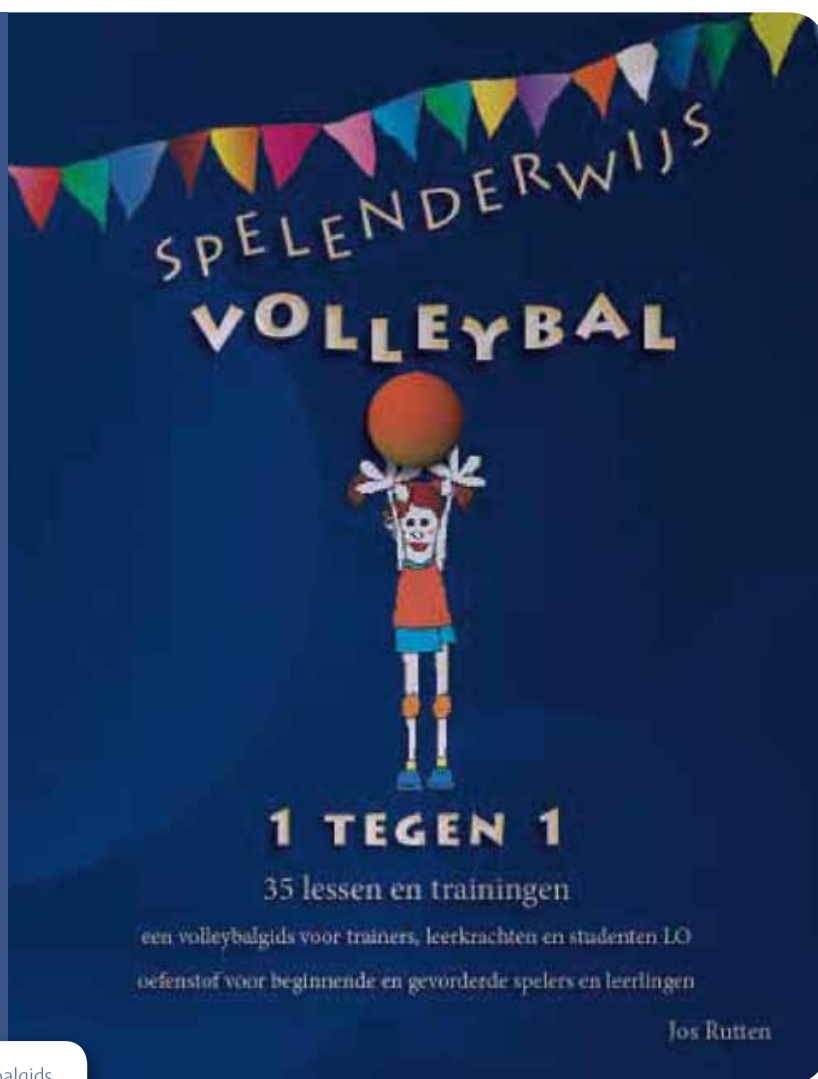


Volleybal in de les LO

Uit België bereiken de redactie soms artikelen over de praktijk aldaar. Hier volgt een bijdrage van collega Jos Rutten over zijn methode volleybal, gebaseerd op zijn boek 'Spelenderwijs volleybal' (red)

Is het mogelijk voor een leerkracht om volleybal aan te bieden op een leerrijke, dynamische en plezierige wijze? Ja, het kan! Toch kan de context moeilijk zijn door een groot aantal leerlingen per klas, de heterogeniteit in motivatie, de mentale voorstelling, de motorische capaciteiten van de leerlingen enzovoort. Leerkrachten moeten voortdurend op zoek naar concrete middelen om oplossingen te vinden voor deze diversiteit.

Door: Jos Rutten



Voorblad Volleybalgids

Het globale spel zes tegen zes is niet onmiddellijk toegankelijk voor de leerlingen want het voldoet niet aan de voornaamste criteria: veel beweging, veel balcontact, lering en spelplezier. In plaats van één spelvorm aan te bieden (*die nooit tegemoet zal komen aan de diversiteit*) is het veel zinvoller om leerlingen te ontwikkelen via een waaier van spelniveaus en spelvormen. De leerling is hierbij het uitgangspunt en de oefenstof is aangepast aan het motorisch en mentaal niveau van de leerlingen. De verscheidenheid aan spelniveaus biedt de leerkracht de mogelijkheid om de leerlingen in een ontwikkelings-situatie te plaatsen die overeenstemt met zijn of haar bekwaamheidsniveau van dat moment. En, evoluerend door de spelniveaus en spelgroepen, kan de leerling zich stapsgewijs, op eigen tempo en steeds volgens de eigen mogelijkheden ontplooiën. Zo wordt de leerling naadloos als het ware geleid en begeleid door de diverse spelniveaus heen. Dit leidt tot succesbeleving en dus tot spelplezier.

