



**PROFESSIONELE BACHELOR IN HET ONDERWIJS
SECUNDAIR ONDERWIJS**

Bachelorproef

Paintball in de les LO.

PROMOTOR
KATRIJN MATTIJS
LICHAMELIJK OPVOEDING

NIELS CHRISTIAENS
LO-BR
ACADEMIEJAAR 2017-2018

Voorwoord

Het eindresultaat van deze bachelorproef is te danken aan verschillende personen. Graag wil ik hen bedanken voor hun inzet, tips en behulpzaamheid gedurende het hele proces van dit project.

In de eerste plaats zou ik graag mijn interne promotor Mevr. Katrijn Mattijs willen bedanken. De adviezen en feedback die ze gaf gedurende dit project hebben mij geholpen om het beoogde eindresultaat te behalen.

Vervolgens wil ik ook de externe personen die hebben deelgenomen bedanken. In eerste instantie de scholen die mij de kans hebben gegeven om mijn project uit te proberen. Hierbij wil ik nog 2 personen persoonlijk bedanken voor hun bijdragen: Ilvy Van De Velde en Ellen Vannoppen. Bij deze leerkrachten heb ik dit project mogen testen. Hieruit heb ik zeer nuttige tips en feedback gekregen van hen. Ook Vatana N.V. industrieweg 15 te 3583 Paal verdient een dankwoord voor het leveren van de materialen die ik nodig had om dit allemaal te verwezenlijken.

Graag vermeld ik ook mijn familie en in het bijzonder mijn moeder die mij geholpen heeft met vele praktische zaken zoals onder andere het maken van de T-shirts. Zonder de steun en vertrouwen van mijn familie gedurende mijn studiejaren had ik dit werk onmogelijk succesvol kunnen afwerken.

Inhoudsopgave

Voorwoord.....	3
Inhoudsopgave.....	4
Inleiding.....	6
1 Onderzoeksvraag.....	7
2 Leerplandoelstellingen	8
3 Theoretisch deel.....	9
3.1 Wat zijn paintball, lasergaming en airsoft?	9
3.1.1 Wat is paintball?.....	9
3.1.2 De geschiedenis van paintball.....	9
3.1.3 Wat is lasershooting?.....	10
3.1.4 De geschiedenis van Lasershooting.....	10
3.1.5 Laserquest	10
3.1.6 Lasertag.....	10
3.1.7 LaserMaxx	10
3.1.8 Wat is airsoft?	12
3.1.9 De geschiedenis van airsoft.	12
3.2 Paintball in België.....	14
3.3 Welke materialen worden er gebruikt?	15
3.3.1 Welke materialen worden gebruikt bij paintballen?.....	15
3.3.2 Het wapen.....	15
3.3.3 De kledij.	15
3.4 Welke materialen worden gebruikt bij lasershooting?	16
3.4.1 Het wapen.....	16
3.4.2 De kledij.	16
3.5 Welke materialen worden gebruikt bij airsoften?	16
3.5.1 Het wapen.....	16
3.5.2 De kledij.	16
3.6 Welke materialen worden er gebruikt in de lessen?.....	17
3.6.1 Zachte ballen.....	17
3.6.2 Velcro T-shirts.....	17
3.6.3 Velcro ballen.	17
3.6.4 Materialen uit de school.	17

3.7	De verschillende speltypes.....	18
3.7.1	Team deathmatch	18
3.7.2	Capture the flag.....	18
3.7.3	Flags	18
3.7.4	Infected	19
3.7.5	Man down	19
3.7.6	Free-for-all	19
3.7.7	Protect the VIP.....	19
4	Praktisch deel.....	20
4.1	De Enquêtes	20
4.2	Swot analyse.....	22
5	Kosten.....	24
6	Promotie.....	24
7	Conclusie + toekomstplannen	25
	Besluit	26
	Literatuurlijst.....	27
8	Bijlagen	28
8.1	Bijlage 1	28
8.2	Bijlage 2	30
8.3	Bijlage 3	31
8.4	Bijlage 4	32
8.5	Bijlage 5	33
8.6	Bijlage 6	34
8.7	Bijlage 7	43
8.8	Bijlage 8	52

Inleiding

Innovatie is een woord dat mij aanspreekt! Hierdoor is mijn zoektocht uitgegaan naar iets wat nog niet aanwezig was binnen de schoolmuren. Door mijn nieuwsgierigheid naar opkomende sporten ben ik in de paintballwereld terecht gekomen. Nadat ik zelf enkele keren ben gaan paintballen, ben ik tot de conclusie gekomen dat dit het onderwerp van mijn bachelorproef zou worden.

De belangrijkste vraag is hoe ik 'paintball' kan integreren in de sportlessen. De grootste uitdaging hierbij is de pijnfactor uit het spel halen. Zo moest ik nadenken over het materiaal waarmee ik paintball kan nabootsen. Na verschillende materialen uitgetest te hebben, ben ik tot het besluit gekomen dat het werken met velcro materialen en zachte balletjes de beste oplossing was.

Bij de ontwikkeling van het materiaal kwam heel wat kijken. Binnen het velcro concept werden ontworpen met op de borst, rug en schouders verschillende velcro stroken. Bij dit concept horen harde balletjes die blijven plakken aan de velcro. Hiernaast heb ik ook een concept met zachte balletjes waarmee je het spel kan spelen. Al het materiaal dat ik zojuist heb opgesomd, is wat ik zelf ontwikkeld of gezocht heb. Tot slot gebruik ik nog het materiaal dat aanwezig is op school voor het bouwen van een uitdagende arena.

Samenwerken staat centraal om het spel goed uit te voeren. Tijdens de uitvoering moeten de leerlingen verschillende vaardigheden gebruiken om het spel tot het gewenste resultaat te brengen. De leerlingen moeten zich volledig geven om het tot een positief einde te brengen. Niet alleen motorisch moeten ze zich tonen, maar ook tactiek en samenwerking zijn bepalende factoren.

In de sporthal is er een positieve sfeer aanwezig tijdens de lessen. Het is fijn als er een competitiedrang in de lucht hangt tijdens deze lessen. Hierdoor wordt iedere leerling naar een hoger niveau getild. Je kan dit nog versterken door de omgeving wat extra aan te kleden d.m.v. legernetten, schmink en dergelijke.

Wat vindt u terug in deze bundel? Dit eindwerk start met een theoretisch gedeelte met een uitleg over paintball, lasershooting en airsoften. De reden waarom ik deze 3 sporten uitleg is omdat ze alle drie in dezelfde lijn liggen. Dit wordt duidelijk doorheen de bundel. Verder gaat het over het ontwikkelde materiaal en hoe dit allemaal tot stand is gekomen. Ter afsluiting van het theoretische gedeelte vindt u verschillende speltypes die men kan spelen.

Hierna volgt het praktische gedeelte waarin men de resultaten van de afgenomen enquêtes vindt. Een deel van de enquêtes zijn afgenomen bij de voorbereidende spelletjes, het andere deel is afgenomen bij de wedstrijdes.

In het laatste deel van dit eindwerk wordt het financieel overzicht, de promotie van het concept en de toekomstplannen besproken. Deze bachelorproef wordt afgerond met het besluit.

1 Onderzoeksvraag

Deze bachelorproef is opgedeeld in een hoofdvraag met hiernaast enkele deelvragen. In dit eindwerk is de hoofdvraag: is er een mogelijkheid om paintball te spelen in de les LO? Het zou heel fijn zijn als er een nieuwe sport geïntegreerd kan worden in de lessen LO.

Naast deze hoofdvraag worden in dit eindwerk volgende deelvragen opgelost. Kan het spel gespeeld worden in het secundair onderwijs? Kan het spel gespeeld worden in het buitengewoon onderwijs? Kan het spel gespeeld worden in het lager onderwijs? Hoe haal ik de pijnfactor uit het spel?

Bovenstaande vragen zou ik graag oplossen gedurende deze bachelorproef. Het is belangrijk dat de vragen goed worden onderzocht. De reacties moeten komen van leerlingen en leerkrachten die actief deelgenomen hebben aan de lessen. Dit zal bevraagd worden door enquêtes die na de lessen ingevuld worden. Zo bekom ik aan het einde van deze bachelorproef een eerlijk en realistisch resultaat.

2 Leerplandoelstellingen

De leerplandoelstellingen bij dit nieuwe concept zijn heel breed. Er kunnen heel wat doelstellingen bereikt worden tijdens het spelen van oefeningen en wedstrijden.

Men zit zeer snel aan 10 motorische competenties die de leerlingen kunnen bereiken. Hierbij denk ik aan de spelletjes met de ballen en T-shirts. Maar ook met het klaarzetten van het materiaal kunnen verschillende soorten competenties behaald worden.

De sociale capaciteiten van de leerlingen komen zeker tot zijn recht. Men moet kunnen samenwerken om het uiteindelijke doel te bereiken. Voor het spel begint krijgt iedere ploeg 1 minuut om de tactiek te bepalen. Hier kunnen de leidersfiguren zich volledig ontplooiën.

Tot slot moet men rekening houden met het eigen lichaam. Als de spelarena gebouwd wordt moeten de leerlingen denken aan hun rug en andere lichaamsdelen om deze niet te belasten. Ook tijdens de spelletjes worden er grote fysieke krachten geëist van de leerlingen. Als ze deze grens kunnen verleggen is het een teken dat ze goed bezig zijn.

Gedetailleerde informatie met betrekking tot deze competenties kan u terug vinden in bijlage 1.

3 Theoretisch deel

3.1 Wat zijn paintball, lasergaming en airsoft?

3.1.1 Wat is paintball?

Paintball wordt aanzien als een opkomende sport. Voor deze sport heb je concentratie, finesse, snelheid, tactiek, samenwerken en nog veel meer vaardigheden nodig.

De sport wordt gespeeld door 2 teams met een gelijk aantal personen. De 2 teams proberen elkaar zo snel mogelijk te elimineren waardoor er een team kan winnen. De locatie van de sport kan heel variërend zijn. Paintballvelden vindt men op verschillende locaties en kan zowel binnen als buiten gespeeld worden. Deze verschillende mogelijkheden maken het spel zeer aantrekkelijk. De materialen die gebruikt worden zijn specifiek gemaakt voor het spel en worden verder in deze bundel uitvoerig besproken.

3.1.2 De geschiedenis van paintball.

Paintball is afkomstig uit Australië en is ontstaan rond 1970. Hier schoten de boeren met verfballetjes op het vee en de bomen. Zo markeerden de boeren hun vee en konden op deze manier bepalen welke koeien van hen waren. Op een dag begonnen de boeren op elkaar te schieten. Op deze manier is het spel, dat we heden als paintball kennen, ontstaan. Het spel waaide in de jaren '80 over naar de Verenigde Staten.

In 1981 speelde in de VS een groepje vrienden voor de allereerste keer een wedstrijd paintball. Ze speelden 'capture the flag', een spel waarbij ze om het eerste de vlag van de andere ploeg moesten veroveren. Dit spel bracht heel wat spanning en adrenaline naar boven bij de spelers en ze waren ervan overtuigd dat ze een geweldige ontdekking hadden gedaan. Paintball was nog niet bekend in deze tijd. Hier is verandering in gekomen nadat er meer en meer bedrijven paintball geweren gingen produceren. Vanuit de media kwam er opkomende aandacht voor deze sport. De opmars is een feit en de mensengroep die het spel spelen wordt met de dag groter.

Naarmate de bekendheid steeg, kon de ontwikkeling van de wapens niet achter blijven. De eerste wapens werkten op CO₂-patronen waarbij men maximaal 10 schoten kon afvuren. Al snel kregen de wapens een update en konden de paintball liefhebbers sneller en meer schoten na elkaar lossen. De volgende generatie geweren had een grotere CO₂-tank waarbij men tot 400 kogels kon afvuren. Momenteel is men afgestapt van het schieten met CO₂ en heeft men dit vervangen door perslucht. De wapens zijn voorzien van een tank aan de achterkant waar perslucht zit. Deze perslucht zorgt ervoor dat men veel stabiel en accurater kan schieten.

