

Algemene toelichting

LESSENPAKKET VOLLEYBAL SECUNDAIR ONDERWIJS

Deze toelichting schept het kader en de werkwijze van het lessenpakket voor het secundair onderwijs en geeft weer welke mogelijkheden jullie als leraar hebben om hiermee aan de slag te gaan. Het algemeen idee is leerlingen op een leuke en speelse wijze te laten kennismaken met de basis van het volleybal. De lessen zijn stevast opgebouwd volgens hetzelfde principe en ook de integratie van observatie, zelfevaluatie en het opnemen van verschillende rollen binnen een team wordt stelselmatig geïntroduceerd doorheen de lessenreeksen.

Voor dit lessenpakket 'Volleybal in het onderwijs' vertrekken we vanuit onderstaande basisprincipes en ligt de **nadruk NIET op de correcte technische uitvoering** van de verschillende basistechnieken:

- Bewegingsdynamiek
- Communicatie
- Geleidelijke opbouw en integratie van technieken in de verschillende spelvormen
- Inzicht in looplijnen
- Keuzes maken in functie van de situatie

Inhoudelijk zullen jullie per graad een wederkerend aanbod zien dat, waar van toepassing, zal bestaan uit:

- De **lesbundels**.
- **Observatie- en evaluatiefiches** (II & Ikr) + toelichting omtrent gebruik.
- **Techniefiches** voor **Ikr**: Hier wordt elke techniek visueel voorgesteld met enkele aandachtspunten. Dit is gemaakt zodat jullie gericht feedback kunnen geven.
- **Techniefiches** voor **IIn**: Deze techniefiches gebruikt worden tijdens de lessen voor de leerlingen. Op deze fiches staat ook een QR-code die naar de techniekvideo verwijst.
- **Coach- en scheidsrechterfiches** (3^e graad)
- **Een periodeplan** met een overzicht van de inhoud en gekoppelde doelstellingen en eindtermen.

Het **lessenpakket** is onderverdeeld in een **lessenreeks** van **6 lessen per graad** waarbij steeds volgens een logische opbouw wordt toegewerkt naar een eindspelvorm. Je behoudt als leerkracht de mogelijkheid om, indien je minder lessen kan besteden, vrij te kiezen welke lessen binnen de reeks aan bod komen. De opbouw blijft op deze manier deels behouden bij het wegvallen van 1 of 2 lessen binnen de reeks. Desondanks raden we aan om indien mogelijk de lessenreeks volledig af te werken.

Elke **les** is dan weer opgebouwd volgens hetzelfde principe:

- Algemeen gedeelte (opwarming)
- Specifiek gedeelte (kern)
- Spelvormen (slot)

We benadrukken dat gezien de context er steeds gedifferentieerd kan worden met betrekking tot tijd, materiaal of leerlingenaantallen. Inhoudelijk worden naar uitbreiding of afdaling steeds mogelijkheden aangereikt waaruit gekozen kan worden.

Voor het secundair onderwijs ziet het **periodeplan** er schematisch als volgt uit:

	Graad 1	Graad 2	Graad 3
Les 1	Introductie tot basisprincipes, de toets techniek en een 2-2 spelvorm	Herhaling basisprincipes en technieken	Herhaling basisprincipes en basistechnieken in 2-2 spelvormen
Les 2	Inzicht in looplijnen + 2-2 spelvorm met derde contact overspelen met toets	Intro onderhands spelen en 3-3 spelvorm	Verschillende rollen in 2-2 & 3-3 spelvormen
Les 3	Introductie smash binnen spelvormen smashvolleybal (LAAG NET!)	Verfijnen looplijnen en communicatie in 3-3 spelvorm	Intro gesprongen smash en 4-4 spelvorm
Les 4	Introductie onderhandse opslag binnen 2-2 spelvormen	Intro onderhandse opslag in 3-3 spelvorm en bewuste keuzes maken	BH-opslag in 4-4 spelvorm met scheidsrechter en coach
Les 5	2-2 spelvorm met observatie en evaluatie	Verfijnen 3-3 eindvorm	Verschillende rollen in 4-4 spelvorm
Les 6	Eindvorm 2-2	Eindvorm 3-3	Eindvorm 4-4 met zelf- en teamevaluatie

Per graad is een **apart document** opgesteld met betrekking tot de **periodeplanning**. Hierin worden volgende aspecten aangegeven:

- Algemene doelen
- Aandachtspunten
- Eindtermen
- Leerplandoelen (GO & KOV)
- Instructiemodel/werkvormen
- Duiding bij de beoogde eindspelvorm

