



Van de poppenhoek, schrijfhoek, knutselhoek naar de beweeghoek.

## De airmat een aanwinst voor MRT in de onderbouw PO?

De kinderen van juf Nicole en juf Ans kunnen via het kiesbord kiezen in welke hoek ze willen spelen. Kiezen ze de beweeghoek midden in de klas voor het digibord, dan kunnen ze zelf filmpjes aanklikken en meedoen met de oefeningen/bewegingen die op het digibord verschijnen. Is dit een utopie? Samen met de kinderen in groep 2 van juf Nicole en juf Ans op de Bloemhofschool in Rotterdam hebben we geprobeerd hier inzicht in te krijgen.

Door: Remko van der Kaaden

>>

Contact:

[r.kaaden@gmail.com](mailto:r.kaaden@gmail.com)

# O

Onderzoek doen is een speciale discipline. Goed onderzoek moet aan een heleboel regels voldoen. Maar je kunt ook een voorstudie doen waarbij je een voorzet geeft tot een echt onderzoek. Hier gaat het erom te bekijken of de airmat een goed hulpmiddel is om te remediëren.

## Airmat, wat is het en wat kun je ermee?

De airmat, is een vlakke met lucht gevulde mat die je kunt oppompen tot de gewenste spanning. De mat is verkrijgbaar in verschillende afmetingen, van 140x100x10cm tot hele turnvloeren. De onder- en bovenkant wordt door duizenden draadjes vlak gehouden. Je pompt de mat handmatig of met een elektrische pomp op. Door de structuur kent de airmat vele nieuwe toepassingsmogelijkheden, denk aan variabele tennismuren, surfplanken en tumblingbanen.

## Hoe is het idee ontstaan?

Een MRT-opdracht bracht mij op het idee de geschiktheid van de mat in de school te onderzoeken. We hebben een klein onderzoekje gedaan op een school in Rotterdam. We stelden onszelf de volgende vragen. Is het mogelijk om de mat in de klas van de onderbouw (groep 1 en 2) te gebruiken? En, wat zijn de resultaten na zes weken gebruik?

In de meeste lokalen waar groep 1 en 2 werken is er de leeshoek, de poppenhoek en veelal is er een plekje op de gang waar de kinderen kunnen spelen. Er wordt snel gedacht dat een beweeghoek in de vorm van springen, balansoefeningen, spelvormen waarbij de grove motoriek ingezet wordt overlast, gevaar of andere ongemakken oproept. Dat valt echter wel mee. Zeker als je de activiteit organiseert net zoals tekenen, verven, met blokken bouwen, de zandtafel, de leeshoek, etc..

Door het beantwoorden van de volgende vragen: wat doe je, waar, wanneer en waarom kun je een plekje voor bewegen creëren in je klas? En als je het goed organiseert kunnen zelfs kleuters zelfstandig werken. Dat kleuters dat kunnen weten leerkrachten van groep 1 en 2 ook wel, maar als het op het gebied van bewegen aankomt zijn ze een stuk minder zeker van hun zaak, omdat het niet hun expertise is. Veel

gehoorde bezwaren zijn: klein lokaal, drukke kinderen, lokaal staat vol met kasten, gevaarlijke situaties, het opgeven van een andere hoek, enzovoort. Als dan nog blijkt dat de mat ook kan dienen als een soort trampoline, is de acceptatie ver weg.

Door middel van workshops die ik aan leerkrachten van groep 1 en 2 geef over de beweeghoek, laat ik de leerkrachten door het introduceren van verschillende beweegspellen ervaren dat een beweeghoek een optie is voor zinvolle activiteiten.

## Wat we gedaan hebben

### A Toepassing in kleinere ruimten zoals klaslokaal, gang en spellokaal

Door zijn geringe gewicht van 3,5kg en de bescheiden afmeting 140x100x10cm neemt de mat weinig ruimte in beslag, is de mat gemakkelijk te verplaatsen en daardoor goed in te passen in zowel het klaslokaal, de gang als het spellokaal.

### B Welke activiteiten zijn gekozen?

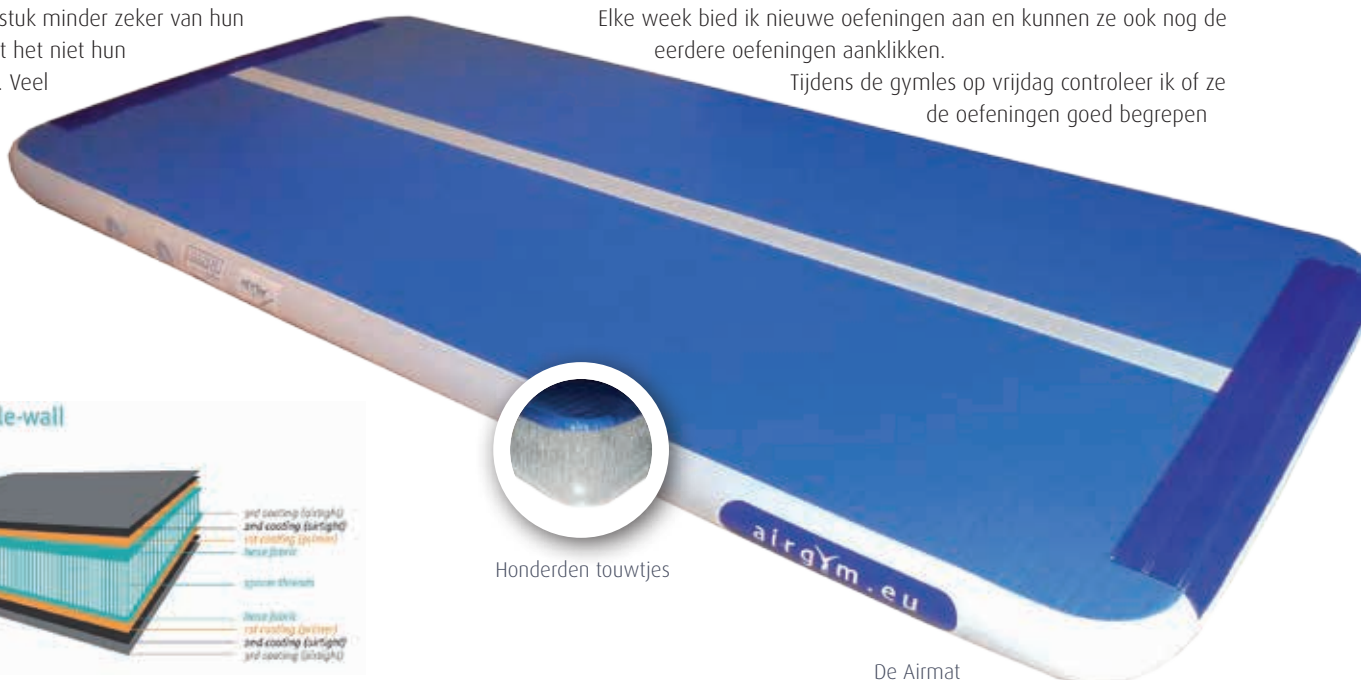
Om het voor de leerkrachten niet te moeilijk te maken heb ik me gericht op balansoefeningen. Een groot deel van de kinderen met beweegproblemen heeft in de basis een balansprobleem dus dat kwam goed uit.

