

Oog voor de bal



Katinka B
Greet Hoog

BARTIMEUS RE

Colofon

Bartiméus
Postbus 340
3940 AH Doorn
Tel: 0343 52 69 11
e-mail: info@Bartiméus.nl
www.bartimeus.nl

Tekst: Katinka Bakker en Greet Hoogeveen

Foto's: Katinka Bakker, Mary Janssen, Lotte Tromop

Eerste druk
ISBN: xxx-xx-xxxxx-xx-x



Met dank aan:

Alle kinderen die meegewerkt hebben en hun ouders.

Paul Lagerweij, Kyra Ooms, Annemieke Reimer, Minette Roza, Lotte Tromop, Annet Veldman.

Deze uitgave is mogelijk gemaakt door een financiële bijdrage van de Vereniging Bartiméus Sonneheerdt.

Copyright 2012 Bartiméus

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een automatisch gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopiën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voorwoord

Spelen is voor elk kind een wezenlijk onderdeel van zijn of haar ontwikkeling. Spelen biedt plezier, ontspanning en door te spelen ontwikkelt het kind zich. Het leert zijn lichaam goed kennen en gebruiken, ontdekt de wereld om zich heen en speelt samen met andere kinderen. Dat geldt evenzo voor kinderen met een visuele beperking.

Bij kinderen die niet of slecht zien gaat het leren spelen niet vanzelf. Zij hebben meestal wat extra hulp nodig van ouders of andere opvoeders. In dit boek laten Katinka Bakker en Greet Hoogeveen zien hoe met enkele aanpassingen ook het visueel beperkte kind mee kan spelen. Zij geven aan waar rekening mee gehouden moet worden om vervolgens met veel gemakkelijk toepasbare en creatieve ideeën te komen hoe het kind kan leren spelen met een bal. Elke ouder, leerkracht, peuterleidster of andere betrokkene kan hier zelf verder op voortborduren.

Katinka Bakker en Greet Hoogeveen stimuleren al vele jaren blinde en slechtziende jonge kinderen optimaal gebruik te maken van hun eigen mogelijkheden. Zij begeleiden de ouders, peuterleidsters en leerkrachten om de ontwikkeling van de kinderen zo goed mogelijk te laten verlopen. Hun ervaringen en die van Bartiméus-collega's zijn verzameld en in handzame en gemakkelijk leesbare boekvorm uitgegeven.

Dit boek is een uitgave in de Bartiméus-reeks. De schrijvers zijn er opnieuw in geslaagd om hun ervaringen zó te delen dat elke ouder, leerkracht of begeleider van een visueel beperkt kind niet alleen uitgenodigd wordt om samen met het kind te gaan spelen maar dit ook met veel plezier én succes zal doen.

Drs. Marlies Raemaekers
Sectordirecteur Bartiméus.

Inhoudsopgave

Voorwoord	3
Inleiding	9
Deel 1. Spelen met de bal, ontwikkeling, omgeving, begeleiding	
1 Leeftijdsgebonden balvaardigheden	
1.1 Balvaardigheden en leeftijd	13
1.1.1 Vanaf anderhalf jaar	13
1.1.2 Vanaf twee en een half jaar	13
1.1.3 Drie jaar	13
1.1.4 Vier jaar	13
1.1.5 Vijf jaar	14
1.1.6 Zes jaar	14
1.2 Het slechtziende kind en de bal	14
1.2.1 Afstand	14
1.2.2 Snelheid en reactiesnelheid	15
1.2.3 Tijd	15
1.2.4 Aanleg en interesse	15
1.2.5 Beperkte visuele mogelijkheden	15
2 Omgevingsfactoren	
2.1 Licht en verlichting	18
2.2 Kleur en contrast	19
2.3 Grootte van de bal	20
2.4 Hoorbaar maken van het materiaal	20
2.5 Afstand	21
2.6 Achtergrond	21
2.7 Overzicht	22
2.8 Omgevingsgeluiden	22
3 Begeleiden tijdens het spelen met de bal	
3.1 De spelomgeving	25
3.1.1 Oriëntatie in de ruimte	25
3.1.2 Veilig voelen in de ruimte	25
3.1.3 Geluiden	25
3.2 Aanleren van de beweging	25

3.2.1	Naast	26
3.2.2	Samen doen	26
3.2.3	Loslaten, zelf laten doen	26
3.2.4	Bewegen met het hele lichaam	27
3.3	Begeleiden van het spel	27
3.3.1	Vertel wat de bedoeling is	27
3.3.2	Begeleiden tijdens het spel	27
3.3.3	Het kind motiveren	28

4 Opbouw in balhantering

4.1	Rollen	31
4.2	Richten	32
4.3	Vangen	32
4.4	De opbouw van het vangen	33
4.5	Voetballen	34

Deel 2. Balspelen

1	Individuele spelen	35
---	--------------------	----

Vasthouden

1.	Balletje rollen, balletje voelen	37
2.	Kom je naast me staan	37
3.	Verhuisbal	38

Rollen

4.	Rollende ballen	39
5.	Slootje rollen	39
6.	Over de lijn rollen	40

Gericht rollen

7.	Pylonen omrollen	40
8.	Grote bal, kleine bal	40
9.	Raken van een rollende bal	41

Naar je toe rollen

- | | | |
|-----|-----------------------------|----|
| 10. | Rol hem in mijn huisje | 41 |
| 11. | Rollen over een schuin vlak | 42 |

