

PRAKTIJK

KATERN

Gedan; ervaren van het spelprobleem ②

**Dit is een vervolgartikel in een reeks over leren judoën met een methodisch-didactische blik zoals dit op de Calo wordt gedo-
ceerd. In dit artikel beschrijven we de eerste fase van het leer-
proces: Gedan. En geven we voorbeelden van arrangementen
en leervoorstellen die in deze fase worden gehanteerd. | Tekst**

Herman Verveld en Engbert Flapper

Tekening 1



Sparrend spelen

Zoals reeds in de proloog beschre-
ven in LO Magazine 3 hebben we het
leerproces tijdens het leren judoën
verdeeld in drie fasen:

- 1 Gedan (spelen, ervaren van het
spelprobleem);
- 2 Chudan (tijdens het spelen zelf de
principes ontdekken en toepassen);
- 3 Jodan (principes en morele code
op en buiten de mat toepassen).

Het uitgangspunt in iedere fase, dus
ook in de eerste fase, is en blijft ran-
dori (sparrend spelen). In het spelen
zelf zit de uitdaging, de principes en
het spelplezier. Om de ondergedom-
pelde leerlingen enige helderheid
te bieden, geven we structuur om te
voorkomen dat de leerlingen door
de bomen het bos niet meer zien.
Tevens zorgt deze structuur ervoor
dat het leerproces op gang komt. De
leerlingen zijn echter niet gebonden
aan voorgeschreven uitvoerings-
wijzen en kunnen gebruik maken
van kracht en creativiteit om tot een
oplossing van het spelprobleem te
komen.

Tekening 2



Vriendjesjudo

Zoals reeds genoemd starten we de introductie van de houdgreep en de start van randori vanuit vriendjesjudo. Middels een eenvoudige kantelbeweging wordt de houdgreep geïntroduceerd. In deze startsituatie (tekening 1) zitten de leerlingen naast elkaar op de knieën met één arm om elkaars rug heen geslagen en de andere hand vastgepakt aan de mouw van de ander. Hierbij steunend met de elleboog op de mat. Het leervoorstel is vanuit deze situatie proberen elkaar op de rug te krijgen en te controleren.

De leraar moet tijdens deze introductie het spel van de leerlingen niet onderbreken. Toelaten dat deze 'chaotische' situatie zich autonoom ontwikkelt, vraagt moed om niets te doen. Niet ingrijpen en toelaten dat leerlingen zich in hun eigen tempo en richting ontwikkelen is van fundamenteel belang. Hoe vaak worden er niet interventies gepleegd die slecht of totaal niet aansluiten op de ontwikkeling van de leerlingen. De inbreng van de leraar verstoort het leerproces dat net een beetje op gang komt. Ook goed bedoelde tips komen in deze fase te vroeg. Vertel geen dingen die ze zelf wel kunnen oplossen of waar ze snel genoeg achterkomen. Geef ze de voldoening het zelf te ontdekken (impliciet leren). Een luisterend oor, aanwezig en aanspreekbaar zijn is belangrijker dan een slimme opmerking maken die een averechts effect kan hebben op het leerproces. In het Taoïsme wordt dit aangeduid

met *wu-wei*, laten gaan, niet ingrijpen. "Doing nothing usually leads to the very best of something." (Quote van Winnie de Poeh).

Vanuit vriendjesjudo wisselen de leerlingen regelmatig van positie (links en rechts van elkaar) en onderling van partner. De randori's zijn kort tot ongeveer 15 seconden. Na enige tijd (want dat kost het leerproces nu eenmaal) waarin de leerlingen het spelprobleem en elkaar hebben verkend, introduceren we enkele dynamische startsituaties.

Startposities

Tijdens het spel is er sprake van machtsongelijkheid en zal de fysiek sterkere leerling veelal aan het langste eind trekken. Om te voorkomen dat kracht de allesbepalende factor is en fysiek minder sterke leerlingen afhaken maken we gebruik van dynamische startsituaties. In deze startsituatie laten we de fysiek minder sterke leerling kiezen vanuit welke positie hij of zij wil starten. Hiermee proberen we de machtsongelijkheid enigszins te nivelleren en randori voor beide leerlingen uitdagend te maken.

Ook willen we zoveel mogelijk de positie waarin de leerlingen tegenover elkaar zitten op de knieën voorkomen (tekening 2). In deze positie loopt het spel vaak vast (patstelling) en zullen de leerlingen geneigd zijn elkaar naar achteren te duwen.