Concreet stappenplan indien je als leerkracht graag aan de slag wenst te gaan met deze lessenbundels:

1. Bij het opmaken van de **jaarplanning** en in functie van de ruimte die je kan inbouwen, plan je de 6 lessen voor je graad in. Deze 6 lessen zijn bij voorkeur allemaal in te plannen, maar meer of minder lessen kan waar nodig zeker! Belangrijk is ook de flexibiliteit die dit lessenpakket heeft. Je kan indien de **beginsituatie** van je **klasgroep** dit vereist, bijvoorbeeld de lessenreeks van de eerste graad ook in de 2^e graad geven.
2. Ga in de **online mappenstructuur** op zoek de lesbundels en de bijhorende fiches ter ondersteuning. Alle documenten die van toepassing zijn in de les die je uiteindelijk wenst te geven staan toegevoegd in die lesmap. Voorbeeld: Graad 1 => Les 2 : In deze map zullen zowel de lesbundels, observatie- en/of evaluatiefiches als scorebladen aanwezig zijn indien ze voor deze les van toepassing zijn.
3. Gebruik en raadpleeg zeker de **techniekfiches** voor leerkrachten waar je visueel en omschreven tips krijgt om feedback te geven aan je leerlingen naar techniekuitvoering toe. Ook voor de leerlingen zijn er techniekfiches voorzien ter ondersteuning.
4. Lees zeker de **toelichting** voor het gebruik van de **observatie- en evaluatiefiches**. Kijk zelf als leerkracht in welke mate deze optie toepasbaar is binnen je eigen evaluatiesysteem.
5. Achteraan in iedere lesbundel voorzien we ruimte om zelf aantekeningen te maken indien je wijzigingen aanbrengt die je graag wenst mee te nemen naar de toekomst toe.

Tips & Tricks

LESSENPAKKET VOLLEYBAL

Deze toelichting geeft verschillende opties weer naar aanpak en opbouw binnen het lessenpakket volleybal alsook wat betreft materiaal. We reiken jullie verschillende mogelijkheden aan en geven tips die concreet toepasbaar zijn in de lessen of een optie kunnen zijn naar de toekomst toe.

DUUR LESSEN

In functie van enkele lessen of blokken is er voldoende ruimte en oefenstof om naargelang de noodzaak te combineren:

Blokken:

- Het samenvoegen van 2 opeenvolgende lessen waarbij het algemeen gedeelte van les 2 wordt weggelaten.
- Het verlengen van 1 les door het toevoegen van de aangereikte uitbreidingen.

Afzonderlijke uren:

- In functie van de beschikbare tijd wel of niet gebruik maken van de aangereikte uitbreidingen of het verlengen of inkorten van een bepaalde oefening.

OPBOUW LES + DIFFERENTIATIE IN DE LES

Naar lesopbouw toe wordt er stevast gebruikt gemaakt van een **algemeen gedeelte** als opwarming of intro. Nadien zal er via een **specifiek gedeelte** gewerkt worden binnen het gekozen thema om af te sluiten met een **spelvorm** gelinkt aan het thema waarbinnen gewerkt wordt.

Naar individuele **differentiatie** is het belangrijk te weten dat de **afdelingen** en **uitbreidingen** zoals aangegeven in de lessensbundels steeds **in volgorde en trapsgewijs** worden opgesomd. Het eerste pijltje is eerste mogelijke uitbreiding. Nadien eventueel gevolgd door het volgende pijltje.

Wanneer kan je verder uitbreiden? Globaal genomen mag je van de **80/20 regel** uitgaan. Wanneer 80% van de leerlingen de opdracht volbrengt mag er uitbreiding toegevoegd worden. Daarboven is het ook belangrijk dat binnen een oefening het perfect mogelijk is om niveaus te combineren. Bijvoorbeeld een leerling die werkt ZONDER bots laten samenspelen met een leerling die nog dient te oefenen MET bots als afdaling.

Globaal genomen kan je steeds differentiëren volgens deze principes:

Afdalen = meer tijd creëren:

- Extra bots, vangen, meer contacten toevoegen, afstand verkleinen, ...

Uitbreiden = tijd verkorten:

- Minder of zonder bots, minder aantal contacten, afstand vergroten, extra opdrachten toevoegen, ...

FEEDBACK GEVEN

Maak gebruik van de bijgevoegde **techniekfiches** voor leerkrachten en leerlingen! Hierop staan fouten en remedies vermeld en gerichte feedback die gegeven kan worden aan de leerlingen.

