

## Kijkwijzers maken en gebruiken.

Jimi Gantois

*Wanneer we leerlingen in kleine groepjes aan verschillende taken laten werken (bijvoorbeeld in circuitvorm), wordt er heel wat tijd verloren met het plaatsen van het materiaal, het uitleggen en voordoen van de verschillende opdrachten en het benadrukken van de vereisten of evaluatiemodaliteiten. Kijkwijzers, werkfiches, mediakaarten kunnen veel tijd in de les helpen besparen.*

### 1. Wat?

Een kijkwijzer geeft instructie over het aanleren, uitvoeren of toepassen van bewegingsvaardigheden, spelen en taken aan de hand van tekst en afbeeldingen. Daarnaast kan ze aanwijzingen geven over.

- de organisatie (onder meer veiligheid)
- de rol van de uitvoerder, helper, observator, organisator, coach
- variatie- en differentiatiemogelijkheden (Leper & Van Maele 2001).

Een kijkwijzer wordt gemaakt voor de leerlingen. Er wordt bij deze "papieren versie" van de instructie dan ook rekening gehouden met het niveau (leeftijd) van de leerlingen en de conventies van een degelijke instructie (bepaaldheid, helderheid, eenduidigheid).

Wanneer we een speluitleg of een bewegingsopdracht formuleren wordt dit altijd vergezeld door een voorbeeld ("Toon wat je zegt en zeg wat je toont!"). En omdat een beeld meer zegt dan duizend woorden, zal een kijkwijzer dan ook voorzien zijn van een figuur. Soms is de figuur niet meer dan een "eyecatcher", meestal echter verduidelijkt de figuur de instructie.

**HANDSTAND**

- Per twee.
- Laat je in het begin helpen:
  - ✳ De partner staat klaar aan de kant van het zwaaibeen.
  - ✳ Hij grijpt zo vroeg als mogelijk het zwaaibeen vast met een klemgreep aan de dij.

• Vraag aan je partner hoe jij staat.

**Of staat jouw versie van handstand er niet tussen? (code: i)**

© Jimi Gantois 2002

## 2. Hoe?

In LO zijn de handboeken bestemd voor de leraar. Vakjargon, vakterminologie en biomechanische uitleg worden aangeleerd in de opleiding. Symbolen en conventies bij tactische schema's kunnen verschillen van sporttak tot sporttak. Deze informatie kunnen we niet onaangepast in een kijkwijzer opnemen. Toch zijn er bruikbare figuren te vinden, die - mits enkele kleine aanpassing - op een kijkwijzer kunnen geplaatst worden.

De figuur kan je kopiëren, plakken, vergroten en verknippen. De tekst kan eronder getikt worden. Het is ook mogelijk om tekstballonnetjes, die je bij een fotograaf kan kopen, erop te plakken.

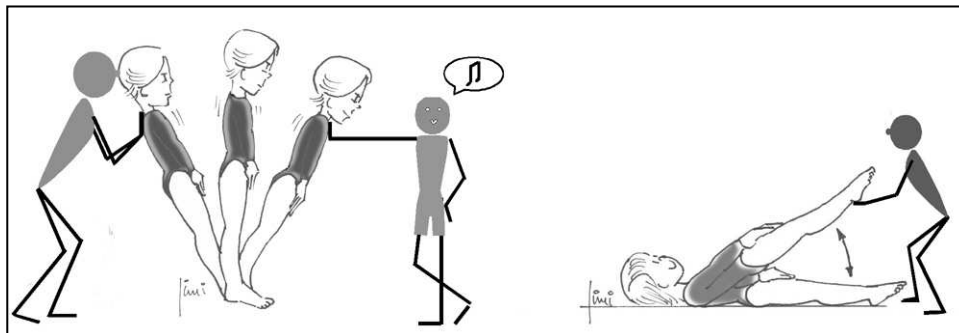
De figuur kan ingescand en met een tekenprogramma aangepast worden (spiegelen, inkleuren, kantelen). De tekst kan eronder getikt worden maar ook in tekstballonnen geplaatst. In MsWord heeft de tekenbalk dergelijke mogelijkheden.

Je kan de figuur ook zelf tekenen met potlood of viltstift of met een tekenprogramma.

Het is zelfs mogelijk te tekenen in Word, Excel en PowerPoint. Achteraan in bijlage laten we enkele voorbeelden zien.



Je kunt de technieken ook mengen!



Gemengde technieken

### **3. Enkele tips bij het maken van kijkwijzers.**

#### **3.1. Algemeen**

Omwille van de duidelijkheid vertonen de kijkwijzers een herkenbare structuur en bevatten ze de nodige informatie om één of meer opdrachten zelfstandig uit te voeren. De tekst en de tekeningen vullen elkaar aan en leveren samen de noodzakelijke informatie (Leper 2001).

Een titel, tekst en figuur, bronvermelding, de vermelding van een jaartal en de naam van de maker van de kijkwijzer worden samengebond op één pagina. Zo kan je de kijkwijzer op de muur of bord bevestigen. Werk je toch verspreid in de zaal met losse bladen dan kan je de twee kanten gebruiken mits je dit duidelijk aankondigt (voorbeeld: varianten aan de achterkant). Wanneer de kijkwijzer over een langere periode in de zaal blijft hangen, vermeld je ook de betrokken klassen of groepen (voorbeeld: krachtcircuit voor de vijfdes, evaluatienormen voor de jongens).

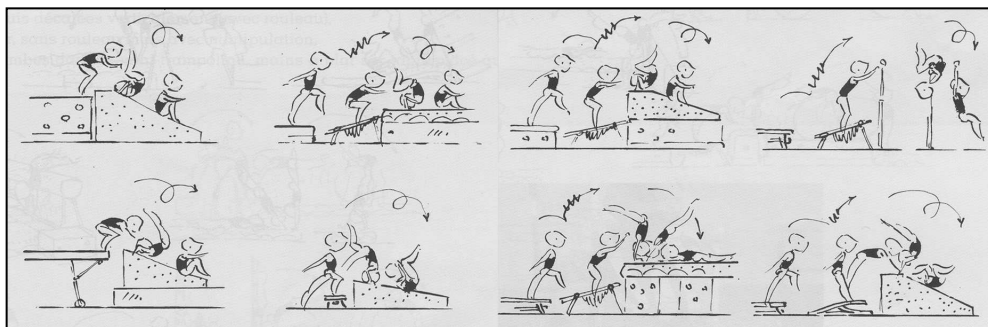
Je verhoogt de duurzaamheid van de kijkwijzer door deze te plastificeren of in een "jasje" te stoppen.

Wanneer meer dan vier personen gelijktijdig eenzelfde kijkwijzer moeten raadplegen, raden we aan deze te kopiëren en meerdere identieke kijkwijzers uit te delen.

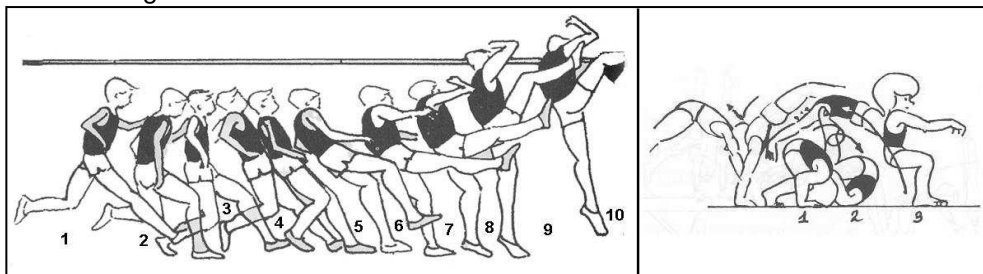
#### **3.2. De figuur**

Wanneer we een bestaande illustratie gebruiken of zelf een figuur construeren, laten we ons leiden door de ongeschreven conventies van een stripverhaal.

