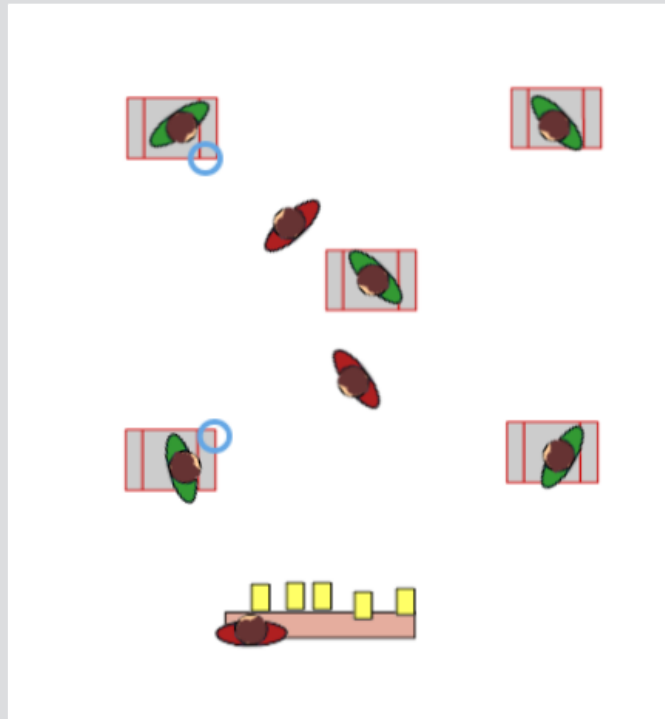




Frisbee lummelen



Klaarzetten

- 1/4 gymzaal (minimaal 6 m. x 12 m.)
- 8 kinderen: 5 overgooiers, 2 lummels, 1 teller

Materiaal

- 5 turnmatten in een vierkant en een middelpunt (zie tekening) met een afstand van 3 meter tussen de matjes
- 2 frisbees
- 5 blokjes als telsysteem
- 2 lintjes voor de lummels
- 1 stoel voor de teller (wachter)



Opdracht

De gooiers proberen de frisbees naar elkaar toe te werpen. De lummels proberen de frisbees aan te tikken, zodat deze op de grond valt.

Regels

startregels

- 5 spelers gaan elk op een mat staan
- de 2 lummels staan in het veld, niet op de matjes
- de teller zit op de stoel
- als iedereen klaar staat, geeft de teller de frisbees aan twee overgooiers

regels overgooiers

- je mag niet met je voeten van de mat afstappen (ook niet om de frisbee te pakken) en als dat wel gebeurt hebben de lummels een punt verdiend
- je mag de frisbee naar alle overgooiers spelen

regels lummels

- je mag niet op de matten komen
- je krijgt een punt als hij de frisbee op de grond tikt of vangt

regel teller

- leg een blokje plat als de lummel een punt verdient (dus als een frisbee aangetikt of gevangen wordt of als een overgooier van de mat stapt)

einde spel

- als de lummels 5 punten hebben
- de kinderen wisselen van functie



Tips - Frisbee lummelen

Loopt 't

WAT ZIE JE?

het spel is niet overzichtelijk genoeg voor de kinderen

het wisselen van functies duurt te lang

de overgooiers stappen steeds van de mat af

Lukt 't

een kind kan de frisbee niet naar een medespeler gooien, ook niet als er geen lummel er tussen staat

de worp van de speler wordt vaak onderschept door de lummel

WAT DOE JE?

vereenvoudig de activiteit door met 4 matten, 4 overgooiers, 1 lummel en 1 frisbee te spelen

de begeleider bepaalt de nieuwe functies (en wijst de kinderen naar hun plek)

vast doordraaisysteem: de matjes, lummels en wachtplek (teller) een nummer geven en dan draait elke speler 1 nummer door

een overgooi lummelspel maken, waarbij de spelers achter banken staan (dwingend arrangement)

regel versoepelen dat je wel van de mat af mag om een verkeerd gegooide frisbee te pakken

de afstand tussen de matten verkleinen

met een makkelijke frisbee spelen, bijv. een ring

met 1 lummel gaan spelen (meer ruimte) en 2 frisbees

aanwijzingen geven over het maken van een schijnbeweging (en moment van gooien)

.

als begeleider als lummel meespelen en meer ruimte geven aan deze speler (succeservaringen laten ervaren en zo

Leeft 't

	het juiste moment van gooien kunnen ontdekken)
een kind speelt meestal goed over	leervraag stellen om te proberen naar een medespeler te gooien die verder weg staat
	een leervraag om te proberen vlak langs de lummel te gooien (met precisie)
	als veel overgooiers goed zijn dan de afstand tussen de matten te vergroten (spelbalans tussen gooiers en lummels herstellen)
de kinderen worden niet meer uitgedaagd door de activiteit	nieuw wedstrijdelement: hoe vaak lukt het de overgooiers om 10 keer zonder onderschepping over te spelen?

Dit spel is eenvoudiger dan het lummelspel dat staat in het boek voor het basisonderwijs. Lummelen in de vrije ruimte bijvoorbeeld met 3 overgooiers en 1 lummel (of met 5 overgooiers en 2 lummels) is voor de goede spelers ook een optie. Het beperken van de richting van overgooien (van 'kris kras' naar 'heen en weer') is overzichtelijker voor de lummels, maar daarmee ook minder sportecht.

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

- Laat leerlingen zelf een frisbee uitkiezen (slechtziend).
- Geef de randen van de matjes aan met felgekleurd tape (slechtziend).
- Zet leerlingen op een plek waar weinig tegenlicht te zien is. Dus met de rug naar een raam (slechtziend).
- Stel een coach in voor een blinde leerling. Geef daarbij ook aan wanneer er gegooid wordt (blind).
- Gebruik een foamfrisbee (slechtziend/blind).

Tips en trics om kinderen met een verstandelijke beperking en/of zeer moeilijk lerend (cluster 3) nog beter tot hun recht te laten komen bij deze sportactiviteit



- Gebruik een foamfrisbee.
- Speel het spel in een hoek van de zaal en zet de leerling die moeite heeft met vangen in de hoek. Zo kan de frisbee nog tegen de muur aan komen en kan de leerling de frisbee alsnog pakken.
- 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
- Haal het middelste matje weg om als lummel vrij te kunnen bewegen in een handbewogen rolstoel.
- Stel de regel in dat de frisbee niet hoger gegooid mag worden dan de leerling in de rolstoel.
- Geef de lummel een flexibeam om makkelijker de baan van de frisbee te verstoren.

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

- Hou punten bij op een whiteboard om het spannender te maken.
- Maak van te voren tweetallen en geef ze een nummer. Dan is het duidelijk wie er wanneer als lummel fungeert.

Veiligheid

