

DE SPELEN IN 4 THEMA'S

DIVERSITEIT

MENTAAL WELBEVINDEN

TECHNOLOGIE

DUURZAAMHEID



Voorwoord

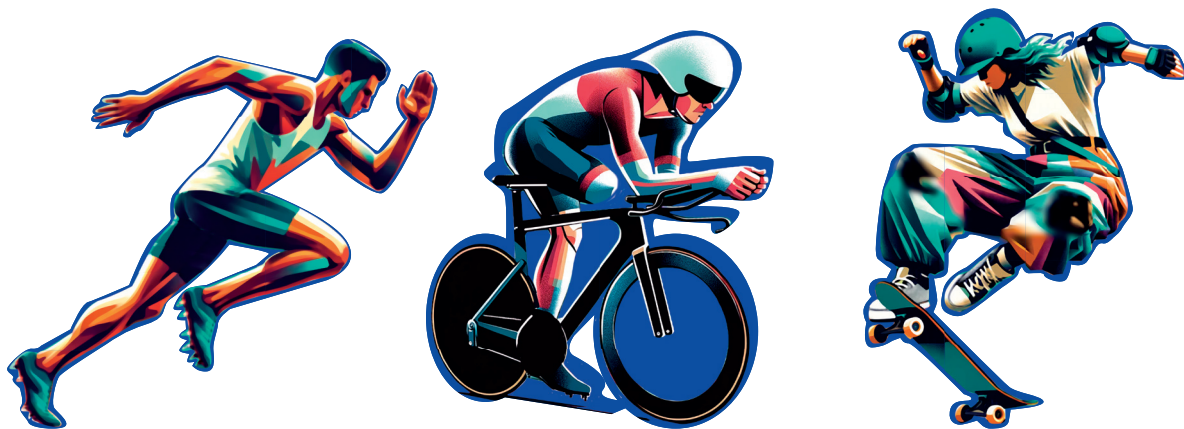
Ontdek de spelen in 4 thema's

Inleiding

Beste leraar

Met deze inspiratiefiches, ontwikkeld voor het lager onderwijs, worden leerlingen ondergedompeld in de fascinerende wereld van de Olympische en Paralympische Spelen. Tegelijkertijd verkennen ze relevante maatschappelijke thema's waaronder duurzaamheid en klimaat, technologie en innovatie, mentaal welbevinden en diversiteit. Deze inspiratiefiches reiken verder dan enkel het sportieve aspect, en raken de kernwaarden van gelijkheid, respect, en vriendschap die het hart vormen van de olympische beweging. Samen ontdekken leerlingen de kracht van sport en de waardevolle lessen die de Spelen ons kunnen leren over de wereld van vandaag.

Veel plezier op jullie wereldse reis!



Doel

Het doel van de educatieve fiches is om leerlingen op een actieve manier meer kennis bij te brengen over de Spelen en hen tegelijk bewust te maken van actuele thema's die verband houden met sport en de olympische waarden.

Colofon

Deze educatieve fiches over de Spelen maken deel uit van het educatief pakket over topsport, ontwikkeld door MOEV in opdracht van Sport Vlaanderen naar aanleiding van de Spelen in Parijs in 2024. De verhalen in deze fiches zijn vanuit dit perspectief geschreven, maar hebben een duurzame kern. Hierdoor kun je ze als leraar eenvoudig aanpassen, door ze in deze context te plaatsen of te vertalen naar het verleden. Het pakket is bedoeld voor het lager onderwijs, met uitzondering van het derde deel over topsportberoepen dat ook geschikt is voor de eerste graad secundair. Het heeft als doel kinderen kennis te laten maken met de rijke en diverse wereld van topsport, en hen de waardevolle lessen bij te brengen die deze wereld te bieden heeft. Het pakket werd vormgegeven door Circuze.

Dank aan Sport Vlaanderen, ICES, Vlaams Instituut Gezond Leven, MOS, G-Sport Vlaanderen, Studio Globo en de bereidwillige leraren die deze fiches hebben getest voor hun relevante feedback, input en aanvullende materialen. Tot slot willen we graag een bijzondere vermelding maken voor de atleten en hun federaties die hun medewerking hebben verleend aan dit project en de fiches op die manier extra waardevol hebben gemaakt.

Inhoud

Ontdek de spelen in 4 thema's

Gebaseerd op het 'Sport Trends'-rapport van Sport Vlaanderen, werd gekozen om dit materiaal op te delen volgens vier centrale maatschappelijke thema's: diversiteit, technologie en innovatie, mentaal welbevinden, en duurzaamheid en klimaat. Ieder thema bestaat uit verschillende fiches gericht op een specifiek subthema en vertrekkend vanuit het verhaal van

een atleet dat hieraan gelinkt kan worden. Deze verhalen fungeren als een brug tussen de Spelen en hedendaagse vraagstukken in onze samenleving. De verschillende subthema's die aan bod komen zijn:

Diversiteit



Paralympische Spelen



Culturele diversiteit

Duurzaamheid en klimaat



Duurzaam transport



Afval

Mentaal welbevinden



Fair play



Positivisme

Technologie en innovatie



Prestatieverbetering



Nieuwe sporten

Aan de slag

Opbouw fiche

De fiches worden telkens op dezelfde manier opgebouwd en bestaan uit 3 delen:

- 1. Atletenverhaal:** Een inspirerend verhaal van een bepaalde atleet, zorgvuldig gekozen vanwege de relevantie voor het thema en aangevuld met specifieke vragen voor een klasdiscussie.
- 2. Stellingen en actieve werkvormen:** Stellingen brengen kennis over de Olympische en Paralympische Spelen, geplaatst in het bredere kader van het thema. Elke stelling wordt vergezeld door een suggestie voor een actieve werkvorm.
- 3. Opdracht met olympische knipoog:** Een creatieve of actieve opdracht rond het thema, voorzien van differentiatiemogelijkheden en alternatieven om aan te sluiten bij diverse niveaus en mogelijkheden.



Atletenverhaal

Welke vervoermiddelen
kunnen wij nemen om
te gaan supporteren op
de Spelen?

Stellingen en actieve werkvormen



Opdracht

Flexibiliteit fiche

De fiches werden ontwikkeld voor het eerste tot en met het zesde leerjaar maar bieden de nodige flexibiliteit en differentiatiemogelijkheden om aan te sluiten bij diverse leeftijdsniveaus. Het verhaal kan makkelijk vertaald worden naar het niveau van je klas en ook de vragen, stellingen en opdrachten werden zo toegankelijk mogelijk uitgewerkt. De flexibele opzet biedt eveneens de mogelijkheid om zelf te bepalen welke onderdelen je behandelt en in welke volgorde. Op die manier werd geprobeerd om de fiches, of specifieke delen van de fiches, aanpasbaar te maken voor diverse onderwijsomgevingen, inclusief het buitengewoon lager onderwijs.

Materialen

Presentatie

Het educatief materiaal bestaat uit een digitale presentatie per thema, ondersteund door een lerarenfiche. De verschillende presentaties kunnen apart gedownload worden en makkelijk gebruikt worden op een digitaal bord. De presentatie biedt een overzichtelijke samenvatting van de kernpunten, aangevuld met extra beelden en filmpjes om het verhaal tot leven te brengen. Je kunt kiezen uit twee versies – één voor PowerPoint en één voor Google Slides – afhankelijk van de software die op jouw school wordt gebruikt

Duurzaamheid en klimaat

De groene reis naar de Spelen









www.moev.be/rol-topsport-in-maatschappij

Lerarenfiche

De lerarenfiche voorziet verdere begeleiding en suggesties om het lesmateriaal effectief te implementeren. Op de lerarenfiche kan je volgende onderdelen terugvinden:

- Het verhaal van de atleet, volledig uitgewerkt en voorzien van doorverwijzingen naar ondersteunend materiaal. Hierbij zijn concreet geformuleerde vragen opgenomen, evenals verduidelijking bij moeilijke concepten.
- De stellingen, inclusief antwoorden en met telkens een suggestie voor een actieve werkvorm.
- De opdracht, gedetailleerd beschreven, inclusief benodigde materialen en suggesties voor variatie en differentiatie.
- Andere materialen of extra informatie om verder aan de slag te gaan rond een specifiek thema in de klas.

De lerarenfiche werd per thema apart toegevoegd aan de specifieke presentatie. Heeft u deze graag bij de hand om te gebruiken tijdens uw voorbereidingen of tijdens de les, kunnen deze ook apart afgedrukt worden via dit pdf-bestand waarin alle lerarenfiches worden gebundeld. Alle nodige bijlagen voor specifieke opdrachten zijn achteraan dit document terug te vinden.