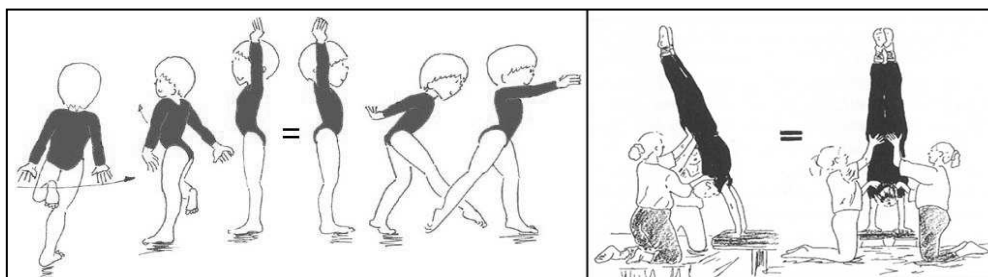
- Een klassieke strip wordt **van links naar rechts** gelezen en van boven naar onder. Een beweging (bijvoorbeeld rondat) evolueert van links naar rechts. Anders kan dit verwarring scheppen. Wanneer in een oefenverbinding van richting wordt veranderd kan je dit aangeven door 1) duidelijke pijlen 2) de fasen in de beweging te nummeren 3) door een identiek mannetje te tekenen in spiegelbeeld, beide mannetjes te verbinden met een is-gelijk-aan-teken (=) en het bewegingsverhaal verder naar rechts te laten verlopen.



Carrasco: een zigzagpijl suggereert een sprong of navering, een krulpijl geeft de rotatierichting aan.



Bultiauw, Gantois e.a.: volgorde nummers



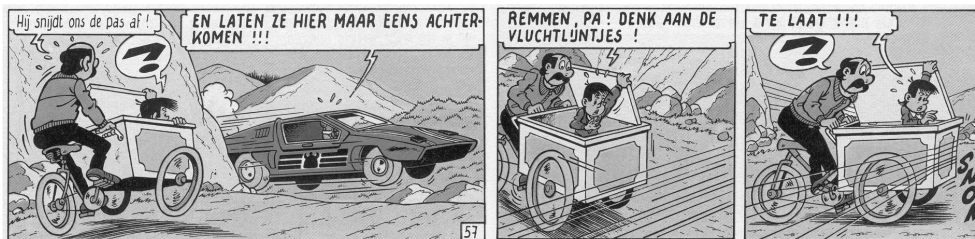
Het is-gelijk-aan-teken laat toe verder van links naar rechts te interpreteren of laat de opstelling van verschillende zijden zien (De figuur rechts komt uit Gerling).

- **Tekstballonnen** worden ook van links naar rechts en van boven naar onder gelezen in onze westerse cultuur. Wanneer verschillende tekstballonnen elkaar gedeeltelijk overlappen, leest men doorgaans de bovenste eerst. Bedenkingen worden in een tekstballon met bellen geplaatst, uitgesproken dingen horen thuis in een tekstballon met een pijltje. Geluiden (fluitsignaal, gong..) en klanknabootsingen komen zonder tekstballon in de tekening voor. Het pijltje van de tekstballon wijst naar de spreker. Een raadgeving van buitenaf wijst naar de rand.

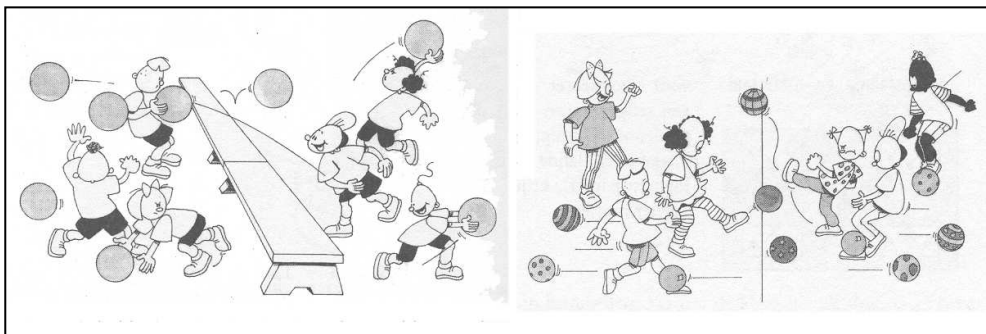


Leper: denken en praten en ... doen

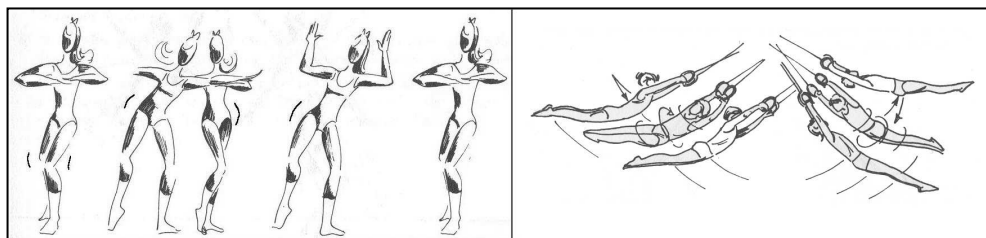
- **Beweging** kan je suggereren met bijkomende lijnen. Deze worden altijd aan die zijde aangebracht waar het "mannelijke" zich in een vorige fase bevond. Zwaaien en draaien kan je eveneens met pijlen benadrukken.



Merho 2000: vluchtlintjes



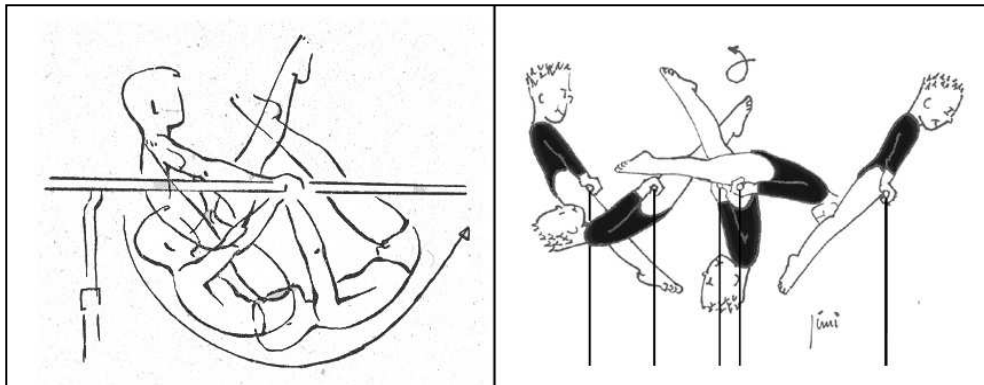
Florquin en Bertrands: werpen, rollen, sjotten



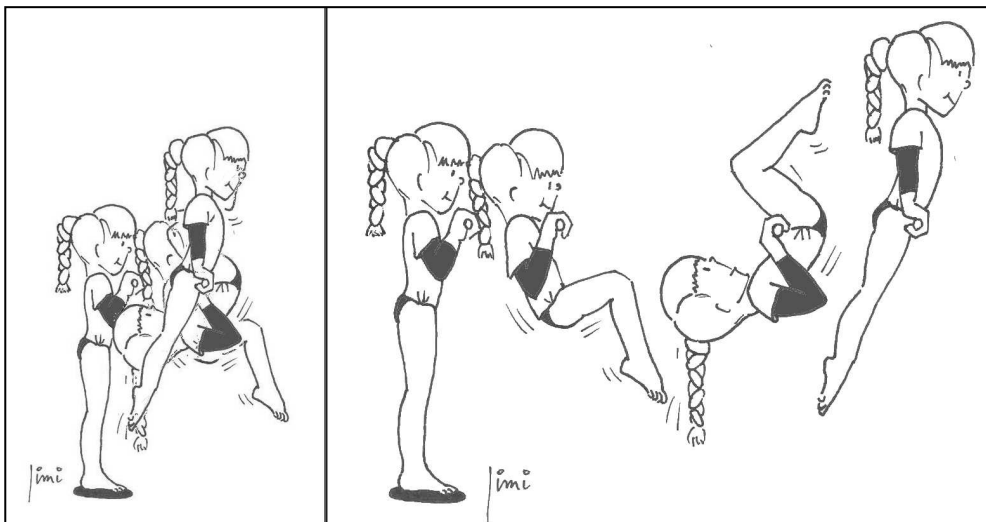
Beckmann : "Chake!"

