

Krachtig (terugslag) spelonderwijs (2)

Beleving en beweegkansen
voor iedereen (met volleybal en
badminton als vergezicht)



Terugslagspelen als volleybal, badminton of tafeltennis zijn erg populair. Op de camping, het schoolplein, het veldje in de wijk of op het strand zien we, ondanks het feit dat deze spelen zeer complex zijn, kinderen samen een spelletje spelen. Hoe leren kinderen eigenlijk een terugslagspel spelen? Wat zijn de overeenkomsten binnen de terugslagspelen en hoe kunnen we deze complexe activiteiten op maat en effectief aanbieden? In het vorige artikel (1) hebben we de spelgerichte benadering en de speluitdaging beschreven.

Door: Frank de Kok en Enrico Zondag

Praktijkvoorbeelden

In dit artikel staan we stil bij de overeenkomsten tussen verschillende terugslagspelen en leggen we de nadruk op onderwijsleerstof waarin de beleving van essentiële aspecten van terugslagspelen en voldoende beweegkansen (onderwijs op maat) voor kinderen centraal staan. We kunnen deze mede op

grond van speluitdagingen verantwoorden. We richten ons daarbij op de speluitdaging 'veldpositie verbeteren (op tijd komen)'.

Spelvormen en didactische aandachtspunten met het accent op de speluitdaging: veldpositie verbeteren (op tijd komen).

Vanuit het oogpunt van veel beweegtijd per speler spelen we in een zesde deel van de (standaard)gymzaal. De veldjes zijn 3 meter breed, 9 meter lang (volleybalbelijning). >>

1 Tegen 1 in de richting van badminton

Accent op speluitdaging: veldpositie verbeteren (op tijd komen). Op de achterlijn ligt een rubberen spot (of staat een pylon).

Opdracht

Speel de shuttle over het net en tik nadat je de shuttle gespeeld hebt de spot met je voeten aan. Je scoort een punt als de shuttle op de grond van je tegenstander komt.

- Leg de spot op je eigen speelhelft op een plek neer, zodat je, nadat je deze hebt aangetikt, altijd op tijd denkt te zijn om de shuttle terug te kunnen spelen.
- Idem, maar nu leg jij de spot van je tegenspeler op een zodanige plek, waarvan jij denkt dat je tegenstander nooit op tijd zal zijn om de shuttle terug te kunnen spelen en jij dus de meeste kans hebt om te scoren.
- Leg twee spots neer in het veld. Je moet altijd één van de twee spots aantikken nadat je de shuttle gespeeld hebt.

De leerling ontwikkelt hierdoor binnen een doelgerichte spelvorm het inzicht waar de meest bedreigde zones in zijn speelveld liggen en waar hij zich dus het beste kan opstellen om scoren te voorkomen (basispositie). Tevens leert een leerling waar hij de shuttle moet spelen om de kans op scoren zo groot mogelijk te maken.

Let op; de meest bedreigde zone 'beweegt' mee, omdat deze afhankelijk is van de positie in het veld van waaruit je tegenstander de shuttle terug speelt over het net. De speler moet dus ook zijn basispositie regelmatig aanpassen aan de positie en kwaliteiten van zijn tegenstander.



Badminton spot aantikken

Contact:

f.dekok@fontys.nl, e.zondag@fontys.nl

1 (+ 1) Tegen 1 (+ 1) lijnbal in de richting van volleybal

Accent op speluitdaging: veldpositie verbeteren (op tijd komen). Op de achterlijn ligt een rubberen spot (of staat een pilon).

