



Kronkeldiedoe

Bewegingslandschap voor leerlingen
van de 1^{ste} graad lager onderwijs

m.e.v.

zet je school in beweging

Kronkeldiedoe

Inleiding	3
Een halve dag Kronkeldiedoe	4
1. Doelgroep	4
2. Organisatie	4
3. Inschrijven	4
4. Verwerking van de inschrijvingen	x
5. Begeleiding	5
6. Verloop en praktische afspraken	6
7. Activiteiten	8
Superkronkel	9
Puzzelen	10
Bekers stapelen	11
Evenwicht	12
Parachute of pauze	13
Bouwen	14
Alles op wieltjes	15
Ballon slaan	16
Skelters	17
Klimmen op de hindernissenpiste	18
Blazepods	19
Reuzenbal	20
Parachute of pauze	21
9. Het Kronkeldiedoe beweeglied	22
Nuttige informatie	30

Inleiding

Een **bewegingslandschap** is een halvedagactiviteit tijdens de lesuren in een sporthal in de buurt van de school. Het accent ligt op beleving en spelend kennismaken met beweging. MOEV biedt voor elk leeftijdsjaar van het basisonderwijs (van de eerste kleuterklas tot het 6de leerjaar) een bewegingslandschap aan. In dit bewegingsaanbod is doorheen de schooljaren een ontwikkelingsprogressie voorzien van grove motoriek naar bestaande sporttakken.

Het bewegingslandschap 'Kronkeldiedoe' is bestemd voor alle leerlingen van de 1ste graad van het lager onderwijs en de 8-9 jarigen van het buitengewoon lager onderwijs. Het sluit aan op het bewegingslandschap Rollebolle voor de 2de en 3de kleuterklas.

De kinderen maken op school al kennis met het project **'Kronkeldiedoe'**. Ze doen dit door het beweeglied van Kronkeldiedoe in te oefenen. De activiteit zelf vindt plaats in de sporthal. Er wordt gestart met een gezamenlijke opwarming van alle deelnemende klassen. Nadien doorlopen de kinderen onder begeleiding 14 activiteiten via een doorschuifstelsel. De halvedagactiviteit eindigt opnieuw met het beweeglied.

De aangeboden bewegingsvaardigheden in 'Kronkeldiedoe' sluiten aan bij de onderwijsdoelen van het lager onderwijs.

Veel plezier!

Een halve dag Kronkeldiedoe

1. Doelgroep

'Kronkeldiedoe' is een schoolsportactiviteit bestemd voor **leerlingen van het 1ste en/of 2de leerjaar**. De leerkracht(en) en extra begeleider(s) doorlopen met hun leerlingen in kleine groepjes de verschillende activiteiten.

2. Organisatie

- MOEV werkte het concept van 'Kronkeldiedoe' uit en is verantwoordelijk voor de uitwerking én de organisatie ervan.
- MOEV organiseert 'Kronkeldiedoe' op verschillende locaties in grote sportzalen.
- MOEV organiseert 2 sessies per dag: een sessie in de voormiddag en een sessie in de namiddag. Maximaal 180 leerlingen kunnen deelnemen per sessie. Een sessie is een halve dag-activiteit.

3. Inschrijven

Dit draaiboek, het beweeglied, de data, de locaties en de inschrijvingsformulieren vind je op onze website: www.moev.be/activiteiten.

4. Verwerking van de inschrijvingen

Via de website tekent de leerkracht in op dit (of meerdere) bewegingslandschap(pen). Belangrijk om te weten: wanneer je intekent voor deze activiteit is het nog niet zeker dat je ook kan deelnemen. Nadat alle inschrijvingen verwerkt zijn door MOEV ontvang je via mail een definitieve bevestiging of de melding dat je school of klas op de wachtlijst staat.

5. Begeleiding

- MOEV bezorgt de school tijdig alle info over de samenstelling van de groepen en de timing.
- De school zorgt voor voldoende begeleiding. Klasleerkrachten kunnen ondersteuning krijgen van ouders of andere vrijwilligers.
- Ook studenten/stagiairs kunnen voor begeleiding zorgen. Dit kunnen leerlingen van sporthumaniora of kindverzorg zijn of studenten uit de lerarenopleidingen.