Duurzaamheid en klimaat

De groene reis naar de Spelen

DOELSTELLING:
Leerlingen besefmaken van het belang van duurzaamheid en de impact van menselijke activiteiten op het milieu, met een specifiek focus op duurzaam transport. De leerlingen onderzoeken om na te denken over duurzame keuzes en acties in hun eigen leven, met de visie van de olympische vlam als een geïnspireerd voorbeeld van duurzaam transport.

Verhaal olympisch atleet Seppe Smits
Winters julië dat naast de Zomerspelen ook de Winterspelen bestaat? Snowboarden is een van de meest opvallende sporten op de Winterspelen. Een sporter die niet alleen jaren geleden deelnam aan de Winterspelen voor ons land en die julië ook in het filmpje konden zien in Seppe Smits.

Niet als een andere sporter heeft Seppe in de loop der jaren veel geleerd vanwege zijn passie voor snowboarden. Tijdens deze reizen heeft hij persoonlijk ervaren dat op sommige plaatsen minder sneeuw ligt als gevolg van de opwarming van de aarde. Deze veranderingen kunnen Seppe zorgen, niet alleen voor zijn eigen geliefde sport, maar ook voor de toekomst van de Winterspelen. Zonder voldoende sneeuw is het risico op onveilige winters aanzienlijk.

Seppe neemt dus zeer bewuste stappen om zo goed mogelijk te zorgen voor het milieu, zelfs van die acties in duurzaam reizen. Bij het reizen probeert hij de kante zo veel mogelijk te verminderen door te kiezen voor milieuvriendelijke vervoersmiddelen. Binnen jaren geleden heeft hij bijvoorbeeld naar Korea gereisd, maar niet met het vliegtuig. In plaats daarvan koos hij voor duurzame vervoersmiddelen zoals de fiets, trein, en bus. Hij hoopt dat zijn reisinspiratie anderen inspireert om zich ook in te zetten voor het milieu, zodat de sneeuw behouden blijft en de Winterspelen kunnen blijven doorgaan.

ONDERSTEUNING VERHAAL:

- Seppe in actie.
- Seppe ligt uit waaiten je atleet moet dragen voor het milieu en welke acties hij zelf ondernemt.
- Atleet Seppe duurzaam reizen als voorbeeld.

VRAAG:
Welke sporten worden beoefend op de Winterspelen?
Hoeveel andere wintersporten naast snowboarden die op de Winterspelen plaatsvinden. Hoe kan de opwarming van de aarde ervoor zorgen dat bepaalde sporten niet meer kunnen worden beoefend?

Welke vervoersmiddelen kunnen wij nemen om te gaan supporteren op de Spelen?
Welke milieuvriendelijke vervoersmiddelen kan je nemen? Waarom is het belangrijk om milieuvriendelijke vervoersmiddelen te gebruiken?

Wat doen jullie om met zoals Seppe voor het milieu te zorgen?
Seppe is niet met de fiets naar Korea gereisd, wat van jullie weten soms met de fiets naar school? Kan je nog dingen die we kunnen doen voor het milieu? Waarom denken jullie dat het belangrijk is om voor het milieu te zorgen?

Hoewel slechter is de impact op het klimaat als alleen supporters met het vliegtuig naar de Spelen reizen in plaats van met de trein?
4 keer – 7 keer – 10 keer

Zou Seppe niet in zijn filmpje heeft hij doorlopen de jaren de sneeuw steeds meer zien smelten. Het laatste graden is de gemiddelde temperatuur in België gingen sinds 1950?
0,5 graden – 1 grad – bijna 2 graden

Waarom en hoe vaak heeft geen einde impact op het milieu.
Hoe of niet?

Alle bomen stoten CO₂ uit.
Fout! Niet alle bomen stoten CO₂ uit. Ze bomen nemen koolstof op uit de lucht, omdat ze geen CO₂ uitstoten ze gebruiken de wind als krachtbron om vooruit te gaan. Zien is trouwens ook een olympische sport.

Alternatief: duurzaam naar Parijs
Binnen de afstand van julië school tot Parijs. Hoofd de leerlingen aan om deze afstand op een duurzame manier te overbruggen door samen milieuvriendelijke klimmers te verzamelen. Op deze manier kunnen jullie gezamenlijk naar Parijs reizen! Samen kan je het milieu sparen ten huize manier om samen te supporteren!

Andere materialen:

- Via de Moev website kan je nog meer educatieve materialen terugvinden om rond het thema mobiliteit en duurzaamheid aan de slag te gaan.
- Wil je zelf actief aan de slag rond het thema mobiliteit? Kijk dan naar de inspiratievideo: Benieuwd? Houdt voor het basisonderwijs.
- Laat je leerlingen meer kennis maken met snowboarden via origineel snowboardavonturen beleven met het Snow to School pakket.

Gezondheidsbeleid op school

Scholen vervullen een essentiële rol in het bevorderen, beschermen en behouden van de gezondheid van leerlingen. Deze fiches helpen je om het gezondheidsbeleid, dat van scholen wordt verwacht in het kader van leerlingenbegeleiding, effectief vorm te geven. Binnen het gezondheidsbeleid van jouw school kun je aan diverse thema's werken. Deze fiches richten zich voornamelijk op het thema 'beweging en lang stilzitten', aan de hand van diverse actieve werkvormen en opdrachten. Daarnaast komen in verschillende fiches ook de thema's 'gezondheid en milieu', 'voeding' en 'mentaal welbevinden' aan bod. Voor een compleet overzicht van de gezondheidsthema's waarmee je op school aan de slag kunt, evenals inspiratie en aanvullende materialen om hier rond te werken, kan je [deze website](#) raadplegen.

PREVENTIEMETHODIEKEN
VOOR MEER GEZONDHEID

Website Departement Zorg

Home

Over preventiemethodieken

Catalogus

Zoeken: Zoeken in alle preventiemethodieken

Home / Onderwijs / Basisonderwijs

ONDERWIJS

IN DE KIJKER: GEZONDE SCHOOL-SESSIONS

Jong geleerd is oud gedaan! Dit geldt ook voor een gezonde leefstijl. Ontdek de sleutel tot een gezondere klas én een gezondere leer- en leefomgeving met de online Gezonde School-sessies! In samenwerking met de preventie-organisaties in Vlaanderen. Benieuwd? Bekijk de kalender en schrijf je in voor één of meerdere sessies. Voor wie: leerkrachten basis- en secundair onderwijs. [Schrijf je in!](#)

BASISONDERWIJS

Kriebelt het om te werken aan gezondheid in het basisonderwijs? Fantastisch! Met welke gezondheidsthema's kan je aan de slag? Hoe zorg je voor een ruimer gezondheidsbeleid? En waar en hoe start je daarmee? Je ontdekt het hier.

Zoeken in WegWijzer Onderwijs

Zoeken

Snel naar WegWijzer Onderwijs

- Secundair onderwijs
- Hoger onderwijs

Snel naar Basisonderwijs

- Alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gamen en gokken
- Beweging en lang stilzitten
- Gezondheid en milieu
- Lichaam, relaties en seksualiteit

Doelstellingen en eindtermen

Het educatieve materiaal biedt een unieke gelegenheid om scholen bewust te maken van hun cruciale rol bij het bevorderen, beschermen en behouden van de gezondheid van leerlingen. Door actieve deelname aan dit programma geven scholen invulling aan het gezondheidsbeleid dat binnen het kader van leerlingenbegeleiding wordt verwacht. Daarnaast raakt het educatief materiaal aan verschillende eindtermen, die hieronder in een overzichtelijke tabel worden weergegeven. Dit biedt de mogelijkheid om de educatieve waarde van het materiaal te koppelen aan de leerdoelen van het curriculum.

Zo krijgt het lesmateriaal niet alleen betekenis binnen de context van de Spelen, maar ook binnen het bredere kader van het onderwijsprogramma. In de tabel wordt per fiche telkens de koppeling gemaakt met concrete eindtermen. Deze kan je aan de hand van de leerplannen zelf linken aan de specifieke leerplandoelstellingen. Het overzicht maakt geen specifieke koppeling met ontwikkelingsdoelen in het buitengewoon onderwijs vanwege de diversiteit ervan.

Niettemin spelen de fiches, afhankelijk van het onderwijsniveau en de behandelde onderdelen, in op verschillende domeinen van ontwikkelingsdoelen. Deze domeinen omvatten onder andere lichamelijke opvoeding, mens en maatschappij, muzische vorming, Nederlands, sociale vaardigheden, wetenschappen en techniek, motorische en lichamelijke ontwikkeling, sociaal-emotionele ontwikkeling, communicatie en taal, en wereldoriëntatie. Hierdoor bieden de fiches een brede ondersteuning voor diverse ontwikkelingsgebieden.