3.1.3 Wat is lasershooting?

Lasershooting is een spel dat wordt gespeeld in groepsverband. Men probeert het andere team volledig uit te schakelen. Er komt een zwakke laserstraal uit het geweer. Dit signaal wordt versterkt met een infrarood straal. Hierdoor kan de straal tot meer dan 100 meter bereiken. Iedere deelnemer draagt een pak waar alles op wordt waargenomen. De ruimte waarin dit spel wordt gespeeld, noemt men de arena. Met de oude techniek kreeg enkel de persoon die geraakt was een teken. Tegenwoordig krijgen alle personen een signaal wanneer ze iemand raken of wanneer ze zelf geraakt zijn.

3.1.4 De geschiedenis van Lasershooting.

Lasershooting is nog niet zolang bekend bij het grote publiek. Hoe is het spel ontstaan? Dit spel is ontstaan bij het Amerikaanse leger. Zij ontwikkelde infrarood wapens voor het realistisch simuleren van specifieke gevechtssituaties.

Het eerste spel dat werd gespeeld met laserstralen was in 1982. George Carter III had op basis van een Star Wars film een laserwapen ontwikkeld. Ook heeft hij arena gebouwd waar deze lasershooting kon plaatsvinden.

In 1986 is er de grote doorbraak voor de laserindustrie. De productie van het speelgoed dat te maken heeft met laser of laserstralen wordt serieus opgevoerd. Vele kinderen kregen als kerstcadeau een laser. Zo konden miljoenen kinderen lasergames tegen elkaar spelen op verschillende locaties.

In 1999 is de grootste laserarena gebouwd in Mesa, Arizona. Dit gigantische gebouw opende zich onder de naam Stratum Laser Tag.

3.1.5 Laserquest

Laserquest is afkomstig van Groot-Brittannië. Het is een afgeleide vorm van lasershooting. De pakken die de deelnemers aanhebben, werken als computers en registreren alles wat er op het veld gebeurt. Dit alles gebeurt door middel van een zender. Deze speciale kledij genaamd pakken hebben alleen contact met de computer aan het begin en einde van het spel.

3.1.6 Lasertag

Lasertag komt oorspronkelijk uit Australië en is overgewaaid naar diverse landen over de hele wereld. Bij lasertag hebben de pakken continu contact met een computer via één of meerdere zenders in de arena. Bij lasertag kan men niet een eigen spelersnaam kiezen om tijdens het spel te gebruiken. Wie neergeschoten wordt, ziet dat er twee lampjes op beide schouders gaan branden. Het geluid komt bij lasertag uit het geweer dat men met twee handen moet vasthouden. Lopen is in dit spel vaak verboden. Achteraf krijgen de deelnemers een scoreblad met resultaten.

3.1.7 LaserMaxx

Bij laserMaxx hebben de pakken continu contact met een computer via één zender in de arena. Dit heeft een groot voordeel omdat continu alle spelers op de hoogte worden gehouden van de scores. Ook krijg men informatie over welke speler je tijdens het schieten geraakt hebt. Bij laserMaxx kan je een eigen spelersnaam kiezen voor in het spel. Men kan

zien dat je geraakt is doordat alle lampjes op het pak even uitgaan, je pak trilt en er gaan stroboscopen af. Het geluid komt bij LaserMaxx uit twee speakers net onder de schouders en uit het geweer dat men, afhankelijk van hoe het ingesteld is, met één of twee handen moet vasthouden. Achteraf krijgen de deelnemers een scoreblaadje met de resultaten.

3.1.8 Wat is airsoft?

Deze vorm van simulatiesport is een zeer opkomende trend. Het is zeer aantrekkelijk omdat dit gebeurt met replica's van echte wapens. De bedoeling is dat je bepaalde targets of andere teams gaat uitschakelen. Er zijn verschillende vormen: IAPS, kaartschieten en re-enactment.

IAPS (International Airsoft Practical Shooting) of parcourschieten kan individueel of in teams gespeeld worden. Je moet een parcours afwerken in een zo snel mogelijke tijd. In dit parcours bevinden zich doelen die men moet elimineren. Deze doelen kunnen bemoeilijkt worden door obstakels die zich op het parcours bevinden. Er worden verschillende stages of rondes gespeeld. Wie op het einde het meest aantal punten heeft verzameld, wint het spel.

De tweede vorm dat gespeeld kan worden, noemt men kaartschieten. Bij dit speltype is het belangrijk om zo accuraat mogelijk te zijn. In een statische positie mag iedere deelnemer 5 kogels afvuren. Dit allemaal gebeurt op verschillende afstanden en op verschillende doelwitten.

De speler die op het einde het meeste punten behaald heeft wint het spel.

De derde vorm wordt re-enactment genoemd. In deze situatie gaan twee teams het tegen elkaar uitvechten. Er wordt een verhaallijn voorgeschoteld en deze wordt nagespeeld. Punten bij dit speltype kan men behalen door het voltooien van opdrachten. De winnaar is de persoon of het team met de meeste punten op het einde van het spel.

3.1.9 De geschiedenis van airsoft.

Airsoft is ontstaan rond 1970. Daisy Manufacturing Company is begonnen met het produceren van luchtdruk geweren die met plastic balletjes schieten. Dit was een grote verandering ten opzicht van de luchtdrukgeweren die met metalen of loden projectielen schoten. Deze luchtdruk wapens werden de '*soft air guns*' genoemd. Dit concept sloeg echter niet aan in Amerika dus moest er verandering in komen.

In 1980 zagen de Japanners het potentieel van de airsoft wereld. In Japan mag men geen vuurwapens tot zijn privé bezit hebben. Door de airsoft pistolen konden de Japanse wapenliefhebbers toch een verzameling starten. Veel Japanse bedrijven investeerden hierin en de bedrijven rond airsoft geweren kwamen als paddenstoelen uit de grond. De ontwikkeling van deze airsoft geweren schoot nu echt in gang.

De eerste airsoft guns werden door een veer aangedreven. Deze geweren noemde men spring powered air piston guns. Maar de ontwikkeling van deze geweren bleef niet stilstaan. Gedurende de jaren '80 produceerden de ontwikkelaars nieuwe geweren aangedreven op gas. Deze externe gasbron werd meestal door koolstofdioxide of freon bediend. Dit vonden de Japanners maar niets en ze verboden de koolstofdioxide en fluorkoolstofgassen. Momenteel vormen een elektrische motor en een veer de basis voor de meeste airsoft geweren. Dit mechanisme is er niet zonder slag of stoot gekomen. Het was een lange tijd te groot om in een geweer te plaatsen. Tot dat men de elektrische aandrijving compact genoeg heeft gekregen werd er gebruik gemaakt van het gas aangedreven mechanisme.

In 2005 kwam er een grote doorbraak bij de airsoft pistolen. Fabrikant Tokyo Marui bracht de eerste airsoft wapens uit waar het elektrische mechanisme in verwerkt zat. Deze pistolen zijn beter bekend als '*automatic electric pistol*' of afgekort AEP.

Net als de wapens, ontwikkelde de airsoft sport zich zeer snel. Niet alleen in Japan maar ook in andere landen wereldwijd groeide de airsoft sport snel.

3.2 Paintball in België

Paintball is in België niet zo populair als vele mensen denken. Zij die het spel spelen gaan paintballen voor het plezier.

Er is een competitie in België met 8 ploegen. Deze competitie wordt ook wel de Belgian Scenario Competition genoemd en wordt gespeeld over heel België.

Deze competitie is uniek in België. Elk team bestaat uit 6-7 spelers. Deze teams strijden op 5 verschillende locaties voor de Belgische eer. Er staat geen geldprijs op dit evenement, het is pure liefhebberij. De teams moeten een hele dag onderling strijden voor de dagwinst binnen te halen. Na een lange dag van onderlinge wedstrijdjes, is er 1 winnaar.

Er meest bekende teams in België zijn de Reapers en de Red Sox. Deze teams zijn ervaren omdat ze al een lange tijd samen spelen. Hierdoor is hun tactiek en de communicatie optimaal, wat een groot voordeel is voor deze teams tijdens het event. De teamleden kunnen elkaar blindelings vertrouwen waardoor het elimineren van de tegenstanders vlotter verloopt.

In België zijn er 18 locaties waar je kan Paintballen. Deze locaties liggen verspreid over heel het land. Er is ook 1 paintball shop te vinden in België. Deze is gelegen te Vilvoorde. Alles wat er maar bestaat van de paintballwereld is hier terug te vinden.

3.3 Welke materialen worden er gebruikt?

3.3.1 Welke materialen worden gebruikt bij paintballen?

3.3.2 Het wapen.

Een geweer is van origine niet gemaakt voor entertainment. Het was voor het merken van de bomen en het vee. Hierbij is wel de basis gelegd voor het wapen dat tot nu toe een hele transformatie heeft doorstaan. Op dit moment zijn er 2 type wapens. Ten eerste zijn er de elektronische markers. Hiermee kan je semi-automatisch of ramping schieten. Ramping wil zeggen dat, als je 4 kogels per seconde of meer schiet, schakelt het over naar een automatisch wapen. Als tweede heb je een mechanische marker. Deze zijn niet voorzien van een chip en schieten maar 1 kogel bij een triggerbeweging. Trigger betekent dat je de trekker overhaalt. Dit wapen is zwaarder dan een elektronische marker en schiet minder snel. Bijgevolg kan men minder ver en minder accuraat schieten.

Verder bespreken we nog enkele onderdelen die aan het wapen vastzitten. Wat duidelijk zichtbaar is aan het wapen is de munitie box die bovenaan staat. Hierin zitten de balletjes waarmee je kan schieten. Als je het balletje volgt kom je meteen aan het volgende onderdeel. De loop van het wapen is een lange buis aan de voorkant. Hieruit vliegt de kogel naar het doelwit. Om dit mechanisme in gang te zetten heb je de trekker van het wapen nodig. Dit trek je naar je toe en bijgevolg vliegt er een kogel uit de loop van je wapen. Vanachter aan het wapen bevindt zich een fles met perslucht in. Deze zorgt ervoor dat de kogel met een behoorlijke snelheid uit het wapen komt. Tot slot is er nog een heel klein belangrijk onderdeel, de veiligheidspal. Dit is een klein knopje dat je kan indrukken, als de knop ingedrukt is kan men geen kogels afvuren.



3.3.3 De kledij.

Overall: Als je gaat paintballen is er altijd een overall aanwezig voor alle deelnemers. Deze pakken zijn in verschillende kleuren waardoor je meteen de verschillende teams kan zien. Het beschermt je lichaam zodat de balletjes niet rechtstreeks op de huid komen. De kogels komen met een behoorlijke snelheid uit het wapen, het is niet zo dat je de kogels niet voelt doordat je de overall aan hebt. Blauwe plekken zijn onvermijdbaar bij deze sport.

Helm: De helm zorgt voor de belangrijkste bescherming, die van het hoofd. De voorkant bestaat uit een mondstuk en een vizier. Dit vizier bestaat uit een hard en flexibel plastic. Een goed zicht in deze sport is noodzakelijk. Aan de achterkant vind met een elastiek. De helm is aanpasbaar d.m.v. de elastiek aan de achterzijde. Hierdoor wordt de sport voor iedereen toegankelijk.



Nekbeschermer: Dit hulpstuk bevindt zich ter hoogte van de nek en is een soort band. Een nekbeschermer krijg je niet automatisch als je gaat paintballen. Het is aan te raden om dit te kopen, zeker als beginnening.

Harnas: Als je bang bent van blauwe plekken, kun je een harnas nemen ter bescherming van de buik, borst en rug. Dit plaats je onder de overall. Je voelt de impact van de kogels bijna niet meer. Dit is meestal niet inbegrepen in de basisprijs en is vaak extra aan te kopen.

3.4 Welke materialen worden gebruikt bij lasershooting?

3.4.1 Het wapen.

Er zijn 2 soorten wapens die gebruikt worden tijdens het spel. Bij de eerste versie wordt het spel gespeeld met kledij en een wapen. Hierbij is het de bedoeling dat je iemand raakt op de kledij die de persoon draagt. Er zitten sensoren in deze kledij die waarnemen als hierop een signaal komt. Het wapen bevat 1 lichtbalk. Deze balk drukt uit hoeveel levens je hebt. Als je geraakt wordt verdwijnt er een blokje uit deze balk.

Bij spel 2 is er geen kledij nodig voor het spelen van het spel. Hier zijn enkel wapens noodzakelijk. Op het wapen ziet men 2 lichtbalken: één voor het weergeven van de levens en het andere dient voor het weergeven van de toegewezen kogels. Je scoort wanneer je het wapen van de tegenstander raakt.

