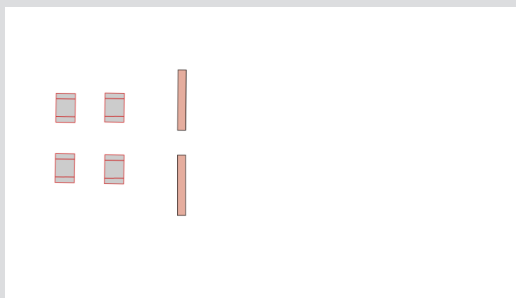
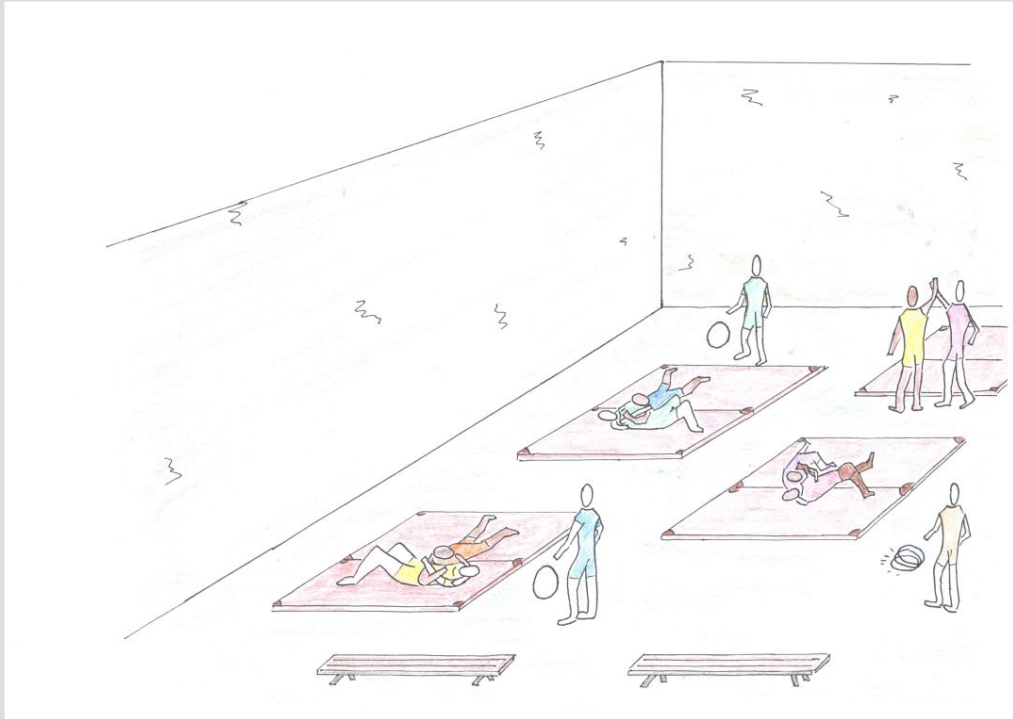




De gevangen piraat



Klaarzetten

- 1/4 zaal (minimaal 6 m. x 11 m.)
- 8 kinderen: 4 tweetallen
- per tweetal: 1 soldaat en 1 piraat
- 1 begeleider als (hoofd)scheidsrechter

materiaal

- 4 (turn)matjes of een judomat als stoeiplek
- voor ieder kind een judopak met band
- 2 banken als afbakening naar de andere activiteiten



Opdracht

De piraat gaat op zijn rug op de mat liggen. De soldaat pakt de piraat vast in de houdgreep "Mune Gatame", oftewel de piratenhoudgreep. De piraat probeert uit de houdgreep te komen en soldaat probeert de houdgreep vol te houden.

Uitvoering

De soldaat gaat schuin op de piraat liggen, met zijn arm onder de schouder van de piraat door.

Houdgreep

De piraat ligt op zijn rug en wordt onder controle gehouden door de soldaat.

Regels

speelregels

- de piraat krijgt 10 tellen de tijd om uit de houdgreep te komen
- na elke beurt alle kinderen een "high five" (laten) geven
- elk tweetal speelt het vier keer: je bent 2x piraat en 2x soldaat

veiligheidsregels

- je mag nooit alleen de nek/het hoofd omklemmen
- je moet direct stoppen als de scheids "Maté" (= stop) roept
- spreek met de kinderen af dat als ze iets niet leuk vinden of als het pijn doet, ze "Stop" of "Maté" zeggen