THEMA	FICHE	DOELSTELLING	EINDTERMEN
ALGEMEEN	Alle fiches	Leerlingen inspireren en betrekken bij de Olympische en Paralympische Spelen, waarbij ze kennis opdoen over diversiteit, duurzaamheid, technologie en mentaal welbevinden. De activiteiten en informatie moedigen positieve sportwaarden aan, bevorderen een gezonde sportcultuur en stimuleren bewustwording en actie voor een betere wereld.	Mens en maatschappij (1.1; 1.2) Nederlands (2.5; 2.6) Sociale vaardigheden (1.6)
DIVERSITEIT	De paralympische magie	Leerlingen kennis laten maken met de Paralympische Spelen, inclusie in de sport en de mogelijkheden voor sporten met een beperking. De activiteiten en informatie zullen hen inspireren om open te staan voor diversiteit en te begrijpen dat sport voor iedereen toegankelijk is, ongeacht eventuele beperkingen.	Lichamelijke opvoeding (1.1; 1.4; 1.6 1.17; 1.18; 1.20; 1.28; 1.29; 3.4; 3.7) Mens en maatschappij (2.9; 2.10) Sociale vaardigheden (1.2)
	Culturele vriendschap	Leerlingen ontdekken de rijke diversiteit van culturen op de Spelen, waar vrede en vriendschap centraal staan. Leren hoe sport kan bijdragen aan verbondenheid en begrip tussen verschillende landen en culturen.	Mens en maatschappij (2.4; 2.8; 4.11) Muzische vorming (1.4; 1.5) Sociale vaardigheden (1.2; 3)
DUURZAAMHEID EN KLIMAAT	De groene reis naar de Spelen	Leerlingen bewustmaken van het belang van duurzaamheid en de impact van menselijke activiteiten op het milieu, met een specifieke focus op duurzaam transport. De leerlingen stimuleren om na te denken over duurzame keuzes en acties in hun eigen leven, met de reis van de olympische vlam als een inspirerend voorbeeld van duurzaam transport.	Lichamelijke opvoeding (1.6; 1.26; 1.28) Wetenschappen en techniek (1.6; 1.12; 1.23; 1.24; 1.26)
	Missie: Spelen zonder afval	Leerlingen bewustmaken van afvalvermindering, met nadruk op plastic, en hen actief betrekken bij het bevorderen van een schonere omgeving, in lijn met de duurzaamheidsprincipes van de Spelen.	Lichamelijke opvoeding (1.1; 1.15; 1.17; 1.18; 1.19; 1.20) Muzische vorming (1.4; 1.5; 1.6) Wetenschappen en techniek (1.6; 1.12; 1.23; 1.24; 1.26)
TECHNOLOGIE EN INNOVATIE	Nieuwe sporten op de Spelen	Leerlingen ontdekken nieuwe olympische en paralympische sporten en leren de diversiteit van sporten waarderen. De les moedigt hen aan na te denken over sportvoorkeuren en hoe nieuwe sporten hun interesse beïnvloeden.	Muzische vorming (3.5; 4.2)
	Technologische topprestaties	Leerlingen verkennen de invloed van technologie en aangepaste uitrusting op sportprestaties, binnen de context van de Spelen. Ze ontwikkelen vaardigheden zoals tijd- en afstandsinschatting en ervaren persoonlijk hoe uitrusting en ondergrond hun prestaties beïnvloeden.	Lichamelijke opvoeding (1.16; 2.2) Mens en maatschappij (3.1; 4.7) Wetenschappen en techniek (2.5; 2.6; 2.17; 2.18)
MENTAAL WELBEVINDEN	Positivisme en vrede	Leerlingen bewustmaken van het belang van positivisme, vrede, en vriendschap, niet alleen op de Spelen maar ook in het dagelijks leven. Verduidelijken van de impact van deze waarden op het mentaal welbevinden. Het aanleren van vaardigheden in het geven van complimenten aan anderen.	Lichamelijke opvoeding (1.26; 1.27) Mens en maatschappij (1.2; 1.4; 2.15)
	Fair play	Leerlingen bewustmaken van het belang van fair play, respect en eerlijkheid in sport en hoe deze principes bijdragen aan een gezonde sportcultuur.	Lichamelijke opvoeding (3.3) Mens en maatschappij (1.4) Sociale vaardigheden (3)

Nieuwe sporten

Diversiteit

De paralympische magie

DOELSTELLING:

Leerlingen kennis laten maken met de Paralympische Spelen, inclusie in de sport en de mogelijkheden voor sporten met een beperking. De activiteiten en informatie zullen hen inspireren om open te staan voor diversiteit en te begrijpen dat sport voor iedereen toegankelijk is, ongeacht eventuele beperkingen.

Verhaal paralympisch atleet Ewoud Vromant

Ewoud Vromant is een geweldige atleet. Hij doet deze zomer mee aan de Paralympische Spelen in Parijs. Toch was zijn weg naar succes niet zonder uitdagingen. In 2012 ontdekten dokters een tumor in zijn rechterbeen. Na veel behandelingen moest zijn been worden verwijderd. Ewoud hield van sporten, vooral triatlon (lopen, fietsen, zwemmen), maar plotseling kon hij dat niet meer doen.

Het was een moeilijke tijd voor Ewoud, maar hij gaf niet op. Tijdens zijn herstel hoopte hij stilletjes dat hij op een dag weer zou kunnen sporten, ook al wist hij niet zeker of dat mogelijk zou zijn. In 2014 kreeg Ewoud de bijzondere kans om op skireis te gaan waar hij leerde skiën met één been. Dat was een belangrijk moment, want Ewoud ondervond dat sporten nog steeds mogelijk was, zelfs met een beperking.

Hoewel triatlon niet meer lukte omdat Ewoud geen lange afstanden kon lopen, ontdekte hij al snel dat hij wel nog kon fietsen. In het begin was dat moeilijk, want hij moest met één been trappen en nieuwe bewegingen leren maar Ewoud bleef oefenen en reed steeds langere afstanden. Hij deed zelfs mee aan wedstrijden en behaalde brons op zijn eerste Belgisch Kampioenschap. Ewoud boekte enorme vooruitgang en werd in 2020 wereldkampioen! Een jaar later won hij zilver bij de tijdrit op de Paralympische Spelen in Tokio.

Deze zomer zal Ewoud opnieuw het beste van zichzelf geven en hoopt hij zijn grote droom waar te maken: een gouden medaille op de Paralympische Spelen van Parijs 2024! Ewoud laat zien dat sporten met een beperking niet alleen mogelijk is, maar dat je er zelfs heel goed in kunt worden.

ONDERSTEUNING VERHAAL:

 [Video Ewoud naar aanleiding van Paralympische Spelen in Tokio in 2020.](#)

 [Ewouds website](#)

VRAGEN:

Wat zijn de Paralympische Spelen?

Ken je nog andere paralympische atleten?

Zijn de Paralympische Spelen even belangrijk als de Olympische Spelen?

Waarom is het belangrijk dat atleten met een beperking ook kunnen deelnemen aan de Spelen?

Bestaan er ook sportclubs voor kinderen met een beperking?

De Paralympische Spelen laten zien dat sport voor iedereen is, ongeacht eventuele beperkingen. Dit zorgt voor meer inclusie op de Spelen. Hebben kinderen met een beperking de mogelijkheid om te sporten in een club?

UITLEG CONCEPTEN:

Paralympische Spelen: De Paralympische Spelen zijn de Olympische Spelen voor atleten met een beperking. Dit zijn atleten die bepaalde dingen niet zo makkelijk kunnen doen als anderen en soms hulpmiddelen nodig hebben doordat ze bijvoorbeeld niet of moeilijker kunnen horen, zien of bewegen. Bij hun deelname worden sporters volgens een classificatiesysteem ingedeeld in verschillende klassen op basis van de functionele mogelijkheden die ze nog hebben ondanks hun beperking. Zo wordt gelijkwaardige competitie nagestreefd.

Sporten met een beperking: G-sport is elke vorm van sportbeoefening of aangepaste beweging voor personen met een beperking, maar ook voor mensen met een psychische kwetsbaarheid of chronische aandoening. Soms worden in sporten regels aangepast op maat van de mogelijkheden van personen met een beperking, zodat ook zij met elkaar in competitie kunnen treden.

- Kinderen die niet kunnen deelnemen in de gewone groepjes van de club omdat het te moeilijk is, of omdat de sport niet aangepast is aan hun beperking, kunnen terecht in het G-sport aanbod. Dit zijn specifieke clubs voor sporters met een beperking, psychische kwetsbaarheid of chronische aandoening. Kinderen die een beperking hebben, kunnen zo ook sporten en plezier maken.
- Kinderen met een beperking moeten niet altijd sporten in een aparte club. Er zijn ook sportclubs waar ze kunnen meesporten met de anderen of waarin een specifiek groepje wordt georganiseerd voor kinderen die niet volledig mee kunnen doen in de gewone ploeg. Dit noemt men een inclusieve sportclub.

Voor meer informatie over G-sport kan je terecht op deze [website](#).