Indien we deze extra begeleiding kunnen voorzien, brengen we de school op de hoogte van deze extra hulp.



6. Verloop & praktische afspraken

VOORBEREIDINGEN OP SCHOOL

Vooraf:

- Geef de informatiebrief voor de ouders mee aan de leerlingen.
- Oefen het Kronkeldiedoe-beweeglied in de klas.
- Verdeel de klas in groepjes. MOEV bepaalt het aantal groepen.
- Voorzie per groepje minstens 1 sportieve begeleider. De leerkracht informeert de begeleiders over hun taak, over het doel van deze ontmoeting, over de inhoud en het verloop van de activiteiten.
- Kledij: de leerlingen en de begeleiders dragen sportieve kledij.
- Schoenen: sportschoenen met witte zolen zijn verplicht (niet op sokken), zowel voor de leerlingen als voor de begeleiders.

DE KRONKELDIEDOEDAG

Bij aankomst meldt de verantwoordelijke leerkracht zich bij het onthaal of bij de MOEV-medewerker om het aantal deelnemende leerlingen door te geven.

- Leerlingen (en hun begeleiders) nemen deel in sportieve kledij. Indien de leerlingen zich nog moeten omkleden, gaan ze naar de kleedkamer die voorzien is voor hun school. Opgelet: hou de kleedkamer netjes, ook bij het verlaten ervan.
- Sportschoenen met kleurvaste zolen zijn verplicht, zowel voor de leerlingen als voor hun begeleiders.
- Water is de beste dorstlesser. De school zorgt hier zelf voor.

Werkwijze tijdens de sessie

- Na een gezamenlijke opwarming doorlopen de leerlingen met hun begeleider via een doorschuifstelsel de 14 oefenstanden.
- Elk groepje krijgt zijn startnummer voor het begin van de Kronkeldiedoe-halve-dag.
- Bij elke activiteit is een kijkwijzer voorzien met naam en nummer van de activiteit, omschrijving van de activiteit en tips, foto('s).
- De begeleider heeft oog voor de mogelijke oefenvormen en eventuele progressies. Hij/zij heeft ook aandacht voor de creativiteit van de leerlingen en bewaakt steeds de veiligheid.
- Doorschuiven gebeurt na het signaal van MOEV. Vergeet niet eerst op te ruimen
- Ter afronding van de halve dag dansen de kinderen op het Kronkeldiedoe-beweeglied.

Tijdsindeling

VOORMIDDAG- SESSIE	NAMIDDAG- SESSIE	WAT?
9:00 u - 9:10 u	13:00 u - 13:10 u	onthaal
9:10 u - 11.25 u	12.55 u - 15.10 u	opwarming & spelen
11.25 u - 11.30 u	15.10 u - 15.15 u	apothecose

Let op: de uren uit de tijdstabel zijn richtingen. Afhankelijk van de organisatie kunnen de uren licht wijzigen. MOEV brengt de school hiervan tijdig op de hoogte.



7. Activiteiten

De kinderen doorlopen 14 oefenstanden.



Superkronkel

Omschrijving

De leerlingen zoeken hun weg in de superkronkel.

Inhoudelijke tips

De leerlingen stappen door de superkronkel. Wie durft met de ogen dicht door de kronkel tot het hoogste punt of tot het 2de venster? Wie durft achterwaarts door de tunnel stappen?

Vermijd dat er teveel leerlingen tegelijkertijd in de superkronkel gaan. Laat hen een high five geven aan de volgende leerling in de rij telkens een leerling uit de kronkel komt en terug aansluit in de rij. Of laat de wachtende leerlingen samen rustig tot 10 tellen voor er weer iemand in de superkronkel gaat.



