

SOCIAAL THEMA
Samenwerken

Oefening
Inleiding

Benodigdheden
Pionnen, hoepels, bal



Oefeningen binnen dit thema:

1. **Groeten**
2. **Luisteroefening**
3. **Luister en huiver duo**
4. **Kleurenspeel duo**
5. **Chinese muur**
6. **High five**
7. **Fopbal**
8. **Slingertikkertje**
9. **Poortjes tikkertje**
10. **leeuwenspel**

Benodigdheden voor dit thema:

- Turnmatjes/ judo mat
- Pionnen
- Bal
- Hoepels (in verschillende kleuren)

Inleiding van het thema “Samenwerken”:

Samenwerken is niet eenvoudig. Als je net peuter af bent, ben je nog gewend om samen in je eentje te spelen. En als je al wat ouder bent, is winnen vaak belangrijker dan mee doen. Ook komen bij samenwerken allerlei organisatie dingentjes die het net wat moeilijker maken dan wanneer je een oefening in je eentje doet. Met eenvoudige oefeningen kunnen kinderen langzaam leren wat er bij komt kijken als je met iemand wil samenwerken.



Bij dit leerproces is het wel handig om in ogenschouw te houden, dat ook een heleboel volwassenen het moeilijk vinden om samen te werken. Het is dus heel goed als kinderen dat al een beetje kunnen.

Doelstelling(en):

- Leren om op je beurt te wachten
- Niet voor kruipen
- Het kunnen opvolgen van opgelegde gedragsregels

Tips voor de Opperstoeikruimel:

(zie ook; theorie stoeikruimels)

Geef tijdens de stoeikruimellessen effectieve instructies zodat de kruimels weten waar ze aan toe zijn en wat er van hun word verwacht. Dit doe je op de volgende manier:

- Meen wat je zegt
- Hou het simpel en wees direct/ geef korte opdrachten
- Noem namen, maak oogcontact
- Vraag na, hebben de Kruimels begrepen wat je zojuist hebt verteld?
- Ken je eigen grenzen, wat mogen de Kruimels wel en wat mogen zij niet binnen jouw stoeikruimelles?
- Individuele positieve feedback, beloon gewenst gedrag
- Complimentjes geven (het kan nooit genoeg)
- Benoem ongewenst gedrag direct
- Maar wordt niet boos

De "chill mat":

De chill mat is bedoeld voor Kruimels die even ruimte nodig hebben om weer rustig te worden. Zij kunnen dit zelf aangeven maar je kunt de Kruimel ook naar de chill mat sturen. Als de Kruimel klaar is met chillen (of jij vind zelf dat hij/zij nu wel weer mee kan doen), komt de Kruimel eerst bij jou voor eventueel een interventie voordat hij/zij weer mee gaat doen. De chill mat is geen straf.

SOCIAAL THEMA
Samenwerken

Oefening
Groeten

Benodigheden
Geen



Uitwerking van de oefening

Ook nu begint de les met groeten: laat de Kruimels op een rij zitten. De Opperstoeikruimel zit hier tegenover met het gezicht naar de Kruimels toe. De Kruimels en Opperstoeikruimel wrijven in hun handen. De Kruimels en Opperstoeikruimel buigen naar elkaar en slaan met hun handen op de mat/grond. Laat de kruimels daarbij heel hard "Stoeikruimels" of een eigen groet roepen.



Leermogelijkheden

Sociale en cognitieve vaardigheden

- Duidelijke start van de les
- Respect voor de Opperstoeikruimel
- Ontladen
- Bevorderen van eenheid van de groep

SOCIAAL THEMA
Samenwerken

Oefening
Luisteroefening

Benodigdheden
Geen



Uitwerking van de oefening

De Kruidels rennen door elkaar. Van de Opperstoeikruimel krijgen de kinderen de volgende instructies:

- Ga liggen op je rug
- Ga liggen op je buik
- Ga liggen op handen en voeten
- Ga liggen op je linker oor, etc.

Na elke instructie laat de Opperstoeikruimel de Kruidels weer rondlopen.



Leermogelijkheden

Sociale en cognitieve vaardigheden

- Luisteren
- Snel afwisselen
- Opdrachten uitvoeren
- Bedenken wat je moet doen
- Alert blijven

Beweging/motoriek

- Conditie
- Bewegingen afremmen
- Coördinatie
- Rennen
- Explosieve spierkracht ontwikkelen
- Eigen beweging afstemmen op opdracht

Alternatief: Als de Kruidels de oefening onder de knie hebben, kan er ook een competitie element worden toegevoegd. De Kruidel die te laat is met het uitvoeren van de oefening is af en komt bij de Opperstoeikruimel zitten. De Kruidel die overblijft, heeft gewonnen.