Inclusie betekent dat iedereen erbij hoort en de kans krijgt om mee te doen, ongeacht de verschillen die we hebben. Het gaat erom dat we allemaal samenwerken, begrip tonen, elkaar helpen en ons aanpassen aan de mogelijkheden van iedereen, zodat niemand zich buitengesloten voelt. De Paralympische Spelen laten zien dat mensen met een beperking geweldige dingen kunnen doen in de sport. Hierdoor kunnen we allemaal leren dat iedereen, met of zonder beperking, mee kan doen en sporten!

Juist of fout?

Idee: Een leuke extra bij deze stellingen kan zijn om er een actieve werkvorm aan te koppelen. Zo moeten de kinderen bijvoorbeeld ter plaatse lopen als het juist is en heel traag stappen als het fout is. Je kan ook zelf een actieve werkvorm verzinnen.

1. De Paralympische Spelen zijn altijd in dezelfde stad als de Olympische Spelen.

Juist, de Paralympische Spelen worden in dezelfde stad als de Olympische Spelen georganiseerd en gaan door net na de Olympische Spelen. Dit toont aan dat iedereen gelijkwaardig is, gelijke kansen verdient en kan deelnemen aan sport. Het woord paralympisch bestaat ook uit 2 delen, namelijk 'para' wat 'naast' betekent en olympisch. De Paralympische Spelen worden dus naast de Olympische Spelen georganiseerd.

2. Paralympiërs beoefenen altijd dezelfde sporten als olympiërs.

Fout, paralympiërs beoefenen vaak dezelfde sporten als olympiërs maar hoe je het spel speelt of het materiaal dat wordt gebruikt, is vaak een beetje aangepast. Er zijn ook sporten die alleen door paralympiërs worden beoefend, zoals boccia en goalbal. Goalbal is een sport voor personen die niet goed kunnen zien. Bij deze sport is het de bedoeling dat een team de bal in het doel van de andere probeert te krijgen terwijl de andere ploeg de bal probeert tegen te houden met hun lichaam.

 **Extra:** Om de kinderen te tonen wat deze sport inhoudt, kan dit filmpje getoond worden.

3. Atleten die in een rolstoel zitten kunnen niet deelnemen aan de Paralympische Spelen.

Fout, atleten met een beperking nemen deel aan speciale sporten zoals rolstoelbasketbal en rolstoelrugby. Ook zijn er aangepaste versies van sporten, zoals zitvolleybal. Sommige atleten in een rolstoel gebruiken aangepaste racefietsen bij sporten zoals atletiek en wielrennen. Zo hebben ze alle kansen om te schitteren op de Paralympische Spelen!

4. Een dokter organiseerde voor het eerst de Paralympische Spelen om gewonde soldaten de kans te geven om te sporten.

Juist, meneer Guttman organiseerde de Paralympische Spelen voor het eerst om gewonde soldaten na de oorlog te laten sporten, waardoor ze sneller en beter konden herstellen.

.....

5. Er bestaan ook Spelen voor personen met een verstandelijke beperking en Spelen voor doven en slechthorenden.

Juist, naast de Paralympische en de Olympische Spelen bestaan ook de Special Olympics voor personen met een verstandelijke beperking en de Deaflympische Spelen voor doven en slechthorenden. Deze worden allebei om de 4 jaar georganiseerd, net zoals de Paralympische en Olympische Spelen. De Special Olympics vinden plaats het jaar voor de Olympische en Paralympische Spelen en de Deaflympische Spelen het jaar erna.

Opdracht: Paralympische beleving

Locatie: Klas of speelplaats

Materiaal: Blinddoek, touw, bal, stok (tip: als blinddoek en touw kan ook een trui worden gebruikt, als stok ook een bezemsteel)

Uitleg: Net als echte paralympiërs gaan de leerlingen ontdekken hoe het is om een sport met een beperking uit te voeren. De leerlingen nemen het tegen elkaar op in een estafette waarbij ze telkens een opdracht moeten uitvoeren met een specifieke beperking. Je kan de klas verdelen in 2(of meer groepen). Hieronder staan enkele mogelijke opdrachten. Je kan ervoor kiezen om er 1 te doen of je kan er meerdere uitproberen.

- 1) Beperking benen: Per 2 met de binnenste voet aan elkaar gebonden naar de overkant en terug.
- 2) Beperking handen: Per 2 met een bal tussen de buik naar de overkant en terug.
- 3) Beperking zicht: Per 2 met één begeleider en één geblinddoekte persoon naar de overkant en terug.

Differentiatie:

1. Per 2, elk op 1 been met het andere been horizontaal in de lucht naast elkaar (leerlingen kunnen elkaar eventueel vastnemen ter ondersteuning). De leerlingen moeten naar de overkant terwijl ze een stok balanceren op hun benen.
2. Per 2 met bal tussen het voorhoofd en terug – Kleinere bal gebruiken.
3. Per 3 met ruggen tegen elkaar en armen in elkaar gehaakt naar overkant en terug waarbij 1 of 2 personen geblinddoekt zijn.

Extra: voor nog meer uitdaging kan je een parcours maken met extra obstakels

Alternatief: paralympisch mijnenveld

De Paralympische Spelen werden voor het eerst georganiseerd na de Tweede Wereldoorlog om de gewonde soldaten de kans te geven te sporten. De leerlingen worden allemaal soldaten en gaan proberen om door samenwerking allemaal het mijnenveld over te steken.

Het mijnenveld op de speelplaats bestaat uit hoepels of getekende vakjes. Bepaalde vakjes bevatten verschillende voorwerpen die dienen als bommen. De leerlingen moeten ieder om beurt geblinddoekt het veld proberen oversteken zonder de bommen te raken. De andere kinderen van de groep moeten de geblinddoekte leerling zo goed mogelijk begeleiden. Als de leerling een bom raakt, krijgt de leerling een extra beperking vb. 1 been, benen aan elkaar gebonden... Het is de bedoeling dat de leerlingen door samen te werken allemaal aan de overkant geraken met zo weinig mogelijk beperkingen.

Andere materialen:

Op het platform van [Beweegbuddy](#) kan je ook verschillende paralympische opdrachten terugvinden die je met de leerlingen in de klas kan uitvoeren.



Om nog meer leuke opdrachtjes te doen kan je ook gebruik maken van [de G-sport koffer](#) die je kan lenen bij Sport Vlaanderen.

Met deze koffer kan je kinderen onder andere verschillende activiteiten en paralympische sporten laten ervaren zoals torbal (een variant van goalbal), zitbadminton en boccia.



Vind informatie over het [project G-sport@school](#), een project voor het 5de en 6de leerjaar om het taboe rond G-sport te doorbreken en de drempel om te sporten voor personen met een beperking te verkleinen. Dit bestaat uit een theoretisch deel met een stripverhaal over G-sport en een krantje met oefeningen en een praktisch deel waarbij er in kleine groepen gedurende een halve dag initiaties in verschillende G-sporttakken worden georganiseerd.



Leer meer over sporten en inclusie via [de inspiratiesessie: inclusie in de les L.O.](#)

Diversiteit

Culturele vriendschap

DOELSTELLING:

Leerlingen ontdekken de rijke diversiteit van culturen op de Spelen, waar vrede en vriendschap centraal staan. Leren hoe sport kan bijdragen aan verbondenheid en begrip tussen verschillende landen en culturen.

Verhaal olympisch atleet Bashir Abdi

Bashir Abdi is een indrukwekkende atleet die al een bronzen medaille heeft veroverd op de Spelen. Deze zomer staat hij opnieuw aan de start van de marathon tijdens de Spelen in Parijs. Bashir groeide op in Somalië, een land in het oosten van Afrika, maar vanwege moeilijke omstandigheden ontvluchtte hij zijn land op vierjarige leeftijd en verhuisde hij naar België. Bij zijn aankomst hier was alles nieuw en kende hij niemand. Hoewel hij in Somalië van voetbal hield, ontdekte hij in België zijn liefde voor hardlopen.

Sport speelde een cruciale rol in Bashirs leven. Het hielp hem niet alleen om vrienden te maken, maar ook om zijn plek te vinden in een nieuw land. Bashir haalde zoveel plezier uit zijn sport dat hij steeds meer ging trainen en hier uiteindelijk heel goed in werd. Voor hem is deelname aan de Spelen bijzonder, niet alleen vanwege zijn liefde voor sport, maar ook omdat dit evenement mensen van over de hele wereld samenbrengt om verschillende sporten te beoefenen en plezier te hebben.

Wat Bashir zo cool vindt is dat alle atleten op de Spelen verschillend zijn maar wel allemaal een gemeenschappelijke liefde voor sport delen. Sport is als een gemeenschappelijke taal die begrepen wordt door alle atleten, zelfs als ze elkaar anders niet zouden kunnen begrijpen. Omdat Bashir zelf zoveel plezier haalt uit sporten vindt hij het ook belangrijk dat alle kinderen en jongeren de kans hebben om te kunnen sporten. Net zoals het belangrijk is op de

Spelen dat alle atleten dezelfde kans krijgen om deel te nemen en te winnen. Daarom zet hij zich in voor een organisatie die zoveel mogelijk kinderen en jongeren deze mogelijkheid biedt door sportlessen en activiteiten te organiseren.