Raupke: slingeren en schroeven

- Wanneer de uitvoerder zich ter plaatse beweegt en de **figuren elkaar deels overlappen**, teken je bij voorkeur de fasen naast elkaar, waarbij een latere fase een vroegere fase kan bedekken.



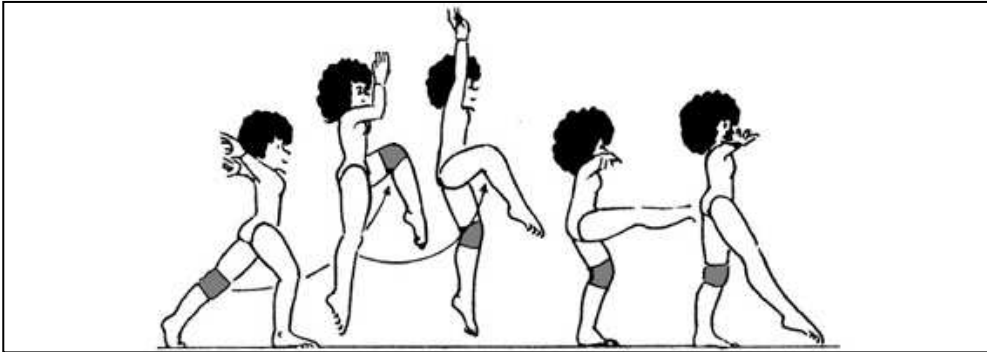
Bantz en Dickhut (links) geven overlappende doorzichtig figuren. De uitééngetrokken fasen verschaffen meer duidelijkheid.



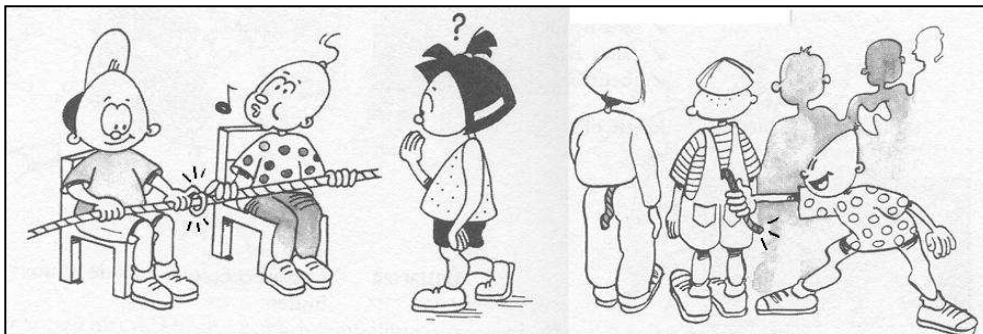
Gymrapport: "borstwaarts om" rechts is duidelijker.



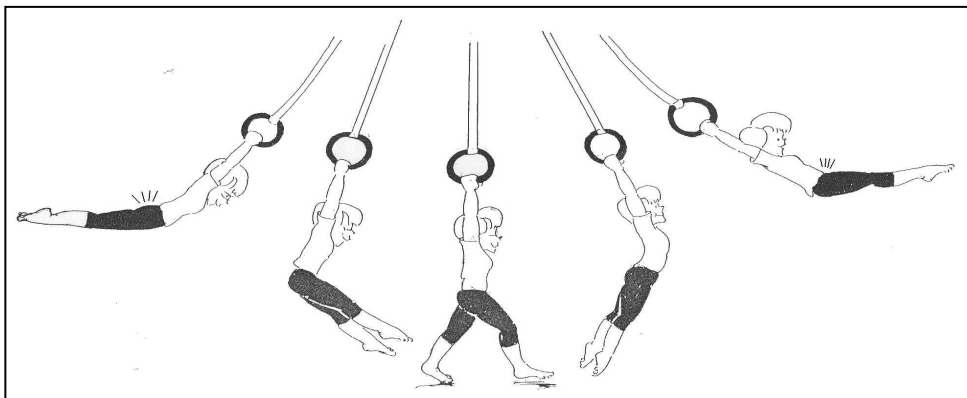
- **Accenten** en **aandachtspunten** kan je leggen met pijlen, cirkels, verwijzingstekens, "gearceerde ledematen".



Gantois ea: een knieband benadrukt de beenwissel.

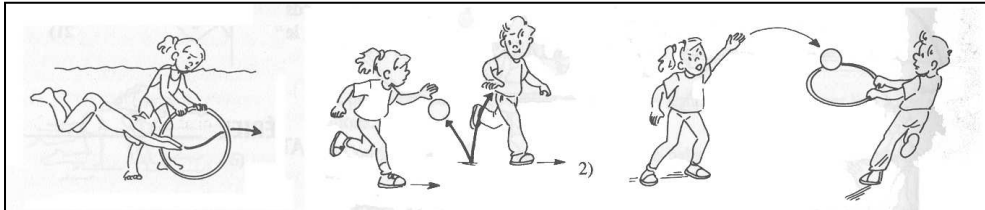


Florquin en Bertrands: "streepjes" trekken de aandacht.

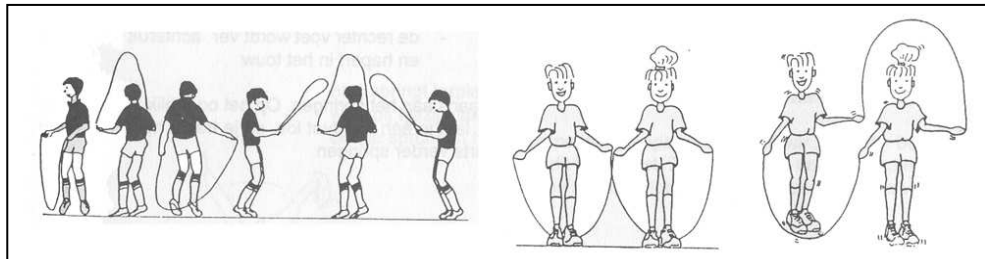


"Streepjes" geven afwisselend de rugspanning en de voorspanning aan.

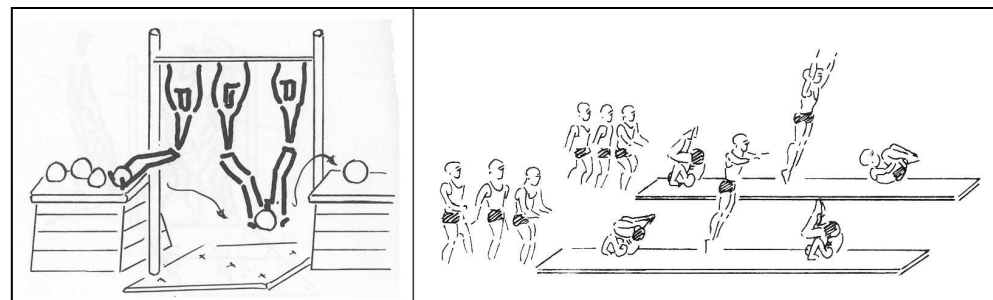
- **Partners** in een opdracht, aanvaller-verdediger, uitvoerder-helper zien er verschillend uit, anders werkt dit verwarrend.