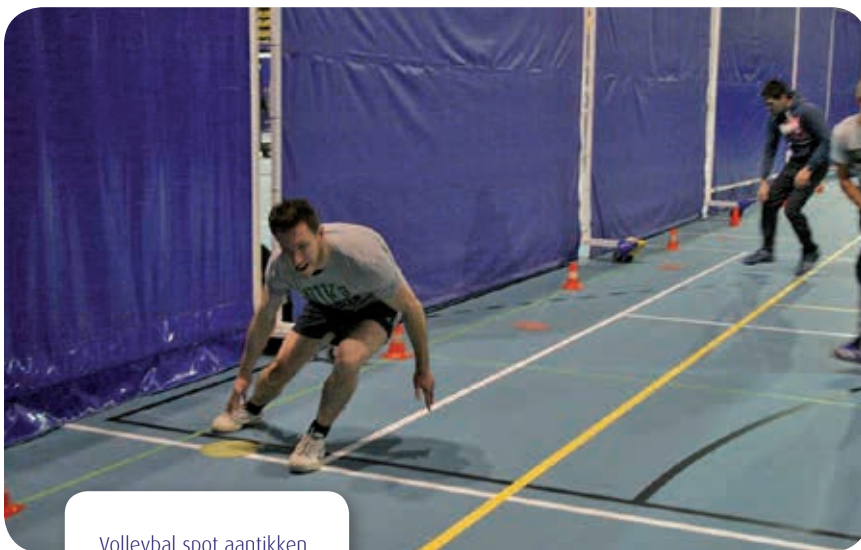
Opdracht

Werp de bal over het net en tik, nadat je de bal over het net gegooid hebt, met je handen de spot op de achterlijn aan. Als je dat gedaan hebt ga je zo snel mogelijk terug het veld in om de bal die door de tegenspeler over het net terug gegooid wordt te vangen. De twee teamgenoten moeten de bal om de beurt werpen.

Als het scoren te moeilijk is, dan dienen we de opdracht 'bij de achterlijn' te verlengen in tijd. Dat kan door bijvoorbeeld:

- Op de grond zitten
- Door hoepel stappen
- In beide hoeken van het veld een spot neer te leggen die je aan moet tikken.
-

We spelen deze vorm van lijnbal met vier spelers op een veld van 3 meter breed omdat



Volleybal spot aantikken

we op deze manier 24 leerlingen tegelijkertijd actief hebben. Het is van belang om een balans te zoeken in het net wel/niet lukken om de bal van de grond te houden. Afhankelijk daarvan zullen we de opdracht aan de achterlijn op maat aan moeten passen.

Bijvoorbeeld door de spots in de hoeken wat dichter bij elkaar te leggen of door met twee verschillende kleuren spot te werken ('tik eerst de rode en dan de gele spot aan').

1 (+1) Tegen 1 (+1) in de richting van badminton

Accent op speluitdaging: veldpositie verbeteren (op tijd komen). Op de achterlijn ligt een rubberen spot (of staat een pilon).

Opdracht

Als hierboven omschreven bij lijnbal, maar de speler mag pas het veld in als zijn medespeler achter de achterlijn is / de spot heeft aangetikt.

We kunnen de activiteit op verschillende manieren aanpassen zodat er voor iedere speler sprake is van optimale spe(e)l- en beweegervaringen. Deze aanpassingen kunnen zijn:

Taakaanpassingen

- De speler die qua score voor staat mag alleen onderhands spelen. Ook daardoor krijgt zijn tegenspeler meer tijd.

Omgevingsaanpassingen

- Op een meter boven het badmintonnet spannen we een elastiek.

- De speler die voor staat mag alleen over het elastiek spelen. De speler die achterstaat krijgt daardoor meer tijd en dus meer kans om de shuttle van de grond te houden.
- Samen heb je slechts een racket dat tijdig doorgegeven moet worden, zodat je partner toch in staat is om de shuttle te retourneren.
- Over het net hangen twee lintjes op 2 meter afstand van elkaar. De speler die vóór staat speelt de shuttle tussen de lintjes door over het (smallere) net. Hierdoor is de te verdedigen ruimte kleiner en is het eenvoudiger om de meest succesvolle basispositie te bepalen en dus zijn er meer kansen voor de speler die achter staat om de score beter in balans te brengen. Laat eventueel de speler die achter staat bepalen waar de lintjes komen te hangen (vergroten van tactisch inzicht).

Indien we nog meer leerlingen gelijktijdig



Badminton per tweetal een racket

actief willen hebben met badmintonspelvormen in een standaard gymzaal, dan is het ook mogelijk om drie tegen drie te spelen. Per team heb je twee rackets, die tijdens de rally moet worden doorgegeven. Bijvoorbeeld: de leerling die de shuttle over het net slaat moet het racket afgeven aan zijn teamgenoot die staat te wachten in het wisselvak (achter de achterlijn). De rally gaat ondertussen gewoon door, er is minimaal één teamgenoot met een racket in het speelveld!

2 Tegen 2 in de richting van volleybal

Accent op speluitdaging: veldpositie verbeteren (op tijd komen). In beide hoeken op de achterlijn staat een pion. Op één van de twee pionnen ligt een tennisbal.

Opdracht

Werp de bal over het net. Vervolgens verplaats je de tennisbal van de ene naar de andere pion. De tegenspeler kan hier tactisch gebruik van maken door de bal kort over het net te werpen in de hoek diagonaal tegenover de hoek waar de tennisbal op de pion ligt. Omdat de tegenspeler nadat hij de bal over het net gegooid heeft de tennisbal moet verplaatsen, is de loopafstand het grootste. Daardoor is de kans op scoren groter.