Voor Bashir draait sport niet alleen om winnen, het gaat ook om het creëren van nieuwe vriendschappen en het omarmen van de diversiteit die ons uniek maakt. Bashir Abdi is niet alleen een topsporter, hij is een prachtige persoon die ons leert dat samen plezier hebben in de sport echt iets bijzonders is.

ONDERSTEUNING VERHAAL:

 [Bashir Abdi over de lange weg naar een olympische medaille.](#)

  [Artikel met beeldfragment Europees record + beeldfragment waarin Bashir zijn verhaal vertelt.](#)

VRAGEN:

Wat betekent culturele diversiteit?

Wat is cultuur? Waarom is het cool dat mensen van verschillende landen op de Spelen meedoen? Zijn er sporten die in sommige landen meer aandacht krijgen dan andere? [Deze wereldkaart](#) biedt een overzicht van de meest beoefende sporten per land.

Hoe kunnen de Spelen mensen met verschillende culturen samenbrengen?

Hoe kan sport ervoor zorgen dat mensen vrienden worden, zelfs als ze uit verschillende landen komen? Wat bedoelt Bashir als hij zegt dat sport een gemeenschappelijke taal is die iedereen begrijpt? Hebben jullie zelf al gesport met vrienden die een andere cultuur hebben?

Waarom is het belangrijk dat iedereen, net zoals op de Spelen, een gelijke kans krijgt om te sporten?

Hoe heeft sport Bashir geholpen toen hij naar België verhuisde? Hebben alle kinderen dezelfde kans om te sporten? Hebben jullie ideeën over hoe we ervoor kunnen zorgen dat alle kinderen, ongeacht hun achtergrond, dezelfde kansen hebben om te sporten? Hoe komt het dat sommige landen meer medailles winnen op de Spelen dan andere, ook al hebben ze een gelijke kans?

UITLEG CONCEPTEN:

Cultuur: Cultuur is de manier waarop een groep mensen dingen doet, denkt en met elkaar omgaat. Het omvat hun tradities, taal en de dingen die ze belangrijk vinden.

Invloed cultuur op sport: Waarom sommige landen veel medailles winnen op de Spelen heeft te maken met de middelen die een land heeft, het aantal inwoners, of en welke sporten belangrijk zijn in hun cultuur, en of ze goede ondersteuning kunnen bieden aan hun atleten. Niet elk land vindt sport even belangrijk. Sommige landen vinden sport wel belangrijk, maar hebben niet genoeg of niet de juiste middelen om hun atleten te kunnen ondersteunen. In elk land houden mensen van verschillende sporten.



Kaart met populaire sporten per land.

Sporters uit verschillende landen kunnen van elkaar leren door te praten over hoe ze de sport waarin ze goed zijn beoefenen, zodat iedereen beter kan worden.

Gelijke kansen: Sommige kinderen hebben minder kans om te sporten omdat het voor hen moeilijk is om naar een sportclub te gaan of ervoor te betalen. Soms voelen kinderen zich anders of worden ze uitgesloten vanwege hun afkomst of huidskleur. Het is belangrijk dat alle kinderen samen kunnen sporten, dat er genoeg sportclubs of speelplekken zijn, en vriendjes respect hebben voor elkaar, ook al zijn ze verschillend.

Juist of fout?

Idee: Een leuke extra bij deze stellingen kan zijn om er een actieve werkvorm aan te koppelen. Zo moeten de kinderen bijvoorbeeld met een groen voorwerp zwaaien als het antwoord juist is en met een rood voorwerp als het antwoord fout is. Je kan ook zelf een actieve werkvorm verzinnen.

1. De atleten krijgen per land een eigen huis of hotel om te logeren tijdens de Spelen.

Fout, alle atleten leven samen in het olympisch dorp. De atleten hebben verschillende culturen en nationaliteiten maar komen wel allemaal voor hetzelfde doel, en dat zijn de Spelen. Ze vinden het leuk om met andere atleten, die evenveel liefde hebben voor de sport, samen te kunnen leven tijdens de Spelen.

2. De Spelen worden altijd georganiseerd in het land met de meeste medailles op de vorige Spelen.

Fout, de Spelen worden om de 4 jaar georganiseerd en meestal in een ander land. Ze hebben al in 23 verschillende landen plaatsgevonden.

3. De 5 gekleurde ringen van de olympische vlag staan symbool voor de eerste 5 sporten op de Spelen.

Fout, de 5 gekleurde ringen van de olympische vlag staan symbool voor de 5 continenten en werelddelen. Zo toont de olympische vlag de vriendschap en verbondenheid tussen de vele verschillende landen van de wereld die deelnemen aan de Spelen.

Extra vragen oudere graden: Wie kent de 5 continenten? Welke kleur staat symbool voor Europa? (blauw)

4. De allereerste olympische vlag werd gestolen.

Juist, de olympische vlag wapperde voor het eerst toen de Spelen in Antwerpen plaatsvonden. Deze werd gestolen maar de dief kreeg 80 jaar later spijt, toen hij al 103 jaar oud was, en gaf de vlag terug. Nu hangt de vlag in het Stadhuis in Antwerpen.

5. Ieder land heeft zeker 1 van de kleuren van de olympische vlag in de vlag van zijn land.

Juist, met de 6 kleuren van de olympische vlag (rood, blauw, geel, groen, zwart en wit) kunnen alle vlaggen van de landen worden samengesteld.

Opdracht: Olympisch feest

Locatie: Klas of speelplaats

Materiaal: Papier, kleurpotloden/verf/stiften, touw

Uitleg: De leerlingen worden in groepjes verdeeld en krijgen de opdracht om de vlag van een land dat deelneemt aan de Spelen na te tekenen op een A4- of halve A4-pagina. In bijlage kan je een overzicht vinden met vlaggen van verschillende landen die deelnemen aan de Spelen. In de presentatie kan je ook enkele voorbeeldvlaggen terugvinden. Na het knutselen worden de vlaggen aan een touw gehangen.

Je kan een kleurrijke slinger maken door gaatjes in het papier te maken en het touw erdoorheen te rijgen.

Extra: Na het knutselen van de vlaggen volgt een korte quiz waarbij de leerlingen moeten raden welk land bij elke vlag hoort. Voor oudere leerlingen is er de mogelijkheid om een vraag, weetje, of traditie over het toegewezen land op te zoeken en achteraan op de vlag te schrijven. Met deze informatie kan een vervolquiz gehouden worden.

Alternatief: levende vlaggen

De kinderen krijgen de opdracht om kleurrijk naar school te komen. De volgende dag vormen ze samen zoveel mogelijk levende vlaggen door zich op een creatieve manier te groeperen. Je kan foto's maken van deze vlaggen en ze verwerken in een collage.

Actief alternatief: olympische stoelendans

De leerlingen nemen het tegen elkaar op in een 'nieuwe' olympische discipline, de stoelendans. Iedere leerling vertegenwoordigt een land. De leerling van het land dat als laatste overblijft wint de Spelen voor deze nieuwe discipline.

Andere materialen:



Breng een andere cultuur tot leven in je klas met de [doe-, ontdek- en speelkoffers van Studio Globo](#).

Duurzaamheid en klimaat

De groene reis naar de Spelen

DOELSTELLING:

Leerlingen bewustmaken van het belang van duurzaamheid en de impact van menselijke activiteiten op het milieu, met een specifieke focus op duurzaam transport. De leerlingen stimuleren om na te denken over duurzame keuzes en acties in hun eigen leven, met de reis van de olympische vlam als een inspirerend voorbeeld van duurzaam transport.




Verhaal olympisch atleet Seppe Smits

Wisten jullie dat naast de Zomerspelen ook de Winterspelen bestaan? Snowboarden is een van de meest opvallende sporten op de Winterspelen. Een opmerkelijke atleet die enkele jaren geleden deelnam aan de Winterspelen voor ons land en die jullie ook in het filmpje konden zien is Seppe Smits.

Net als vele andere sporters heeft Seppe in de loop der jaren veel gereisd vanwege zijn passie voor snowboarden. Tijdens deze reizen heeft hij persoonlijk ervaren dat op sommige plaatsen minder sneeuw ligt als gevolg van de opwarming van de aarde. Deze veranderingen baren Seppe zorgen, niet alleen voor zijn eigen geliefde sport, maar ook voor de toekomst van de Winterspelen. Zonder voldoende sneeuw is skiën of snowboarden immers onmogelijk.