Choque: de partners verschillen



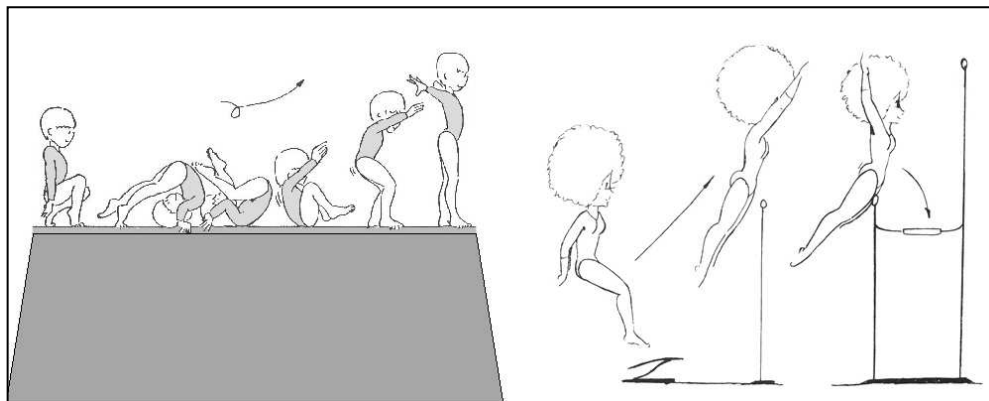
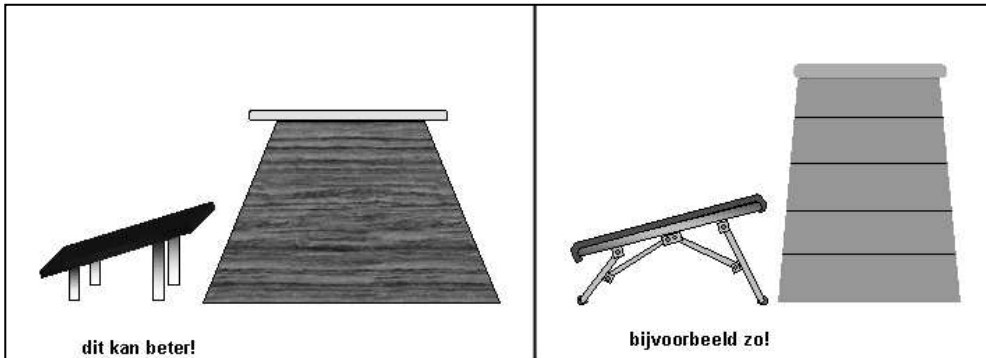
Coene & De Ridder: "Mag dog"(links) doe je alleen; "Chinese wheel" (rechts) doe je met twee



Links Schmidt: Is dit samenwerken of verplaatst het "ventje" zich? Dit is niet duidelijk zonder begeleidende tekst.

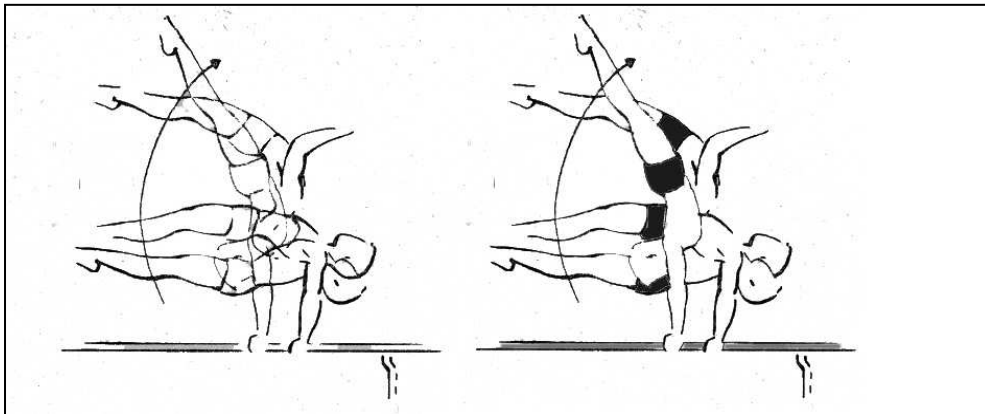
Rechts Dieckert en Koch: attack of the клоones?

- **Materiaal, toestellen, ballen...** benaderen de juiste vorm en grootte.



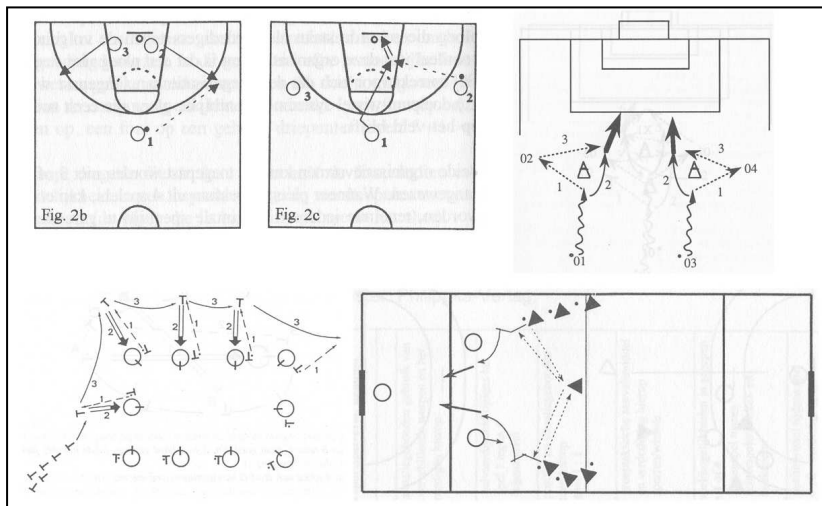
Kasten van deze afmeting zijn in de handel niet te koop! Rechts: in die tijd stonden de liggers nog dicht bijeen (Gantois 1978).

- **Kleur** moet je doordacht gebruiken als je niet beschikt over een kleurenprinter. Kies voor contrast. Een ingekleurde figuur is aantrekkelijker.

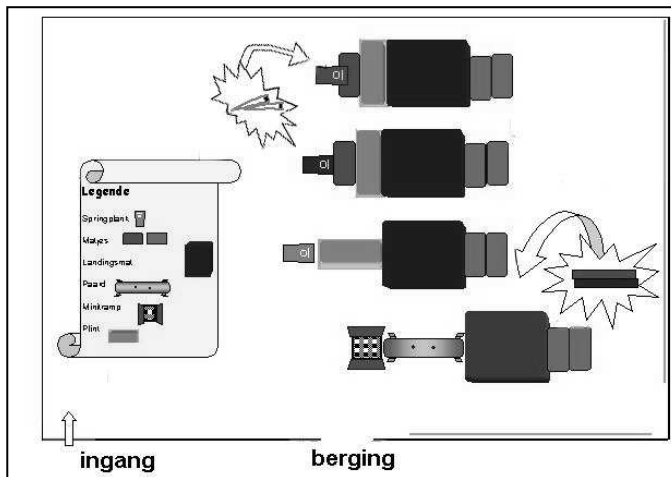


Twee maal Bantz: ingekleurd en niet doorzichtig is duidelijker

- Wanneer je symbolen, persoonlijke tekens of conventies eigen aan de sporttak gebruikt, moet je een **legende** voorzien.