3.4.2 De kledij.

De kledij speelt een belangrijke rol in dit spel. Door de kledij die je aanhebt kan je geraakt worden door de infraroodstralen die uit het wapen komen. Het materiaal bevat sensoren die geactiveerd worden als de infraroodstralen hierop een signaal geven. De speler voelt en ziet dat hij geraakt is en er verdwijnt een leven op zijn wapen.

3.5 Welke materialen worden gebruikt bij airsoften?

3.5.1 Het wapen.

De wapens die worden gebruikt bij airsoften zijn bijna perfecte replica's van echte geweren. de grote is een 1 op 1 kopie van de wapens die bijvoorbeeld in het leger gebruikt worden. Deze wapens kunnen niet omgezet worden tot echte vuurwapens en kunnen enkel gebruikt worden om te airsoften. De kogels die voor deze wapens beschikbaar zijn noemen ze BBS. Dit zijn balletjes van 6mm groot en zijn ze biologisch afbreekbaar. Zo wordt er schade aan de natuur vermeden.

3.5.2 De kledij.

De kledij die je draagt bij het airsoften is volledig vrij naar keuze. De meerderheid van de deelnemers dragen een legertenuue. Dit bestaat uit een pet, T-shirt, broek en botten. Recreanten kunnen ook in gewone kledij deelnemen aan een wedstrijd airsoften. Bij wedstrijden worden er afspraken gemaakt zodat het verschil tussen de teams duidelijk is qua kledij.

3.6 Welke materialen worden er gebruikt in de lessen?

3.6.1 Zachte ballen

Spel met de zachte ballen.

Voor deze variant van het concept werden er 150 zachte ballen aangekocht. Deze ballen komen van een leverancier in Italië. De zachte ballen hebben een doorsnede van 7 cm. Het is een sponsachtig materiaal dat zacht en kindvriendelijk. Met deze ballen kan men hard gooien zonder de tegenstander fysiek pijn te doen. Het nadeel aan deze ballen is dat door het lichte gewicht de baan bij het gooien niet altijd even voorspelbaar is. Doordat het een zeer lichte bal is kan er een afwijking inzitten.



3.6.2 Velcro T-shirts.

De velcro T-shirts zijn gemaakt van effen T-shirts met hierop velcro gestikt. Op de T-shirts zijn er 3 verschillende zones met elk 2 stroken velcro. Op de voorzijde zijn er 2 stroken van 10 cm breed en 25 cm lang. Op de achterzijde van het T-shirt zijn er 2 gelijkaardige stroken bevestigd. Tot slot hangt er op beide schouders een velcro strook met een breedte van 10 cm en een lengte van 12,5 cm. Hierdoor kan men op verschillende plaatsen de speler raken. De gebruikte velcro is zelfklevend maar werd voor de duurzaamheid aan de zijkanten bijkomend gestikt. Op deze manier wordt het loskomen van de stroken zo goed als mogelijk vermeden.



3.6.3 Velcro ballen.

In tegenstelling tot de zachte ballen bestaan de velcro ballen uit een harder materiaal. Deze velcro balletjes zijn een stuk kleiner als de zachte ballen en bestaan uit een harde binnenkant en een pluizig gedeelte aan de buitenkant. Dit pluizig gedeelte zorgt ervoor dat, wanneer de bal tegen de velcro komt, deze zeer goed blijft plakken.



3.6.4 Materialen uit de school.

Er zijn natuurlijk ook obstakels nodig om achter te schuilen tijdens het spel. Deze obstakels worden gevormd uit de materialen die de school ter beschikking heeft. Hier moet men creatief mee omgaan om een zo uitdagend mogelijke arena te maken. Men moet opletten dat men ongeveer evenveel obstakels aan beide kanten van het speelveld plaatst. In het midden kan er een strook gemaakt worden waar geen obstakels staan. Hier kan een object geplaatst worden waarvoor de 2 teams moeten strijden. Veel gebruikte materialen zijn onder andere: valmatten, plinten, trampolines, kleine matjes, tafels en een ballenrek.

Hier kan men echter vrij in experimenteren en indien nodig tijdens het spel aanpassen.

3.7 De verschillende speltypes.

In dit deel bespreek worden de speltypes bij het paintball besproken. Al deze speltypes kunnen vertaald worden naar de les LO. Een gedetailleerd, uitgebreid voorbeeld van de voorbereidende oefeningen en verschillende speltypes kan u terug vinden in een volledig uitgewerkte lesvoorbereiding in bijlage 6, 7 en 8.

Bij paintball wordt er tijdens het spelen vaak gesproken over 'schieten' en 'doodgaan'. Binnen mijn lessen werd dit omgevormd naar 'werpen' en 'geraakt worden'.

3.7.1 Team deathmatch

Dit is het meest bekende speltype.

Bij dit speltype zijn er 2 of meerdere teams. De teams bevatten een gelijk aantal personen. Het is de bedoeling dat jou team het andere team zo snel mogelijk probeert te elimineren. Dit kan door de andere persoon dood te schieten of in dit geval aan te werpen. Bij dit spel is er altijd een tijdslimiet ingesteld. Als beide teams niet geëlimineerd zijn binnen de limiet, wordt het aantal levende personen geteld en de ploeg met het meeste aantal personen in leven heeft wint. In dit spel moet men geen voorwerp verdedigen enkel jezelf en het team. Als je geëlimineerd wordt, moet je het veld verlaten en aan de zijkant toekijken.

3.7.2 Capture the flag

Dankzij dit spel is paintball ontstaan.

Dit speltype bevat 2 teams die tegen elkaar strijden. Elk team heeft een vlag of een ander voorwerp in zijn/haar kamp liggen. Het is de bedoeling dat men dit verdedigt en tegelijkertijd de vlag of het object van de tegenstanders probeert te bemachtigen. Als een persoon jou aan werpt, verdwijnt je uit het spel. Als een ploeg de vlag of het object van het andere team kan bemachtigen en naar hun eigen kamp kan brengen, dan winnen ze het spel. Als de vlag uit het kamp is, maar de persoon met de vlag wordt aangeworpen, laat de persoon de vlag vallen op de plaats waar hij of zij geraakt is. Dit spel heeft geen tijdslimiet en eindigt wanneer het ene team de vlag heeft bemachtigt van het andere team.

3.7.3 Flags

Dit spel is 10 minuten pure actie!

In dit spel zijn er 2 of meerdere teams van gelijk aantal personen. De bedoeling van het spel is om zoveel mogelijk vlagjes in jouw kamp te krijgen. De vlagjes liggen in het midden van het terrein. Bij dit spel kan je niet geëlimineerd worden. Als je geraakt wordt, moet je terug naar je kamp gaan. Daar voer je een opdracht uit en erna mag je terug deelnemen aan het spel. Als je een vlag in je hand hebt en je wordt geraakt, steek je beide handen in de lucht en breng je de vlag terug naar het midden. Hierna ga je naar je eigen kamp, doe je een opdracht en mag je terug in het spel komen. Dit is een tactisch steekspel: ga je veel vlagjes halen en enkel aanvallen of ga je de tegenstanders beletten om de vlagjes naar hun kamp te halen? De ploeg die op het einde van het spel de meeste vlagjes in het kamp heeft liggen, wint het spel.

3.7.4 Infected

Dit spel begint met 1 tegen allen.

De persoon die alleen begint aan het spel noemt men de *'infected'*. Deze persoon bevat een virus dat hij/zij kan overbrengen door personen aan te werpen. De persoon die *'infected'* is, heeft een truitje aan zodat je kan zien dat deze persoon *'geïnfecteerd'* is. Als deze persoon iemand raakt, moet hij/zij ook een truitje gaan aandoen en mee helpen om iedereen te *'infecteren'*. Als iedereen geïnfecteerd is, of de tijdslimiet is om, eindigt het spel. Als er personen zijn die niet geïnfecteerd zijn na de tijdslimiet, winnen ze het spel. Anders wint de persoon die begonnen is als *'infected'*.

3.7.5 Man down

Je blijft altijd deelnemen aan het spel.

De spelregels zijn gelijkaardig aan die van team deathmatch. Het grote verschil is dat je niet geëlimineerd kan worden gedurende het spel. Je kan wel tijdelijk geëlimineerd worden door de tegenstanders, maar het hangt van je teamgenoten af hoelang je niet kan meedoen. Als je geraakt bent, ga je in kleermakerszit op de grond zitten en mag je niet deelnemen aan het spel. Als een teammaat je komt aantikken, ben je terug vrij en ga je eerst terug naar je eigen kamp vooraleer je terug naar het speelveld mag gaan. De punten worden aan de zijlijn bijgehouden door een scheidsrechter. Telkens je iemand neerschiet, krijgt jou team een punt. Bij deze spelvorm moet steeds de afweging gemaakt worden om punten te verzamelen of je ploeggenoten te gaan helpen.

3.7.6 Free-for-all

Dit speltype wordt meestal als laatste gespeeld.

Hier zijn geen teams aanwezig, iedereen kan iedereen aanwerpen. Het is dus oppassen geblazen vanuit elke hoek. Als je geraakt wordt, verdwijnt je uit het spel. De persoon die als laatste overblijft wint het spel. Je kan hier tactisch spelen en een alliantie maken met andere spelers maar je kan ook verraden worden door de spelers en meteen aangeworpen worden.

3.7.7 Protect the VIP

Dit speltype bestaat uit 2 of meerdere teams.

Elk team bestaat uit evenveel personen, maar per team is er één persoon die je moet beschermen. Deze persoon wordt de *"VIP"* genoemd. Deze persoon van je eigen team moet je bijzonder goed beschermen. De VIP van de tegenstander moet je zoeken en aanwerpen. De ploeg die hun VIP als langste kan laten leven, wint het spel.

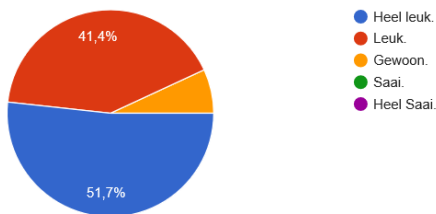
4 Praktisch deel

4.1 De Enquêtes

In dit deel van de worden de resultaten van de testdagen en de wedstrijden besproken. Aan de linkerzijde vindt u de resultaten van de testdagen, aan de rechterzijde worden de resultaten van de wedstrijdjes weergegeven. Deze grafieken geven de vragen weer die gesteld zijn nadat de leerlingen hebben deelgenomen aan de spelletjes. Elke deelnemer heeft de enquête zowel via de iPad of op papier ingevuld.

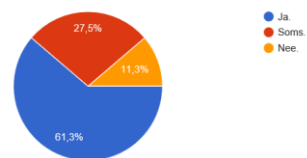
Wat vind je van de spelletjes die je hebt gespeeld?

29 reacties



Heb je veel moeten samenwerken met je team om het spel tot een goed einde te brengen?

80 reacties



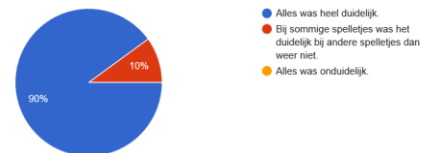
Doen de zachte balletjes pijn als ze tegen je komen?

29 reacties



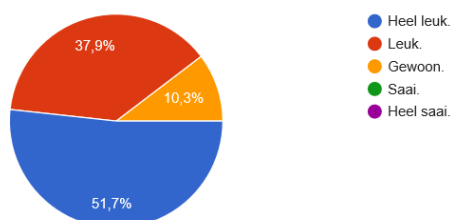
Waren de spelletjes duidelijk en goed uitgelegd zodat je meteen snapte wat je moest doen?

80 reacties



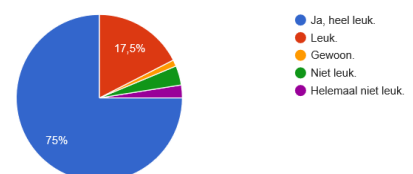
Vind je de spelletjes met de zachte balletjes leuk?

29 reacties



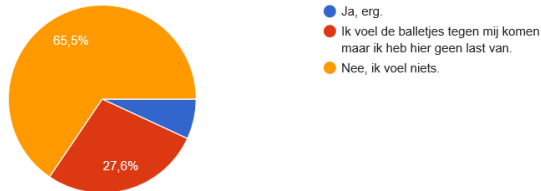
Vind je de spelletjes leuk die we gespeeld hebben met de zachte ballen?