Seppe neemt dus zeer bewuste stappen om zo goed mogelijk te zorgen voor het milieu. Eén van die acties is duurzaam reizen. Bij het reizen probeert hij de lucht zo min mogelijk te vervuilen door te kiezen voor milieuvriendelijke vervoermiddelen. Enkele jaren geleden reisde hij bijvoorbeeld naar Noorwegen, maar niet met het vliegtuig. In plaats daarvan koos hij voor duurzame vervoermiddelen zoals de fiets, trein, en bus. Hij hoopt dat zijn inspanningen anderen inspireren om zich ook in te zetten voor het milieu, zodat de sneeuw behouden blijft en de Winterspelen kunnen blijven doorgaan.

ONDERSTEUNING VERHAAL:

-  [Seppe in actie.](#)
-  [Seppe legt uit waarom je zorg moet dragen voor het milieu en welke acties hij zelf onderneemt.](#)
-  [Artikel Seppe duurzaam reizen en klimaat.](#)

VRAGEN:

Welke sporten worden beoefend op de Winterspelen?

Noem 2 andere wintersporten naast snowboarden die op de Winterspelen plaatsvinden. Hoe kan de opwarming van de aarde ervoor zorgen dat bepaalde sporten niet meer kunnen worden beoefend?

Welke vervoermiddelen kunnen wij nemen om te gaan supporteren op de Spelen?

Welke milieuvriendelijke vervoermiddelen kan je nemen? Waarom is het belangrijk om milieuvriendelijke vervoermiddelen te gebruiken?

Wat doen jullie om net zoals Seppe voor het milieu te zorgen?

Seppe is al met de fiets naar Noorwegen gereisd, wie van jullie komt soms met de fiets naar school? Ken je nog dingen die we kunnen doen voor het milieu? Waarom denken jullie dat het belangrijk is om voor het milieu te zorgen?

UITLEG CONCEPTEN:

Opwarming van de aarde: Dit betekent dat het steeds warmer wordt op aarde doordat mensen acties ondernemen die de lucht vuiler maken. Rond de aarde is er een dunne laag lucht die we als een deken kunnen zien. Dit deken zorgt ervoor dat er een goede temperatuur op aarde is en het niet te warm wordt. Maar door de vuile lucht wordt dit deken steeds dikker waardoor het steeds warmer wordt en de warmte niet meer weg kan. Hierdoor zal het ijs beginnen smelten.

Duurzame vervoermiddelen: Duurzame vervoermiddelen zijn vervoermiddelen die beter zijn voor het milieu doordat ze minder schadelijke stoffen uitstoten. Sommige manieren van reizen, zoals auto's die op benzine rijden, kunnen schadelijke stoffen in de lucht brengen. Deze stoffen kunnen de lucht vervuilen maar ook de gezondheid van planten, dieren, en mensen schaden.

Olympische wintersporten: De sporten die op het programma van de Winterspelen staan zijn: biathlon, curling, ijshockey, rodel, schaatzen, skiën, ski-alpinisme en sleesporten.

Juist of fout?

Idee: Een leuke extra bij deze stellingen kan zijn om er een actieve werkvorm aan te koppelen. Zo moeten de kinderen bijvoorbeeld ter plaatse lopen als het juist is en heel traag stappen als het fout is. Je kan ook zelf een actieve werkvorm verzinnen.

1. Omdat het vliegtuig vroeger nog niet bestond, konden atleten soms niet naar de Spelen komen.

Fout, atleten moesten vroeger wel veel langer reizen om naar de Spelen te komen omdat het vliegtuig nog niet bestond en ze andere vervoermiddelen moesten gebruiken. Meer dan 100 jaar geleden toen de Spelen in België plaatsvonden waren de atleten van Nieuw – Zeeland, een land aan de andere kant van de wereld, zelfs 9 weken en 5 dagen onderweg.

2. Op de Spelen in Parijs werden alle atleten met elektrische auto's vervoerd.

Juist, er werden in Parijs in totaal 3000 elektrische auto's ingezet om iedereen om iedereen te vervoeren. Elektrische auto's zijn goed voor het milieu omdat ze geen uitlaatgassen produceren, waardoor de lucht niet vervuild wordt en de planeet gezond blijft.

3. De olympische vlam, die bij het begin van de Spelen wordt aangestoken en brandt tot op het einde van de Spelen, reist helemaal van Griekenland naar de plaats van de spelen (met een speciale fakkel).

Juist, de olympische vlam is een bijzonder vuur dat wordt aangestoken in Olympia, de plaats van de antieke Spelen in Griekenland, en vervolgens naar het land waar de Spelen plaatsvinden wordt gebracht met een speciale fakkel. Op die manier symboliseert het vuur de verbinding tussen alle deelnemende landen tijdens de Spelen door de reis die het vuur aflegt.

4. Het vuur wordt met het vliegtuig van Griekenland naar de plaats van de Spelen gebracht.

Fout, lopers dragen de fakkel met het olympisch vuur in een estafette van Griekenland naar de plaats waar de Spelen plaatsvinden. Deze aanpak is milieuvriendelijk omdat lopen geen gebruik maakt van vervuilende brandstoffen, wat zowel gezond is voor de lopers als gunstig is voor het milieu.

5. Door de hitte ging de marathon op de Spelen in 2021 niet door in Tokio maar ergens anders.

Juist, de marathon ging door in Sapporo omdat het in Tokio te druk en te warm was. Sapporo is een stad die iets noordelijker ligt en waar een klein beetje minder warm was. Dit is ook een gevolg van de klimaatopwarming. De klimaatopwarming oefent dus niet alleen een invloed uit op de Winterspelen maar ook op de Zomerspelen.

Opdracht: van Olympia naar Parijs

Locatie: Klas of speelplaats

Materiaal: Kegel, tennisbal, beker, elastiek, touw

Uitleg: De reis van de olympische vlam van Olympia (Griekenland), de plaats van de eerste Olympische Spelen, naar Parijs verloopt via een estafette van verschillende lopers. Sommige landen gebruiken ook andere vervoermiddelen, maar deze zijn niet altijd even goed voor het milieu! De leerlingen gaan zelf proberen om de olympische vlam op een milieuvriendelijke manier van Griekenland naar Parijs te brengen. Zet een bal op een omgekeerde kegel en maak zo een eigen olympische vlam. De leerlingen staan recht achter hun bureau of staan verspreid op de speelplaats in een lange rij. De leraar toont pictogrammen van verschillende vervoermiddelen (zie presentatie). De leerling met de kegel in de hand moet zeggen of het transportmiddel milieuvriendelijk is of niet. Telkens de leerling juist antwoordt, mag de vlam naar de volgende leerling gaan. Let op: de bal mag niet van de kegel vallen want dan is de vlam gedoofd en moeten ze terug naar start. Het is de bedoeling dat de vlam zo snel mogelijk tot bij de laatste leerling gebracht wordt.

De pictogrammen op de slide zijn interactief en kunnen worden aangeklikt voor het antwoord.

Differentiatie: Doorgeven kegel

- Kegel met 1 hand vasthouden.
- Per 2, waarbij elke leerling 1 kant van een kegel vasthoudt.
- Gebruik een beker in plaats van een kegel waar een tennisbal op geplaatst wordt. Bevestig aan een elastiek 4 of 5 touwtjes. Verdeel de leerlingen in groepen en laat ze elk een touwtje vasthouden. De uitdaging is om de elastiek open te trekken en rond de beker te krijgen. Vervolgens moet de beker met de tennisbal naar het volgende groepje gebracht worden door aan de touwtjes te trekken maar zonder dat de beker uit de elastiek valt.
- Verdeel de klas in teams en geef elke groep een kegel. Pas nadat ze een parcours hebben afgelegd, kunnen ze de kegel doorgeven aan de volgende leerling van hun team. De leraar toont een symbool, waarna de eerste leerling van elk team een groen of rood voorwerp omhoog steekt om te antwoorden. Iedere leerling legt het parcours af (bijvoorbeeld onder de banken kruipen). Enkel de leerlingen die juist antwoorden en de kegel terug naar hun team kunnen brengen zonder dat de tennisbal valt, kunnen een punt verdienen. Vervolgens beantwoordt de 2de leerling van elke groep de vraag, en zo verder.



Differentiatie: Vragen

Om het spel voor oudere leerlingen interessanter te maken, kun je vragen stellen over duurzaam transport in plaats van het gebruiken van de pictogrammen. Probeer dit te combineren met een wat ingewikkeldere manier van doorgeven om het spel spannender te maken.

Sommige auto's, zoals elektrische auto's waarmee de atleten deze zomer zullen worden vervoerd, zijn goed voor het milieu omdat ze op groene energie rijden. Dit is energie uit natuurlijke, onuitputtelijke energiebronnen. Welke van de 3 is groene energie?

Olie – aardgas – **waterkracht**

Ook zonne-energie is groene energie. Als het een hele dag grauw is en het regent, kunnen atleten niet vervoerd worden met een auto op zonne-energie.