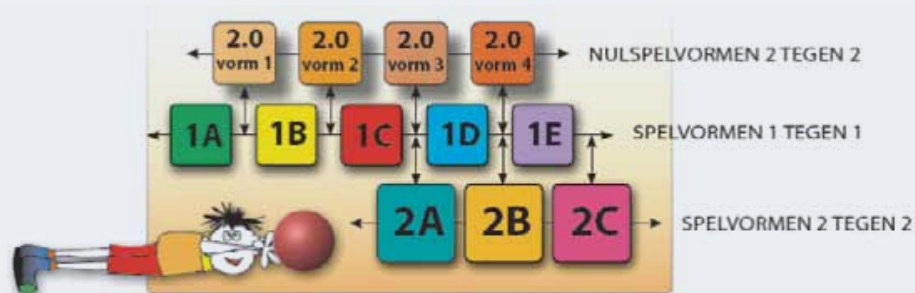
Volleybal op maat van de leerling

Elke spelgroep (één tegen één, twee tegen twee enzovoort) is onderverdeeld in diverse spelniveaus die via kleine stappen stijgen in moeilijkheidsgraad. Zo evolueert het spel in de spelgroep één tegen één van vangen en werpen in niveau 1A tot directe toets (tippend spelen) of onderarms in niveau 1E.



SPELNIVEAUS IN DE SPELGROEP 1 TEGEN 1

- 1A** de bal vangen en over het net werpen
- 1B** de bal vangen, controle-actie en over het net spelen via toets, onderarms of slag
- 1C** balbots, controle-actie(s) en over het net spelen via toets, onderarms of slag
- 1D** controle-actie(s) en over het net spelen via toets, onderarms of slag
- 1E** controle-actie(s) en over het net spelen of direct over het net spelen via toets, onderarms of slag



DE NULSPELVORMEN 2 TEGEN 2

VORM	1ste contact	2de contact	3de contact
1	vangen werpen	vangen werpen	vangen werpen
2	vangen werpen	vangen werpen	volleybaltechniek
3	vangen werpen	volleybaltechniek	volleybaltechniek
4	volleybaltechniek	vangen werpen	volleybaltechniek
5	volleybaltechniek	volleybaltechniek	volleybaltechniek

Het is aan te bevelen om de spelvormen 'één tegen één' tegelijkertijd aan te bieden met spelvormen 'twee tegen twee', want leerlingen willen ook **samen** spelen met een partner! Vooral de zogenaamde 'nulspelvormen' met 'twee tegen twee', waarbij één of meerdere vang-werp-contacten zijn toegestaan, bieden een oplossing voor de leerkracht. Hij probeert een goed evenwicht te vinden tussen individuele vorming, via spelvormen één tegen één, en collectief spelen via de nulspelvormen twee tegen twee.

Nulspelvormen

De nulspelvormen zijn een aparte categorie in het opleidingsproces omdat er in de opbouw vang- en werpcontacten zijn toegelaten. De basisvorm (vorm 1) is te vergelijken met netbal: twee of drie spelers realiseren via driemaal vangen en werpen een spelopbouw. De nulspelvormen zijn zeer geschikt voor het onderwijs. Bepaalde technieken, die voorlopig nog te moeilijk zijn, worden tijdelijk vervangen door vangen en werpen. Dankzij deze aanpassing kunnen kinderen sneller, eventueel in combinatie met spelvormen uit de spelgroep één tegen één, een samenspelende spelvorm spelen (twee tegen twee).

De vang- en werptechnieken laten ook toe dat leerlingen van verschillende niveaus tegen elkaar spelen (differentiatie). Bijvoorbeeld: twee leerlingen van eenzelfde team spelen met vervangende technieken op de drie balcontacten, terwijl de tegenpartij alleen volleybaltechnieken mag gebruiken. Zo kunnen de 'zwakkeren' ook eens willen spelen tegen de 'sterkeren'. In de nulspelgroep is het ook mogelijk dat in één zelfde team, twee leerlingen van een verschillend

De oefenstof wordt vaak aangeboden 'buiten de regels' van het 'echte' volleybal om, omdat dit de beste kansen biedt voor een kwalitatieve en totale ontwikkeling van de

leerling. Naargelang het niveau mag de bal stuiten of gevangen worden, hangt het net soms lager of hoger, speelt men met een aangepaste bal enzovoort. Deze aanpassingen stellen de leerling in staat te bewegen, te leren en plezier te hebben met volleybal.

Contact:
 jos_rutten@pandora.be

niveau samen spelen. De ene leerling mag bijvoorbeeld één of meerdere balcontacten uitvoeren met vang- en werptechniek, terwijl

zijn ploegmaat enkel volleybaltechnieken mag gebruiken. Zo kan een 'minder goede' leerling samen spelen met een 'betere' partner.



Een bijkomend voordeel is dat, door aanpassing van het eerste en/of tweede contact, de bal vaker over het net kan geslagen worden en dat is vooral voor de jongens een belangrijk mentaal gegeven omdat dit spel meer lijkt op het 'echte' volleybal.

Vanwege de beperkte tijd waarover de leerkracht beschikt om volleybalvaardigheden aan te leren is het belangrijk om die tijd te optimaliseren en om te proberen de leerlingen een 'vonk' mee te geven voor langdurig bewegen. Als een leerling plezier beleeft aan de lessen (volleybal) gaat hij misschien ook meer bewegen buiten de lessen LO en hopelijk ontwikkelt hij een bewegingsattitude voor het leven. ◀■

Muisstil

Tijdens het scholierenbasketbaltoernooi voor meisjes in Haarlem op 11 december werd een minuut stilte gevraagd met de toevoeging: "Jullie weten wel waarom". En inderdaad. Iedereen verzamelde rond de tafel van de wedstrijdleiding en was stil. Op het toernooi was geen wan-klank te horen. Laat staan dat er iets tegen de scheidsrechters werd gezegd.