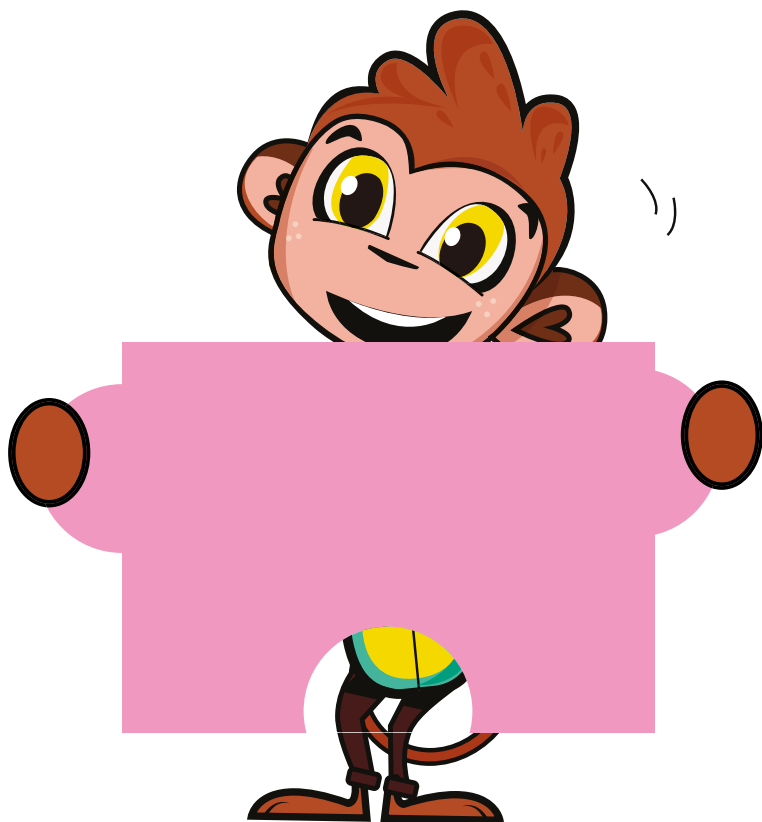
Puzzelen

Omschrijving

Verdeel de kinderen over de verschillende opdrachten. Ze kunnen vrij spelen met de aangeboden puzzels. Ze kunnen alleen spelen of samen met vriendjes.

Inhoudelijke tips

Laat de puzzels op de juiste mat, zo geraken ze niet door elkaar. Laat de leerlingen verschillende puzzels uitproberen.