wisselregels

- wisselen van tegenspeler als je 2x piraat en 2x soldaat bent geweest



Tips - De gevangen piraat

	WAT ZIE JE?	WAT DOE JE?
Loopt 't	er is een oneven aantal kinderen	maak een 3-tal, waarbij 1 kind de teller is
	ook al is de piraat uit de houdgreep, de soldaat blijft tellen	nogmaals met een voorbeeld uitleggen wanneer het geen houdgreep meer is
Lukt 't	piraat probeert niet los te komen of soldaat houdt niet echt vast	vertel nogmaals dat je gevangen genomen bent en jezelf wilt bevrijden (spelbedoeling aangeven)
		stoei zelf (als begeleider) om de beurt met beide kinderen om een goed voorbeeld te geven
	de piraat komt nooit uit de houdgreep (van de soldaat)	geef tips over het draaien op naar de zij/buik (door de armen te gebruiken) en/of het omklemmen van het been van de soldaat
Leeft 't	de soldaat houdt de piraat nooit in de houdgreep	geef tips over het naar beneden duwen (dichtbij de grond) of het breed houden van de benen (steunpunten)
	sommige kinderen vinden deze vorm voor de eerste keer misschien een beetje eng (vermijden liever nauw lichamelijk contact)	doe het "samen" en in plaats van gelijk vastpakken eerst met 1 of 2 handen op de borstkas duwen naar het volledig uitvoeren van deze houdgreep
	het spel of een kind wordt te fanatiek	uitleggen dat "judo fijn is zonder pijn" (winnen niet dominant is) en het niet alleen om kracht gaat

Algemeen



- Voor de echte (judo)beleving is het aantrekken van een judopak nodig. Vaak kost dat wel (extra) tijd, dus houd daar rekening mee.
- Het aan elkaar zitten kan spannend voor de kinderen zijn, maar is cruciaal voor het met elkaar kunnen stoeien. Ben je daar als begeleider wel bewust van, maar expliciteer dit 'probleem' niet.
- De veiligheid moet gewaarborgd worden en dat betekent dat de kinderen bij het horen van "Maté" (= stopteken) direct moeten stoppen. De begeleider moet dus zeker de rol van hoofdscheidsrechter innemen.

Specifiek voor deze activiteit

- Maak duidelijk dat het niet uitmaakt hoe je exact de houdgreep uitvoert, maar dat het slechts een manier is om de piraat op zijn rug te kunnen controleren.
- Zorg ervoor dat er een (spel)balans tussen controleren en bevrijden is, waardoor het uitdagend is. Geef daar waar nodig tips over het beter uitvoeren van een houdgreep en/of manieren om uit de houdgreep te komen (draaien/been omklemmen).

Uitbreiding: kantelen als vervolgactiviteit

De piraat met handen en knieën op de mat. De soldaat zit geknield naast de piraat en pakt de piraat onder de buik door bij schouders en bovenbeen. De soldaat kantelt de piraat naar de rug en probeert de piraat 10 tellen op de rug te houden. De piraat mag bij het kantelen nog niet tegen werken, maar moet juist meewerken. Eenmaal op de rug geeft de soldaat een teken en kan het spel beginnen.

Deze activiteit is zonder verdere aanpassingen geschikt voor kinderen met een verstandelijke beperking en/of zeer moeilijk lerend (cluster 3) (ZML proof!).

Tips en trics om kinderen met een lichamelijke beperking, in een (handbewogen) rolstoel en/of met een chronische ziekte (cluster 3) nog beter tot hun recht te laten komen bij deze sportactiviteit.

- Doe zelf als begeleider mee en geef tips hoe je kunt loskomen door op je buik te draaien, als de piraat nooit los komt uit de houdgreep.
- Doe zelf als begeleider mee en geef tips (dichtbij de grond en breed houden van de benen), als de soldaat de piraat niet (lang) in de houdgreep kan houden.
- Laat het kind stoeien met iemand van ongeveer hetzelfde niveau.
- Tip voor kinderen in een handbewogen rolstoel. Check of het kind mee mag doen in het kader van belastbaarheid, als het kind in de rolstoel zit.
- Tip voor kinderen in een handbewogen rolstoel. Doe zelf mee als begeleider en laat het kind zelf aangeven wat mogelijk is.



Tips en trics om kinderen met een gedragsmatige problematiek (cluster 4) nog beter tot hun recht te laten komen bij deze sportactiviteit.

- Spreek van te voren goed duidelijk af hoe de tweetallen gevormd worden. Maak op basis van groepsveiligheid keuzes qua indelen: vrijwillig of gestuurd.
- Er moet vooraf duidelijkheid zijn wanneer je 'uit' de houdgreep bent. Dit is bij de judovereniging vaak nog weer anders dan op school (20 sec of bijv. 10 sec op school).
- Schat in of het soepel omgaan met regels haalbaar is voor de kinderen. Soms is het juist een meerwaarde om strikt de regels te hanteren. Dit geeft rust, duidelijkheid en structuur (regel = regel).

Tips en trics om kinderen met een visuele beperking (cluster 1) nog beter tot hun recht te laten komen bij deze sportactiviteit.

- Laat het kind zijn gewone bril afzetten als hij bril dragend is (*slechtziend*).
- Informeer of er sprake is van een sportbeperking of kwetsbare oogsituatie, want als hier sprake van is kun je met de ouders overleggen of er aanpassingen nodig zijn (*slechtziend*).
- Laat het kind eerst uitgebreid voelen hoe je elkaar vastpakt (*blind*).
- Laat de piraat de weerstand opbouwen als het kind de rol van soldaat heeft (*blind*).

Veiligheid

