De organisatie binnen *Gymmen in de 'grote' gymzaal*

De methode *Gymmen in de 'grote' gymzaal* kent een bepaalde organisatorische basis. Het is van belang de informatie hierover te lezen alvorens de methode te gebruiken, opdat deze wordt ingezet zoals bedoeld.

'Er is sprake van een evenwichtige balans tussen herhaling en vernieuwing van bewegingsactiviteiten.'

Werking van de methode

De lessen in de methode zijn in eerste instantie beschreven voor uitvoering in de gymzaal, vanwege de grote mogelijkheden die een dergelijke zaal biedt. Bovendien is er voor bewegingsonderwijs in het speellokaal voldoende, kwalitatief goede literatuur beschikbaar. Een vertaling naar het speellokaal is echter eenvoudig te maken (hierop komen we verderop in deze paragraaf terug).

Naast de locatie waar de lessen plaatsgrijpen, kent de methode ook een bijzondere werkwijze. Door deze werkwijze worden herhaling en vernieuwing op elkaar afgestemd op een voor de doelgroep geschikte wijze.
In totaal zijn er 22 lessen beschreven. In 21 lessen wordt er gewerkt in vier groepjes. Deze groepjes voeren elk een andere bewegingsactiviteit uit en hebben elk een eigen vak in de gymzaal. Er zijn verschillende redenen om in vier vakken te werken:

- Er komen veel bewegingsactiviteiten per les aan bod, er zit voor iedereen wel iets bij wat aanspreekt.
- De groepen zijn in te delen al naargelang de voorkeur van de leerkracht; homogene of juist heterogene groepen.
- Omdat er in kleine groepjes wordt gewerkt, hoeven er weinig of geen leerlingen te wachten en dit maakt de lessen intensief.
- De diversiteit aan onderdelen per les zorgt voor uitdaging, afwisseling en daarmee voor motivatie.
- Doordat vaak dezelfde structuur wordt gehanteerd, leren de leerlingen zelfstandig werken.
- De drie wisselmomenten tijdens de les lenen zich uitstekend om leerpunten voor de leerlingen aan te duiden.

Naast het werken met vier bewegingsactiviteiten per les is het vernieuwings- en herhalingssysteem belangrijk. Alle bewegingsactiviteiten komen in totaal vier keer aan bod, wat blijkt uit het navolgende rooster van de eerste vier lessen.

Les 1	1 Over banken lopen en klimraam klimmen	2 Diepspringen en klimmen	3 Diepspringen en hordeloop	4 Stormbaan
Les 2	1 Vos kom uit je hol!	2 Over banken lopen en klimraam klimmen	3 Diepspringen en klimmen	4 Diepspringen en hordeloop
Les 3	1 Stuiteren en mikken	2 Vos kom uit je hol!	3 Over banken lopen en klimraam klimmen	4 Diepspringen en klimmen
Les 4	1 Koprol op schuine dikke mat	2 Stuiteren en mikken	3 Vos kom uit je hol!	4 Over banken lopen en klimraam klimmen

Voorbeeld van de eerste vier lessen van Gymmen in de 'grote' gymzaal.

De aangeboden bewegingsactiviteiten hebben alle vier een nummer, dat weergeeft voor de hoeveelste keer de activiteit wordt aangeboden. Zoals te zien is, kent elke les slechts één nieuwe activiteit. De overige bewegingsactiviteiten zijn bekend van voorgaande lessen. Er liggen uiteenlopende overwegingen aan dit systeem ten grondslag:

- Leerlingen worden nooit overladen met nieuwe informatie.
- De herhaling van de activiteiten biedt leerlingen de kans zich in een volgende les te verbeteren.
- Er hoeft slechts weinig tijd aan uitleg te worden besteed, aangezien iedere les in drie van de vier vakken al bekend is.
- De herkenning bij leerlingen wat betreft de drie reeds bekende activiteiten werkt zelfvertrouwen in de hand.

Aandachtspunten voor de leerkracht alvorens de methode in gebruik te nemen:

- In de eerste les van de methode betreft het niet één nieuwe bewegingsactiviteit, maar vier nieuwe activiteiten. Deze activiteiten lijken inhoudelijk echter sterk op elkaar. Desondanks is het van belang dat de leerkracht voor deze les meer uitlegtijd reserveert dan voor de volgende lessen.
- Alhoewel in les 1 – zoals vermeld – min of meer vergelijkbare bewegingsactiviteiten aan bod komen, is dit wel een intensieve les, waarbij het landen na een sprong een aantal malen terugkomt. Het is belangrijk dat er extra aandacht uitgaat naar de techniek van dit landen. Aanwijzingen hiervoor staan onder meer bij de bewegingsactiviteiten van les 1.
- Twee lessen – de themalessen – vallen buiten het vernieuwings- en herhalingssysteem. Dit zijn de zogenoemde Pietengymles en de Apenkooiles.

'Een vertaling naar het speellokaal is eenvoudig te maken.'

Zoals eerder vermeld, is de methode vrij eenvoudig te vertalen van de gymzaal naar het speellokaal. In het speellokaal wordt er in drie vakken gewerkt in plaats van in vier vakken, zoals in de gymzaal. De groepen zijn dan groter, maar er kan ook langer worden geoefend per onderdeel. De beschreven bewegingsactiviteiten die ook geschikt zijn voor het speellokaal, zijn in de navolgende tabel vermeld.

1	Diepspringen en klimmen
2	Diepspringen en hordeloop
3	Vos kom uit je hol!
4	Stuiteren en mikken
5	Chinese muur
6	Gooien en vangen
7	Balanceren
8	Diamantenroof
9	Duikelen en slalom
10	Trampolinespringen en hordeloop
11	Steunspringen
12	Pittenzakken gooien
13	Stoeien met grote bal
14	Boelen
15	Chaosdoelenspel

Bewegingsactiviteiten die geschikt zijn voor zowel het gymlokaal als het speellokaal.