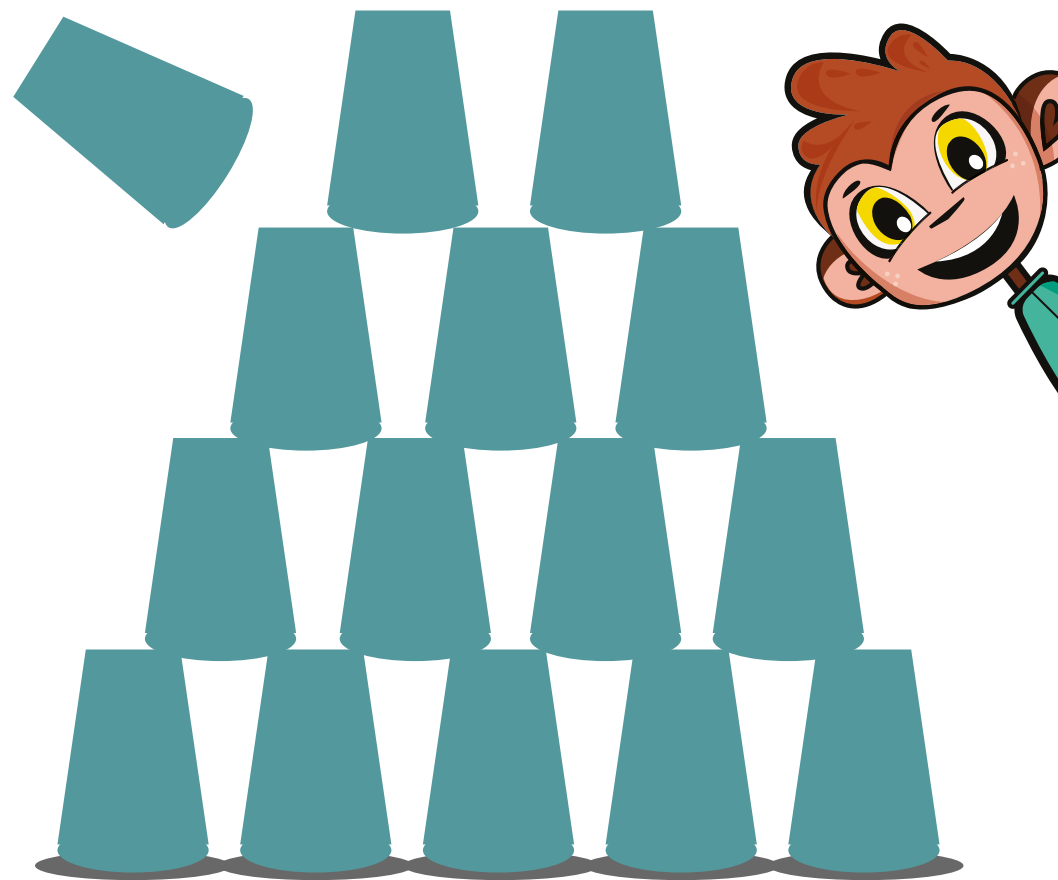
Bekers stapelen

Omschrijving

De leerlingen gebruiken de bekens en bouwen samen diverse constructies.

Inhoudelijke tips

Laat 2 groepjes tegen elkaar een zo hoog mogelijke toren bouwen. Breek de constructies af en verzamel de bekens terug in torentjes wanneer de tijd om is.



Evenwicht

Omschrijving

De leerlingen mogen vrij experimenteren met het aangeboden materiaal.

Inhoudelijke tips

Schildpadden: de leerlingen staan op de schildpadden. Door het verplaatsen van het lichaamsgewicht van de ene voet naar de andere gaan de leerlingen met de schildpadden vooruit.

Evenwichtsborden: de leerlingen zoeken hun evenwicht.

Stelten: de leerlingen oefenen op de stelten door zich te verplaatsen van de ene lijn naar de andere.

Tip: laat de leerlingen mekaar zoveel mogelijk helpen. Zo spelen ze nog veiliger. Laat de leerlingen regelmatig wisselen van evenwichtstoestel.



Parachute of pauze

Omschrijving

De leerlingen nemen gezamenlijk de ronde parachute vast. De begeleider neemt de leiding.

Inhoudelijke tips

- **Kat en muis:** alle leerlingen zitten neer en houden de parachute met 2 handen vast. De begeleider duidt 1 kat en 1 muis aan. De muis kruipt onder de parachute, terwijl de andere leerlingen wapperen. De kat kruipt onder de parachute en probeert de muis aan te tikken. Zodra de muis is aangetikt, is het tijd om te wisselen.
- **Het lopende uurwerk:** de leerlingen staan recht en houden de parachute met beide handen vast. Wanneer de begeleider “wijzerzin” roept, houden de leerlingen de parachute met 1 hand vast en lopen ze in wijzerzin. Roept de begeleider “tegenwijzerzin” dan lopen de leerlingen tegen de richting van de klok in.
- **Variatie:** de begeleider roept “linkerbeen” of “rechterbeen” nadat de looprichting is aangegeven. Dan hinkelen de leerlingen op het aangegeven been.
- **De iglo:** de leerlingen wapperen met de parachute. Roept de begeleider “iglo”, dan wapperen de leerlingen hoog en vormen ze een iglo door in de parachute te gaan zitten.
- **Variatie:** de begeleider roept “iglo” en 2 namen van leerlingen. Deze 2 leerlingen wisselen in de iglo van plaats.