80 reacties



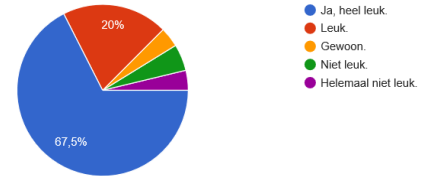
Doen de velcro balletjes pijn als ze tegen je komen?

29 reacties



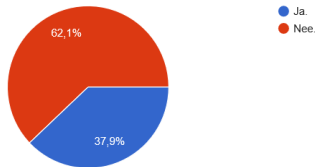
Vind je de spelletjes leuk die we gespeeld hebben met de velcro ballen?

80 reacties



Vind je het moeilijk om het balletje zo te werpen dat het blijft plakken op een T-shirt ?

29 reacties



De conclusies die we uit deze grafieken kunnen afleiden zijn positief. Meer dan 90 procent van de leerlingen vond de spelletjes leuk tot heel leuk.

De spelletjes met de zachte ballen worden goed ontvangen. Deze spelletjes zijn kindvriendelijk en doen geen pijn. Als we kijken naar de resultaten van de testdag en de dag van de wedstrijden kan er geconcludeerd worden dat de spelletjes met de zachte ballen positief worden onthaald. Bij dit concept ondervinden de deelnemers geen pijn wanneer ze geraakt worden door de balletjes.

De spelletjes die gespeeld zijn met het velcro materiaal op de verkennende- en wedstrijddagen zijn positief onthaald. Meer dan 87% van de leerlingen vonden de spelletjes leuk. Als de leerlingen het balletje op iemand anders kunnen werpen geeft dit een enorme succesbeleving. Je kan duidelijk zien of het balletje blijft plakken op het T-shirt of niet. De leerlingen vinden het ook niet al te moeilijk om de balletjes op de velcro T-shirts te werpen. De bedoeling was om te weten of de balletjes pijn doen bij het geraakt worden. Uit enquête blijkt dat dit slechts bij een klein percentage van de leerlingen als pijnlijk ervaren wordt.

Elke spelvorm werd voor aanvang duidelijk uitgelegd. Hierbij is er geprobeerd om dit op maat van de leerlingen uit te leggen. Opvallend was dat de specifieke termen van de wedstrijdjes bij de jongens beter bekend waren dan bij de meisjes. Toch blijkt uit de enquête dat 90 procent van de deelnemers de uitleg duidelijk vond. Dit was tijdens de wedstrijden duidelijk merkbaar.

Samenwerking is van groot belang meeste van deze spelletjes. Tijdens het spelen van de spelletjes heb ik vastgesteld dat hoe ouder de leerlingen zijn, hoe tactischer ze gaan samenspelen. De jongere leeftijdsgroepen gaan eerder individueel spelen maar in het algemeen werden de spelvormen wel goed uitgevoerd.

4.2 Swot analyse

<p>KANSEN</p> <ul style="list-style-type: none"> - Op de donkerblauwe T-shirts witte velcro gebruiken om het contrast zichtbaar te maken - Verhuren van materiaal tegen een bepaalde prijs. 	<p>BEDREIGINGEN</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mogelijke kans op blessure. - Niet populair genoeg en niet genoeg verspreid over de scholen. - De leerlingen vinden de spelletjes niet leuk.
<p>STERKTES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Samenwerken tijdens het spel is een must! - De leerlingen zijn actief bezig en er is een hoge intensiteit. - Een nieuwe uitvinding. - In de leefwereld van de leerlingen. - Voor alle leeftijden toegankelijk. - Het spel is toegankelijk voor jongens en meisjes. 	<p>ZWAKTES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Materiaal opstellen + afbreken. - Uitwassen van de T-shirts. - Lange haren die in de velcro blijven klitten. - stevig prijskaartje.

KANSEN:

Er zijn zeker nog kansen met dit spel omdat het pas komt piepen in de wereld van LO. Wat ik een gemiste kans vind, is dat ik geen witte velcro op de donkerblauwe T-shirts heb gebruikt. Zo kunnen de spelers beter zien waarop ze de balletjes moeten mikken. De gebruikte materialen kunnen verhuurd worden aan scholen en andere jeugdorganisaties.

BEDREIGINGEN:

Net zoals bij andere lessen LO kan men ook bij deze les een blessure oplopen. Maar er wordt alles aan gedaan om de kans zo klein mogelijk te maken. De gebruikte materialen kunnen beschadigd geraken. Ook is het mogelijk dat sommige leerlingen last ondervinden bij de spelvormen met de harde balletjes.

STERKTES:

Deze spelvormen zijn innovatief en spreken verschillende vaardigheden van de leerlingen aan. Niet alleen moeten de leerlingen samenwerken om de doelen te bereiken, ook fysieke en psychologische vaardigheden worden aangesproken gedurende de verschillende spelvormen. Dit kan variëren van kleuters tot het secundair. Voor iedere leeftijd is het toegankelijk met aanpassingen in de spelletjes. Tijdens de lessen is er een hoge actieve leertijd eens het materiaal op de juiste plaats staat. Het is fijn te ervaren dat het spel gespeeld kan worden door jongens en meisjes van elke leeftijd. Een bijkomend voordeel is dat de speltypes herkend worden door de leerlingen. Vele kinderen spelen deze spelletjes op hun PlayStation, Xbox,...

Bij de leerkrachten wordt dit concept positief onthaald hiervoor verwijs ik graag naar een brief van een betrokken leerkracht zoals opgenomen in bijlage 4.

ZWAKTES:

Het is vanzelfsprekend dat er ook enkele mindere punten aanwezig zijn. Zo neemt het materiaal klaarzetten een flinke voorbereidingstijd in beslag waardoor er in de les veel tijd verloren gaat. Tijdens het spel gaan de leerlingen lopen, springen, kruipen en dergelijke. Dit heeft tot gevolg dat de T-shirts vuil zijn en gewassen moeten worden. Ook kunnen er op deze manier beschadigingen aan de T-shirts komen. Leerlingen met lange haren kunnen het probleem hebben deze in de velcro vast kan komen te zitten. Er is een redelijk budget voor de aankoop van de materialen. De scholen zitten in vele gevallen met een beperkt middelen waardoor dit soms een probleem kan zijn.

Om aan te tonen dat er gewerkt aan de zwaktes, kansen en bedreigingen is er een website ontworpen waar alle informatie over het materiaal terug te vinden is. Op deze site vindt u ook de verhuurmogelijkheden terug. Via deze weg ben ik vlot bereikbaar om eender welke vraag te beantwoorden. Op deze manier probeer ik het spel steeds verder te ontwikkelen.

5 Kosten

Bij het ontwikkelen van dit concept zijn er verschillende materialen aangekocht. Voor dit eindwerk zijn die gefinancierd kunnen worden door 2 sponsors.

De aankoop van de materialen is een belangrijk proces. Hiervoor ben ik bij VATANA N.V. ten rade gegaan om te kijken wat ze allemaal konden aanbieden. Samen werd er gezocht naar de beste materialen rekening houdend met het beperkte budget van scholen. Op deze manier zijn de 150 zachte balletjes, de 150 velcro balletjes en de 40 T-shirts aangekocht voor een prijs van € 133,50.

Ook is er velcro nodig om op de T-shirts te bevestigen. Deze heb ik online aangekocht. Via de website www.conrad.be. Het totale aankoopbedrag van deze velcro bedraagt € 138,98.

Bijkomend werd er klein materiaal gekocht zoals onder andere stiksel en bijkomende velcro.. Dit ten waarde van € 14,60.

De T-shirts zijn allemaal bestikt met de velcro stroken. Dit is kosteloos uitgevoerd door mijn moeder hierdoor heeft er financieel een grote besparing kunnen plaatsvinden.

De totaalprijs van alle materialen gebruikt tijdens deze bachelorproef bedraagt € 284,08

6 Promotie

Om dit concept te promoten zijn er verschillende vormen van reclame mogelijk.

In eerste instantie kan het spel worden voorgesteld bij scholen en jeugdorganisaties. Ook mond aan mond reclame kan ervoor zorgen dat er meer productbekendheid verkregen wordt Tot slot kan ook het internet gebruikt worden om reclame te maken voor dit spel. Dit kan zowel via de website (<https://paintball-in-de-les-lo.weebly.com>) als via sociale media.

Op de website staat uitgeschreven uit welk materiaal de spelletjes bestaan. Ook vind men terug welke verschillende speltypes je kan spelen. Ben je dan nog niet overtuigd kan er altijd naar de filmpjes kijken die men terug vind bij het beeldmateriaal. Wil je het spel dan eens uitproberen dan is er de mogelijkheid om het materiaal te huren.

Via de sociale media zijn er tot op het moment van het schrijven van deze bachelorproef reeds 2 aanvragen geweest om de materialen te kunnen huren. Zie hiervoor ook bijlage 2 en 3.

7 Conclusie + toekomstplannen

In het kader van deze bachelorproef werden enkele praktijklessen gehouden in verschillende scholen. De lessen zijn bij verschillende leeftijden uitgetest. Zowel de deelnemende leerlingen, als de leerkrachten bij wie deze lessen werden uitgevoerd, zijn zeer enthousiast over het concept paintball in de les LO.

Dit wordt bevestigd door de enquête welke werd uitgevoerd na elke praktijkles. De resultaten hiervan kan u terugvinden in hoofdstuk 4.

De positieve reacties die uit de enquêtes voortkomen zijn zeer fijn om te lezen. Dat geeft een enorme boost om alles zo goed mogelijk af te werken. Ook zijn er enkele filmpjes via sociale media verspreid, hier zijn verschillende positieve reacties op gekomen.

Het materiaal werd reeds uitgeleend aan enkele leerlingen van Campus Russelberg te Tessenderlo. Deze leerlingen hebben gevraagd of ze het materiaal konden gebruiken voor een sportdag die ze moesten organiseren. Één persoon had mij gecontacteerd en vond de spelletjes leuk en vernieuwend. Daarom wou hij de paintball er graag bij hebben op de sportdag. De reacties van de leerlingen die deel hebben genomen en van de studenten die de dag organiseerden waren zeer positief. Om dit aan te tonen hebben we een overeenkomst getekend door beide partijen. Hiervoor wordt er verwezen naar bijlage 5.

Gedurende de opleiding geeft men op verschillende plaatsen stages. Hierdoor leert men verschillende leerkrachten LO kennen. Een aantal van de mensen bij wie ik stage heb gegeven, hebben het spel op sociale media zien voorbij komen en hebben een voorstel gedaan aan de directeur om dit spel in de school te spelen. Momenteel zijn er reeds 2 scholen die mij gecontacteerd hebben om deze spelletjes in hun school te gaan spelen. De aanvraag hiervan werd opgenomen als bijlage 2 en 3.

Wat ga ik nu doen met het materiaal in de toekomst?

Het materiaal blijft zeker van mezelf. Eerst en vooral moet het product bekendheid vergaren en in scholen gepresenteerd worden. De vermelde website in deze bundel is een ideale springplank om dit allemaal in gang te zetten. Deze site geeft ook aan dat er huurmogelijkheden zijn voor het materiaal waardoor elke school dit kan gebruiken. Op aanvraag kunnen de verschillende spelvormen tijdens de les worden toegelicht.

Uiteraard neem ik dit concept mee naar de school waar ik les ga geven na het beëindigen van de opleiding. Hier gaan de collega's en ikzelf gebruik van kunnen maken om de leerlingen aantrekkelijk en motorisch uitdagende lessen aan te bieden. Op deze kinderen op een speelse en innovatieve manier hun grenzen verleggen.

Besluit

In deze bachelorproef werd er onderzocht of men paintball kan integreren in de lessen LO. Deze vraag kan positief beantwoord worden. Zowel tijdens de test- als wedstrijddagen waren de reacties van de leerlingen en leerkrachten positief. Dit wordt duidelijk aangetoond door de resultaten van de enquête zoals besproken in hoofdstuk 4.

