

Beweegprogramma Cricket4KIDS

Samen sporten, onbewust breed motorisch ontwikkelen, kennismaken met de sport cricket en vooral veel plezier hebben. Dat is wat Cricket4KIDS is! | Tekst Margo Cornelissen



Cricket4KIDS is een beweegprogramma ontwikkeld door de Koninklijke Nederlandse Cricket Bond (KNCB) en richt zich op kinderen in de leeftijd van 6 tot en met 11 jaar. Een programma met als doel meer kinderen met plezier te laten deelnemen aan sport- en spelactiviteiten. Activiteiten met een hoge 'fun' factor, gericht op de Brede Motorische Ontwikkeling (BMO), waarmee de kinderen onbewust kennismaken met de, voor de meeste kinderen, onbekende sport cricket.

Cricket4KIDS is laagdrempelig en voor ieder kind toegankelijk. De activiteiten kunnen zowel binnen als buiten worden aangeboden. Op school en op de club, maar kinderen kunnen ook thuis met hun vriendjes de activiteiten beoefenen. Binnen Cricket4KIDS staat het sociale aspect hoog in het vaandel; vrienden ontmoeten of nieuwe

vrienden maken, samen een hoop lol beleven, geen verliezers, alleen maar winnaars! Plezier, samenspelen en samenwerken zijn belangrijker dan de sport, prestatie en winst.

Het beweegprogramma

Cricket4KIDS is een uitgebreid beweegprogramma en bestaat uit een serie van acht lessen van één uur. De activiteiten in deze acht lessen richten zich op de breed motorische ontwikkeling (BMO) 'overgoten met een cricket-sausje'. Iedere les is opgebouwd uit een warming-up, drie kernactiviteiten, een eindspel en een afsluiting van de les waarin het sociale aspect centraal staat.

De warming-up bestaat uit een activiteit waarin vormen van lopen, gaan en/of rennen verwerkt zijn. De kernactiviteiten staan in het teken van de BMO. In

iedere les is één van de kernactiviteiten de skill-challenge. Deze activiteit richt zich op meerdere oefeningen gericht op de BMO. Tijdens het eindspel komen de geoefende vaardigheden bijeen in een groepsactiviteit of wedstrijdje. In bijna alle activiteiten laten we iets van cricket terugkomen door bijvoorbeeld het gebruik van cricket-materialen. Als afsluiting van de les is er altijd een 'sociaal' momentje. Dat kan zijn een activiteit gericht op het geven van complimenten, samen terugkijken naar wat gedaan is in de les of een vriendenactie.

Er is een handleiding beschikbaar voor de lesgever. Hierin is een verkorte weergave opgenomen van de eerste acht Cricket4KIDS-lessen inclusief alle lesactiviteiten. De lessen kunnen in willekeurige volgorde, zowel binnen als buiten, gegeven worden. Binnen de lessen kan er geschoven worden met de lesactiviteiten. De lesactiviteiten zijn per activiteit uitgeschreven op een spelkaart. De spelkaarten zijn digitaal beschikbaar via een app op je mobiel en te downloaden van de website.

Cricket4KIDS



www.cricket4kids.nl

Les opbouw

Warming-up	Kernactiviteit 1	Kernactiviteit 2	Kernactiviteit 3	Eindspel	Afsluiting
10 minuten	10 minuten	10 minuten	10 minuten	15 minuten	5 minuten



Foto 1 Fun



Foto 2 Geschikt voor basisonderwijs

Elke lesactiviteit kan 'op maat' aangepast worden door de activiteit makkelijker of moeilijker te maken of door te kiezen voor een variatievorm. De variatievorm en het makkelijker of moeilijker maken van de activiteit staat uitgeschreven op de desbetreffende spelkaart. Mochten de benodigde materialen die op de spelkaart staan niet aanwezig zijn, dan kunnen alternatieve materialen gebruikt worden. Kleine, grote, harde of zachte ballen, gebruik van een bat, hockeystick, stok of opgerolde krant, et cetera. De alternatieve materialen zijn te vinden in de handleiding Cricket4KIDS of op de digitale spelkaart.

Het acht weken Cricket4KIDS beweegprogramma is vooral goed in te zetten in het basisonderwijs, de buitenschoolse opvang en bij sportorganisaties. Met de handleiding en de digitale spelkaarten kan de lesgever zelfstandig aan de slag met Cricket4KIDS.

Certificaat Partner in Veelzijdig Bewegen

Het certificaat Partner in Veelzijdig Bewegen is uitgegeven door het Kenniscentrum sport en bewegen en geeft, door middel van een drie sterren systeem, aan hoe BMO-proef en daarmee de kwaliteit van een programma is. De KNCB heeft voor Cricket4KIDS het certificaat met het hoogste aantal sterren mogen ontvangen. Daar zijn we heel trots op. Hiermee weten we zeker dat aanbieders die dit beweegprogramma gebruiken hun jonge sporters een goede basis geven.

Vervolg Cricket4KIDS


Scholen en sportorganisaties die enthousiast zijn geworden en aansluitend op Cricket4KIDS de kinderen nog meer cricket ervaring willen laten op doen, kunnen verder met Cricket4YOU of het criiio-cricket-programma. Cricket4YOU is een lesprogramma

met cricketactiviteiten meer gericht op het leren cricketen. Een programma met 40 complete leskaarten. De leskaarten van Cricket4YOU zijn te vinden op www.cricket4you.nl of via de KnS cricket app.