Bouwen

Omschrijving

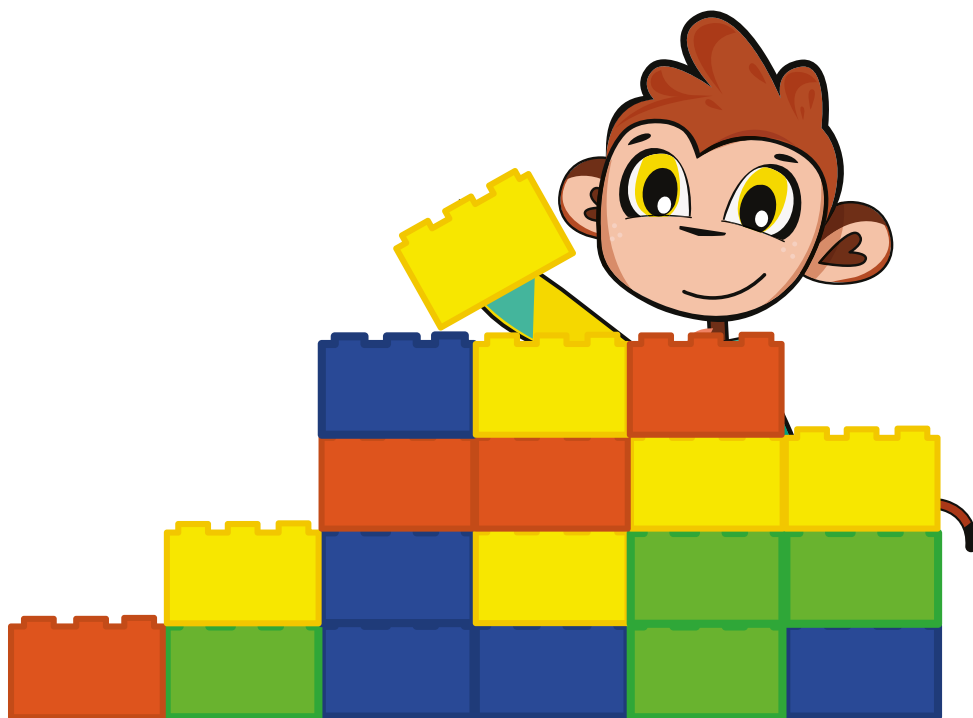
Verdeel de leerlingen over de verschillende mini-opdrachten en laat hen vrij bouwen en experimenteren met de verschillende bouwmaterialen.

Inhoudelijke tips

Laat de leerlingen individueel, per 2 of in groep samenwerken om tot een creatie te komen.

Laat de leerlingen alleen spelen of help wat mee.

Laat de leerlingen opruimen na een opdracht zodat ze nadien een andere bouwopdracht kunnen uitvoeren of doorschuiven naar het volgende spel.



Alles op wielmpjes

Omschrijving

De leerlingen experimenteren op pedalo's, op glijplanken met en zonder stokken, alleen of samen met een vriendje. De leerlingen zitten of liggen op de glijplanken.

Tip: alles verloopt veel veiliger als de leerlingen mekaar helpen op de pedalo's. Benadruk zeker ook dat ze met de handen niet aan de wielmpjes komen.

Inhoudelijke tips

De leerlingen mogen de zone volledig gebruiken om vrij te experimenteren.



Ballon slaan

Omschrijving

De leerlingen voeren verschillende opdrachten uit, met de hand of een slagvoorwerp (raket of noodle).

Inhoudelijke tips

Individueel

- Hou de ballon omhoog met verschillende lichaamsdelen (2 handen, 1 hand, 1 vinger, elleboog, knie,...) of met een slagvoorwerp.
- Speel de ballon door een horizontaal of verticaal opgehangen hoepel.
- Probeer de ballon in de lucht te houden en verder te stappen.

Per twee

- Tik de ballon naar elkaar.
- Tik elk om de beurt de ballon met een slagvoorwerp.

In groep

- Hou met de hele groep met de hand zo lang en zo veel mogelijk ballonnen in de lucht. Laat de leerlingen verschillende ballonnen in de lucht aantikken.
- Geef alle leerlingen een gekleurde ballon: op mondeling signaal enkel alle gele ballonnen in de lucht, nadien alle groene,...

Skelters

Omschrijving

De kinderen kunnen vrij oefenen met de aangeboden skelters.

Inhoudelijke tips

Je kan een skelter voortbewegen door de armen (links draaien = links afdraaien, met rechter hand draaien = rechts- af, achterwaarts draaien= achterwaarts rijden.) of door de benen. Laat de kinderen de verschillende modellen uittesten. Let op dat jullie niet botsen.