Stuiteren

- | | | |
|-----|-----------------------------|----|
| 12. | Stuiteren | 42 |
| 13. | De bal en de hoepel | 43 |
| 14. | Overstuiteren | 43 |
| 15. | Stuiter en vang | 44 |
| 16. | Eén hand, twee handen | 44 |
| 17. | Stuiteren met een tennisbal | 44 |

Gericht gooien

- | | | |
|-----|----------------------------|----|
| 18. | Kleurbal | 45 |
| 19. | Was op hangen | 45 |
| 20. | Blik gooien | 45 |
| 21. | Het landje aan de overkant | 46 |
| 22. | Cirkelspel | 46 |
| 23. | Gooi 'm er tegen | 46 |
| 24. | Schop 'm om | 47 |
| 25. | Hooghouden | 47 |

Vangen

- | | | |
|-----|------------------------|----|
| 26. | Zelf vangen | 47 |
| 27. | Mandje vangen | 47 |
| 28. | Vangen met een stuiter | 48 |
| 29. | Gooi maar door | 48 |
| 30. | Naar de overkant | 48 |
| 31. | Bank stuiteren | 49 |

Oefenen van gooien, hooghouden en voetballen.

- | | | |
|-----|--------------------------------------|----|
| 32. | Gooien | 49 |
| 33. | Omhoog gooien van een bal met geluid | 50 |
| 34. | Samen voetballen | 50 |

2 Groepsspelen	51
De kleine groep	
1. Kom je naast me staan	53
2. Verhuisbal	53
3. Ballen in een krat	54
4. Ballentrein	54
5. Rollen in de kring	54
6. Parachutebal	55
7. Poortje rollen	55
8. Pylonenbal	55
9. Ballenregen	56
10. Lawine	56
11. Stop de bal	56
12. Verdedig de pylon	57
13. Houd je tuin leeg	57
14. Door een hoepel gooien	57
15. Stuit een rondje	58
16. In het doel schoppen	58
17. Toren verdedigen	58
18. Knal de bal	59
Estafette vormen	
19. De verhuizers	59
20. Vijf keer is raak	60
21. Links om rechts om	60
22. Rennen naar de overkant	61
Spel notities	62
Bijlagen	67
Balvaardighedenlijst	68
Literatuur	72



Inleiding

Kinderen spelen graag met een bal; zodra ze een zien liggen, gooien ze deze in de lucht, vangen hem weer op, of geven hem een schop. Er kan overal met de bal gespeeld worden; in de tuin, op straat, op het speelplein of op de sportclub.

Kinderen met een visuele beperking spelen ook graag met een bal, soms blijkt dit minder makkelijk te gaan dan bij hun leeftijdsgenoten. Ze zijn de bal sneller kwijt, kunnen minder makkelijk nadoen wat anderen doen en het spel kan te snel voor ze gaan.

Wanneer een kind dat slechtziend of blind is met een bal wil spelen, kunnen er allerlei vragen naar boven komen. Op welke afstand kan hij de bal zien of horen, welke bal is het meest geschikt, wat kan er van hem gevraagd worden en wat is extra moeilijk voor hem?

In dit boek wordt uitleg gegeven over hoe er rekening gehouden moet worden met een kind met een visuele beperking en hoe hem vaardigheden aangeleerd kunnen worden. Er wordt ingegaan op vragen als: Welke materialen zijn daarbij nodig? Hoe worden de omgevingsomstandigheden geschikt gemaakt? En; Hoe wordt het spel opgebouwd?

Meedoen met leeftijdgenoten, in beweging zijn en niet te snel afhaken is belangrijk voor de ontwikkeling van een kind. Het vergroot niet alleen zijn gevoel van eigenwaarde, maar ook zijn sociale en motorische mogelijkheden.

Op de universiteit van Groningen is onderzoek gedaan naar de balvaardigheden van kinderen van 7 tot 10 jaar met een visuele beperking. Uit dit onderzoek komt naar voren dat zij problemen ondervinden met het spelen met de bal. Dit komt onder andere doordat zij meer moeite hebben met hun balans en met taken die om een snelle reactie vragen en waarbij de oog-hand coördinatie een belangrijke rol speelt. Het vangen van de bal is hier een voorbeeld van. Uit hetzelfde onderzoek blijkt ook dat de balvaardigheid door veel oefenen sterk kan verbeteren. Dit is een belangrijke aanzet geweest voor dit boek.

Het boek bestaat uit twee delen. Het eerste deel bevat achtergrondinformatie over het spelen met de bal, de ontwikkeling van het kind en waar rekening mee gehouden moet worden bij een kind met een visuele beperking.

