



# STOEISPELEN IN HET BASISDOCUMENT ONDERBOUW VO

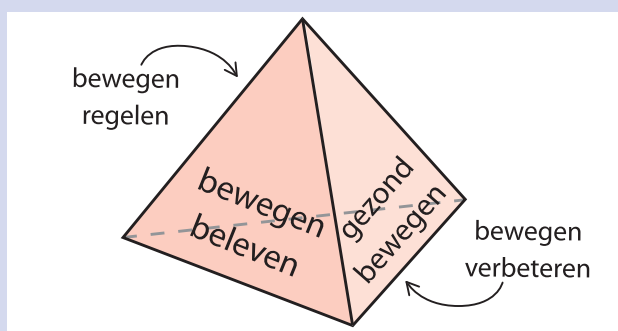
**Het Basisdocument onderbouw VO is de afgelopen periode veelvuldig onder de aandacht gebracht in het vakblad. Ook tijdens de VO-studiedag in Den Haag kwamen veel deelnemers in aanraking met het boek. In dit artikel staan we stil bij de leerlijn stoeispelen. In het Basisdocument wordt ook een leerlijn voor trefspelen beschreven.**

**Door: Gerie ten Brinke e.a.**

## LEER- EN ONTWIKKELLIJNEN

In het *Basisdocument* worden leer- en ontwikkelijnen van leerlingen van de oriëntatieperiode (eind brugklas) en de uitbouwperiode (klas 3) beschreven. De leer- en ontwikkelijnen zijn een gevolg van vier sleutels die we in het basisdocument onderscheiden: bewegen verbeteren, bewegen regelen, gezond bewegen en bewegen beleven. Deze sleutels zijn vier ingangen om de kwaliteit van de praktijk in de lessen bewegingsonderwijs te duiden.

De leer- en ontwikkelijnen worden uitgewerkt in voorbeelden van kernactiviteiten met concrete deelnameniveaus van leerlingen (basis, vervolg, gevorderd, zorg). Hieronder wordt de leerlijn stoeispelen uitgewerkt (bewegen verbeteren). Voor de volledige beschrijving van de leerlijn verwijzen we naar het basisdocument zelf.



## VERSCIJNINGSVORMEN

Worstelen is een oeroude activiteit. Maar ook vandaag de dag worden mensen aangesproken door dit soort activiteiten. Sporten als sumo-worstelen en Turks worstelen trekken arena's vol publiek en halen hoge kijkcijfers. Jonge kinderen stoeien met vriendjes en ouders. Veel ouders doen hun kinderen op judo om hen weerbaarder te maken. Judo is ook een wereldwijd verspreide wedstrijdsport. Jongeren meten ook bijvoorbeeld op het strand graag hun krachten met elkaar in stoeivormen.

## HOOFDUITDAGING

Bij stoeispelen gaat het erom de ander uit balans en op de grond te krijgen en te controleren, terwijl de ander dit probeert te voorkomen.

## BEWEGINGSTHEMA

Voor school kiezen we voor vormen van judo als bewegingsthema binnen stoeispelen, waarbij het er om gaat de ander uit balans en op de rug op de grond te krijgen en te controleren met o.a. vastpakken van kleding (kimono), terwijl de ander dit probeert te voorkomen.

## FASERING

- De pakking: beide spelers proberen elkaar op een zo gunstig mogelijke manier vast te pakken. Tegelijkertijd proberen ze



## Oriëntatieperiode (4 klokuren)

### Kernactiviteiten

#### • Boomstamjudo

Arrangement (zonder judopakken)

(Judo)matten.

Drietalen: één leerling ligt op zijn buik met de armen gebogen voor. De ander zit daar haaks op, in knieënstand.

De 3<sup>e</sup> leerling is wachter/scheidsrechter.

#### Opdracht

Probeer de ander vanuit de uitgangspositie op de rug te krijgen en 10 tellen te controleren. Als dit gelukt is, wisselt één van de spelers met de wachter.

#### • Vriendjesjudo

Arrangement (met judopakken)

(Judo)matten.

Drietalen: twee leerlingen zitten op de knieën met de heupen naast elkaar, de 'binnenste' arm op de rug van de ander en de 'buitenste' arm ter hoogte van de elleboog de jas van de ander vasthoudend en steunend op de mat.

De 3<sup>e</sup> leerling is wachter/scheidsrechter.

#### Opdracht

Probeer elkaar vanuit de uitgangspositie op de rug te krijgen en 10 tellen te controleren. Als dit gelukt is, wisselt één van de spelers met de wachter.



Fase	Functie	Basis	Vervolg	Gevorderd	Zorg
Pakking	Stoeier	N.v.t. afgesproken volgens opdracht			
Uit balans brengen t.o.v. het voorkomen ervan	Tori (degene die aanvullend initiatief heeft)	Probeert de ander uit balans te brengen, aarzelend, vaak nog te laat Volgt soms met een houdgreep	Brengt de ander met wisselend succes uit balans  Volgt met een houdgreep	Brengt de ander op tijd en in een snel tempo uit balans  Volgt direct met een houdgreep	Onderneemt nauwelijks pogingen de ander uit balans te brengen
	Uke (degene die verdedigt)	Probeert initiatieven van tori te ontwijken, vaak nog te laat	Ontwijkt initiatieven van tori	Reageert snel op de initiatieven van tori en neemt initiatief over	Onderneemt nauwelijks pogingen de initiatieven van tori te ontwijken en blijft uke Laat zich daarna machteloos omkantelen
Controleren t.o.v. het voorkomen ervan	Tori	Legt houdgreep vaak te laat en te los aan waardoor uke uit de houdgreep komt	Reageert tijdig op ontsnappingspogingen van uke; verliest soms controle door schijnbewegingen van uke	Verplaatst zich goed en blijft voldoende druk op uke uitoefenen; de controle komt niet in gevaar	Komt nauwelijks in de positie dat hij de ander onder controle moet houden
	Uke	Doet willekeurige pogingen te ontsnappen uit de houdgreep, maar is daarin te laat	Onderneemt veel acties om te ontsnappen, maar zet deze onvoldoende door	Zet op het juiste moment ontsnappingsacties in en zet deze door; tracht tori te misleiden met schijnacties	Onderneemt geen actie om uit de houdgreep te komen

de gunstige pakking van de ander te ontregelen.