Samen met juf Nicole van groep 2 heb ik vijf kinderen uitgekozen waarmee ik een nulmeting bij heb gedaan. De kinderen zijn getest op: Stilstaan, Springen kracht, Springen coördinatie en Stuiten, ook wel bekend als de vier s-entest volgens het Leerlingvolgsysteem bewegen en spelen van Wim van Gelder jr. en Hans Stroes.

De toepassing van het matje in combinatie met filmpjes waarop de bewegingen worden voorgedaan door een leerling uit groep 5, wordt door mij in de klas geïntroduceerd.

Iedere dinsdag en vrijdag hebben deze vijf kinderen in de ochtend en in de middag een beweegmoment op de mat van zo'n drie tot vier minuten per kind. Ze mogen via de computer filmpjes aanklikken waarop oefeningen te zien zijn die ze na kunnen doen. De oefeningen verschijnen op het digibord waar het matje recht voor ligt. Elke week bied ik nieuwe oefeningen aan en kunnen ze ook nog de eerdere oefeningen aanklikken.

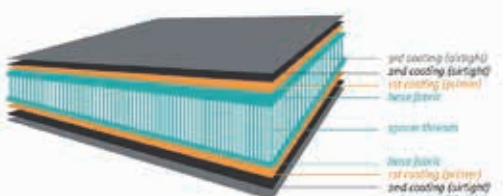
Tijdens de gymles op vrijdag controleer ik of ze de oefeningen goed begrepen



Honderden touwtjes

De Airmat

heytex® double-wall



De vulling





FOTO: REMKO VAN DER GRIJN

Stuiterbal op de plaats

hebben door met de hele groep in twee tot drie minuten de oefeningen te herhalen. Mijn ervaring na zes weken is dat ze zeer trouw en precies zijn in de uitvoering.

Na die zes weken heb ik de vijf kinderen weer getest. De verschillen zijn klein en niet representatief omdat het slechts om de vijf geselecteerde kinderen gaat en over een relatief korte periode.

## Vragen

Samen met juf Nicole en juf Ans hebben we geregeld gesproken over de mogelijkheden en beperkingen van het gebruik. En als je zo bezig bent komen er vragen op. We hebben geprobeerd die zo goed mogelijk te beantwoorden.

*Kun je het in je lesrooster inpassen?*

Juf Nicole. "Ja, vaste tijden en het inzetten van het kiesbord biedt houvast en structuur."

*Is het voor alle kinderen geschikt?*

Juf Nicole. "In principe wel, maar je hebt er kinderen bij die je extra in de gaten moet houden, die gaan dingen doen die je kunt verwachten. Bijvoorbeeld van een stoel op de mat springen. Ook in andere hoeken worden materialen oneigenlijk gebruikt, daar moet je rekening mee houden."

*Worden andere kinderen afgeleid als de mat in gebruik is?*

Juf Nicole. "Ja, mede omdat het nieuw is en er veel gebeurt via digibord. En dan natuurlijk het bewegen op de mat. Echter na een

aantal weken is dit wel minder geworden. Er waren zelfs momenten waarop de kinderen het geluid van de instructiefilmpjes niet goed konden horen omdat er uit de leeshoek en speelhoek ook de nodige decibellen kwamen."

## Conclusie

Het doel van het gebruik van de airmat is het remediëren op maat.

- Voor kinderen zijn sommige oefeningen eenvoudiger op de mat, waardoor ze minder snel afhaken.
- De mat is een goede trainer voor bepaalde balansoefeningen.
- De plezierfactor is hoog op de mat, de mat biedt hierdoor een goede aanvulling op het geheel van remediemogelijkheden
- Gebleken is dat de mat qua afmeting en gewicht goed inpasbaar is in de klas.
- De mat in combinatie met het digibord, leent zich goed voor het zelfstandig werken.
- De eerste kennismakingen met de airmat zijn positief, maar om het effect van de airmat bij MRT te bepalen zal verder onderzoek nodig zijn.

En dat is dan weer een mooie studieopdracht voor studenten aan de ALO's. ◀■

Met dank aan: Eurogym België voor het beschikbaar stellen van het materiaal.