Klimmen op de hindernissenpiste

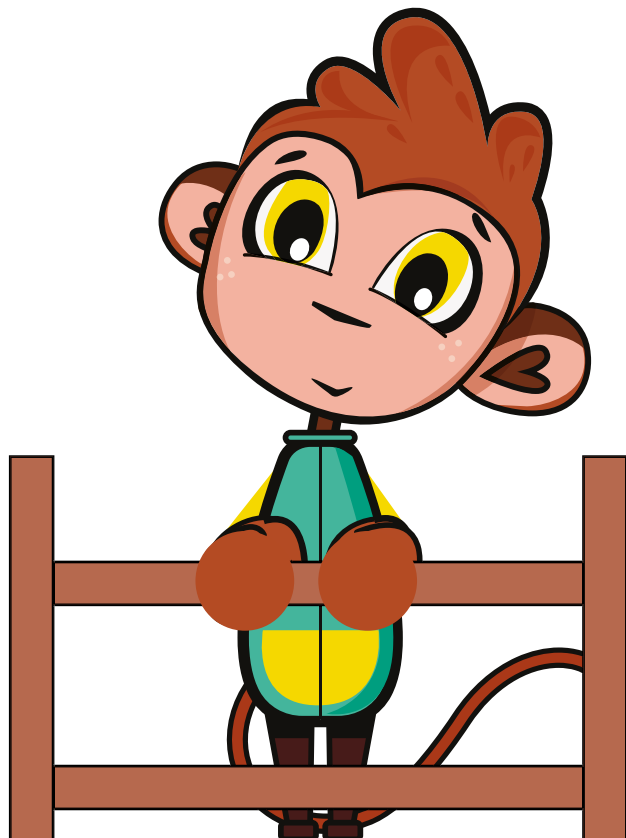
Omschrijving

De kinderen doorlopen alle hindernissen van de luchtstructuur.

Inhoudelijke tips

Ga met de hindernissen van de luchtstructuur op een veilige manier om:

- Klim en klauter op en over de verschillende hindernissen.
- Glijbaan: glijd zittend naar beneden of lig op je rug
- Doe je schoenen uit
- De begeleider zorgt dat alles veilig verloopt.



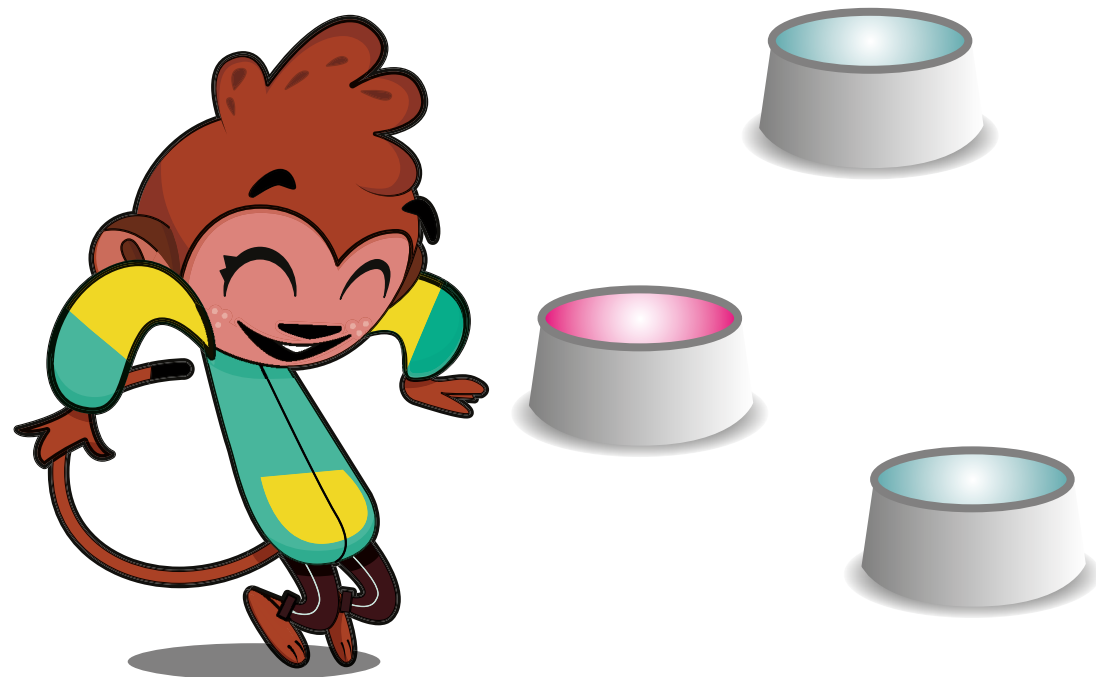
Blazepods

Voor het spel

- Maak vier groepjes
- Ieder team staat achter de kegel van zijn kleur.