Bij de deelvragen werd er nagegaan of deze lessen voor alle leeftijdscategorieën en voor het buitengewoon onderwijs toegankelijk zijn. Zowel in het lager, secundair en buitengewoon onderwijs werden de verschillende spelvormen gespeeld. Tijdens de praktijklessen is gebleken dat naarmate de leerlingen ouder zijn, ze het spel tactischer aanpakken. Echter worden ook bij de lagere leeftijdsgroepen competenties zoals samenwerken en motoriek verbeterd. Bij het buitengewoon onderwijs waren er geen opmerkelijk verschillen waar te nemen.

Ook werd er onderzocht of de pijnfactor weggenomen kan worden zonder de originaliteit van het spel te verliezen. Dit heb ik kunnen realiseren door gebruik te maken van zachte balletjes.

De leerlingen zijn tevreden over de verschillende spelvormen. Maar nog belangrijker voor mij persoonlijk is dat de leerlingen verschillende vaardigheden verbeteren en moeten samenwerken om de vooropgestelde einddoelen te behalen.

De oefeningen en spelletjes besproken in deze bundel zijn voor iedereen bruikbaar. Van kleutertjes tot leerlingen secundair, iedereen kan het spel spelen. Het spel is makkelijk aanpasbaar naar het niveau van de leerlingen. Dit zowel in leeftijd als in fysieke en verstandelijke beperkingen.

Literatuurlijst

Loods, P. A. I. N. T. B. A. L. L. (z.d.). paintball. Geraadpleegd op 8 februari 2018, van <http://www.paintballloods.be/>

Merksplas, P. A. I. N. T. B. A. L. L. (z.d.). Paintball Merksplas. Geraadpleegd op 8 februari 2018, van <http://www.paintballmerksplas.be/blog/verschillende-spelvarianten-part-1/>

Merksplas, P. A. I. N. T. B. A. L. L. (z.d.). Paintball Merksplas. Geraadpleegd op 8 februari 2018, van <http://www.paintballmerksplas.be/blog/het-verschil-tussen-lasershooten-en-paintball/>

Divamelinga, D. I. V. A. M. E. L. I. N. G. A. (2018). Paintball merksplas. Geraadpleegd op 27 mei 2018, van <http://divamelinga.com/category//laser-game.php>

Onderwijs, G. O. (z.d.). GO Onderwijs. Geraadpleegd op 1 juni 2018, van <http://pro.g-o.be/pedagogische-begeleiding/leerplannen/leerplannen-bao/lichamelijke-opvoeding>

FOX, R. E. D. (z.d.). RED FOX. Geraadpleegd op 15 februari 2018, van <http://www.red-fox.be/volwassenen-nijlen/#paintball>

BVBA, M. G. M. (z.d.). Wat is lasershooting. Geraadpleegd op 15 februari 2018, van <https://www.laser-games.net/wat-is-lasershooting>

Webdesign, C. R. E. A. T. I. V. E. S. O. L. U. T. I. O. N. S. (z.d.). paintballarena. Geraadpleegd op 25 maart 2018, van <https://www.paintballarena.be/nl/lasergame/praktisch/veel-gestelde-vragen/>

Webdesign, C. R. E. A. T. I. V. E. S. O. L. U. T. I. O. N. S. (z.d.). paintballarena. Geraadpleegd op 25 maart 2018, van <https://www.paintballarena.be/nl/paintball/praktisch/veel-gestelde-vragen/>

Marcando, M. A. R. C. A. N. D. O. (z.d.). p8ntball. Geraadpleegd op 29 mei 2018, van <http://www.p8ntball.be/>

Winkels, J. O. S., & Hoogeveen, P. I. E. T. (1982). *Het didactische werkvormen boek* (11e ed.). Assen, Nederland: Koninklijke Van Gorcum BV.

Groels, W. E. R. K. G. R. O. E. P. (2001). *Praktijk bovenbouw*. Groningen, Nederland: Wolters-Noordhoff.

8 Bijlagen

8.1 Bijlage 1

Leerplan 2017/020 vervangt 2012/050.

De motorische basiscompetenties. (MOC)

De leerlingen kunnen:

- Geeft aan, zowel bij zichzelf als bij anderen, waarom een bewegingsopdracht wel of niet lukt en biedt eenvoudige oplossingen aan op basis van een beperkt aantal afgesproken criteria. (3LO:7)
- Voert een sprint uit. (1LO:14)
- Voert gekende motorische vaardigheden op basis van lopen op een hoger beheersingsniveau uit. (3LO:12)
- Kan werpen en stoten. (1LO:16)
- Voert aangepaste vormen van werpen en stoten in verschillende situaties beheerst uit. (2LO:11)
- Voert gekende motorische vaardigheden op basis van werpen en stoten op een hoger beheersingsniveau uit. (3LO:12)
- Speelt volgens afgesproken en aangepaste regels binnen het gekozen doel- en of terugslagspel. (1LO:20)
- Kan aanvallen en verdedigen binnen spelsituaties. (1LO:21)
- Leert omgaan met elementen als spanning, verliezen, winnen en fair-play. (1LO:22*)
- Kan binnen aangepaste vormen van een terugslagspel:
 - het eigen speelveld verdedigen;
 - pogen (na samenspel) te scoren. (2LO:15)
- Gebruikt motorische eigenschappen binnen doel- en terugslagspelen op een inzichtelijke wijze in bewegingscombinaties, met en tegen anderen. (3LO:10)

Zelfconcept en sociaal functioneren. (ZSF)

De leerlingen kunnen:

- Ervaart bewegingsvreugde in verschillende bewegingssituaties. (2LO:26)
- Leeft door de leerkracht opgestelde afspraken, oefen- en spelregels na. (*)
- Overlegt, maakt afspraken, werkt samen of speelt samen in groepsverband. (2LO:25)
- Betrekt zonder onderscheid alle leerlingen in spel en andere groepsactiviteiten. (1LO:33)
- leert omgaan met elementen zoals spanning, verliezen, winnen en fair play. (*)
- gedraagt zich sportief in elke bewegingssituatie en gaat respectvol om met het eigen lichaam en met dat van anderen. (2LO:28*)
- brengt waardering op voor elkaars mogelijkheden en houdt rekening met individuele verschillen. (2LO:29*)
- aanvaardt in bewegingssituaties de eigen mogelijkheden en talenten. (2LO:27)
- bouwt en bergt zelfstandig materiaal zorgzaam en met respect op. (2LO:30)

Gezonde en veilige levensstijl. (GVL)

De leerlingen :

- ontwikkelt fitheid gebaseerd op Kracht, Lenigheid, Uithouding en Snelheid (KLUS). (1LO:27)
- geeft het belang aan van het regelmatig leveren van fysieke inspanningen met het oog op gezondheid (2LO:18)
- zet zich in met het oog op fysieke fitheid. (2LO:23)
- ziet het belang in van een goede fysieke conditie. (3LO:22)
- past voor en na bewegingsactiviteiten hygiënische basisregels spontaan toe. (2LO:21)
- integreert basisregels van houdings- en rugscholing in alle mogelijke situaties. (3LO:19)

8.2 Bijlage 2



Beringen 31 mei 2018

Gebruiken van sportmateriaal van Niels Christiaens

Nadat wij uitleg over het paintball spel gekregen hebben, zijn we overeengekomen dat we het materiaal en het spel gaan gebruiken op onze eerste schooldag. We werken op deze dag rond verbindend samenwerken en dit spel is hier uitermate geschikt voor.

Met vriendelijke groeten

038703
SPECTRUMCOLLEGE
BOVENBOUW SINTE-LUTGART
Bogaarsveldstraat 13
3580 Beringen
tel.: 011 493 400

D. Van Doninck
Directeur
Spectrumcollege Campus Beringen Bovenbouw

8.3 Bijlage 3



Maasmechelen
05-06-2018

Sportdag lager onderwijs

Ondergetekende, L. Vasile, directeur van GO! Campus Kubik te Maasmechelen, verklaart dat PXL-student Niels Christiaens op 27 juni 2018 een sessie "paintball" gaat verzorgen op de sportdag van het lager onderwijs. Dit in kader van bovenvermelde student zijn bachelorproef.

Handtekening:

8.4 Bijlage 4

Evaluatieverslag donderdag 3 mei 2018

Juf Sabrina Savoca: Klas basisaanbod: leerlingen van 9-11 jaar, niveau 2^{de} leerjaar.

Na de stageperiode is meester Niels nog twee keer teruggekomen om lesjes te geven ivm zijn eindwerk.

De kinderen kennen de meester en zijn blij dat hij nog eens les komt geven.

De lessen zijn prima voorbereid. Al het materiaal staat klaar.

We konden duidelijk zien dat hij werk gemaakt had van zijn materialen. (t-shirts met velcro, balletjes, netten...). Zelfs zijn eigen outfit was in het thema.

Hij heeft alles goed overlopen en kon aan de lessen starten.

Bij aanvang wist hij goed met welke leerlingen hij te maken had, wat natuurlijk belangrijk is voor het inschatten van een juiste beginsituatie.

Zo bepaalde hij zelf de ploegen waarin gespeeld werd. Er was geen enkele leerling dat in discussie ging.

Meester Niels heeft een warme, vriendelijke manier van omgaan met de leerlingen. De kinderen hebben respect voor hem waardoor hij ze gemakkelijk tot de orde kan roepen.

De lessen werden ingekleed naar de interessewereld van de leerlingen. Het had betrekking tot de games wat voor heel veel van de leerlingen toch bekend is.

De opdrachten werden steeds uitgelegd en er konden vragen gesteld worden.

Zelfs bij het opruimen en verzamelen van de materialen kon hij de kinderen motiveren tot helpen.

Als hij tussendoor merkte dat het spel moeilijk verliep, stilviel,... Dan ging hij mee het veld op, gaf de teams tips en speelde stukjes mee.

Elke groep kreeg evaluatieformulieren mee om in te vullen voor directe feedback.

Meester Niels,

Zowel de leerlingen als leerkrachten hebben je onmiddellijk opgenomen in ons team.

Dat is een pluim waard. Niets was je te veel. Tijdens de speeltijden mee toezicht houden of een partijtje mee gaan voetballen met de leerlingen.

Je was aanwezig en je had een open houding naar leerkrachten en leerlingen.

We wensen je in de toekomst een leuke werkplek waar je al je frisse ideeën kunt blijven uitwerken.

Veel succes!

Juf Sabrina Savoca



8.5 Bijlage 5



7 mei 2018

Ontvanger Christiaens Niels

Sponsor Christiaens Niels

Bedrag/materiaal Paintball materiaal

Plaats Campus Russelberg

Datum 07 MEI 2018

Handtekening Sponsor:

Handtekening organisatie:

Christiaens Niels
Niels

Schepers



Naam student: Niels Christiaens

8.6 Bijlage 6

LESVOORBEREIDINGSFORMULIER LICHAMELIJKE OPVOEDING (3LO)	
<p>Naam student: Christiaens Niels</p> <p>Opleidingsonderdeel: Lichamelijke opvoeding</p> <p>Didactische oefening – Stageles bachelorproef</p>	<p>Contactpersoon opleidingsinstelling</p> <p>Pedagoog: Anniek.orye@pxl.be</p> <p>Vakdidacticus: Katrijs.Mattijs@pxl.be</p>
<p>Identificatie van de les</p> <p>School: Schakelschool Kuringen</p> <p>Klas (+ aantal lln.): basisaanbod 005 (13 lln)</p> <p>Optie/Richting: Buitengewoon lager onderwijs</p> <p>Vakmentor: naam: Ilvy Van De Velde e-mailadres: ilvyvandevelde@telenet.be telefoon: 0468.17/79/12</p>	<p>Leervak: Lichamelijke Opvoeding</p> <p>Lesonderwerp: voorbereiden voor paintball</p> <p>Datum: 18/01/2018</p> <p>Lesuur: 5 van 13u30 tot 14u20</p> <p>Bijlagen:</p>



Situering in het leerplan

Leerplannummer: 2015/001 (vervangt 2003/003)

Leerplandoelstelling(en) en leerinhoud(en):

Motorische competenties:

MOC1: Ontwikkelen oog-hand- en oog-voet-coördinatie. (6.2.1.8)

MOC2: Werpen een speelvoorwerp. (6.2.5.47)

MOC3: Werpen vanuit stilstand of vanuit beweging, op verschillende manieren gericht een speelvoorwerp naar een bewegend doel (medespeler, rollende bal...). (6.2.5.51)

MOC4: Vangen een speelvoorwerp in beweging op verschillende manieren. (6.2.5.52)

MOC5: Lopen individueel of in groep zo snel mogelijk (bv. sprint, aflossingsloop, Chinese muur...). (6.2.5.73)

Zelfconcept en sociaal functioneren:

ZSF1: Verkennen speels bewegingsmogelijkheden van eigen lichaam en bewegingsmogelijkheden met materiaal. (6.1.1.2)

ZSF2: Durven eigen bewegingsvormen en behendigheden te tonen. (6.1.1.6)

ZSF3: Communiceren in een spel op een sociaal aanvaarde wijze. (6.1.1.18)

ZSF4: Gaan positief om met winnen en verliezen. (6.1.1.26)

Gezonde en veilige leefsituatie:

GVL1: Geven het belang van het doseren van de fysieke inspanning aan. (6.1.2.5)

GVL2: Geven het belang van aangepast schoeisel en kledij aan. (6.1.2.6)

GVL3: Tonen de bereidheid om fysieke inspanningen te leveren. (6.1.2.10)

GVL4: Leven veiligheidsafspraken na. (6.1.2.17)



Naam student: Niels Christiaens

Informatie over de didactische beginsituatie

Praktisch (ruimte, materiaal, leraar, school,...)