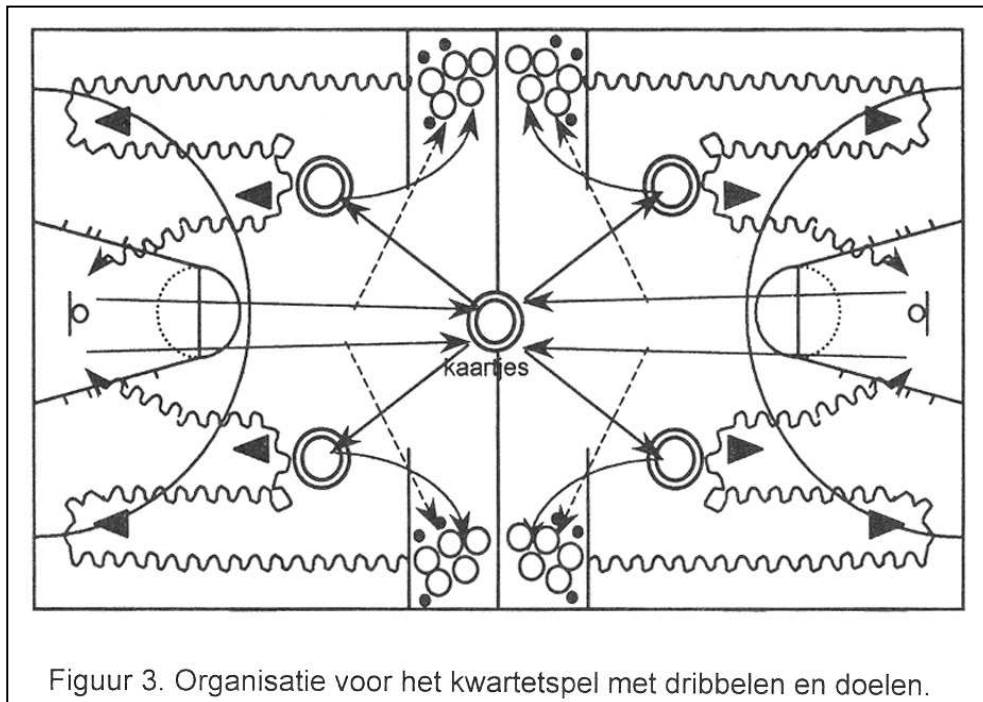


Rowe; Helsen; Vancauteren; Thomassen: niet alleen de bal is rond, vier verschillende sporten met andere afspraken. Hier is wat meer uitleg bij nodig voor leerlingen.



Een legende kan veel verduidelijken.

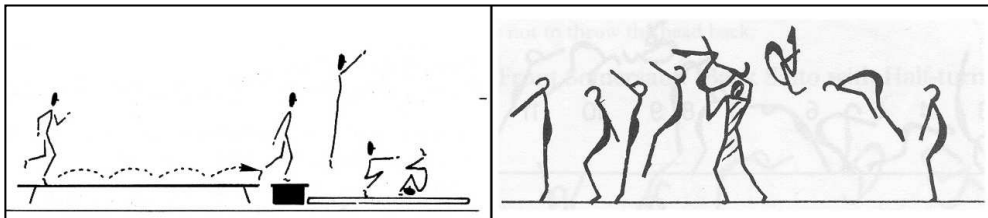
- **Schematische voorstellingen** van verplaatsingen en passen op een speelveld worden beter uitééngetrokken en naast elkaar gepresenteerd.



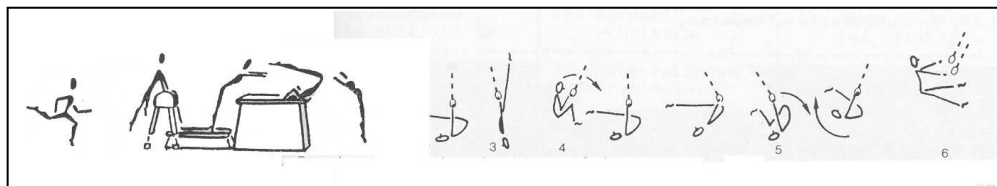
Figuur 3. Organisatie voor het kwartetspel met dribbelen en doelen.

Rowe: niet zomaar overnemen in een kijkwijzer. De verschillende fasen van het spel naast elkaar weergeven, of de tekening opbouwen in het bijzijn van de leerlingen.

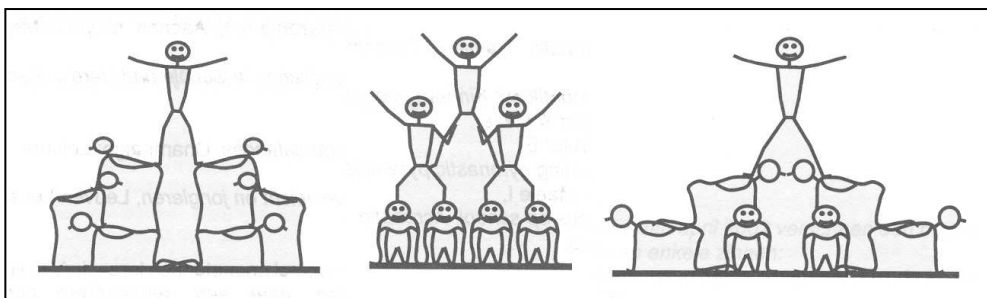
- Wanneer je zelf "**stokventjes**" tekent, moet je op een of andere wijze aangeven welke de voorkant of rugkant is (door middel van een "neus", "paardenstaart", "borst(kas)", "kuiten" of "hielen"). Je houdt eveneens rekening met de anatomische mogelijkheden (staan de voeten juist?), kloppen de verhoudingen? (Je kan wel accenten leggen: lange benen bij dans; grote handen bij balbehandeling; verhouding hoofd-lichaam is groter bij kinderen). Groeit of krimpt het mannetje niet?.



Verbessem; Fukushima & Russell



Nijs en Dufour



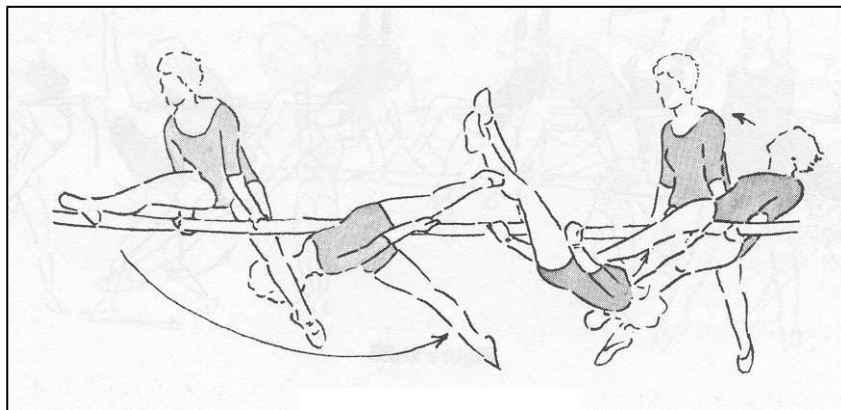
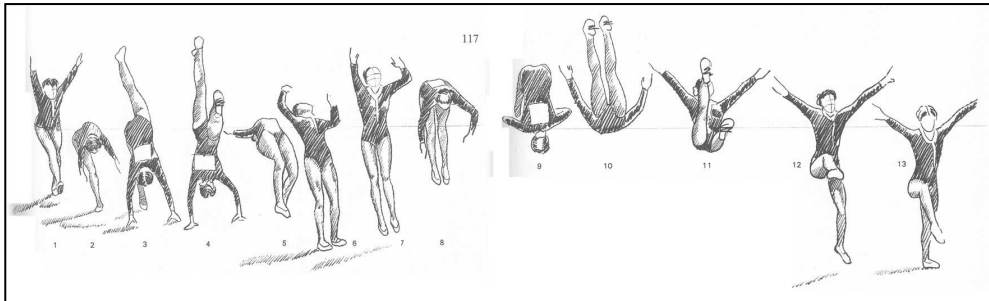
Leper

### Didactische wenken.

Bij het maken of kiezen van een illustratie houden we eveneens rekening met enkele elementaire didactische wenken.

