

Uitdagingspel

In het bewegingsonderwijs spreekt men van verschillende arbeidsverhoudingen: leren, oefenen (trainen), kampen en spelen. Jongeren komen naar de gymzaal om een flikflak of overslag te leren, ze willen best oefenen om hun lenigheid en gekende vaardigheden op peil te houden. Het zich-meten-met-anderen (om het meeste salto's in reeks) is uit onze gymzaal niet weg te branden. Spelen in het recreatief turnen beperkt zich nog al te vaak tot een opwarmingspel. De arbeidsverhoudingen komen vaak gemengd voor. Zo kan men spelend leren of spelend oefenen of kampend spelen. In een artikelenreeks willen we het spelelement in het recreatief turnen terug in de spotlights zetten.

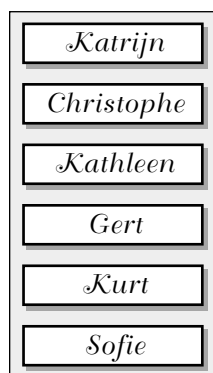
1. HANDSTAND IN LADDERCOMPETITIE

Vooraf voorziet men enkele balpen-nen en voldoende briefjes en men plaatst het nodige materieel voor de bewegingsopdrachten eventueel uitgelegd met kijkwijzers (Zie gymtec 2de jaargang, nr 5; en figuren 1 tot 25)

Alle deelnemers schrijven hun naam op een briefje. Deze briefjes worden door de trainer in een willekeurige volgorde op een schuine bank gelegd. Iedereen mag iemand uitdagen die één of twee plaatsen hoger ligt. De uitgedaagde mag niet weigeren maar kiest zelf de bewegingsopdracht. Als de uitdager wint, verwisselen de briefjes van plaats, anders blijft alles bij het oude. Het is de bedoeling om, tegen het eind van de trainingssessie, aan de top te komen door hoger geplaatsten uit te dagen en te overwinnen.

Om het spannend te maken kan de trainer de beste gymnasten onderaan plaatsen. Om specialiseren te vermijden, kan men extra spelregels toevoegen: niemand mag tweemaal na één dezelfde opdracht uitvoeren of tweemaal na één dezelfde partner uitdagen.

Als men twijfelt wie gewonnen heeft, kampt men opnieuw of men schakelt vooraf enkele omstaanders als neutrale jury in. Voorzie als spelleider voldoende tijd om alles nadien weer op te ruimen.



Een voordeel van deze organisatievorm is dat iedereen nagenoeg gelijktijdig aan het werk is. Vermoeienis en training zorgen er soms voor dat er verrassende resultaten uit de bus kunnen komen. De coach kan de bewegingsopdrachten opleggen, de gymnasten krijgen evenwel een eigen inbreng. De gymnasten bepalen zelf de moeilijkheidsgraad.

Laddervorm (fig. 20)

2. VARIANTEN

De spelleider heeft elk briefje vooraf van een verschillend getal voorzien. De spelers houden het briefje met het geheim getal bij. Wint de uitgedaagde dan behoudt die zijn briefje, wint de uitdager dan wisselen de briefjes van eigenaar. Het is nu de bedoeling om op het einde van het spel het briefje met het hoogste getal in bezit te hebben.

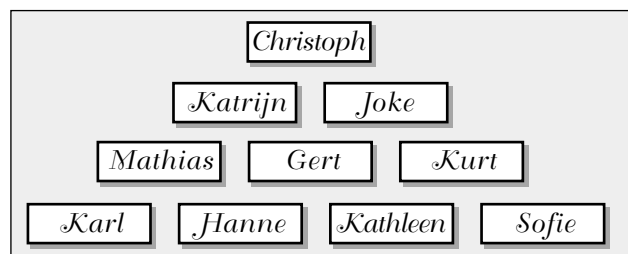
Het is ook mogelijk het uitdagingspel in een andere organisatievorm te gieten. Zo kennen we nog de piramidevorm en de schoorsteenvorm.

