

# Samen bewegen regelen in de praktijk 2

## Regeltaak herstellen bij pilonmikspel'

Het boek 'Samen bewegen regelen' (SBR) is uit. In magazine LO 9 (2023) is hierover een recensie en een artikel (assisteren als coach bij dansje maken) verschenen. In het boek wordt uitvoerig beschreven hoe we leerlingen in het primair onderwijs regeltaken kunnen laten uitvoeren en ontwikkelen. Het is een belangrijke aanvulling op het Basisdocument bewegingsonderwijs waar al reguleringsdoelen worden beschreven. In het bewegingsonderwijs wordt uitgegaan van drie doeldomeinen; Bewegen verbeteren, Bewegen waarderen en Bewegen regelen. In SBR wordt het doeldomein Bewegen regelen verder systematisch uitgewerkt. In een artikelenserie willen we hier in dit magazine aandacht aan schenken. In een vorig artikel (LO 9, 2023) hebben we het voorbeeld laten zien van de regelrol coachen binnen het regelthema 'assisteren', met als bewegingsactiviteit B&M. In dit artikel volgt het voorbeeld van de regeltaak 'herstellen' bij het pilonmikspel. | Redactie

### Reguleringsuitdaging

In het boek Samen bewegen regelen wordt aandacht gevraagd voor de volgende reguleringsuitdaging: de reguleringsuitdaging is dat leerlingen in verschillende contexten leren om de toenemende beweegdiversiteit op een sociaal rechtvaardige wijze te organiseren als groep.

### Thema's, taken en rollen

Binnen SBR worden drie regelthema's onderscheiden. De thema's zijn gebaseerd op de regelrollen en regeltaken die leerlingen in de les kunnen vervullen en ontwikkelen (zie tabel). Leerlingen leren:

- arrangeren; op- en afbouwen, herstellen en aanpassen van de situatie;
- assisteren; verzorgen, beveiligen en coachen van elkaar;
- afspreken; vertellen van regels, controleren van afspraken, overleggen voor verbeteringen

In dit artikel laten we een voorbeeld zien uit het boek van het regelthema arrangeren. Voor leren arrangeren wordt de volgende uitdaging omschreven: het

Doeldomein	Regelthema	Reguleringsuitdaging	Regeltaak	Regelrol	Regelknoppen
Samen bewegen regelen	Arrangeren	Bouwen van beweegcontexten om op een zorgzame wijze beweegdiversiteit mogelijk te maken.	Op- en afbouwen	Bouwer	Bouwknoppen: - Welk bouw materiaal? - Welke bouw instructie?
			Herstellen	Hersteller	Herstellknoppen: - Wanneer herstelactie? - Welk draaisysteem?
			Aanpassen	Architect	Aanpassknoppen: - Voor wie? - Welke ontwerpruimte?
	Assisteren	Functioneren als assistent om anderen te ondersteunen.	Verzorgen	Verzorger	Verzorgknoppen: - Welke fysieke zorg? - Welke mentale zorg?
			Beveiligen	Beveiliging	Beveiligingsknoppen: - Welke fysieke ondersteuning? - Welke fysieke hulpverlening?
			Coachen	Coach	Coachknoppen: - Welke leerhulp? - Wat is de strekking van de leerhulp?
	Afspreken	Bespreken van regels om elkaar gelijkwaardige kansen te geven om samen te bewegen.	Vertellen	Teamleider	Vertelknoppen: - Hoeveel regels? - Welke parts/functieverdeling?
			Controleren	Scheidsrechter	Controleknoppen: - Welke maatregel? - Welke regelovertreiding?
			Overleggen	Burgermeester	Overlegknoppen: - Wanneer overleggen? - Welk belang?



arrangeren van beweegcontexten om op een zorgzame wijze beweegdiversiteit mogelijk te maken.