- 1 veld ter beschikking
- 40 t-shirts met velcro
- 150 velcro balletjes
- 150 zachte ballen
- Potjes
- Kegels
- 4 Banken
- Tape

Leerling (belangstelling, onderlinge relaties, leer- en gedragsproblemen)

De leerlingen hebben in deze school verschillende type's. In elke klas zijn de type's hetzelfde.

De leeftijden in één en dezelfde klas variëren wel.

De leerlingen kunnen het goed met elkaar vinden en zijn bereid elkaar te helpen indien nodig.

Vakinhoudelijk (voorkennis, ervaring,...)

Dit is de eerste keer dat ze met dit in aanraking komen. De lessen zijn opgebouwd om dit op een speelse en leuke manier aan te leren.

De leerlingen hebben geen ervaring. ze kunnen wel gooien en vangen met ballen en heb al vaker een spel gespeeld met zachte ballen.

Persoonlijke aandachtspunten

- goede uitleg.
- zorgen voor een veilig situatie.
- snelle materiaal aanpassing



Naam student: Niels Christiaens

LESDOELEN (motorisch, cognitief, attitudes)	LESINHOUD + TIMING	ORGANISATIE (tekening)
Vorbereidingsfase (opwarming)		
<p>Activatie hart en longen.</p> <p>Actie-reactie vermogen.</p> <p>Cognitief: kleur – oefening Snelheid.</p> <p>MOC5 ZSF2 ZSF4 GVL1 GVL2 GVL3</p>	<p>4'</p> <p>Actie- en reactievermogen De leerkracht heeft 3 balletjes vast (blauw, geel en rood) elk balletje heeft een andere opdracht. Als de leerkracht het balletje in de lucht steekt geeft hij een signaal dat de opdracht kan beginnen.</p> <p>OPDRACHTEN: 1: zo snel mogelijk overlopen en terug. 2: achterwaarts overlopen en terug. 3: met 2 voeten springen en gewoon terug lopen. 4: hinkelen op 1 voet naar de ene kant en terug hinkelen op de andere voet. 5: met 2 lopen op en af. (hand in hand) 6: met iemand op de rug overlopen en terug. 7: ...</p> <p>Differentiatie: - Je kan opdrachten veranderen als je de opdracht uitgevoerd is. - een ander signaal geven: balletje laten botsen</p>	<div data-bbox="1429 504 1890 911" data-label="Diagram"> </div> <p>De leerkracht beslist zelf wanneer er een opdracht veranderd wordt.</p>



Naam student: Niels Christiaens

Uitvoeringsfase (kern)

Oog – hand coördinatie

Kracht

MOC1
MOC2
MOC4
ZSF1
ZSF2
GVL1
GVL3
GVL4

5'

werpen en vangen.

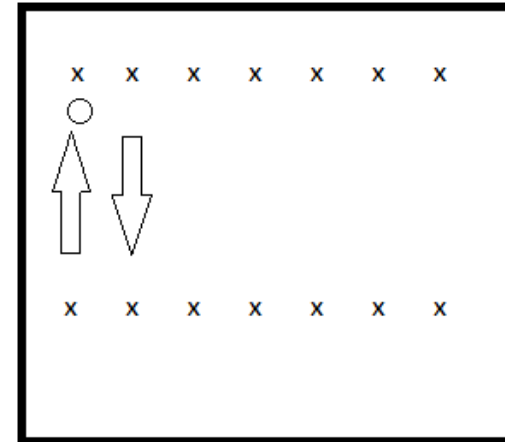
De IIn pakken per 2 één zacht balletje en gaan tegenover elkaar staan (3 meter tussen elkaar)
De IIn beginnen met de bal vrij over te gooien naar elkaar. Op signaal van de leerkracht voeren de een opdracht uit. Deze opdracht herhalen ze 10 keer daarna gaan ze in kleermakerszit zitten.

OPDRACHTEN:

- bovenhands werpen
- onderhands werpen
- werpen met een bots

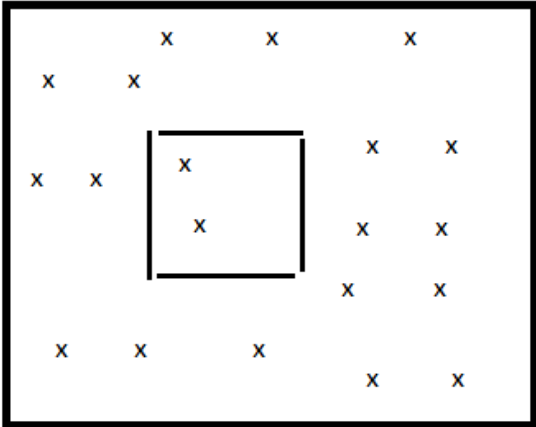
Differentiatie:

- werpen zonder dat de bal botst
- wisselen van partner



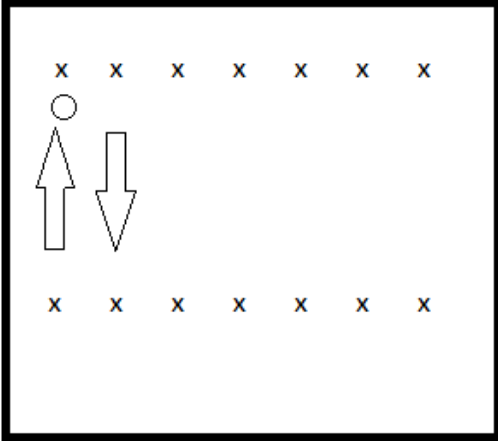


Naam student: Niels Christiaens

<p>Oog – hand coördinatie.</p> <p>Ruimte perceptie.</p> <p>Kracht</p> <p>Snelheid</p> <p>Uithoudingsvermogen</p> <p>MOC1</p> <p>MOC2</p> <p>MOC3</p> <p>MOC5</p> <p>ZSF1</p> <p>ZSF2</p> <p>ZSF3</p> <p>ZSF4</p> <p>GVL1</p> <p>GVL3</p> <p>GVL4</p>	<p>5'</p> <p>Werpen en ontwijken</p> <p>In het midden van het speelveld staat een vierkant gebouwd met banken. In dit vierkant liggen alle zachte balletjes om het spel te beginnen. 2 personen zullen in dit vierkant staan en gaan proberen alle personen die buiten het vierkant zijn aan te gooien. Als je eraan bent moet je in het vierkant gaan helpen. Er worden ook 2 personen aangeduid die een vestje aankrijgen. Deze moeten de balletjes die buiten het vierkant zijn zo snel mogelijk terug in het vierkant leggen.</p> <p>Differentiatie:</p> <p>De eerste 2 personen die eraan zijn, doen een vestje aan en worden de helpers.</p>	
--	---	---

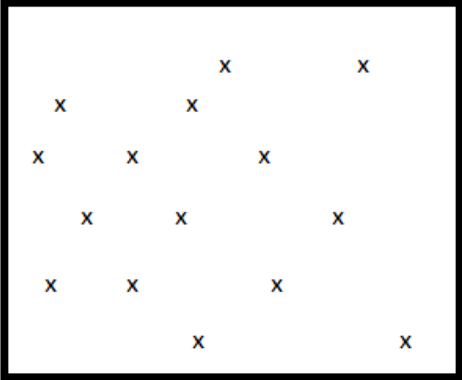


Naam student: Niels Christiaens

<p>Oog – hand coördinatie</p> <p>Kracht</p> <p>MOC1 MOC2 MOC4 ZSF1 ZSF2 GVL1 GVL3 GVL4</p>	<p>5'</p> <p>Kennis maken met velcro T-shirts en balletjes. De IIn krijgen allemaal een velcro T-shirt en 1 velcro balletje. Ze gooien het balletje op voor zichzelf en proberen het te vangen op hun eigen T-shirt. De IIn kunnen het balletje opvangen op drie verschillende plaatsen: de buik, rug en op de schouders. Zo zullen ze merken dat het niet gemakkelijk is om dit balletje op te vangen.</p> <p>Differentiatie: Binnen de minuut zoveel mogelijk punten verzamelen. Als je het balletje op je buik vangt is 1 punt. Als je het balletje op je rug vangt is 2 punten. Als je het balletje op je schouder vangt is 3 punten.</p>	 <p>The diagram shows a simplified human figure with a circle above its head representing a ball. Two large arrows, one pointing up and one pointing down, originate from the ball. The figure is positioned between two horizontal rows of seven 'x' marks each, representing targets. The entire scene is enclosed in a rectangular frame.</p>
--	--	---



Naam student: Niels Christiaens

<p>Oog – hand coördinatie</p> <p>Ruimte perceptie</p> <p>Kracht</p> <p>Snelheid</p> <p>Uithoudingsvermogen</p> <p>MOC1</p> <p>MOC2</p> <p>MOC3</p> <p>MOC5</p> <p>ZSF1</p> <p>ZSF2</p> <p>ZSF3</p> <p>ZSF4</p> <p>GVL1</p> <p>GVL3</p> <p>GVL4</p>	<p>5'</p> <p>Mikken en werpen.</p> <p>Iedere ln heeft 3 velcro balletjes. Je gaat de velcro balletjes in je handen houden en niet op je T-shirt plakken.</p> <p>De bedoeling van het spel is zo snel mogelijk de balletjes die je vast hebt op het T-shirt van iemand anders te werpen. Je moet ook proberen om zo weinig mogelijk balletjes op je eigen T-shirt te hebben.</p> <p>als je een balletje werpt en je mist ga je je eigen balletje oprapen en opnieuw mikken op het T-shirt van iemand.</p> <p>Als je al je balletjes kwijt bent (op iemand anders plakken) dan ga je op de bank zitten en kan je niet meer geraakt worden.</p> <p>Differentiatie:</p> <p>Als al je balletjes weg zijn blijf je rondlopen en heb je kans om geraakt te worden. Dit doet iedereen tot dat alle balletjes tegen iemand plakken.</p>	 <p>The diagram shows a 5x5 grid with 'x' marks at the following positions (row, column): (1,2), (1,4), (1,5), (2,1), (2,3), (3,1), (3,2), (3,4), (4,1), (4,2), (4,4), (5,3), (5,5).</p>
--	--	---



Naam student: Niels Christiaens

Afrondingsfase (slot)

Oog – hand coördinatie

Kracht
Snelheid

MOC1
MOC2
MOC5
ZSF2
ZSF3
ZSF4
GVL2
GVL3
GVL4

5'

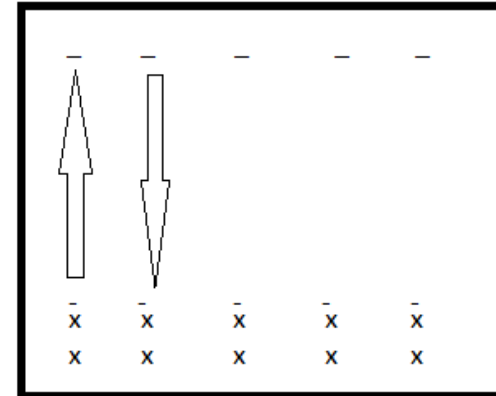
Estafette, werpen en mikken.