In het tweede deel zijn spel-ideeën uitgewerkt om een kind op een speelse manier balvaardiger te maken. De spelletjes zijn met name gericht op jonge kinderen.

In de bijlage is een balvaardighedenlijst te vinden. Deze lijst kan gebruikt worden om inzicht te krijgen in wat het kind kan, zijn vorderingen vast te leggen en eventueel de gymles voor te bereiden.

Dit boek is voornamelijk geschreven voor ouders van kinderen met een visuele beperking, peuterleidsters, leerkrachten van de basisschool en medewerkers van de buitenschoolse opvang.

Tot slot willen we Paul Lagerweij, Kyra Ooms, Annemieke Reimer, Minette Roza en Annet Veldman bedan-

ken voor het kritisch meelezen en het geven van ondersteunende adviezen. Mary Janssen bedanken we voor het maken van de foto's. En alle kinderen die op de foto's staan; fijn dat jullie mee wilden werken.

Katinka Bakker en Greet Hoogeveen.

1. Leeftijdsgelinkte balvaardigheden

1.1 Vaardigheden en de bal

Een jong kind kan al veel ervaringen opdoen wanneer hij met een bal speelt. Hij zal kruipend achter een rollende bal aan gaan en deze willen pakken. Daarbij zal hij merken dat de ene bal sneller rolt of zwaarder is dan de andere. Een slechtziend kind doet deze ervaringen niet altijd vanzelfsprekend op. Maar al te snel is de bal weggerold en ligt deze buiten zijn gezichtsveld, zodat hij de bal niet meer terug kan vinden. Dan stopt hij met het balspel en doet hierdoor minder ervaringen op.

Hieronder wordt beschreven wat een kind op een bepaalde leeftijd met de bal doet.

1.1.1 Vanaf anderhalf jaar

Een kind van anderhalf jaar kan een bal vasthouden en er een stukje mee lopen. Hij kan de bal rollen en van zich af gooien. Net als met het rollen, zal het kind bij het gooien eerst beide handen gebruiken. De gooibeweging en het loslaten zijn nog niet op elkaar afgestemd. Het gooien lijkt eerst meer op het loslaten van de bal dan op gooien.

1.1.2 Vanaf twee en een half jaar

Vanaf ongeveer twee en een half jaar staan de meeste kinderen stevig genoeg om voorzichtig tegen een bal te kunnen schoppen zonder het evenwicht te verliezen. Het evenwicht zal zich nog verder ontwikkelen. Het lukt hem om de bal steeds verder van zich af te gooien en te rollen.

1.1.3 Drie jaar

Een driejarige rolt, schopt en gooit een bal met meer kracht dan een kind van twee jaar. Het afkijken van bewegingen begint nu belangrijk te worden. Kinderen van deze leeftijd kijken wat de andere kinderen doen en breiden hierdoor hun eigen mogelijkheden uit.

De meeste kinderen van drie jaar kunnen een bal gooien zonder hun evenwicht te verliezen. Sommige kinderen vangen een grote bal met gestrekte armen.

Het gooien en schoppen gebeurt op deze leeftijd nog niet altijd gericht. Goedziende kinderen van drie jaar kunnen een snel bewegende bal goed volgen.

1.1.4 Vier jaar

Een kind van vier jaar kan de bal bovenhands enkele meters ver gooien. De meeste vierjarigen kunnen een bal vangen. Bij het vangen worden de armen eerst gestrekt en naast elkaar voor het lichaam gehouden, waarna de armen gebogen worden als de bal tegen het lichaam aankomt. Vierjarige kinderen hebben genoeg evenwicht om een bal te schoppen. Het balspel is meestal met een volwassene, soms met een ander kind.

Oog voor de bal

Kinderen met een visuele beperking spelen graag met een bal.
Soms blijkt dit minder gemakkelijk te gaan als bij hun leeftijdsgenoten.

Wanneer een kind met een visuele beperking met de bal wil gaan spelen, kunnen er allerlei vragen naar boven komen. Op welke afstand kan hij de bal zien, welke bal is het meest geschikt, wat kan er van hem gevraagd worden en wat is extra moeilijk voor hem?

In dit boek wordt uitleg gegeven hoe er rekening gehouden kan worden en welke opbouw belangrijk is voor een kind met een visuele beperking. Daarnaast wordt ingegaan op het aanleren van balvaardigheden.

Balvaardig zijn en meedoen met leeftijdsgenoten is belangrijk voor de ontwikkeling van een kind. Het vergroot zijn gevoel van eigenwaarde, zijn sociale en motorische mogelijkheden.

Het boek bestaat uit twee delen. Deel 1 bestaat uit achtergrondinformatie. In deel 2 zijn spelideeën uitgewerkt om een kind op een speelse manier balvaardiger te maken.

Dit boek is voornamelijk geschreven voor ouders van kinderen met een visuele beperking, peuterleidsters, leerkrachten van de basisschool en medewerkers van de buitenschoolse opvang.

Bartiméus is een organisatie voor onderwijs, zorg en dienstverlening aan mensen met een visuele beperking en heeft een lange traditie in het uitgeven van publicaties op dit gebied.