Volleybal en tennisbal verplaatsen



(Lijn-)volleybal 2 tegen 2.

Opdracht

Ieder tweetal heeft één ballon of strandbal of een andere bal. De volleybal wordt over het net gespeeld of gegooid. De andere bal mag niet over het net gegooid worden en moet altijd met twee handen worden vastgehouden. Deze mag wel overgegooid worden naar je medespeler. Je scoort een punt als:

- de volleybal op de grond komt
- de ballon, strandbal of andere bal op de grond komt op de eigen speelhelft.

Taakaanpassingen

- De volleybal moet eerste overgespeeld worden naar een medespeler voordat hij over het net gespeeld wordt. De bal mag nog gevangen worden.



Volleybal met meerdere ballen

- De ballon/strandbal/andere bal moet dus ook over gespeeld worden.
- Idem, maar de bal mag van de twee aanrakingen nog maar één keer gevangen worden. De andere aanraking dient met een volleybaltechniek te gebeuren.
 - Idem, nu niet meer vangen. Alleen spelen met een volleybaltechniek.

- Idem drie keer spelen voordat de bal over het net gespeeld wordt.

Hetzelfde spel kunnen we spelen met 3 tegen 3 op een veld van 6 meter breed (een derde van de zaal). Per drietal heb je één (of twee) andere ballen die niet op de grond mogen komen.

>>

Op maat maken

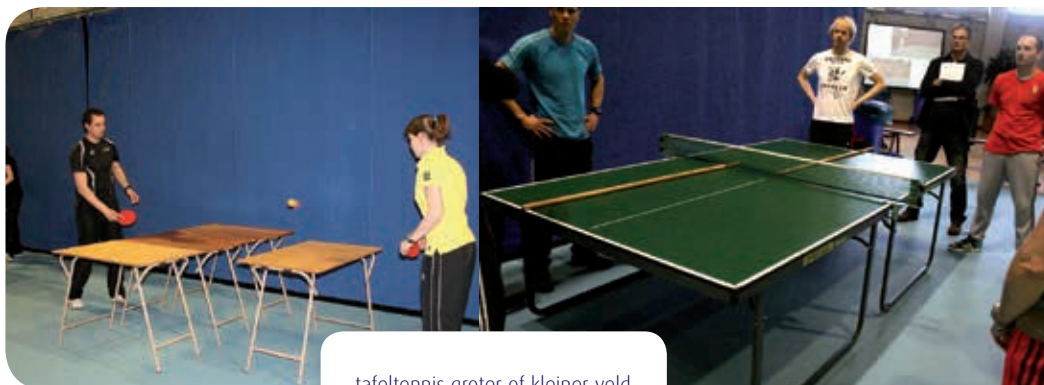
Om iedere deelnemer optimaal deel te kunnen laten nemen dienen we als docent, maar zeker ook als deelnemer, aanpassingen te doen aan de activiteit of de uitvoering van de activiteiten. Wij spreken van het 'op maat maken' van de activiteit. We nemen bewuste maatregelen voor het gehele team (indelen op niveau, move up/move down, et cetera.)

of voor het individu (taakaanpassing of omgevingsaanpassing). Bij taakaanpassingen denken wij aan een andere uitvoeringswijze of speelregel. Bij omgeving- of arrangementaanpassingen kun je denken aan veranderingen in ruimte, aantal spelers, materiaal, spelregels. Om tegemoet te komen aan de basisbehoefte 'competentie' van de leerlingen moeten we zowel voor de zeer bekwame als de minder bekwame leerling immers geschikte, uitdagende onderwijsleerstof aanbieden. Met betrekking tot de motivatie van de leerling gaat het erom dat de leerling/ speler zich competent *voelt* en niet (in onze ogen wellicht) *is*.

In de beschreven onderwijsleerstof staan verschillende specifieke aanpassingen omschreven. Daarnaast kun je ook denken aan de volgende aanpassingen.

Taakaanpassingen

- Als je de bal boven je hoofd kunt vangen, mag je de bal uitstoten ('bovenhandse techniek'). Vang je de bal onderhands, dan werp je hem met twee gestrekte armen ('onderarm techniek') terug.
- Als je kunt mag je de bal direct (minder tijd voor tegenstander, dus meer kans op scoren) terugspelen met een bovenhandse



tafeltennis groter of kleiner veld

of onderarmtechniek. Als je kiest voor het vangen van de bal, dan moet je vervolgens de bal voor jezelf opgooien en met een bovenhandse techniek spelen.

