## Bijlage 4 Kijkwijzers grove motoriek

### 4.1 Kijkwijzer grove motoriek einde eerste leerjaar

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Criteria** | **Helpende aanwijzingen** |
| Lopen | * wikkelt de voeten af terwijl het loopt (zie afbeelding 1) * loopt ontspannen, de armen losjes langs het lichaam * kan rechtuit lopen * loopt niet teveel op de tenen * flapt niet teveel met de voorvoet (bij het teveel op hielen lopen). | * ga regelmatig wandelen met de klas |
| Hollen | kan hollen en op tijd stoppen zonder te vallen. | let op of ze op tijd stoppen, botsen, met armen fladderen enz. |
| Springen | * durft te springen over een denkbeeldige afstand * durft van iets af te springen. | * gebruik een spelletje of een beeld. gebruik bijvoorbeeld het beeld van het water, waar je over hoge of lage golven heen moet springen   gebruik bijvoorbeeld in de michaëlstijd het beeld van de staart van de draak waar dappere ridders en jonkvrouwen overheen gaan   * help het kind door het succeservaringen te geven. |
| Touwtjespringen in het grote touw | * durft over het touw te springen * kan op het juiste moment loskomen van de grond, zodat het touw onder de benen doorgaat * valt niet vaak; kan vijf maal aaneengesloten vanuit stilstand over het touw springen zonder te vallen. | * laat het touw in het rond te draaien en de kinderen daar overheen springen * laat het touw onmiddellijk los wanneer een kind struikelt * laat het kind stilstaan voor het touw * zorg voor oogcontact laat het kind naar je kijken * zeg het te gaan staan waar het touw de grond raakt * geef met je stem en je mimiek duidelijk aan wanneer er gesprongen moet worden * beweeg het touw zo mogelijk op het juiste moment onder de voeten door * beweeg mee met het kind * geef ruimte zodra er een ritme ontstaat: geef het ritme in een vaste regelmaat aan: ‘en spring...en spring...en spring maar door’; zing een liedje * laat de kinderen die langs de kant staan meespringen in het ritme. |
| Onderhands gooien en vangen met leerkracht | * kan de bal driemaal zo naar de ander richten dat die hem kan vangen * kan de bal driemaal van de ander vangen * springt niet achter de bal aan * mag 3 x misgooien of vangen voordat het lukt. | * vangen mag tegen het lichaam aan * leer het kind met twee handen onderhands gooien. * vraag om met een hand te gooien als het twee handen beheerst * noteer (in je hoofd) de voorkeurshand * geef een tussenstap door de bal met een hand laten rollen * mik goed, zodat het kind makkelijk kan vangen * gooi zelf ook onderhands aan * kijk of het kind de armen op tijd sluit (bij te vroeg sluiten ketst de bal weg, bij te laat valt de bal er tussendoor) * stop met de oefening wanneer het na vier keer niet lukt. * sluit af met een opdracht die het kind wel beheerst * laat de bal driemaal over en weer gaan als het kind de beweging weer in de vingers heeft. |
| Harmonisch naar elkaar gooien en vangen | kan de bal vaker dan vijf keer gooien en vangen | * probeer of het lukt om in een vloeiende heen en weer beweging te komen * muziek of een liedje kan hierbij helpend zijn * geef het goede voorbeeld. |
| Kruipen | kan kruipen | * laat hele klas tegelijkertijd kruipen: let vooral op de kinderen die je opvallen * let op kruisgang (armen en benen niet aan dezelfde zijde gelijktijdig), en of een kind niet aanschuift (eerst armen dan benen) * gebruik een beeld of een spelletje, een dier dat ergens onderdoor kruipt enz. |
| Op de zandbakrand lopen | * loopt ontspannen over de rand * heeft evenwicht of kan uit balans zijn makkelijk zelf herstellen * durft een stapje achterwaarts te zetten. | * loop met hele klas tegelijkertijd: let vooral op de kinderen die je opvallen * laat afstand houden, * laat kinderen die teveel tegen anderen aanstoten voorop lopen * creëer meerdere opstappunten * inhalen mag niet. |
| 10 keer hinkelen zonder te wisselen | * begint het hinkelen te beheersen * valt niet, raakt niet te zeer verkrampt. | * laat kinderen eerst in een groepje hinkelen, zo heeft ieder kind weer de gelegenheid zich de beweging te ‘herinneren’ * neem ze bij de hand zodat ze jouw hinkbeweging kunnen voelen. |