Cricket4YOU wordt veelal ingezet in de lessen bewegingsonderwijs binnen het voortgezet onderwijs, maar kan ook als vervolgprogramma na Cricket4KIDS ingezet worden in de bovenbouw van het basisonderwijs. Cricket4YOU vraagt cricket basiskennis van de lesgever. Met een twee uur durende bijscholing kan een vakleerkracht of buurtsportcoach goed uit de voeten met het lesprogramma Cricket4YOU.


Het criiio-programma is ontwikkeld door de ICC (Internationale Cricket Council). Een programma dat wereldwijd binnen het onderwijs ingezet wordt om kinderen en jongeren kennis te laten maken met de cricketsport. Dit programma geeft

ZONE ACTIVITEITEN
Spelkaart 42



Cricket 4KIDS
SPELACTIVITEIT - 'BAT DE BAL'

Beschrijving activiteit
Maak tweetallen. De batter probeert de toegespeelde bal te 'batten'. De vanger; gooit de bal naar de 'batter'. Wissel steeds van batter en vanger na 5 slagen.



www.cricket4kids.nl

EINDSPEL
Spelkaart 2



Cricket 4KIDS
SPELACTIVITEIT - CRICKET BASEBALL

Beschrijving activiteit

- Maak 4 Basis (honken) op het veld.
- Maak twee groepen:
- Groep 1: start als fielders (F) en groep 2 start als batters (Bt).
- Fielders staan in het veld. De batters mogen om de beurt de bal batten.
- De spelbegeleider is de bowler.

De spelbegeleider gooit de bal (onderarms) naar de wicket om deze om te gooien. De batter beschermt de wicket en probeert de bal te batten en rent vervolgens naar de 1e basis (Bs). Mist de batter de bal en mist de bowler de wicket, dan krijgt de batter een vrije loop naar de 1e Bs. De volgende batter is dan aan slag.

Als de bal gevangen wordt op het veld, door de keeper of de bal is eerder terug bij de wicket als dat de batter bij de Bs is, dan is de batter 'out of run' en moet hij het veld af.

Als 10 batters zijn geweest, wisselen de groepen: Batters worden fielders en fielders worden batters.



www.cricket4kids.nl

kinderen de kans om overall, met iedereen en waar dan ook te cricketen. Net als in het Cricket4KIDS beweegprogramma is er binnen het cricoo aandacht voor breed motorisch ontwikkelen, het vereenvoudigen of moeilijker maken van de activiteit en is er aandacht voor het gebruik van alternatieve materialen.

Alle drie de lesprogramma's zijn in het Engels beschikbaar en daarmee ook binnen het tweetalig onderwijs en voor expats zeer geschikt.

Bijscholing

Speciaal voor vakleerkrachten en buurtsportcoaches is er een twee uur durende bijscholing, waarin de deelnemers wegwijs gemaakt wordt met de basis beginselen van de cricketsport. Na afloop van de bijscholing ontvangt de deelnemer de handleiding Cricket4KIDS. Met de handleiding kan de vakleerkracht of buurtsportcoach zelfstandig aan de

slag met Cricket4KIDS binnen het basisonderwijs of bij sportstimuleringsactiviteiten. De bijscholing kan 'op maat' bij de aanvrager gegeven worden. ●



Contact

Voor meer informatie of aanvraag bijscholing kan contact opgenomen worden met de projectleider Cricket4KIDS van de kncb

Margo Cornelissen *margo.cornelissen@knbc.nl* of *cricket@knbc.nl*

Foto's

Jan de Koning

Kernwoorden

cricket



Eind spel: Bowling tag (Bowling tikkertje)

Materialen

- 1 of meerdere tennisballen
- 1 grote bal
- 4 matten
- 8 pionnen

Organisatie

Er zijn twee of meer tikkers. Alle andere spelers staan in het veld. De tikkers moeten de spelers proberen te tikken met een tennisbal. Ze moeten de tennisbal tegen het been van een speler gooien. De tikkers moeten goed samenwerken.

Als een speler wordt getikt, moet die stilstaan als een standbeeld, met de handen in de lucht. De spelers die nog 'vrij' zijn, kunnen de spelers die zijn getikt, bevrijden doorze een high five te geven.

Techniek

Zeg dat de spelers hun ogen op de bal gericht moeten houden terwijl ze vangen. De spelers moeten vangen met hun vingers omhoog of omlaag, niet met 'krokodillenhanden' (twee handen vooruit, als een krokodillenbek).

Bij het eindspel moeten de spelers behendig en snel zijn om de ballen te ontwijken.



Variatie

Maak eilandjes en riviertjes. De spelers mogen niet in de riviertjes komen. Op de eilandjes zijn de spelers veilig (ze kunnen niet worden getikt), maar spelers mogen slechts 3 seconden op een eiland blijven staan.

Makkelijker

- Gebruik grote ballen.

Moelijker

- Vergroot het speelveld.



www.cricketforyou.nl



Final game: Bowling tag

Materials

- 3 or more small balls
- 1 big ball
- 4 mats
- 8 cones

Organization

Two or more players are the taggers. All other players are in the field. The taggers must try to tag the players with a tennis ball. They need to hit the taggers with the tennis ball in the leg. The taggers must work together.

If a player gets tagged, then they need to stand like a statue with their arms in the air. The taggers who are still 'free' can free the tagged players by giving them a high five.

Technique

- Watch the ball into the hands.
- Catch with either the fingers pointing up or down, no crocodile hands.
- Be agile and mobile in the end game to dodge the balls.

Variation

Create islands and rivers. Players cannot run through the rivers. The islands are a safe (cannot be tagged) haven but players may not stay on the island longer than 3 seconds.

Easier

- Use bigger balls.

More difficult

- Create a larger playing field.



www.cricketforyou.nl