Fout, wolken houden slechts een deel van het zonlicht tegen, anders zou je op bewolkte dagen niets kunnen zien. Zonnepanelen krijgen dus niet alleen energie van het felle zonlicht maar ook van het gewone daglicht.

Welk land dat deelneemt aan de Spelen zet het meest in op groene energie?

België – **China** – Griekenland

Welk gas wordt uitgestoten door auto's, vliegtuigen... en draagt bij aan de klimaatopwarming?

Waterstof – zuurstof – **koolstofdioxide**

Op koolstofdioxide of CO2 uit de lucht te halen heb je bomen nodig. Deze kunnen CO2 omzetten in zuurstof, een stof die we nodig hebben. Hoeveel bomen zijn er nodig om de CO2 die je met je gezin uitstoot op een jaar om te zetten in zuurstof?

20 – 100 – **400**

Welk vervoermiddel heeft de minste impact op het milieu tijdens grote sportevenementen zoals de Spelen.

Auto op benzine – **Openbaar vervoer** – Vliegtuig

Hoeveel slechter is de impact op het klimaat als atleten of supporters met het vliegtuig naar de Spelen reizen in plaats van met de trein?

4 keer – 7 keer – **10 keer**

Zoals Seppe zei in zijn filmpje heeft hij doorheen de jaren de sneeuw steeds meer zien smelten. Met hoeveel graden is de gemiddelde temperatuur in België gestegen sinds 1890?

0,5 graden – 1 graad – **bijna 2 graden**

Wandelen en fietsen heeft geen enkele impact op het milieu.

Juist of fout?

Alle boten stoten CO2 uit.

Fout, niet alle boten stoten CO2 uit. Zeilboten vormen hierop een uitzondering, omdat ze geen CO2 uitstoten; ze gebruiken de wind als krachtbron om vooruit te gaan. Zeilen is trouwens ook een olympische sport.

Alternatief: duurzaam naar Parijs

Bereken de afstand van jullie school tot Parijs. Moedig de leerlingen aan om deze afstand op een duurzame manier te overbruggen door samen milieuvriendelijke kilometers te verzamelen. Op deze manier kunnen jullie gezamenlijk naar Parijs 'reizen' terwijl jullie het milieu sparen. Een leuke manier om samen te supporteren!

Andere materialen:



Via de [MOS-website](#) kan je nog meer educatieve materialen terugvinden om rond het thema mobiliteit en duurzaamheid aan de slag te gaan.



Wil je zelf actief aan de slag rond het thema mobiliteit? Kijk dan naar de inspiratiesessie '[Een leerlijn fietsen voor het basisonderwijs](#)'.



Laat je leerlingen meer kennis maken met snowboarden en ongelooflijke snowboardavonturen beleven met [het Snow to school pakket](#).

Duurzaamheid en klimaat

Missie: Spelen zonder afval

DOELSTELLING:

Leerlingen bewustmaken van afvalvermindering, met nadruk op plastic, en hen actief betrekken bij het bevorderen van een schonere omgeving, in lijn met de duurzaamheidsprincipes van de Spelen.

Verhaal olympisch atleet Emma Plasschaert

Emma is een Vlaamse zeilster die deze zomer ons land zal vertegenwoordigen op de Olympische Spelen in Parijs. Emma is niet alleen twee keer wereldkampioene zeilen geworden, maar staat ook bekend als een kampioen in opruimen en zet zich sterk in voor het behoud van de natuur.

Emma heeft haar hele leven aan zee doorgebracht, met de Noordzee voor de deur van haar woonplaats in Oostende. Haar passie voor zeilen bracht haar naar zeeën over de hele wereld, waar ze de impact van plastic afval met eigen ogen heeft gezien, van grote objecten zoals drijvende koelkasten tot kleine items zoals plastic zakken die aan de onderkant van haar zeilboot vastzitten.

Naast haar indrukwekkende zeilprestaties levert Emma ook uitzonderlijke prestaties voor het klimaat. Emma doet bijvoorbeeld mee aan de VN & EU Beach Cleanup-campagne, de grootste klimaatactie ooit in Oostende. Daarnaast streeft ze er in haar dagelijks leven naar om haar plastic afval te minimaliseren en inspireert ze anderen om hetzelfde te doen. Ook op de Olympische Spelen zet Emma zich in voor het klimaat. Samen met andere zeilers weigert ze flessenwater te gebruiken en kiezen ze voor herbruikbare waterflessen en brooddozen.

Wat Emma uniek maakt, is niet alleen haar succes op het water, maar ook haar toewijding aan het behoud van de oceanen en het verminderen van plastic afval. Ze hoopt dat ze zoveel mogelijk mensen kan inspireren om zo weinig mogelijk afval te produceren en op de grond te gooien zodat er zo weinig mogelijk plastic in de zee terecht komt want geen afval in je handen is geen afval in de oceaan.

ONDERSTEUNING VERHAAL:



[Emma in actie.](#)



[Artikel over hoe Emma zich inzet voor het milieu.](#)



[Emma's website](#)

VRAGEN:

Waarom is het voor olympische zeilers zoals Emma belangrijk om de oceaan proper te houden?

Waarom moeten we voor de zee zorgen?

Waarom gebruiken Emma en de andere zeilers drinkflessen en boterhamdozen op de Spelen?

Waarom is minder plastic afval goed voor de aarde? Wat kunnen jullie doen als jullie afval zien?

Waarom is het belangrijk om goed te zorgen voor de natuur?

Op de Spelen is respect heel belangrijk, ook voor de natuur. Op welke manieren kunnen wij respect tonen voor de natuur in ons dagelijks leven, net zoals olympische zeilers dat doen?

Juist of fout?

Idee: Een leuke extra bij deze stellingen kan zijn om er een actieve werkvorm aan te koppelen. Zo moeten de kinderen bijvoorbeeld bij de papierbak staan als het juist is en bij de PMD-vuilbak als het fout is. Je kan ook zelf een actieve werkvorm verzinnen.

1. Tijdens de Spelen bij de Oude Grieken was de natuur nog niet belangrijk.

Fout, de Oude Olympische Spelen ontstonden als een eerbetoon aan Zeus, de god van hemel en aarde, en vonden plaats in het stadje Olympia, waarnaar ze werden vernoemd. Wat deze spelen bijzonder maakte, was de sterke waardering van de Oude Grieken voor de natuur. De Spelen waren niet alleen een evenement waar sportprestaties werden gevierd maar diende vooral als viering voor de grootsheid en schoonheid van de natuur en de god Zeus die hierover waakte.

2. De winnaars op de Spelen bij de Oude Grieken kregen geen medaille maar een tak van een olijfbom.

Juist, voor de oude Grieken was de olijftak een teken van respect voor hun goden en de natuur. Ze sneden de tak met een gouden mes en maakten er een lauwerkrans van. Dit symboliseerde hun sterke band met zowel hun geloof als de natuur om hen heen.

3. Op de Spelen in Tokio werden de medailles en het podium van afval gemaakt.

Juist, de medailles werden gemaakt van oude smartphones en elektrische toestellen. Het podium voor de winnaars werd gemaakt uit plastic flessen.

4. De medailles van de Spelen in Parijs 2024 bevatten een stukje van de Eiffeltoren.

Juist, op die manier krijgen de medaillewinnaars een stukje Parijs mee naar huis. Dit is eigenlijk ook een manier waarbij een stukje van het materiaal van de Eiffeltoren hergebruikt wordt.

5. De zwemwedstrijden van de Spelen in Parijs 2024 vonden plaats in de rivier, niet in een zwembad.

Juist, het was meer dan 100 jaar verboden om in deze rivier te zwemmen omdat deze veel te veel vervuild was, maar bij de Spelen in Parijs hebben ze heel veel moeite gedaan om de rivier proper te krijgen. Dit zou ervoor kunnen zorgen dat de inwoners van Parijs ook na de Spelen terug kunnen zwemmen.

Opdracht: Olympische en paralympische eco-mascotte

Locatie: Speelplaats of klas

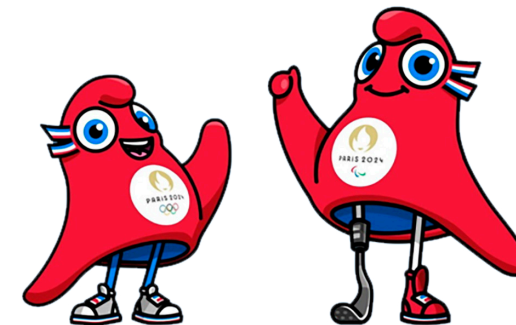
Materiaal: Oude kranten, plastic flessen, ander afval...