- Het uit balans brengen tegenover het voorkomen ervan: de spelers proberen de ander zodanig uit balans en naar de grond te brengen dat de ander kan worden gecontroleerd. Tegelijkertijd proberen ze te voorkomen dat ze uit balans gebracht worden door de ander.
- Het controleren tegenover het voorkomen ervan: de speler

die de ander uit balans heeft gebracht probeert de ander zo vast te krijgen en vast te houden dat deze niet meer los kan komen. De ander probeert dit te voorkomen.

### BANDBREEDTE

Binnen stoeispelen zien we leerlingen op verschillende niveaus deelnemen. Er zijn leerlingen die een aanval vaak nog



## Uitbouwperiode (6 klokuren)

### Kernactiviteiten

#### • Grondgevecht: leeuwenjudo

Arrangement (zonder judopakken)

(Judo)matten.

Drietalen: één leerling zit laag op gebogen armen en knieën. Leerling 2 zit daar haaks op, ook op de knieën en pakt de ander vast waar hij wil (niet om de nek).

De 3<sup>e</sup> leerling is wachter/scheidsrechter.

#### Opdracht

Tori probeert uke te kantelen en daarna te controleren. Zodra het spel begonnen is, mogen beiden initiatief nemen. Als het je lukt de ander 10 tellen te controleren, heb je een punt. Als dit gelukt is, wisselt één van de spelers met de wachter.

#### • Staand judo: heupenspel

Arrangement (met judopakken)

(Judo)matten.

Drietalen: twee leerlingen staan naast elkaar; hebben elkaar met een hand op de rug en de andere hand bij de mouw vast.

De 3<sup>e</sup> leerling is wachter/scheidsrechter.

#### Opdracht

Probeer de ander naar voren uit balans te brengen door je heup voor de heup van de ander te plaatsen. Maak gebruik van je armen. Als het je lukt de ander zo uit balans te brengen dat hij valt, heb je een punt. Als dit gelukt is, wisselt één van de spelers met de wachter.

In verband met veiligheid moet de mouw vastgehouden worden/blijven, zodat de ander zijn arm niet kan uitsteken als hij uit balans raakt/valt. Je mag de ander niet naar achteren uit balans te brengen. Degene die werpt is verantwoordelijk voor degene die valt!



Fase	Functie	Basis	Vervolg	Gevorderd	Zorg
Pakking	Stoeier	N.v.t. afgesproken volgens opdracht			
Uit balans brengen t.o.v. het voorkomen ervan	Tori	Verplaatst zich zo dat hij uke uit balans probeert te brengen, maar vaak te traag zodat uke eenvoudig de balans hervindt	Verplaatst zich zo dat hij uke uit balans brengt	Verplaatst zich zo snel dat hij uke uit balans brengt, maakt ook schijnbewegingen	Neemt weinig initiatief, als hij een poging doet om uke uit balans te brengen, raakt hij zelf uit balans
	Uke	Kan op tijd reageren op een half ingezette actie van de ander	Kan op tijd reageren op een actie van de ander	Op het moment dat de ander de actie wil gaan maken, neemt hij het initiatief over	Wacht de initiatieven van de ander af en ontwijkt een actie van de ander niet
Controleren t.o.v. het voorkomen ervan	Tori	Alleen wanneer de ander niet goed de balans hervindt, lukt het hem de ander door te draaien/te kantelen en op de grond te leggen	Op het moment dat de ander uit balans raakt, draait hij de ander door/kantelt de ander, nog niet altijd op de rug	Op het moment dat de ander uit balans raakt, draait hij de ander door/kantelt de ander en houdt de ander in een houdgreep	Komt niet in een positie dat hij de ander uit balans brengt
	Uke	Probeert wel van z'n rug te draaien, maar dat lukt alleen wanneer de ander hem teveel ruimte geeft	Probeert van z'n rug te draaien; dit lukt redelijk vaak	Draait op het moment dat hij op de rug op de grond gelegd wordt direct door, zodat een houdgreep voorkomen wordt	Wanneer hij op zijn rug op de grond gelegd wordt, onderneemt hij geen enkele poging er uit te komen

wat traag en te laat inzetten en die worden verrast door een aanvalspoging van de ander. Daarnaast zijn er leerlingen die sneller, tijdig en met een passende techniek aanvallen. Sommigen kunnen zelfs een aanval overnemen. De deelnamemogelijkheden van leerlingen kunnen worden bevorderd door te variëren in zaken als: wel/niet voorschrijven van bepaalde uitgangspositie, pakking, techniek, tegenstander; initiatief aan een kant of aan beide kanten.

Voor een compilatie van het basisdocument zie [www.kerndoelenonderbouw.slo.nl](http://www.kerndoelenonderbouw.slo.nl).

Het Basisdocument *bewegingsonderwijs onderbouw VO* is te bestellen bij het Jan Luiting Fonds ([www.janluitingfonds.nl](http://www.janluitingfonds.nl)).

Correspondentie: [g.ten.brinke@windesheim.nl](mailto:g.ten.brinke@windesheim.nl)