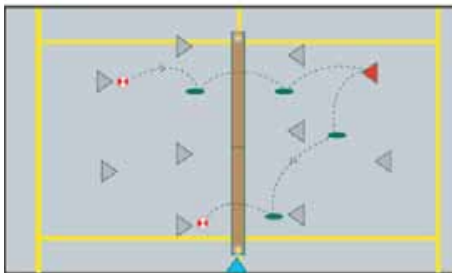
Contact:

jshipppers@xmsnet.nl

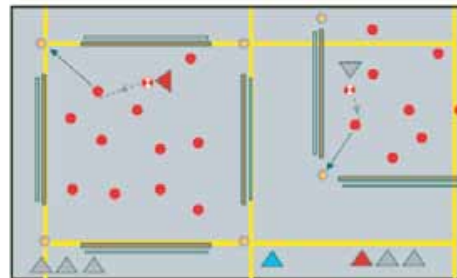
8.2 Overloop spelen



8.5 Stuitbal



8.6 Voetsnooker



Speelse bewegingsfeer uitbreiden

lingen wisselen van mat, probeert de leerling zonder mat een mat te 'stelen'. Speel zelf in het begin een tijdje mee om het spel op gang te brengen en uitdagende situaties te creëren.

Mattentikkertje

Leg aan beide korte zijden van de zaal twee turnmatten tegen elkaar. Er staan vier tot zes leerlingen op de matten en zij moeten, zonder afgetikt te worden, oversteken naar de matten die aan de overkant liggen. Aan de kant zitten twee 'wisselleerlingen'. In het midden van de zaal staat de tikker. Zorg ervoor dat deze heel duidelijk herkenbaar is (contrasterend T-shirt of partijhesje). Neem de eerste keer een langzame tikker. Wie wordt getikt moet aan de kant gaan zitten; als er drie leerlingen aan de kant zitten, mag de eerste weer in het spel. Pas op voor botsingen!

Chinese muur

De zaal is door matten of banken verdeeld in twee gelijke delen (kan ook in de breedte). De leerlingen staan tegen de achtermuur en moeten over de barrière heen naar de tegenoverliggende muur rennen. De tikker staat

achter de barrière en probeert leerlingen die over de barrière zijn gekomen af te tikken, voordat zij over de streep bij de andere muur zijn. Wisselen met de reserveleerlingen.

Drie is te veel

Maximaal tien leerlingen zitten in tweetallen achter elkaar in een kring op de grond. De tikker en één andere leerling (die kan worden afgetikt) lopen buiten de kring. De laatste kan vluchten naar een vrijplaats door in de

kring voor een tweetal te gaan zitten. Maar drie is teveel, dus moet de achterste van dit drietal weggrennen, omdat hij nu kan worden afgetikt. Wie wordt afgetikt, wordt de tikker. Dit spel kan ook als 'Twee is teveel' gespeeld worden.

Aanpassingen slechtziende leerlingen

Zorg ervoor dat de visueel beperkte leerling in een kleine groep speelt (maak bijvoorbeeld één kleinere speelgroep). Leid het spel strak en voorkom dat leerlingen overal dwars doorheen rennen. Speel in het begin desnoods zelf als tikker. Geef de tikker een duidelijk zichtbaar hesje en neem tussendoor de tijd om de hesjes te wisselen, zodat de visueel beperkte leerling aan de nieuwe tikker kan wennen. Gebruik bij voorkeur matten die contrasteren met de vloer of zet een afbakenkegel naast de matten. Je kunt ook gekleurde badmatten (of iets dergelijks) gebruiken. Je kunt bij aanvang van het spel een tijdje meespelen om de visueel beperkte leerling te helpen, te stimuleren en te sturen.

Aanpassingen blinde leerlingen

Deze leerlingen moeten bij deze spelen aan de hand worden begeleid. Geef de tikker een geluidsbron, zodat de blinde leerling kan

horen waar hij is (rinkelband om enkel of pols).

Veiligheid

- Werk bij deze spelletjes gestructureerd en voorkom dat leerlingen allemaal door elkaar heen rennen.
- Geef de blinde en slechtziende leerling eventueel een hand.
- Gebruik bestaande lijnen in de zaal als uitgangspunten en/of eindpunten.
- Markeer de bewegingsruimte eventueel met oranje pilonnen.
- Ook kan er op cruciale plaatsen een geluidsbak worden geplaatst.
- Zorg uiteraard voor een obstakelvrije loopruimte.

Stuitbal

School/klas: groep 7 en 8 PO, klas 1 t/m 3 VO

Stuitbal of Prellbal wordt in Duitsland niet alleen door jongeren maar ook door ouderen (competitie) gespeeld.