Een aantrekkelijke situatie om mee te starten is die waarbij de leerlingen ongeveer anderhalve meter van elkaar op de buik liggen en naar

elkaar toe rollen. Bij de botsing start het randori (tekening 3). In deze startsituatie is het spannend hoe je uitkomt ten opzichte van de ander en speelt geluk een belangrijke rol. Ook laten we de leerlingen als ze rollen de ogen sluiten en bij de botsing pas weer openen dit maakt het spannender en verrassender.

Een tweede startsituatie die hierop lijkt maar toch een hele andere positie oplevert, is als de leerlingen naar elkaar toe rollen en zodanig bij elkaar liggen dat ze bij de botsing met hun hoofd bij de voeten van de ander uitkomen (tekening 4).

Weer een andere startsituatie is die waarbij één van de leerlingen over de buik van de andere leerling heen rolt. Op het moment dat hij/zij gaat rollen is het randori begonnen (tekening 5).

In deze startsituatie zou de fysiek minder sterkere leerling kunnen kiezen of hij/zij het rolletje over de buik wil maken of dat de ander op deze manier gaat beginnen. Het is voor de leerlingen fijn om zelf te mogen kiezen vanuit welke startsituatie ze willen beginnen. De randori's die in deze fase van het leerproces gemaakt worden zijn nog steeds kort tot ongeveer 20-30 seconden. Leerlingen moeten na de start van het randori snel beslissen of ze gaan aanvallen of snel moeten wegdraaien om niet in een houdgreep terecht te komen. Hoe (op welke wijze) ze dit doen moeten ze zelf weten. Door wederom veel te variëren van startpositie en veel te wisselen van tegenstander maakt dat het randori lang op gang wordt

Tekening 3



Tekening 4



Tekening 5



De leerlingen wisselen regelmatig van positie en onderling van partner

gehouden en er veel leerervaring wordt opgedaan.

Judospellen

Om het wisselen van tegenstander door de leerlingen zelf te laten regelen en vlot te laten verlopen, maken we gebruik van verschillende judospellen. Een voorbeeld van een judospel is judokwartet:

Arrangement: Alle leerlingen krijgen een speelkaart en verspreiden zich over de mat. Leervoorstel en verloop: Daag een tegenstander uit en probeer elkaar vanuit de afgesproken startpositie(s) op de rug te krijgen en tien tellen te controleren. De kleur kaart waarmee je start (rood: harten of ruiten of zwart: klaver of schoppen) spaar je. Leg de kaart voor dat je start met judoën op de kop, zodat de ander niet kan zien wat voor kaart je hebt. Na afloop van de randori laat je de

kaart zien aan de ander. De winnaar krijgt in het geval dat jij een rode kaart hebt en hij rode kaarten verzamelt jouw kaart, en jij haalt een nieuwe bij de leraar. Als in dit geval de verliezer een zwarte kaart heeft, die je niet verzamelt, heb je voor niets gejudoed. Helaas, beide leerlingen houden hun kaart en dagen een ander uit voor een potje randori. Degene die het eerst vier kaarten van dezelfde kleur heeft verzameld, krijgt één punt en levert de kaarten in bij de leraar en krijgt een nieuwe kaart.

In het volgende artikel zullen we de tweede fase van het leerproces beschrijven: Chudan. Hierin komen naast enkele nieuwe startsituaties ook verschillende scenario's aan de orde. Wat scenario's zijn en hoe deze het leerproces bevorderen, zullen we dan gaan beschrijven. ●



Bronnen

Verveld, H. (2016). 'Juf, leer mij het zelf te doen!': over de ogenschijnlijke controverse tussen pedagogiek en onderwijskunde; kindgericht of sportgericht lesgeven in het bewegingsonderwijs. *Lichamelijke opvoeding* 104 (pp. 6-8).

Walinga, W. (2019). *Bewegen loopt, lukt en leeft*. Interne publicatie Calo Windesheim.

Engbert Flapper is docent judo aan de Calo Windesheim.

Herman Verveld is opleidingsdocent aan de Calo Windesheim.

Tekeningen

Irene Goede

Contact

ef.flapper@windesheim.nl
hd.verveld@windesheim.nl

Kernwoorden

judospellen, judo als spelprobleem, didactische praktijktheorie