### 4.2 Kijkwijzer grove motoriek einde tweede leerjaar

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Criteria, het kind ..** | **Helpende aanwijzingen** |
| Op de tenen lopen | * kan op de tenen lopen zonder het evenwicht te verliezen (zie afbeelding 3) * is beweeglijk daarbij * beweegt zich daarbij ontspannen. | * ‘lopen als een hertje zo licht; tip, tip tip op de tenen’ * begin met een vrije observatie * kijk of het tempo beïnvloedbaar is; hoe meer beheersing hoe meer sturing het kind heeft in het tempo. * observeer het tempo dat het kind zelf kiest. |
| Touwtjespringen in de grote bocht | springt verend door (>10 x) (zie afbeelding 4). | * geef het ritme in een vaste regelmaat aan: ‘en spring...en spring...en spring maar door’ * laat aanvankelijk kiezen hoe het kind wil beginnen: vanuit stilstand of inspringend * probeer of het al lukt om in te springen * teken een cirkel op de grond als het kind regelmatig het touw raakt. Dit om het springgebied aan te geven. |
| Individueel met eigen springtouw springen | is handig in de coördinatie arm- en beenbewegingen. | * beoordeel naar de mogelijkheden van het individuele kind * observeer of het kind met twee benen tegelijk of lopend springt (per stap het touw onder de voeten bewegend) * daag uit om de andere variant ook te oefenen. |
| Vangen, ook bukkend en rekkend | * + kan de bal vangen   + is niet bang voor de bal   + is niet (te) overmoedig   + bukt en rekt als bal laag en/of hoog komt. | * + gebruik een bal die makkelijk te vangen is   + gooi zo dat de kinderen de bal makkelijk kunnen vangen   + leer de kinderen om rustig te staan bij het vangen   + ga als het lukt variëren en probeer het kind meer mee te laten bewegen   + mik bij het gooien dan eerst ongeveer 30 cm naast het kind en pas als daarbij het vangen lukt in meer variatie (hoog-laag en rechts-links afwisselend). |
| Gooien met één en vangen met twee handen | * + kan gooien met één en vangen met twee handen   + vangt vóór het lichaam. | * + leer het kind met twee handen onderhands gooien.   + wanneer het met twee handen lukt (zie afbeelding 2): vraag om met één hand te gooien   + blijf bovenstaande met de stem begeleiden ‘en nu met allebei’, ‘en nu met één hand’   + noteer (in je hoofd) de voorkeurshand   + leer de kinderen dat ze pas mogen gooien nadat ze oogcontact hebben gemaakt met de vanger   + maak gebruik van ritme of een lied bij het inoefenen. |
| Huppen | * kan huppen met aaneengesloten voeten   + hupt met beide voeten tegelijk (zie afbeelding 5) en komt ook op beide voeten tegelijk neer (geen bijstapje). | * + luister of het één geluid is, wanneer je een tweeslag hoort wordt het niet beheerst   + laat de kinderen ook luisteren: hoor je maar één tik?   + kijk naar eventuele meebewegingen en noteer die (in je hoofd). |
| Huppelen | * kan huppelen * komt los van de grond bij het huppelen * beweegt de armen vrij en * ontspannen mee bij het huppelen * kan meezingen of antwoord geven tijdens het huppelen. | * huppel zelf mee * gebruik een liedje * geef het kind even tijd om zich de beweging te herinneren (even met zijn allen huppelen) * wordt het kind vrolijk van huppelen? |
| 10 sec stilstaan op 1 been | * staat stil op één been * staat rechtop op één been * staat ontspannen en in balans op één been (zie afbeelding 6) * heeft geen grote bijbewegingen (zie afbeelding 7) wanneer het op één been staat * haakt de voet niet achter het been wanneer het op één been staat (zie afbeelding 8) * heeft de knieën los van elkaar; niet tegen elkaar aan gedrukt, wanneer het op één been staat (zie afbeelding 8) * hangt niet tegen klasgenoot aan wanneer het op één been staat (zie afbeelding 8). | * ‘doe alsof je armen de tentstokken zijn die stevig in de grond prikken’ (of wortels van een boom zijn) * doe bovenstaande voor * laat bij kinderen die moeite hebben eerst ‘de tentstokken’ in de grond prikken en vraag daarna pas of ze op één been gaan staan * help het kind tot rust te komen ‘Probeer maar, sta je echt stil? Als een ooievaar zo stil op één been? Ben je van binnen ook helemaal stil?’ |
| Kruist de verticale middenlijn | pakt het krijtje in de voorkeurshand ook als het aan de andere lichaamszijde ligt. | * let op of het kind het krijtje overpakt van de ene hand in de andere * dit mag uitrijpen tot 7 jaar. |
| Kruist de horizontale middenlijn | kan soepel iets van de grond oprapen. | * let op dat het kind dit doet zonder te vallen of door de knieën te zakken * kijk bijvoorbeeld of het kind zijn handen gebruikt om de laarzen aan te trekken * dit mag uitrijpen tot 7 jaar. |