Visuele feedback:

- Indien je de mogelijkheid hebt om gebruik te maken van tablets tijdens de lessen maak dan zeker gebruik van de **techniekvideo's** die we via **QR-codes** en via **YouTube** beschikbaar stellen om de leerlingen visueel te ondersteunen bij het inoefenen.
- EXTRA = Film de leerlingen zelf met een tablet en laat hen dit bekijken.

ALGEMEEN

- Blijf benadrukken dat de focus ligt op bewegingsdynamiek, communicatie, spelinzicht en fun. De technisch perfecte uitvoering is GEEN hoofddoel!
- Vergeet de toelichting (leidraad) bij de **observatie- en evaluatiefiches** niet. Deze kan een aanzet zijn om te integreren binnen je evaluatiesysteem.

MATERIAAL

Net

Het spelen op een **gewoon volleybalnet** is naar beschikbare ruimte vaker niet aangewezen dan wel. De gemiddelde klasgrootte en beschikbare ruimte vereist een langere netafstand waardoor ook **meer speelvelden** gecreëerd kunnen worden. Vaak wordt in de lessen ook verwezen naar het gebruik van een 'net' in de lengte van de sportzaal. Hiervoor kan gebruikt gemaakt worden van **badmintonnetjes, een elastiek/rekker of een lint**. Voorzie voldoende ondersteuning zodat het net niet gaat doorhangen en zorg ervoor dat de ondersteuningspalen bij het raken van het net niet omvallen.

Qua **nethoogte** wordt er vooral gekeken naar leeftijd enerzijds, maar ook naar de toepassing binnen de les anderzijds. Wanneer er aan **smashvolley** wordt gedaan wordt er gewerkt met **een laag net**. Hiermee wordt bedoeld dat de nethoogte wordt bepaald door de kleinste leerling. Het net wordt dan gehangen op **ellebooghoogte** bij deze leerling wanneer hij/zij de arm omhoog uitstrekt. Het is

immers de bedoeling dat alle leerlingen de bal over het net, uit stand, naar beneden kunnen smashen. Hierin differentiëren is vrij makkelijk door het net van laag naar iets hoger (schuin) te hangen. Hierdoor kunnen je de grotere leerlingen op een iets hoger net laten spelen.

Qua **algemene richtlijn** wat betreft “normale” **nethoogte** (dus zonder smashvolley):

1^e graad = 214 cm

2^e graad = 214 cm

3^e graad = 218 cm

Hierbij vermelden we wel dat ook dit steeds aangepast kan/moet worden aan de specifieke situatie daar bijvoorbeeld jongens veel krachtiger zijn als meisjes en de klassamenstelling wat dit betreft wel soms vereist dat het net toch hoger gehangen moet worden om het aanvalsgeweld wat tegen te gaan.

Belangrijk is dus dat je hier gerust in durft te variëren i.f.v. niveau, geslacht of thema. Want in sommige situaties is een hoger net moeilijker (hoger overspelen) en een lager net makkelijker (smash) maar dit laatste maakt het voor de verdediger net weer moeilijker (kortere reactietijd). Dus inspelen op de gewenste situatie door de nethoogte aan te passen kan zeker.

Ballen

Er dient zeker en vast niet stevast gewerkt te worden met “echte” volleyballen. In een zoektocht naar de **meest geschikte bal** dient er voor het secundair in de meeste situaties gewerkt te worden met ballen van een normaal gewicht (260gr). Er zijn echter verschillende variaties in zachtheid en gewicht. Zowel Mikasa als Gala hebben hierin duurzame varianten ter beschikking. Gericht op onderwijs en leeftijd secundair adviseren we een van de volgende types:

Mikasa

VS220W = Normaal gewicht en normale grootte/ zachte bal (foam)

<https://www.mikasabenelux.eu/volleybal/volleybal-mikasa-vs220w-kids.html>

SV3-School = Normaal gewicht en normale grootte/ synthetisch leer

<https://www.mikasabenelux.eu/volleybal/mikasa-sv-3-school-volleybal.html>

Gala

GA5551S = Lichtere bal (210gr) en normale grootte / zachte bal

https://sportenvrijetijdshop.nl/index.php?route=product/product&path=110_111&product_id=67

Extra materiaal

Belangrijk is om bij diverse oefeningen te kunnen werken met visueel zichtbare objecten als veldafbakening, startpunt of richtpunt. Hierbij wordt veelal gebruikt gemaakt van **kegels** in verschillende kleuren en verschillend van grootte. Ook kleine potjes of schijven kunnen interessant zijn. Let hierop dat deze voldoende antislip zijn!

Creatief omgaan in het vervangen van voorgesteld materiaal is eveneens mogelijk! Het object in kwestie is vaak maar een hulpmiddel om een achterliggend doel te bereiken.