De IIn zijn verdeeld in teams van 3 IIn iedere team heeft 5 balletjes.

De IIn moeten zo snel mogelijk alle balletjes tegen een T-shirt werpen die tegen de muur is opgehangen. Als ze missen moeten ze het balletje gaan halen en doorgeven aan de volgende persoon. Wie als eerste de 5 balletjes tegen het T-shirt heeft wint het spel.

Differentiatie:

De afstand van het werpen vergroten.
De hoogte van het T-shirt veranderen.





Naam student: Niels Christiaens

8.7 Bijlage 7

LESVOORBEREIDINGSFORMULIER LICHAMELIJKE OPVOEDING (3LO)	
<p>Naam student: Christiaens Niels</p> <p>Opleidingsonderdeel: Lichamelijke opvoeding</p> <p>Didactische oefening – Stageles bachelorproef</p>	<p>Contactpersoon opleidingsinstelling</p> <p>Pedagoog: Anniek.orye@pxl.be</p> <p>Vakdidacticus: Katrijs.Mattijs@pxl.be</p>
<p>Identificatie van de les</p> <p>School: Schakelschool Kuringen</p> <p>Klas (+ aantal ln.): basisaanbod 005 (13 ln)</p> <p>Optie/Richting: Buitengewoon lager onderwijs</p> <p>Vakmentor: naam: Ilvy Van De Velde e-mailadres: ilvyvandevelde@telenet.be telefoon: 0468.17/79/12</p>	<p>Leervak: Lichamelijke Opvoeding</p> <p>Lesonderwerp: voorbereiden voor paintball</p> <p>Datum: 18/01/2018</p> <p>Lesuur: 5 van 13u30 tot 14u20</p> <p>Bijlagen:</p>



Situering in het leerplan

Leerplannummer: 2015/001 (vervangt 2003/003)

Leerplandoelstelling(en) en leerinhoud(en):

Motorische competenties:

MOC1: Ontwikkelen oog-hand- en oog-voet-coördinatie. (6.2.1.8)

MOC2: Werpen een speelvoorwerp. (6.2.5.47)

MOC3: Werpen vanuit stilstand of vanuit beweging, op verschillende manieren gericht een speelvoorwerp naar een bewegend doel (medespeler, rollende bal...). (6.2.5.51)

MOC4: Vangen een speelvoorwerp in beweging op verschillende manieren. (6.2.5.52)

MOC5: Lopen individueel of in groep zo snel mogelijk (bv. sprint, aflossingsloop, Chinese muur...). (6.2.5.73)

Zelfconcept en sociaal functioneren:

ZSF1: Verkennen speels bewegingsmogelijkheden van eigen lichaam en bewegingsmogelijkheden met materiaal. (6.1.1.2)

ZSF2: Durven eigen bewegingsvormen en behendigheden te tonen. (6.1.1.6)

ZSF3: Accepteren een verplichte groepsindeling. (6.1.1.12)

ZSF4: Communiceren in een spel op een sociaal aanvaarde wijze. (6.1.1.18)

ZSF5: Gaan positief om met winnen en verliezen. (6.1.1.26)

Gezonde en veilige leefsituatie:

GVL1: Geven het belang van het doseren van de fysieke inspanning aan. (6.1.2.5)

GVL2: Geven het belang van aangepast schoeisel en kledij aan. (6.1.2.6)

GVL3: Tonen de bereidheid om fysieke inspanningen te leveren. (6.1.2.10)

GVL4: Leven veiligheidsafspraken na. (6.1.2.17)



Naam student: Niels Christiaens

Informatie over de didactische beginsituatie

Praktisch (ruimte, materiaal, leraar, school,...)

- 1 veld ter beschikking
- 40 t-shirts met velcro
- 150 velcro balletjes
- 150 zachte ballen
- Potjes (25)
- Kegels (10)
- Banken (4)

Leerling (belangstelling, onderlinge relaties, leer- en gedragsproblemen)

De leerlingen hebben in deze school verschillende types. In elke klas zijn de types hetzelfde.

De leeftijden in één en dezelfde klas variëren wel.

De leerlingen kunnen het goed met elkaar vinden en zijn bereid elkaar te helpen indien nodig.

Vakinhoudelijk (voorkennis, ervaring,...)

Dit is de eerste keer dat ze met dit in aanraking komen. De lessen zijn opgebouwd om dit op een spelende en leuke manier aan te leren.

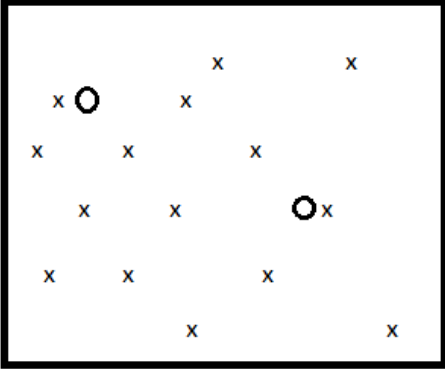
De leerlingen hebben geen ervaring. ze kunnen wel gooien en vangen met ballen en heb al vaker een spel gespeeld met zachte ballen.

Persoonlijke aandachtspunten

- goede uitleg.
- zorgen voor een veilig situatie.



Naam student: Niels Christiaens

LESDOELEN (motorisch, cognitief, attitudes)	LESINHOUD + TIMING	ORGANISATIE (tekening)
Vorbereidingsfase (opwarming)		
Activatie hart en longen. Ruimteperceptie Kracht Snelheid Uithoudingsvermogen MOC1 MOC2 MOC3 MOC4 MOC5 ZSF1 ZSF2 GVL1 GVL2	5' Ontwijken, werpen en mikken Jagerbal er is van elke kleur een zachte bal in het spel (rood, geel en blauw) dit wil zeggen dat er altijd 3 jagers zijn. Als de bal jou raakt wordt jij de jager. Als de bal eerst de grond raakt en dan jou raakt, veranderd de jager niet van persoon. Differentiatie: Als je de bal kan vangen moet de jager een nevenactiviteit doen en blijft hij/zij jager. - 5x pompen - 5x sit-up - 5x burpee	



Naam student: Niels Christiaens

Uitvoeringsfase (kern)

Oog -hand coördinatie

Kracht
Snelheid

MOC1
MOC2
MOC3
MOC5
ZSF1
ZSF2
GVL1
GVL4

10'

Werpen, mikken en ontwijken

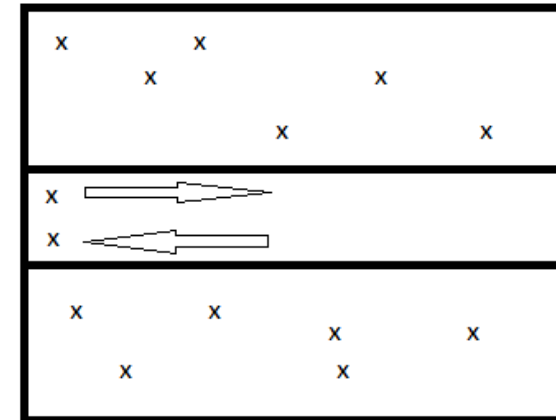
Death zone

3 leerlingen staan in het midden van het veld. Hier is een strook afgebakend waar alleen deze leerlingen in mogen. De andere leerlingen verdelen zich over de 2 kanten van deze strook.

De leerlingen in het midden gaan 18 kegels van de linkerkant naar de rechterkant brengen. Dit doen ze in een zo snel mogelijke tijd. Terwijl deze leerlingen dat doen mogen de leerlingen aan de buitenkant zoveel mogelijk balletjes gooien naar de leerlingen in het midden. Deze moeten de balletjes ontwijken en de kegels zo snel mogelijk verplaatsen.

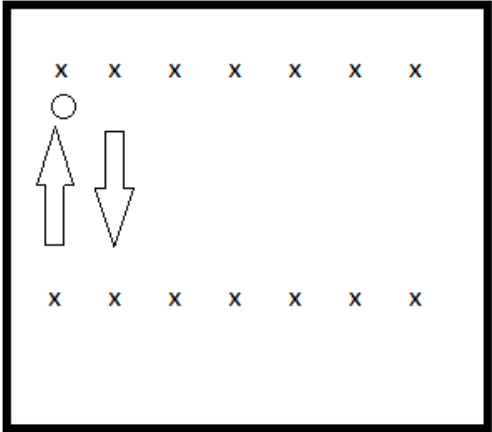
Differentiatie:

- Als de werper iemand raakt in het midden mag hij/zij een kegel gaan bijzetten






Naam student: Niels Christiaens

<p>Oog – hand coördinatie</p> <p>Kracht</p> <p>MOC1 MOC2 MOC4 ZSF1 ZSF2 GVL1 GVL3 GVL4</p>	<p>5'</p> <p>Kennismaken met velcro. Met 2 tegenover elkaar staan. Je gaat het balletje op en af gooien en opvangen met je eigen T-shirt.</p> <p>De leerlingen gaan dit onderhands en bovenhands oefenen zodat ze weten wat de makkelijkste weg is om het balletje op het T-shirt te gooien.</p> <p>Differentiatie: - 5 keer op de buik vangen - 5 keer op de rug vangen - 5 keer op de schouders vangen Als dit lukt ga je zitten -> wie het eerst zit wint</p>	 <p>The diagram shows a rectangular area with a thick black border. Inside, there are two horizontal rows of seven 'x' marks each. To the left of the top row, there is a small circle representing a ball. Below the ball, there are two vertical arrows: one pointing upwards and one pointing downwards.</p>
--	--	--

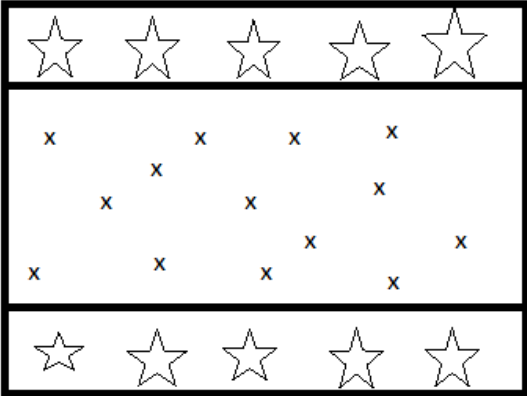


Naam student: Niels Christiaens

<p>Oog – hand coördinatie</p> <p>Kracht Snelheid</p> <p>MOC1 MOC2 MOC3 MOC4 ZSF1 ZSF2 ZSF3 ZSF4 ZSF5 GVL1 GVL3 GVL4</p>	<p>10'</p> <p>Dodgeball</p> <p>Werpen, mikken en ontwijken.</p> <p>Er zijn 2 speelvelden die op mekaar aansluiten. Deze velden zijn gescheiden door banken of een ander materiaal. Er zijn 2 gelijke teams die elkaar bekampen. Één team heeft witte T-shirts, het andere heeft de donkerblauwe. De velcro balletjes beginnen allemaal in het midden van de zaal. De leerlingen moeten zo snel mogelijk lopen om balletjes te halen waardoor ze andere personen kunnen elimineren. Als het balletje blijft plakken op je T-shirt ben je eraan en moet je aan de zijkant gaan zitten. Het team dat als eerste het andere team geëlimineerd heeft wint het spel.</p> <p>Differentiatie:</p> <ul style="list-style-type: none">- er kan één of twee obstakels in het veld geplaatst worden voor achter te schuilen.- men kan dit ook met de zachte balletjes spelen.	
---	---	---

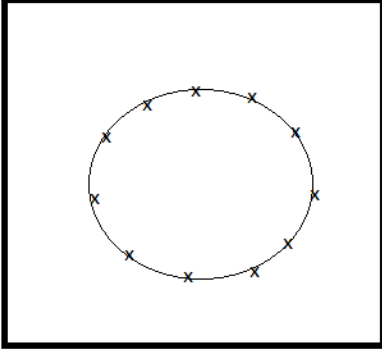


Naam student: Niels Christiaens

<p>Oog – hand coördinatie</p> <p>Kracht Snelheid Uithoudingsvermogen</p> <p>MOC1 MOC2 MOC3 MOC4 MOC5 ZSF1 ZSF2 ZSF3 ZSF4 ZSF5 GVL1 GVL3 GVL4</p>	<p>8'</p> <p>Mikken, werpen en ontwijken.</p> <p>Er zijn 2 teams (wit en zwart) En er liggen 5 witte T-shirts bij het witte team en 5 zwarte T-shirts bij het zwarte team. De lln moeten hun eigen T-shirts beschermen maar tegelijkertijd de andere T-shirts aanvallen. Hoe kan je aanvallen door een balletje op het T-shirt van het andere team te gaan gooien (moet blijven plakken) maar als je in het speelveld een balletje op je T-shirt krijgt moet je terug naar je eigen kamp gaan en mag je terug herbeginnen.</p> <p>Differentiatie:</p> <ul style="list-style-type: none">- Een zone afbakenen waar je in kan lopen en als je daar bent kan je vrij gooien naar de T-shirts van de anderen.- tikken van de persoon en enkel met de balletjes gooien op de T-shirts die op de grond liggen.	
--	--	---



Naam student: Niels Christiaens

Afrondingsfase (slot)		
Oog – hand coördinatie MOC1 MOC2 ZSF1 ZSF5 GVL4	5' De leerlingen staan in een kring. (2m tussen elke persoon) De leerlingen staan zo dat er na elk wit T-shirt een donkerblauw T-shirt volgt. Er is één balletje in omloop. Je probeert dit balletje op de rug van de persoon voor je te werpen. Als het blijft plakken ben je nog steeds in het spel. Als het balletje niet meer plakt ben je uit het spel en ga je naar de kleedkamer je omkleden. De persoon die als laatste overblijft wint voor zichzelf en het team.	