Meedoen met veel plezier en goede resultaten



Verdeel de zaal door twee banken in twee helften. Op iedere helft staan drie tot zes leerlingen, net als bij volleybal. Er wordt gespeeld met een zachte, goed stuitende bal. De bal wordt door de rechtsvoor staande speler in het spel gebracht door de bal eerst op de eigen helft te laten stuiten, en daarna over de banken heen naar de andere helft van het speelveld. Van daar moet de bal dan weer, met eerst een stuit op eigen helft, naar de overzijde worden teruggespeeld. Raakt de bal de banken of gaat hij, zonder in het andere vak gestuit te hebben, het veld uit, dan heeft degene, die de bal het laatst geraakt heeft een fout gemaakt en heeft de andere partij een punt. Net als bij volleybal mag de andere partij dan opslaan. Ook het doordraaien gaat hetzelfde als bij volleybal.

Er mag aan iedere zijde drie tot vijf keer worden overgespeeld door middel van een tussenstuit. De partij, die het eerst tien of vijftien punten heeft gescoord, wint de set. Het spel is goed aan te passen aan het niveau van de spelers. Ook is het mogelijk dat de ene speler mag vangen en werpen en dat een andere speler alleen mag slaan.

Aanpassingen voor slechtziende leerlingen

Breng goed zichtbare speellijnen aan en speel met een bal met een contrasterende kleur. Neem eventueel een grotere lichte strandbal als speelbal. Laat eventueel meerdere keren stuiten tussen het overspelen. Geef tijdens het spel mondelinge aanwijzingen en informatie, bijvoorbeeld over het spelverloop.

Aanpassingen voor blinde leerlingen

Dit spel is voor blinde leerlingen niet te spelen. Zoek een alternatief spel, speel bijvoorbeeld over de vloer met een rinkelbal (soort slagbal). Een blinde leerling kan ook in een andere ruimte (minder geluid, dus betere oriëntatie!) een spel spelen, of voert onder begeleiding een alternatieve leervorm uit.

Veiligheid

- Gebruik bij stuitbal altijd een zachte, goed opstuitende bal.
- Gebruik bestaande lijnen in de zaal als uitgangspunten en/of eindpunten.
- Markeer de banken (veldafscheiding) met oranje pilonnen.
- Ook kan er een geluidsbaken op de banken worden geplaatst.

- Zorg uiteraard voor een obstakelvrije speelruimte.
- Speel de bal naar een leerling met een visuele beperking altijd via de vloer.
- Roep de naam van de leerling bij het aanspelen.
- Formeer eventueel niveaugroepen.

Voetsnooker

Maak een vierkant van vier turnbanken, die op de zijkant liggen, met op de hoeken een doelopening van circa 50 centimeter. Leg in het vierkant tien ballen (grootte: 3-, 4-, 5-jes) neer en één speelbal met contrasterende kleur(en). Als er genoeg banken en ballen zijn, kun je meerdere speelvelden maken, bijvoorbeeld van drie banken en een zaalmuur of van twee banken en twee muren in een hoek (er zijn dan natuurlijk maar drie doelopeningen). Speel het spel met twee tot vier spelers, zodat de wachttijd niet te lang is.

De speler die begint (loten!) probeert met de speelbal in één schot een andere bal door een opening naar buiten te spelen. Als dat lukt heeft hij een punt en mag hij doorgaan. Lukt het niet, dan is de volgende leerling aan de beurt. Als de bal óver de banken gaat, is de leerling af. Als dat nog te moeilijk is, laat dan iedere leerling drie maal schieten voor hij af is! Het spel is afgelopen als alle ballen uit het speelveld zijn geschopt. De leerling die de meeste ballen door de openingen heeft geschopt is de winnaar. Het spel kan ook als zaal hockey worden gespeeld of voetballend met tennisballen.

Aanpassingen voor slechtziende leerlingen

Speel laag en gebruik zachte ballen. Zorg ervoor dat de ballen sterk contrasteren met de vloer. Gebruik gekleurde ballen en plak witte strips op de hoeken van de banken. Baken de doelopeningen af met omgekeerde kegels en gebruik eventueel rinkelballen.

Aanpassingen voor blinde leerlingen

Voetsnooker is wel te spelen, maar dan zonder een vaste speelbal; iedere bal mag rechtstreeks door de poortjes worden getrapt. Er kunnen eventueel 'piepers' bij de poortjes worden geplaatst.

Veiligheid

- Er mag niet hoog en hard worden geschopt.



Fitness



Showdown, soort tafeltennis alternatief

- Er mag alleen met de voeten worden gespeeld.
- Zorg dat de ballen goed contrasteren met de vloer.
- Laat de leerling met de visuele beperking een sportbril dragen.

Tot slot

Dit is het laatste artikel in een serie van drie waarin aandacht is gevraagd voor leeractiviteiten in het bewegingsonderwijs aan slechtziende en blinde leerlingen. We hopen met deze voorbeelden duidelijk gemaakt te hebben dat ervaring en creativiteit kan leiden tot actieve deelname van leerlingen met een visuele beperking in het bewegingsonderwijs.

Literatuur:

BLINDELINGS BEWEGEN, Leidraad voor het bewegingsonderwijs aan kinderen met een visuele beperking in het reguliere onderwijs. Uitgave: Vereniging Bartiméus-Sonneheerdt, Doorn
www.bartimeus.nl
ISBN/EAN: 9789071534980

Foto's: Jan Schippers ◀