Dat kan aan het begin en eind van de les bij het klaarzetten en opruimen van de materialen. Leerlingen leren goed omgaan met de materialen. Welk materiaal voor welke activiteit en de wijze van verplaatsen en klaarleggen/opruimen krijgt hier de aandacht. In de wijze van instructie kan gevarieerd worden (regelknop, zie vorige artikel). Dit kan bijvoorbeeld mondeling, met video of kaart of met foto. Dat kan tijdens de les wanneer het arrangement weer hersteld moet worden, of aangepast moet worden aan het niveau of interesse van de leerlingen.

Het mogelijk maken van beweegdiversiteit komt tot uiting in de variatie van opstellingen en het herstellen en aanpassen daarvan. In het voorbeeld van herstellen betekent het dat leerlingen leren het arrangement na verloop van

tijd weer te herstellen. Het arrangement kan eventueel iets makkelijker of moeilijker worden gemaakt (differentiëren) qua herstellen. Zie het voorbeeld van het pilonmikspel. Er komen meer factoren bij die een rol spelen bij herstellen.

Scan of klik op de QR-code naar de regeltaak Herstellen in onderbouw, middenbouw en bovenbouw po



### Regelknoppen

In het boek worden de regelknoppen aangegeven. Dit zijn maatregelen waarmee je de situatie qua samen bewegen regelen voor leerlingen makkelijker of moeilijker kunt maken. In dit artikel is het voorbeeld opgenomen hoe de regeltaak 'herstellen' is uitgewerkt. Dat gaat

in dit voorbeeld aan de hand van het pilonmikspel. Hier zie je hoe het wordt opgebouwd vanaf de onderbouw naar de middenbouw en de bovenbouw van het po. De taak van regelaar wordt op deze manier steeds een beetje uitgebreid.

In de onderbouw speelt de regelaar mee. Hij geeft het begin- en eindsignaal, geeft opdrachten om ballen op te halen en pilonnen terug te zetten en geeft aan hoe en wanneer door te draaien.

In de middenbouw wordt er een wedstrijd gespeeld en is er een functieverdeling. Er zijn spelers en balbezorgers. Ook hier moet na het einde van het spel de situatie hersteld worden. Bovendien moet er geteld worden en ontstaat er een wedstrijdbelang (in onderbouw nog niet). Er is een doordraaisysteem met functiewissel.

Regeltaak Herstellen • Regelrol Hersteller

## Regelknoppen Pilonmikspel (bb)

### HERSTELKNOP: WANNEER HERSTELACTIE?

#### Het terugleggen van de ballen bij einde spel

Als dit spel vaak genoeg gespeeld is en de spelers de regels hebben eigengemaakt, zal het terugbrengen van de ballen geen item meer hoeven te zijn. Misschien kunnen leerlingen accepteren dat één speler toch met de bal blijft spelen terwijl de anderen alles goed regelen.

#### Het noteren van de uitslag

De scheidsrechters tellen de pilonnen en noteren de uitslag op de lijst. Dit noteren kan op allerlei manieren, met stoepkrijt op de grond, op een iPad, met het uitdelen van wasknijpers of door het bouwen van een blokken toren.

#### Het aanpassen van de mikafstand

De regel dat een speler die raak gooit daarna een positie naar achteren moet, zorgt er niet alleen voor dat de goede speler beter leert mikken, maar ook dat de zwakke mikker meer kans krijgt om ook een keer raak te gooien. Deze regel kan ook toegepast worden aan het begin van het spel als de spelers van oordeel zijn dat een bepaald team te sterk is of dat een bepaald team vooraf de uitdaging aan durft om van een grotere afstand de wedstrijd te spelen.

### HERSTELKNOP: WELK DOORDRAAISYSTEEM?

#### Andere partijen samenstellen

Als alle teams tegen elkaar gespeeld hebben, herstellen ze de teamsamenstelling door nieuwe teams te maken. Bijvoorbeeld: het verliezende team mag als eerste een nieuwe medespeler kiezen.