Uitwerking van de oefening

Alle Kruimels werken in tweetallen en lopen hand in hand door elkaar. Van de Opperstoeikruimel krijgen zij de volgende instructies:

- Ga liggen op je buik
- Ga liggen op je rug
- Ga staan op je voeten
- Ga zitten op je billen
- Etc.

Het is de bedoeling dat de Kruimels deze instructie zo snel mogelijk opvolgen. Het tweetal dat het laatst op juiste wijze de instructie goed heeft opgevolgd is af. Het tweetal dat uiteindelijk over blijft heeft gewonnen.



Leermogelijkheden

Sociale en cognitieve vaardigheden

- Concentreren
- Doorzetten
- Instructies opvolgen
- Reageren op de actie van de ander
- Overleggen en luisteren

Beweging/motoriek

- Lopen, rennen
- Veters strikken
- Bewegen op afstemming van de andere kruimel
- Reageren op auditieve en visuele signalen
- Variëren van snelheden

SOCIAAL THEMA
Samenwerken

Oefening
Kleurenspeel (duo)

Benodigdheden
**Hoepels en ander materiaal met
verschillende kleuren**



Uitwerking van de oefening

Alle Kruimels werken in tweetallen. De ene Kruimel neemt de andere Kruimel bij de hand en de tweetallen lopen door elkaar in de ruimte. Van de Opperstoeikruimel krijgen zij de volgende instructies:

- Met je buik op rood
- Met je rug op blauw
- Met je voeten op Geel
- Ga zitten op Roze
- Etc.

Het is de bedoeling dat de Kruimels deze instructie zo snel mogelijk opvolgen. Het tweetal dat het laatst op juiste wijze de instructie goed heeft opgevolgd is af. Het tweetal dat uiteindelijk over blijft heeft gewonnen.



Leermogelijkheden

Sociale en cognitieve vaardigheden

- | | |
|---------------------------|-------------------------------------|
| • Concentreren, herkennen | • Reageren op de actie van de ander |
| • Doorzetten | |
| • Instructies opvolgen | • Overleggen en luisteren |

Beweging/motoriek

- | | |
|---|---|
| • Lopen, rennen | • Variëren van snelheden |
| • Bewegen op afstemming van de andere Kruimel | • Reageren op auditieve en visuele signalen |

SOCIAAL THEMA
Samenwerken

Oefening
Chinese muur

Benodigdheden
**Geen eventueel een lintje om de
tikker meer herkenbaar te maken**



Uitwerking van de oefening

Alle Kruimels staan aan de ene kant van de ruimte. In het midden staat een Kruimel die de tikker is. De Kruimels krijgen de opdracht om naar de overkant van de zaal te lopen en de tikker probeert de Kruimels af te tikken.

Als de tikker een Kruimel aftikt dan geeft deze een hand aan de tikker. Nu zijn er 2 tikkers maar die mogen alleen zijwaarts bewegen.

De Kruimels lopen weer naar de overkant en de tikkers proberen weer Kruimels af te tikken. De Kruimels die getikt zijn vormen samen met de tikkers een muur halverwege de zaal (ze geven elkaar een hand). Alleen de buitenste Kruimels van de muur kunnen tikken want die hebben een hand vrij. De muur verplaatst zich steeds zijwaarts. De Kruimel die als laatste overblijft heeft gewonnen.



Leermogelijkheden

Sociale en cognitieve vaardigheden

- Concentreren
- Instructies opvolgen
- Accepteren dat je af bent
- Strategie bepalen

Beweging/motoriek

- Lopen, rennen
- Behendigheid
- Reageren op auditieve en visuele signalen
- Reactie snelheid
- Zijwaarts bewegen
- Beweging afstemmen op de ander
- Variëren van snelheden

Alternatief: Afhankelijk van het niveau van de Kruimels kun je de Kruimels laten lopen of laten rennen.



Uitwerking van de oefening

De Kruimels staan in een kring. Kruimel 1 loopt rechtersom om de kring heen, vervolgens tikt deze Kruimel een andere Kruimel op zijn schouder, die draait zich om en ze geven elkaar een high five.

Als ze elkaar een high five hebben gegeven, lopen zij allebei in tegengestelde richting (Kruimel 1 loopt dezelfde kant op als hij begon) om de kring heen. Wie als eerste terug is op de lege plek (plek van de Kruimel die getikt werd) mag daar blijven staan.

De Kruimel die later was, zoekt een nieuwe tegenstander op die hij op de schouder mag tikken om een high five te geven.



Leermogelijkheden

Sociale en cognitieve vaardigheden

- Concentreren
- Doorzetten
- Instructies opvolgen
- Alert zijn
- Accepteren dat je later bent

Beweging/motoriek

- Lopen, kruipen, rennen
- Variëren van snelheden
- Reageren op auditieve en visuele signalen
- Alert zijn
- Reactie snelheid
- High five (positieve non verbale communicatie)

Alternatief: Probeer, wanneer de Kruimels het spel kennen, ook eens een andere manier van bewegen bijvoorbeeld achteruit lopen.