Start spel

- Leerkracht drukt op start/refresh-knop via de tablet.
- Eerste leerling van elk team tikt met de hand op één spot van hun kleur.
- De tweede leerling vertrekt als een nieuwe spot oplicht. (Estafette)
- De score wordt op het eind meegegeven op de tablet.
- De spots van de winnende ploeg lichten op, na het einde van het spel.



Reuzenbal

Omschrijving

De leerlingen maken een grote kring met de reuzenbal in het midden.

Inhoudelijke tips

- De leerlingen duwen de bal rond in wijzerzin, op het signaal van de leerkracht verandert de bal van richting.
- De leerlingen duwen de bal diagonaal naar elkaar.
- 1 leerling gaat in het midden staan en de anderen proberen hem/haar aan te tikken.
- Als afsluiter kunnen de leerlingen op een rij liggen (op de rug) terwijl de leerkracht de bal over hen laat rollen. Terwijl de bal over hun buik rolt, rollen ze mee in de richting van de bal waardoor ze op hun buik terecht komen. Wanneer de bal opnieuw passeert, rollen de leerlingen opnieuw op hun rug.



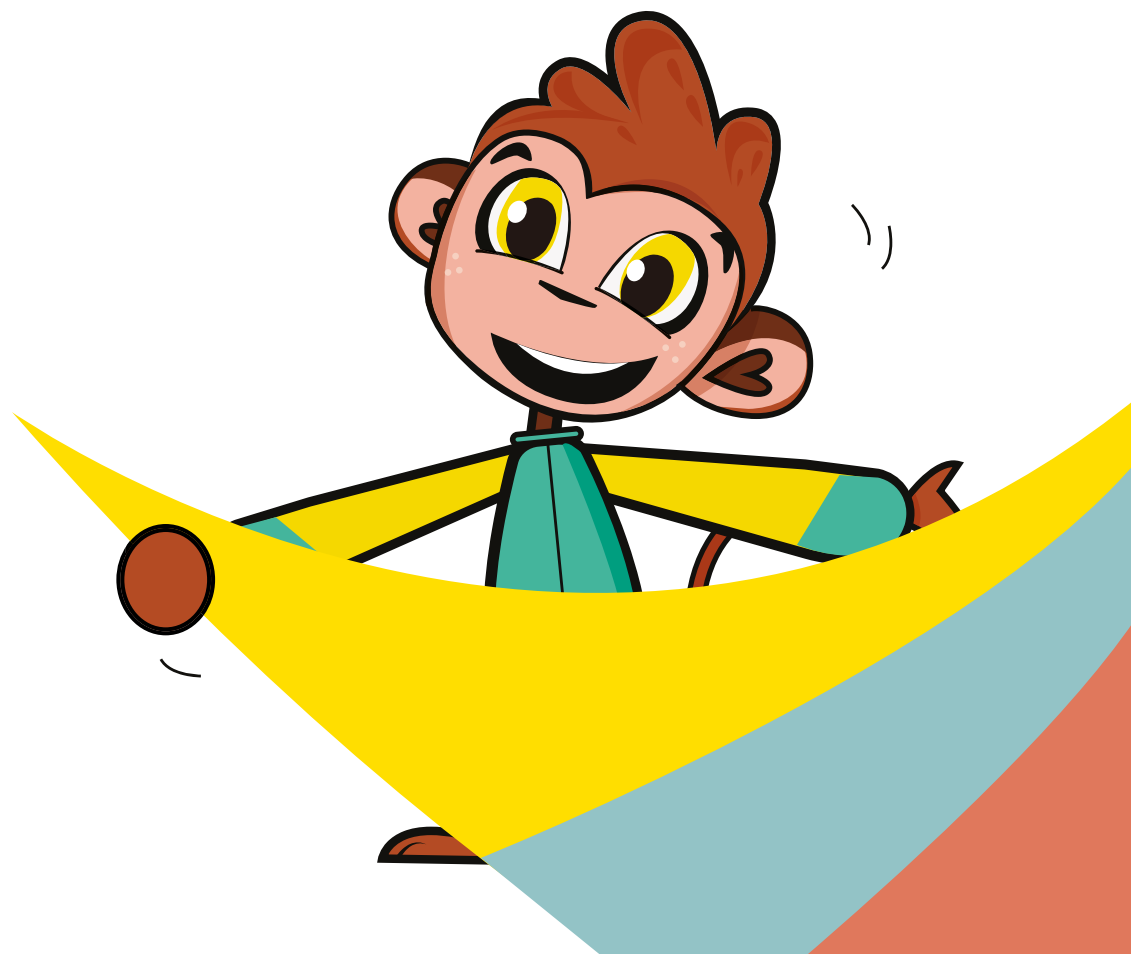
Parachute of pauze

Omschrijving

De leerlingen nemen samen de lange parachute vast en spelen onder leiding van de begeleider.

Inhoudelijke tips

De leerlingen werken samen en proberen de bal te rollen tot een aangegeven kleurzone op de parachute of tot in de gekleurde emmer.



8. Tekst kronkeldiedoelied



Op www.moev.be kan je het lied downloaden.

**Ik ben kronkeldiedoe
En ik word nooit moe
Daarom kom ik hier naar toe
Ik kronkel en ik spring
Ik fiets en ik swing
Daarom kom ik hier naar toe
En dan zingen wij
diedoe, diedoe**

ter plaatse lopen
ter plaatse lopen
1 stap vooruit bij
1 stap achteruit bij
touwte springen
touwte springen
1 stap vooruit bij - 1 stap achteruit bij
gehurkt 4 x naveren
rechtstaan en armen linksomdraaien -