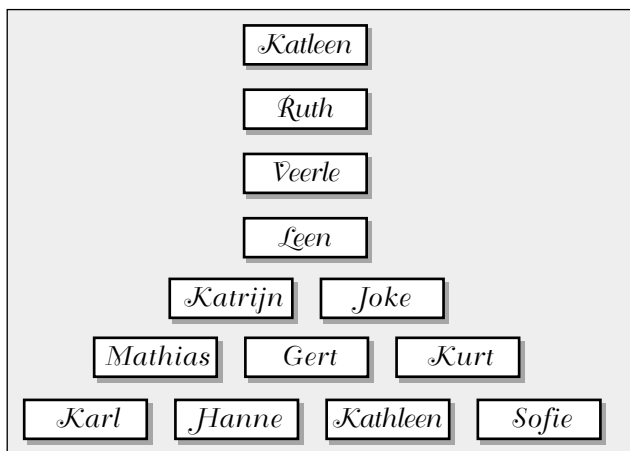
Bij de piramidevorm (fig. 21) moet een deelnemer eerst een deelnemer op dezelfde lijn verslaan voor hij of zij iemand mag uitdagen van een hogere lijn.

De schoorsteenvorm (fig. 22) is een combinatie van de piramide- en laddervorm.

Is de groep te groot? Dan kan je twee parallelle organisaties uitwerken en wellicht halfweg de tijd de koplopers bij de staart van de andere groep voegen. Ook is het mogelijk de twee kopgroepen met elkaar te vermengen een nieuwe laddercompetitie of variant starten. De staartgroepen worden uiteraard ook gemengd en starten dan een eigen competitie.

Piramidevorm (fig. 21)

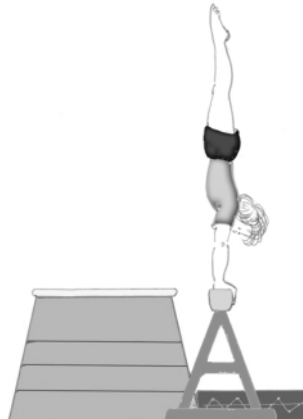
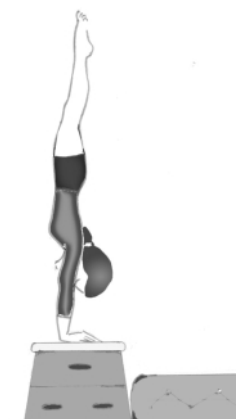
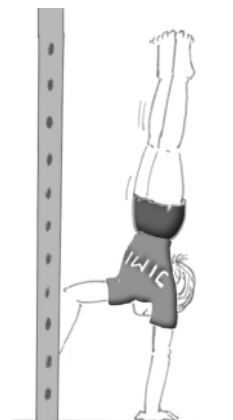
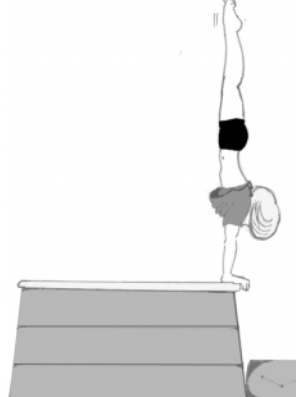
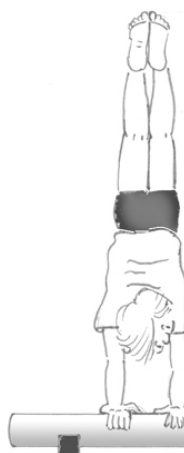
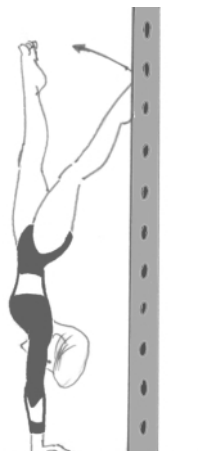
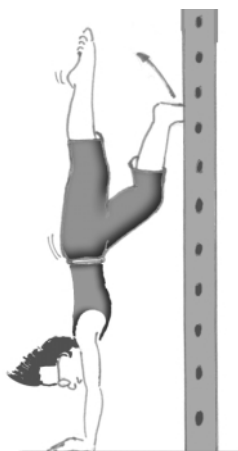