- De "schone kant" laten zien.

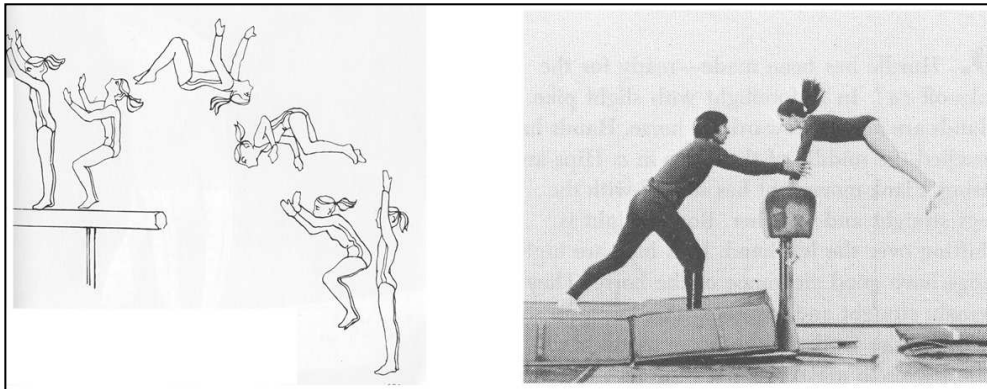
Tony: beter de zijkant weergeven!



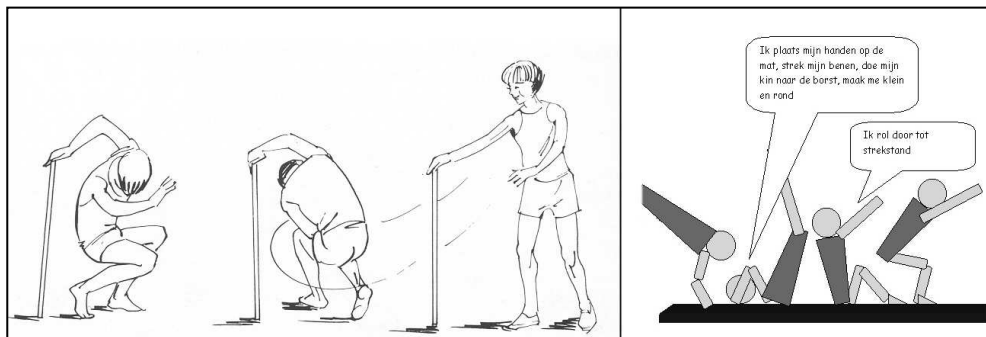
Cooper: zuiver in profiel getekend zou duidelijker zijn voor de stap voorwaarts.



- Een perfecte uitvoering, die overeenkomt met de begeleidende tekst.



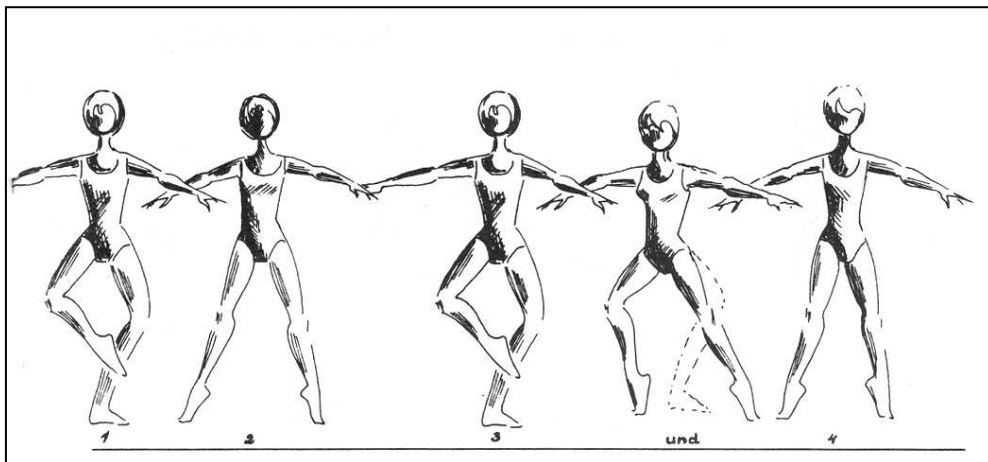
Aycroyd (links) en Ryan (rechts): niet gebruiken in kijkwijzer als goed voorbeeld, tenzij je de fouten wil accentueren (zoek de fouten).



Links -> Otto: hoe kan je zonder de stok te lossen, rondraaien als het figuurtje start met de linker hand en eindigt met de rechter hand?  
Op de tekening rechts is er geen ronde rug te zien. Hoe staan de handen? Voeten te ver van het zitvlak. Armen veel te vroeg opwaarts.

- Wanneer de figuur frontaal wordt voorgesteld, kan het spiegelbeeld belangrijk zijn.

We denken hierbij aan de meeste opdrachten in dans of bewegingen die door een groep synchroon uitgevoerd moeten worden.



*Kruispas met naar buiten gedraaide benen.*

- a) *Rechter voet kruist linksvoor (gebogen en naar buiten gedraaide knie) (1).  
Stap zijwaarts links met strekking van beide benen (2) enz.*

Beckman: Deze tekening wordt niet in spiegelbeeld weergegeven. Dit kan verwarring scheppen bij leerlingen.

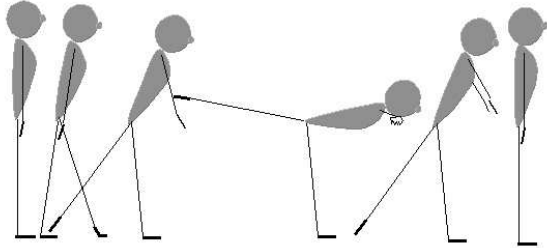
### 3.3. De tekst

- De uitleg en de tekening kunnen elkaar afwisselen. De uitleg kan ook opgenomen zijn in tekstballonnen. De ervaring leert dat bij de eerste methode de uitleg door de leerlingen vaak over het hoofd wordt gezien.

**EVENWICHTSSTAND**

Laat een partner kritisch kijken naar de strekking van je knieën, voeten, ellebogen, vingers, bibs en rug.

- 1 Vertrek vanuit strekstand armen naast het lichaam (vormspanning!).
- 2 Zet een kleine stap voorwaarts en verplaats het gewicht op het voorste been.
- 3 Hef het achterste been gestrekt ruglins.
- 4 Pas op de limiet zakt romp gelijktijdig met het heffen van het been.
- 5 Tijdens het kantelen worden de armen zijwaarts getracht. De handen zijn op de rand van het perifeer zicht.
- 6 Na drie tellen in evenwicht zonder te bewegen, kantelen we terug tot strekstand.
- 7 Vanaf de start tot einde is er rugspanning.
- 8 Niet het bekken maar het hoofd of de vrije voet is het hoogst.

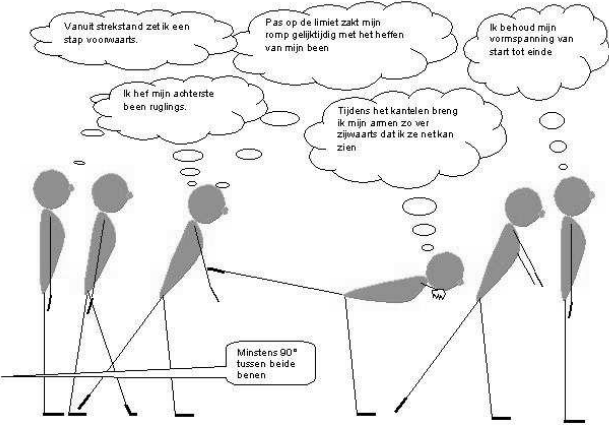


© Jini Gentsch 2002

Dit kan beter, zie hieronder.