rechtsomdraaien (frontaal plan)

**Refrein: kronkel diedoe,
diedie dadie diedoe (x 4)**

Naar links: zij-bij-zij- sprong met 2 voeten
samen - idem naar rechts (4 x)

**Ik speel met een ballon
Ik lach me bijna krom
Daarom kom ik hier naar toe
En dan zingen wij diedoe, diedoe**

klimbeweging met de armen vanuit hurkzit
naar omhoog
1 stap vooruit bij - 1 stap achteruit bij
gehurkt 4 x naveren
rechtstaan en armen linksomdraaien -
rechtsomdraaien (frontaal plan)

Refrein:

Zie boven

**Ik klim overal op
Tot boven aan de top
Daarom kom ik hier naar toe
En dan zingen wij diedoe, diedoe**

klimbeweging met de armen vanuit hurkzit
naar omhoog
1 stap vooruit bij - 1 stap achteruit bij
gehurkt 4 x naveren
rechtstaan en armen linksomdraaien -
rechtsomdraaien (frontaal plan)

Refrein:

Zie boven

**Ik volg het spoor
en kronkel overal door
Daarom kom ik hier naar toe
En dan zingen wij diedoe, diedoe**

van L. naar R. kijken, handen als een verrekijker
kronkelbeweging met het lichaam
1 stap vooruit bij - 1 stap achteruit bij
gehurkt 4 x naveren
rechtstaan en armen linksomdraaien -
rechts- omdraaien (frontaal plan)

Nuttige informatie

Adressen MOEV-secretariaten

MOEV Antwerpen

G. Vervoortstraat 12, 2100 Deurne, tel. 03/366 41 10
e-mail: info.antwerpen@moev.be

MOEV Limburg

Mooksteeg 48, 3530 Houthalen-Helchteren, tel. 011/60 33 86
e-mail: info.limburg@moev.be

MOEV Oost-Vlaanderen

Rendekensstraat 25 A, 9070 Heusden, tel. 09/243 90 50
e-mail: info.ovl@moev.be

MOEV Vlaams-Brabant/Brussel

Jansenijsstraat 47, 3000 Leuven, tel. 016/29 85 20
e-mail: info.vbb@moev.be

MOEV West-Vlaanderen

Stoomtuigstraat 28, 8830 Hooglede, tel. 051/26 50 42
e-mail: info.wvl@moev.be

www.moev.be

Dit is een publicatie van MOEV.

Verantwoordelijke uitgever: Olaf Moens, algemeen manager

Druk: september 2023