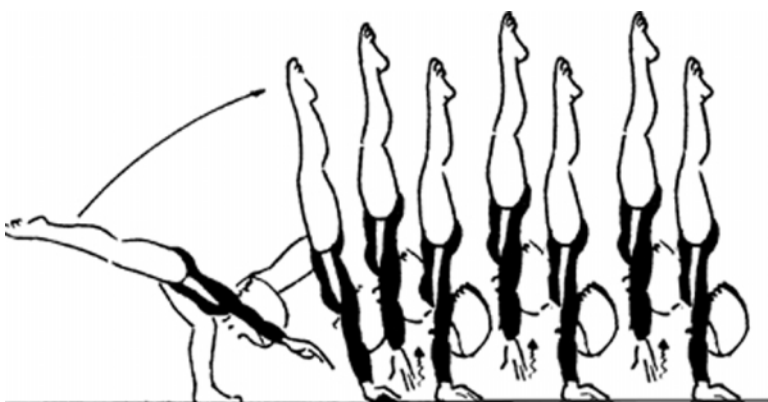
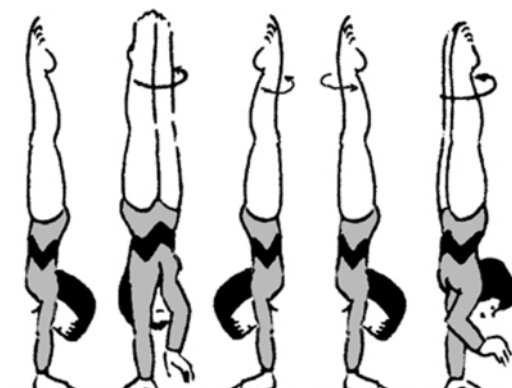
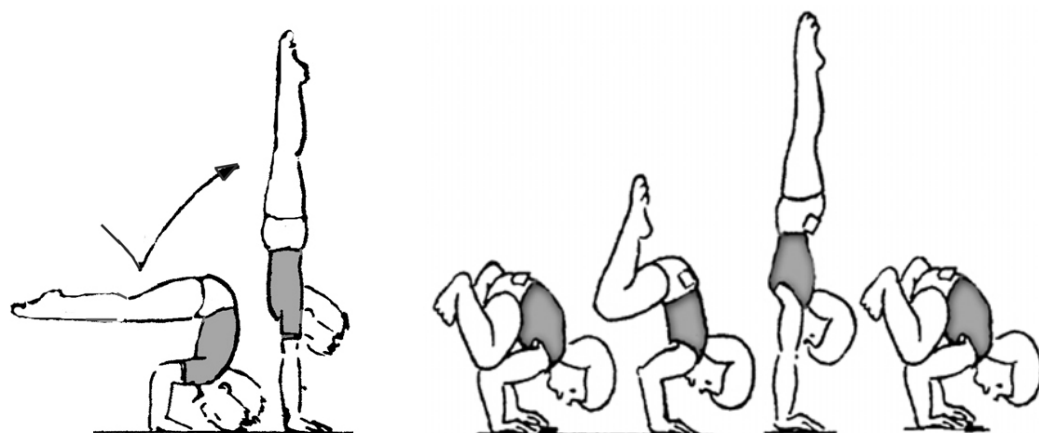


Schoorsteenvorm (fig. 22)

In dit artikel werkten we het uitdagingspel uit voor 'handstand'. Uiteraard kan je ook andere thema's (bijvoorbeeld conditioefeningen..) als onderwerp kiezen.

Mogelijke variaties op handstand van makkelijk tot moeilijk...





Jimi Gantois geeft les aan de afdeling Lichamelijke Opvoeding en Sport van MMI-Parnas te Groot-Bijgaarden en in de lerarenopleiding van EHSAL. Hij is tevens lector aan de Lerarenopleiding Lichamelijke Opvoeding (ALLO) aan de KULeuven.