Uitwerking van de oefening

Alle Kruimels staan in een kring met hun handen op hun rug. Eén Kruimel heeft de bal en mag de bal naar een andere Kruimel gooien maar hij/zij mag ook doen alsof hij/zij gooit (een schijnbeweging maken).

Als de Kruimel (naar wie de beweging word gemaakt) de handen naar voren doet (alsof deze de bal wil vangen) terwijl de bal niet echt word gegooid, dan is deze Kruimel af. Wordt de bal wel gegooid en vangt de Kruimel hem, dan is hij/zij nu aan de beurt om te gooien/foppen.



Leermogelijkheden

Sociale en cognitieve vaardigheden

- Concentreren
- Doorzetten
- Instructies opvolgen
- Accepteren dat je af bent
- Wachten totdat je weer aan de beurt bent

Beweging/motoriek

- Reactie snelheid
- Vangen en gooien
- Wachten totdat je weer aan de beurt bent
- Lopen, rennen
- Reageren op auditieve en visuele signalen
- Variëren van snelheden

Alternatief: Als de Kruimels goed kunnen vangen, kun je afspreken dat een Kruimel niet alleen af is bij een reactie op een schijnbeweging, maar ook wanneer de bal niet wordt gevangen.



Uitwerking van de oefening

De Kruimels lopen allemaal door elkaar in de ruimte. 1 Kruimel is de tikker en probeert de andere Kruimels af te tikken.

Als een andere Kruimel wordt getikt, pakt hij de hand van de tikker vast en wordt ook tikker. De volgende die getikt wordt sluit ook aan, zo komen er steeds meer tikkers die elkaar als een slinger vasthouden.

Alleen de buitenste Kruimels kunnen tikken, want die hebben één hand vrij.

Uiteindelijk is de Kruimel die niet getikt wordt door de slinger de winnaar.



Leermogelijkheden

Sociale en cognitieve vaardigheden

- Concentreren
- Overleggen en luisteren
- Accepteren dat je wordt getikt
- Rekening houden met elkaar
- Instructies opvolgen
- Doorzetten

Beweging/motoriek

- Lopen, rennen
- Plotseling stilstaan, variëren van snelheden
- Inspelen op de bewegingsbaan
- Reactie snelheid

Alternatief: Als er 3 Kruimels in de slinger zitten en er komt een 4^{de} tikker bij zou je eventueel kunnen kiezen voor 2 slingers met tikkers. Dit maakt het voor de 'vrije' Kruimels nog uitdagender.

SOCIAAL THEMA
Samenwerken

Oefening
Poortjes tikkertje

Benodigdheden
**Geen, eventueel een lintje voor de
tikker**



Uitwerking van de oefening

De Opperstoeikruimel wijst 1 Kruimel aan die tikker is. De andere Kruimels lopen kriskras door elkaar. Als er een Kruimel getikt wordt, gaat deze met zijn benen wijd staan. Zodra een andere Kruimel door de benen kruipt, is deze Kruimel weer vrij. Het spel is afgelopen als er niemand meer over is om door een poortje te kruipen.



Leermogelijkheden

Sociale en cognitieve vaardigheden

- Spanning verdragen
- Samenwerken
- Risico's durven nemen
- Omgaan met af zijn
- Reageren op actie van de ander
- Alert zijn
- Ervaring op doen met tijdsduur
- Accepteren dat je getikt wordt
- Initiatief nemen

Beweging/motoriek

- Rennen
- Afremmen
- Juiste richting kiezen t.o.v. andere kruimel
- Variëren van snelheden
- Reageren op auditieve en visuele signalen
- Snel reageren



Uitwerking van de oefening

De Opperstoeikruimel wijst een Kruimel aan om de leeuw te spelen en laat de andere Kruimels rondrennen. De leeuw kruipt over de grond en probeert de andere Kruimels te tikken. De Kruimel die getikt is, wordt ook een leeuw. Het spel is afgelopen als er nog maar één Kruimel rondrent, die nog niet getikt is. Deze Kruimel heeft gewonnen.



Leermogelijkheden

Sociale en cognitieve vaardigheden

- Samenwerken
- Doorzetten
- Risico's durven nemen
- Inschatten van afstand met andere Kruimel
- Reageren op actie van de ander
- Alert zijn
- Accepteren dat je getikt wordt

Beweging/motoriek

- Kruipen, rennen
- Juiste richting kiezen t.o.v. andere Kruimel
- Variëren van snelheden
- Inspelen op bewegingsbaan van de andere Kruimel