Omgevingsaanpassingen

- Verdeel het veld in twee vakken en leg een spot in het voorvak en één in het achtervak. Nadat de bal over het net gespeeld is, dien je een van de twee spots aan te tikken.
- De spelers met de meeste punten verdedigen een groter veld. De spelers die achter staan verdedigen maar een deel van het veld.
- Sta je twee punten achter, dan worden de pilonnen met tennisbal van de ploeg die achter staat één voetlengte dicht bij elkaar gezet, of niet op de achterlijn maar één voetlengte voor de achterlijn. Hierdoor is de verplaatsing korter, waardoor de kans om op tijd te zijn om te kunnen retourneren groter wordt.
- Speel met een hoger of lager net, een breder of een smaller net, een snellere of tragere bal, et cetera.)

Tot slot

Wij hebben gesproken over transfers.

In dit artikel hebben we activiteiten beschreven die zowel voor volleybal als badminton te spelen zijn. Hier en daar zal er een kleine aanpassingen gedaan moeten worden, maar de essentie die we binnen het leerproces willen bereiken in de desbetreffende krachtige leeromgeving is hetzelfde. Ook deze vormen zijn te transfereren naar andere terugslagspelen, bijvoorbeeld tafeltennis. Zie de

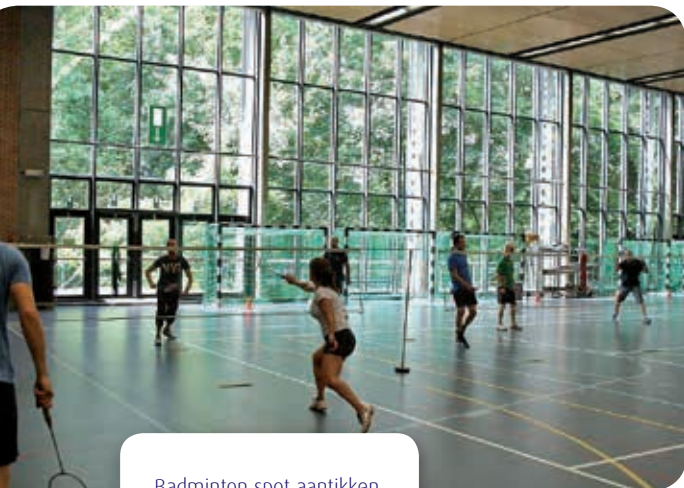
artikelenserie 'tafeltennis op maat voor het onderwijs' van Enrico Zondag in LO 2 en 3 (2011) of 'indiacca'. Het zou mooi zijn als de relatie tussen de verschillende terugslagspelen gelegd wordt door de overeenkomsten expliciet te benoemen. Het gaat immers bij alle terugslagspelen om dezelfde speluitdagingen. Leerlingen zullen spelprincipes succesvol leren toepassen. Door het tactische inzicht dat leerlingen ontwikkelen bij het ene spel, te gebruiken bij het andere terugslagspel, vergroten we de taakgerichte leertijd van leerlingen en daarmee wordt de kans op succesbeleving groter. Door het spelonderwijs te structureren naar speluitdagingen kan de docent krachtige leeromgevingen voor alle terugslagspelen creëren voor zijn leerlingen. ◀

Frank de Kok (f.dekok@fontys.nl) en Enrico Zondag (e.zondag@fontys.nl) zijn opleidings- en speldocent aan Fontys Sporthogeschool in Eindhoven.

Literatuur:

- Brouwer, B., Aldershof, A., Bax, H., Berkel, M. van., Dokkum, G. van., Mulder, M.J., e.a. (2011), *Human movement and sports in 2028: een blik in de toekomst van lichamelijke opvoeding / bewegingsonderwijs en sport op school*, Enschede: SLO
- Leysen, H., *What's in a game* (2004), Acco Leuven
- Thorpe, R., Bunker, D., Almond, L. (1986) *Rethinking games teaching*, Department of physical education and sports science, Loughborough.
- Weeldenburg, G., Neutkens, B. (2012), *Met zijn allen aan (de) slag'*, Lichamelijke Opvoeding (nummer 3, 4 en 5)
- Zondag, E. (2011), *Tafeltennis op maat voor het onderwijs*, Lichamelijke Opvoeding (nummer 2 en 3)

Foto's: Enrico Zondag



Badminton spot aantikken