### AANVULLENDE REGELKNOPPEN

#### Het controleren van regelovertredingen

Deze scheidsfunctie wordt door het niet-spelende team uitgevoerd en is belangrijk om een eerlijke wedstrijd te spelen. De scheids moet controleren of de spelers in de goede positie staan; op één been achter of helemaal achter de mat. De regelknoppen voor de scheids worden bij het regelthema Afspreken besproken. Bijvoorbeeld: Welke sanctie bij een regelovertreding?

## Regeltaak Herstellen

### Pilonmikspegel met vaste teams en differentiatie → Bovenbouw



#### STARTVOORWAARDEN

Leerlingen zijn bekend met het regelen van pilonmikspegelwedstrijd van de middenbouw.

#### ARRANGEMENT

- 6 kinderen: 3 teams van 2 spelers.
- 2 teams spelen tegen elkaar.
- 1 team is wachtteam.
- Speelveld: ¼ gymzaal; 12 bij 4 meter.
- 3 muren en banken als afbakening.
- 1 bank in het midden van het veld.
- 7 kleine pilonnen als mikdoelen op de bank: afstand 40 cm.
- 4 matjes als mikplekken, op 5 meter.
- 4 kleine handbal-foamballen.
- 1 korf als verzamelplek voor ballen.
- Stopwatch; met drie minuten speeltijd.
- Puntentellijst en pen.
- Regelaars: wachtteam als 1 teller en 1 Hersteller.

#### ACTIVITEITSOPDRACHT

Speler: probeert met de bal vanaf de matten de pilonnen van de bank af te gooien.

#### Regels

Startregels:

- spelers maken drie gelijkwaardige teams;
- 2 teams stellen zich op en pakken de ballen;
- scheids geeft startsein, zet stopwatch aan.

Regels speler:

- blijft op je eigen mat staan als je de bal gooit;
- als je één keer scoort, dan met één voet achter de mat, als je twee keer scoort, met twee voeten achter de mat verder spleen;
- mag van de mat af om een bal op eigen helft te pakken.

Einde activiteit:

- als alle pilonnen van de bank af zijn of de drie minuten voorbij;
- winnend team wisselt met wachtend team;
- als alle teams tegen elkaar gespeeld hebben, punten tellen wie de eindoverwinnaar is.

Regel teller:

- telt omgegooide pilonnen en noteert punten.

Regel Hersteller:

- zet alle pilonnen op de bank terug.



hersteller



In de bovenbouw komen er taken bij als het maken van teams, bijhouden van tijd en stand en deze noteren. Bovendien wordt de gooiafstand aangepast aan het speelniveau. Bij meer succes wordt de gooiafstand vergroot. Leerlingen kiezen zelf een doordraaisysteem. De scheidsrechter let op juiste gooiafstand. Er worden sancties afgesproken bij overtreding.

In deze opbouw is te zien hoe de regelcomplexiteit opgebouwd wordt en aan welke regelknoppen er gedraaid kan worden.

Het regelthema 'arrangeren' met als voorbeeld de regeltaak 'herstellen' laat zien hoe leerlingen systematisch kunnen wennen aan de rol van hersteller. In dit geval betekent het dat leerlingen de pilonnen en de ballen na afloop weer naar de plaats brengen en de werpafstand per persoon regelen. Ook leren ze een doordraaisysteem te hanteren. In de opbouw wordt gewerkt van miksituatie naar een wedstrijd situatie van het mikspel met een wedstrijd belang.

### Tot slot

Dit voorbeeld laat zien hoe Samen bewegen regelen systematisch opgebouwd kan worden. Het boek is niet alleen bedoeld een ontwikkeling in gang te zetten bij leerlingen wat betreft samen bewegen regelen. Ook van docenten wordt er gevraagd een proces in te gaan. In een volgend artikel bespreken we een voorbeeld uit het regelthema Afspreken. ●



#### Bron

Hazelebach, C. e.a. (2023). *Samen bewegen regelen*. Arko Sport en Jan Luiting Fonds

#### Contact

[ca.hazelebach@planet.nl](mailto:ca.hazelebach@planet.nl)

#### Kernwoorden

samen bewegen regelen, coachrol