Naam student: Niels Christiaens

8.8 Bijlage 8

LESVOORBEREIDINGSFORMULIER LICHAMELIJKE OPVOEDING (3LO)	
<p>Naam student: Christiaens Niels</p> <p>Opleidingsonderdeel: Lichamelijke opvoeding</p> <p>Didactische oefening – Stageles bachelorproef</p>	<p>Contactpersoon opleidingsinstelling</p> <p>Pedagoog: Anniek.orye@pxl.be</p> <p>Vakdidacticus: Katrijn.mattijs@pxl.be</p>
<p>Identificatie van de les</p> <p>School: Campus Russelberg</p> <p>Klas (+ aantal ln.): 3LOS (24 ln)</p> <p>Optie/Richting: 2^{de} graad TSO</p> <p>Vakmentor: naam: Dries Hollanders e-mailadres: dries hollanders@gmail.com telefoon:</p>	<p>Leervak: Lichamelijke Opvoeding</p> <p>Lesonderwerp: Paintball in de les LO: wedstrijden</p> <p>Datum: 27/03/2018</p> <p>Lesuur: 1 van 08u30 tot 09u20</p> <p>Bijlagen:</p>



Situering in het leerplan

Leerplannummer: 2015/001 (vervangt 2003/003)

Leerplandoelstelling(en) en leerinhoud(en):

Motorische competenties:

MOC1: Voert aangepaste vormen van werpen en stoten in verschillende situaties beheerst uit. (2LO:11)

MOC2: Kan binnen aangepaste vormen van een terugslagspel:

- het eigen speelveld verdedigen;
- pogen (na samenspel) te scoren. (2LO:15)

MOC3: Gebruikt motorische eigenschappen binnen doel- en terugslagspelen op een inzichtelijke wijze in bewegingscombinaties, met en tegen anderen. (3LO:10)

MOC4: Voert gekende motorische vaardigheden op basis van lopen op een hoger beheersingsniveau uit.

Zelfconcept en sociaal functioneren:

ZSF1: Ervaart bewegingsvreugde in verschillende bewegingssituaties. (2LO:26)

ZSF2: Overlegt, maakt afspraken, werkt samen of speelt samen in groepsverband. (2LO:25)

ZSF3: Gedraagt zich sportief in elke bewegingssituatie en gaat respectvol om met het eigen lichaam en met dat van anderen. (2LO:28*)

ZSF4: Aanvaardt in bewegingssituaties de eigen mogelijkheden en talenten. (2LO:27)

ZSF5: Bouwt en bergt zelfstandig materiaal zorgzaam en met respect op. (2LO:30)

Gezonde en veilige leefsituatie:

GVL1: Geeft het belang aan van het regelmatig leveren van fysieke inspanningen met het oog op gezondheid (2LO:18)

GVL2: Zet zich in met het oog op fysieke fitheid. (2LO:23)

GVL3: Past voor en na bewegingsactiviteiten hygiënische basisregels spontaan toe. (2LO:21)



Naam student: Niels Christiaens

Informatie over de didactische beginsituatie

Praktisch (ruimte, materiaal, leraar, school,...)

Ruimte: minstens 1 veld (meerdere veldjes is een bonus voor het spel)

Materiaal:

- zachte ballen (150)
- velcro ballen (150)
- 40 velcro T-shirts (20 witten en 20 donkerblauwe)
- materiaal dat aanwezig is op de school. (plinten, banken, valmatten, kleine matjes, trampoline, elk ander materiaal dat men kan gebruiken om zich achter te verschuilen mag opgesteld worden)

Leerling (belangstelling, onderlinge relaties, leer- en gedragsproblemen)

De leerlingen zijn sportief aangelegd.

Ze werken goed samen. Er is een jongensgroep van 5 leerlingen die vaak met elkaar optrekken en denken dat ze de oefeningen snel kunnen.

Vakinhoudelijk (voorkennis, ervaring,...)

De leerlingen hebben al voorbereidende lessen gehad. Ze hebben kennisgemaakt met al het ontworpen materiaal.

Persoonlijke aandachtspunten

- duidelijk instructies geven
- weinig tijd voor de instructies = veel tijd voor de wedstrijdes



Naam student: Niels Christiaens

LESDOELEN (motorisch, cognitief, attitudes)	LESINHOUD + TIMING	ORGANISATIE (tekening)
Vorbereidingsfase (opwarming)		
<p>Ruimteperceptie: goed benutten van de ruimtes die het veld ter beschikking stelt</p> <p>ZSF5</p>	<p><u>5'</u> Elk team krijgt bepaalde materialen ter beschikking waarmee ze hun eigen kant mogen ontwerpen. De leerkracht bepaald welke materialen tot welk team wordt toegewezen. Ze mogen het materiaal zelf opstellen zodat ze zich kunnen verschuilen tijdens het spel. In het midden van beide speelhelften moet er een neutrale zone behouden worden.</p>	



Naam student: Niels Christiaens

Uitvoeringsfase (kern)

Oog – hand coördinatie

MOC1
MOC2
MOC3
MOC4
ZSF1
ZSF2
ZSF3
ZSF4
GVL1
GVL2
GVL3

10'

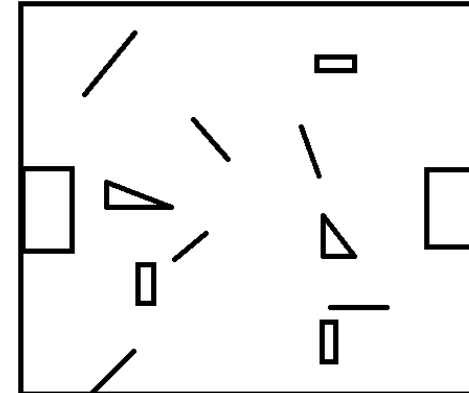
Team Deathmatch

Dit speltype is een ideale start. Er zijn 2 gelijke teams aanwezig in dit spel.

De bedoeling van het spel is enkel om het andere team zo snel mogelijk te elimineren.

Je kan je schuilen achter de zelf opgestelde materialen. Tijdens het spel mag je lopen door heel de spel arena. Als iemand je raakt steek je beide handen in de lucht en kan iedereen zien dat je geëlimineerd bent. Hierna ga je even aan de kant staan of op de bank zitten tot dat het spel beëindigt word.

Dit spel wordt gespeeld met de zachte ballen. (het kan ook met het velcro materiaal gespeeld worden maar ik ben van principe dat de eerste 2 spellen met de zachte ballen gebeuren)



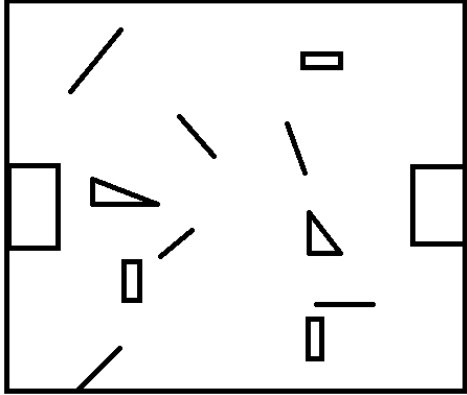


Naam student: Niels Christiaens

<p>Oog - handcoördinatie</p> <p>MOC1 MOC2 MOC3 MOC4 ZSF1 ZSF2 ZSF3 ZSF4 GVL1 GVL2 GVL3</p>	<p><u>10'</u> Man Down Een spel waar je continu in zit en niet definitief geëlimineerd kan worden. Er zijn 2 gelijke teams die elk een kamp bezitten. Dit spel werkt met een puntentelling en kan enkel gewonnen worden op punten die je behaalt hebt. Hoe kan je een punt behalen? Door iemand van het andere team aan te werpen. Deze persoon moet dan in kleermakerszit op de grond gaan zitten en mag niet meer deelnemen aan het spel. Hij/zij kan wel bevrijdt worden door het eigen team als iemand deze persoon kan gaan aantikken. Als je bevrijdt bent moet je in je eigen kamp langsgaan vooraleer je terug aan het spel kan deelnemen. Indien je iemand hebt aangeworpen moet je naar het scorebord of scoreblad gaan en een punt zetten bij jou team. Dit spel kan zowel met de zachte ballen als met het velcro materiaal gespeeld worden.</p>	
--	---	---

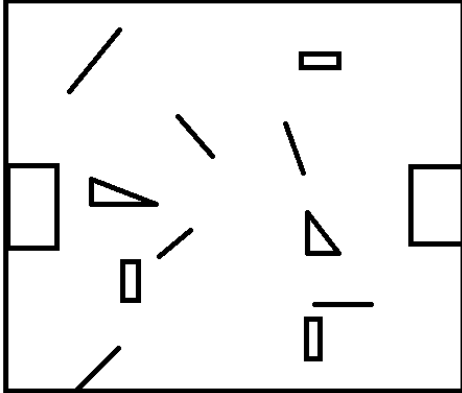


Naam student: Niels Christiaens

<p>Oog - handcoördinatie</p> <p>MOC1 MOC2 MOC3 MOC4 ZSF1 ZSF2 ZSF3 ZSF4 GVL1 GVL2 GVL3</p>	<p><u>10'</u> Capture the flag Er zijn 2 gelijke teams aanwezig in dit speltype. Elk team heeft een eigen kamp en een vlag ter beschikking. De bedoeling is dat ze hun eigen vlag beschermen en de vlag van de tegenpartij gaan bemachtigen. Als de vlag van de tegenpartij in je eigen kamp is win je het spel. Hoe kan je geëlimineerd worden in dit spel? Als de tegenpartij jou eraan werpt ben je uit het spel. Je moet aan de zijkant van het veld wachten waar je nog wel verbaal je ploeggenoten kan helpen. Dit spel kan gespeeld worden met beide soorten materiaal die ter beschikking zijn.</p>	
--	--	---



Naam student: Niels Christiaens

<p>Oog -hand coördinatie</p> <p>MOC1 MOC2 MOC3 MOC4 ZSF1 ZSF2 ZSF3 ZSF4 GVL1 GVL2 GVL3</p>	<p><u>10'</u> Protect The vip Er zijn 2 gelijke teams die tegen elkaar duelleren. Elk team duid in het begin van de wedstrijd iemand aan die ze gaan beschermen (de vip) deze persoon krijgt een voorwerp dat hij/zij ongezien kan bijhouden. De tegenstander weet dus in het begin van het spel niet wie de vip van de tegenpartij is. De bedoeling van het spel is om de vip van de tegenpartij zo snel mogelijk te vinden en te elimineren. Als dit gebeurt is win je het spel. Als je eraan geworpen wordt ben je uit het spel en kan je de vip van jou team niet meer verdedigen.</p>	
Afrondingsfase (slot)		
<p>ZSF5</p>	<p><u>5'</u> Opruimen materiaal + bekendmaking algemene score van de wedstrijdjjes.</p>	