**EVENWICHTSSTAND**

Laat een partner kritisch kijken naar de strekking van je knieën, voeten, ellebogen, vingers, bibs en rug.



Vanuit strekstand zet ik een stap voorwaarts.

Pas op de limiet zakt mijn romp gelijktijdig met het heffen van mijn been.

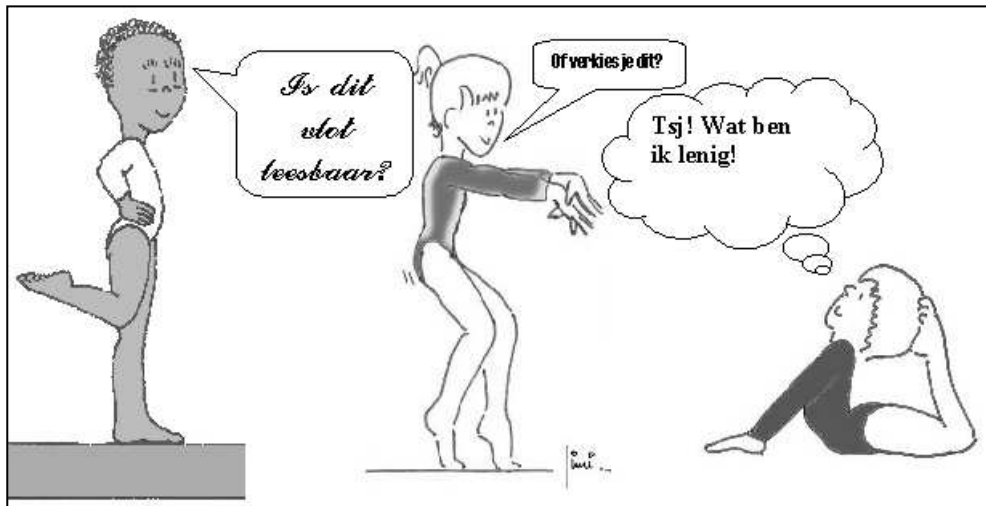
Ik behoud mijn vormspanning van start tot einde.

Ik hef mijn achterste been ruglins.

Tijdens het kantelen breng ik mijn armen zo ver zijwaarts dat ik ze net kan zien.

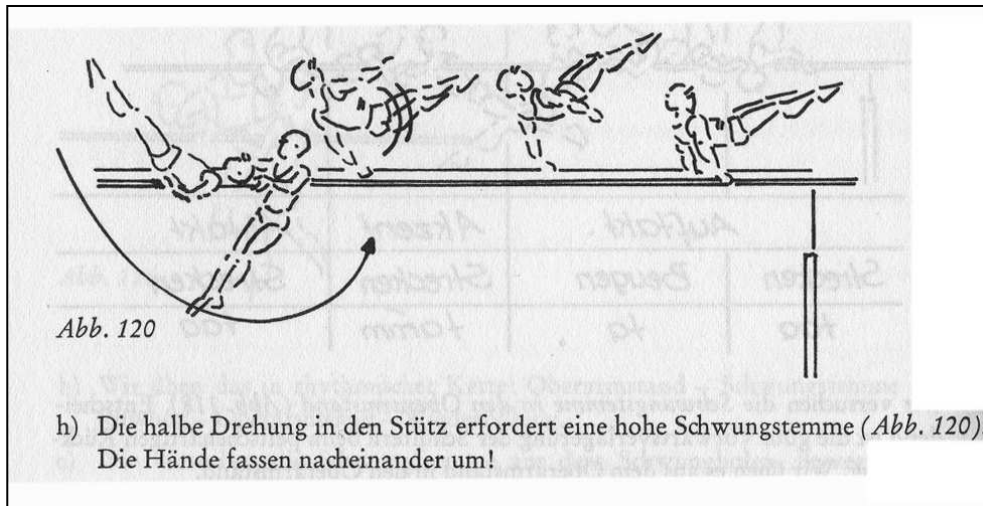
Minstens 90° tussen beide benen

- Het lettertype is sober, bij voorkeur in schreefloze letters (Arial, Century Gothic, Comic Sans MS, Lucida Sans, Proxy, Simplex...) Hoofdletters of vetjes betekenen schreeuwen.



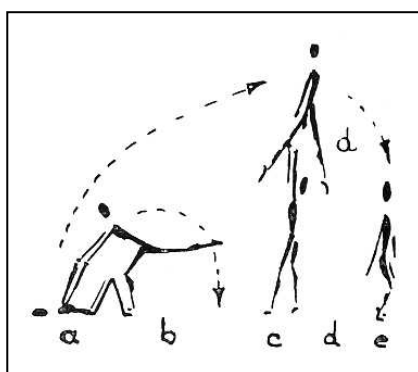
Goscinnny: dit is echt schreeuwen.

- De tekst is kort en bondig in de Nederlandse taal, geen SMS- of chat-taal.



Dieckert: zeer bruikbaar maar eerst vertalen, dan publiceren...Tenzij je vakoverschrijdend wil werken!

- De tekst is begrijpelijk voor wie de kijkwijzer moet hanteren. We vermijden afkortingen en overdreven vakjargon (extensie-strekking, rotatie-draaien, bucket-korf...).



1. Voorbereidende houding van de uitvoerder  
Rglg, Bn. Gebgn., Vtn. Gestnd. op de vloer, An.  
schuin vw. geh., Hndngrp. (a)

2. Voorbereidende houding van de uitvoerder  
UitStp. aw. op de Vtpnt., An. schuin vw. gehvn.,  
Hndngrp (b).

Een leerling begrijpt geen vaktaal (figuur uit Bottu).

#### **4. De tips samengevat.**

**Algemeen:** titel, tekst, figuur, doelgroep, jaartal, auteur, bronvermelding

**De tekening:**

**Strip-conventies**

- Van links naar rechts
- Tekstballonnen: van links naar rechts; denken - spreken
- Beweging: lijntjes pijlen
- Overlappende figuren
- Accenten; aandachtspunten
- Partners verschillen
- Verhoudingen; vorm realistisch
- Het gebruik van kleur
- Stokventjes: verhoudingen; voorzijde-rugzijde

**Didactische wenken**

- Frontaal<> profiel
- Perfecte uitvoering; tekst en tekening zijn niet tegengesteld.
- Spiegelbeeld

**De tekst:**

- In tekstballonnen
- De tekst is kort en bondig in de Nederlandse taal
- Geen afkortingen
- Vermijd vakjargon

## **5. Het gebruik van kijkwijzers.**

Leper (2001) stelt: "In het begin vereist het aanbieden van kijkwijzers een grondige begeleiding. Je neemt samen met de leerlingen de kijkwijzers door, toont hoe je tot oplossingen komt, deze uitprobeert en toetst aan de verwachtingen om ten slotte één oplossing te selecteren. Het werken met kijkwijzers vergt in elk geval zowel van de leraar als van de leerlingen een leerproces." En verder: "Uit ervaring blijkt dat leerlingen die niet vertrouwd zijn met deze leermiddelen, vaak slechts een deel van de informatie (meestal afbeeldingen) lezen, soms onmiddellijk beginnen, niet als groep maar als afzonderlijke individuen aan de slag gaan, in andere gevallen treuzelen of veel vragen stellen.

Hoe je hierop reageert, hangt natuurlijk af van de context. Maar als leraar heb je vaak de spontane neiging om -zelfs wanneer de leerlingen geen risico lopen - onmiddellijk tussenbeide te komen, ook al weet je dat een eerder afwachtende houding soms meer leerkanalen inhoudt."

We stellen voor om het kijkwijzer-gebruik eerst klassikaal te behandelen:

- De leerlingen zijn verdeeld in kleine partnergroepjes. Elk groepje heeft een kijkwijzer met dezelfde opdracht. De tekst wordt NIET voorgelezen (dat doet de leraar wiskunde ook niet wanneer hij of zij sommetjes oplegt!). Er wordt GEEN voorbeeld getoond. Er wordt aan de leerlingen meegedeeld, dat ze twee minuten tijd hebben om de opdracht te lezen en dat ze nadien vragen kunnen stellen.
- Na de leestijd komt er een kringgesprek. De leerlingen leggen het instructieblad weg met de achterkant naar boven en op elke geformuleerde vraag proberen de andere leerlingen te antwoorden. Het gesprek kan geleid worden door de leraar of door een leerling. Zijn er geen vragen van de leerlingen, dan formuleert de leraar enkele gerichte vragen. Hier zal meestal snel duidelijk worden dat men veel te vlug denkt dat men de opdracht doorheeft. Een tweede lezing brengt hier soelaas.
- Dan komt de oefentijd met de kijkwijzer bij de hand. De leraar stuurt, stimuleert zonder de kijkwijzer hierbij overbodig te maken. Wanneer er een taakverdeling onder de leerlingen is (helpen-uitvoeren, coachen-observeren-spelen) waakt de leraar er over dat alle taken uitgevoerd worden. Wanneer hij intervineert zal hij bijvoorbeeld niet de uitvoerder verbeteren maar de observator vragen welke feedback hij gegeven heeft. Hij kan ook vragen aan de uitvoerder of hij geholpen is met de aanwijzingen van de observator.
- Tenslotte kunnen de groepjes elkaar evalueren in een toonmoment. Ook hier wordt de kijkwijzer ingeschakeld.

De leerlingen mogen weten dat het correct hanteren van een handleiding, het zelfstandig werken en samenwerken ook geëvalueerd zal worden.

Wanneer het gebruik van kijkwijzers na een paar keer als vanzelfsprekend wordt ervaren, kunnen we deze werkvorm gemakkelijk toepassen in standenwerk.

## 6. Literatuur.

- Behets D,  
2001, *Didactiek en beweging*, Leuven: Acco  
Gantois J; Schroven W, Van Esser M,  
1983, *Van Kopstand tot Kasamatsu*, Leuven: Acco.  
Leper R; Van Maele I,  
2001, *Circus op School*, Leuven: Acco.

## Figuren

- Beckmann,  
1975, *Jazzgymnastik BECKMAN I und II* (Schriftenreihe zur Praxis der Leibeseziehung und des Sports; Band 98), Stuttgart: Karl Hofmann.  
Bottu M,  
1966, *De Scandinavisch-Dynamische Gymnastiekmethode deel I*, sl:sn.  
Boukes F,  
1959, *Modern Volleybal*, Rotterdam: Nijgh & Ditmar.  
Bantz H; Dickhut A,  
1959, *Turnmethodiek(Band II): Kunstturnen Leicht gemacht 1. Teil*, Frankfurt am Main: Limpert.  
Bauman H,  
1980, *Turnen in Freizeit, Schule und verein*, München: BLV Verlagsgesellschaft.  
Bultiauw P,  
1979, *Atletiek: leren / oefenen / trainen*, Antwerpen: De Sikkkel.  
Carrasco R,  
1997, *Gymnastique des 3 à 7 ans*, Paris: Editions Revue EP.S.  
Coene G & De Ridder N,  
1998, Rope skipping in Leper R; Schiepers M & Dehaene E (Eds) *Van samenwerkend leren tot zelfstandig leren*, Leuven: Acco.  
Cooper P,  
1980, *Feminine Gymnastics*, Minneapolis: Burgess.  
Dieckert J & Koch K,  
1972, *Methodische Übungsreihen im Geräteturnen* (Schriftenreihe zur Praxis der Leibeseziehung und des Sports; Band 44), Stuttgart: Karl Hofmann.  
Dufour W,  
1986, *4000 Conditieoefeningen voor thuis school en club* (Monografie Lichamelijke Opvoeding nr 11), Gent: PULO.  
Fukushima S & Russell W,  
1980, *Men's Gymnastics*, London: Faber & Faber.  
Florquin V & Bertrands E,  
1995, *Speelkriebels voor kleuters*, Leuven: Acco.  
Gantois J; Schroven W, Van Esser M,  
1983, *Van Kopstand tot Kasamatsu*, Leuven: Acco.  
Gantois J,  
1978, Voorwaartse buikdraai vanuit steun tot opsprong aan de brug met ongelijke liggers, *Gymnastiek* 4(3):14-18.



- Gerling I E,  
1996, *Kinderturnen Helfen und Sichern*, Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- Gosciny R, Uderzo A,  
2001, *Asterix en Latraviata*, Paris: Albert René.
- Katz I,  
1992, ? (Rijk geïllustreerd handboek voor langemat turnen in het Hebreuws.
- Knirsch,  
1983, *Lehrbuch des Gerät- und Kunstturnens*, Böblingen: Central-Druck.
- Lesneuck J ea,  
1975, *Leren zwemmen* (Monografie voor Lichamelijke Opvoeding nr. 1) Antwerpen: De Sikkel.
- Leper R,  
2002, Samenwerken als aanzet voor sociaal en motorisch leren, in: Behets D & Vits H (eds.), *Bewegingsopvoeding naar een geïntegreerd curriculum*, Leuven: Acco.
- Merho,  
1999, *Afgelast wegens ziekte* (Kiekeboe:50), Antwerpen: Standaard uitgeverij.
- Merho,  
2000, *Schiet niet op de pianist* (Kiekeboe:55), Antwerpen: Standaard uitgeverij.
- Nijs G,  
1961, *Ontledingen en progressies*, Leuven: Nauwelaerts.
- Otto I  
1977, *Unterrichts- und übungsmodele für die Gymnastiek*, (Schriftenreihe zur Praxis der Leibeserziehung und des Sports), Stuttgart: Karl Hofmann
- Räupke R & Koch K,  
1969, *Vom Klettern und Klimmen zum Turnen an den Ringen* (Schriftenreihe zur Praxis der Leibeserziehung und des Sports), Stuttgart: Karl Hofmann
- Rowe P,  
1997, *Basketbal spelen 3 tegen 3. Het spel en zijn opbouw voor het onderwijs* (in Rowe P, Instructie in de les lichamelijke opvoeding) Leuven: Acco.
- Ryan F,  
1978, *Gymnastics for girls*, New York: Pinguin Books.
- Schmidt G,  
1991, *Abenteuer Spielstunden für Kindergarten Schule un zu Hauze*, Innsbruck: Steiger Verlag.
- Stuart N,  
1979, *Gymnastics for men*, London: Stanley Paul.
- Thomassen E,  
1997, Beach-handbal een pas afgeleide vorm van zaalhandbal, in Rowe P (ed.), *Instructie in de les lichamelijke opvoeding*, Leuven: Acco.
- Van Cauteren,  
1997, Kwaliteit bij de instructie van de korfbalsport in schoolverband, in Rowe P (ed.), *Instructie in de les lichamelijke opvoeding*, Leuven: Acco.

### Bijlage: bewegingsverloop en kijkwijzers

De studenten die praktijkseminarie volgden kregen als opdracht : maak een bewegingsverloop, maak een kijkwijzer met behulp van de tekenbalk in Word of Excel.

Hieronder volgt een "bloemlezing" van enkele per mail verstuurde pareltjes.  
Met dank aan de studenten.