Uitleg: Laat de leerlingen in de klas creatief aan de slag gaan met afval, en laat hen een duurzame mascotte maken voor de Olympische Spelen. Gebruik een online of echte olympische vlam als timer. Laat de leerlingen de mascotte aan de klas presenteren en eventueel een slogan bedenken bij de mascotte waarmee de mascotte iedereen probeert te overtuigen om zorg te dragen voor het milieu.

Differentiatie: Je kan de leerlingen laten knutselen met materialen uit de natuur door de les buiten te geven.

Actief alternatief: afvalverzamelwedstrijd

Verdeel de leerlingen in groepen en organiseer een wedstrijd waarbij de leerlingen zoveel mogelijk afval proberen verzamelen binnen een bepaalde tijd. De tijd wordt aangegeven door een olympische vlam (kaars of online) en de leerlingen mogen blijven verzamelen tot de vlam uit is. Je kan het ook combineren met andere activiteiten zoals een wandeltocht naar het zwembad/de sporthal ... Bij meer tijd kan je met de leerlingen ook een wandeling maken in de omgeving van de school en al het afval dat je tegenkomt, oprapen en verzamelen.



Actief alternatief: afvalsorteerwedstrijd

Organiseer een olympische wedstrijd afval dat de leerlingen hebben verzameld of mee hebben gebracht van thuis. Dit kan op verschillende manieren:

- Estafette: Verdeel de klas in groepjes. Geef een opdracht die de kinderen moeten uitvoeren tussen 2 kegels. Ze nemen telkens een stuk afval mee en op het einde gooien ze het afval in de juiste vuilbak vanop een afstand. Als ze ernaast zitten, rapen ze het op en nemen ze het terug mee naar het startpunt. De volgende leerling mag opnieuw proberen.
- Baseball (wordt vanaf 2028 een olympische sport): Verdeel de klas in 2 teams. Je legt het verzamelde afval van beide teams bij de starthonk. Telkens ze lopen, nemen ze een stuk afval mee. Ieder honk is een vuilnisbak (PMD, rest, papier en karton). Ze moeten het in de juiste vuilnisbak gooien, en pas dan krijgen ze een punt.

Andere materialen:

Om de problematiek van wegwerpplastic te verduidelijken voor de jongere leerlingen kan je het verhaal 'Pira de rat heeft buikpijn' vertellen. Dit verhaal sluit aan bij #MissieMinder 2021, de MOS-actiedag over bewust verbruiken.



Breng op school positieve veranderingen teweeg voor een gezonde leefomgeving en een beter klimaat. Verken de mogelijkheden om het schoolplein te transformeren tot een natuurlijke oase tijdens de inspiratiesessie 'Speelplaats met Toekomst'.

Mentaal welbevinden

Fair play

DOELSTELLING:

Leerlingen bewustmaken van het belang van fair play, respect en eerlijkheid in sport en hoe deze principes bijdragen aan een gezonde sportcultuur.





Verhaal Rugby Sevens

De Sevens of het nationale rugbyteam heeft hard gewerkt om zich deze zomer te kwalificeren voor de Spelen, maar helaas is het hen net niet gelukt. Momenteel zijn ze wel al aan het trainen om zich te kunnen kwalificeren voor de volgende Olympische Spelen in Los Angeles in 2028. Om te bepalen welke teams naar de Spelen mogen, worden er verschillende wedstrijden gehouden. De atleten strijden tegen elkaar, en degenen die de beste prestaties leveren, verdienen een plekje op de Spelen. Op die manier krijgt elk land een eerlijke kans om deel te nemen.

Eerlijkheid is enorm belangrijk op de Spelen en tijdens de wedstrijden. Rugby staat bekend om 'fair play', wat betekent dat er altijd eerlijk wordt gespeeld. Ondanks dat rugby soms ruig lijkt, hebben spelers veel respect voor hun eigen team, tegenstanders en de scheidsrechter. In rugby is er zelfs een speciale regel waarbij alleen de teamcaptain met de scheidsrechter mag praten. Dit laat zien dat alle spelers de beslissingen van de scheidsrechter respecteren. Na elke wedstrijd vormen de spelers ook een erehaag voor de winnaar. Dit toont opnieuw het respect en de sportiviteit die zo belangrijk zijn in rugby.

Extra: de rugbyploeg uit Nieuw-Zeeland heeft zelfs een speciaal soort dans die ze voor iedere wedstrijd doen om respect te tonen voor de tegenstander en te laten zien dat ze klaar zijn voor de wedstrijd. Deze wordt de 'Haka' genoemd en is een traditie van de oorspronkelijke bewoners van Nieuw-Zeeland, de Maori-mensen. De Sevens van Nieuw-Zeeland gebruikten de dans ook om hun gouden medaille op de Spelen in Tokio te vieren.

ONDERSTEUNING VERHAAL:

-  [Artikel voorbereiding Olympische Spelen.](#)
-  [Documentaire over voorbereiding voor kwalificatie voor de Olympische Spelen in Parijs.](#)
-  [Waarden rugby](#)
-  [Filmpje Haka Sevens Nieuw- Zeeland Olympische Spelen Tokio.](#)

VRAGEN:

Wat betekent fair play volgens jullie?

Kunnen jullie voorbeelden geven van fair play in sport of het dagelijks leven?

Waarom denken jullie dat respect zo belangrijk is in rugby en op de Spelen?

Hoe kan dit zorgen voor een positieve sportervaring?

Is het mogelijk om eerlijk te zijn en toch te winnen?

Hoe denken jullie dat eerlijk spel kan zorgen voor meer plezier bij het sporten? Hebben jullie ooit een situatie meegemaakt waarin jijzelf of iemand anders niet eerlijk speelde?

UITLEG TERMEN:

Fair play: Dit betekent dat iedereen de regels volgt, eerlijk speelt, respect heeft voor anderen en samenwerkt. Het gaat om eerlijke kansen en betrouwbaarheid, zelfs als je niet wint.

Sevens Rugby: Sevens Rugby is een olympische discipline en een snellere variant van het traditionele rugby, gespeeld met 7 spelers per team in plaats van 15. In vergelijking met het traditionele rugby is er meer ruimte op het veld, waardoor het spel sneller verloopt en er vaak meer tries (punten) worden gescoord. Het spel duurt ook minder lang, namelijk 2 keer 7 minuten.

Juist of fout?

Idee: Een leuke extra bij deze stellingen kan zijn om er een actieve werkvorm aan te koppelen. Zo moeten de kinderen bijvoorbeeld een Haka-positie aannemen als het juist is en op de grond gaan liggen als het fout is. Je kan ook zelf een actieve werkvorm verzinnen.

1. Bij het begin van de Spelen leggen atleten een eed af waarbij ze beloven zich aan de regels te houden.

Juist, de eed is de volgende: 'In naam van alle deelnemers zweer ik dat wij de voorgeschreven regels zullen eerbiedigen en naleven in de ware geest van de sportiviteit voor de bloei van de sport en de eer van onze landen.'

2. Op de Spelen hebben ooit twee atleten hun zilveren en bronzen medaille in 2 gesneden en de helften terug aan elkaar vastgemaakt.

Juist, tijdens de Spelen van Berlijn in 1936 behaalden twee Japanse polsstokhoogspringers een gedeelde tweede plek. Ze besloten het niet opnieuw tegen elkaar op te nemen, de zilveren en bronzen medailles in tweeën te snijden, en de verschillende helften weer aan elkaar vast te maken, zodat beide sporters een half-zilveren-half-bronzen plak kregen. Dit toont dat ze heel veel respect hadden voor hun tegenstander en dit is een eerlijke manier om te beslissen wie wint.

3. De grondlegger van de Spelen zei altijd 'winnen is belangrijker dan deelnemen'.

Fout, hij zei 'deelnemen is belangrijker dan winnen'. Hiermee bedoelde hij dat het niet uitmaakt of je wint of verliest maar dat het wel uitmaakt hoe je het spel speelt. Het is belangrijk dat je eerlijk speelt en respect hebt voor je tegenstander en de scheidsrechter.

4. Atleten op de Spelen kunnen ook een 'fair play'-medaille winnen.

Juist, deze wordt ook de Pierre de Coubertin-medaille genoemd, naar de grondlegger van de Spelen, en wordt uitgereikt door het Internationaal Olympisch Comité (IOC) aan sporters die heel veel sportiviteit toonden tijdens de Spelen.

5. Elk land mag deelnemen aan de Spelen.

Fout, meestal mogen alle landen meedoen aan de Spelen maar soms, als een land zich niet aan de regels houdt, kan het Internationaal Olympisch Comité (IOC) dat land uitsluiten. Dit gebeurde bijvoorbeeld met Rusland omdat dit land had vals gespeeld en veel atleten doping hadden genomen. Dit wil zeggen dat ze een soort medicijn hadden genomen waardoor ze beter of sterker werden en andere atleten geen eerlijke kans kregen om te winnen.

De Belgische loopsters op de 4x100 meter estafette, die oorspronkelijk zilver wonnen achter de Russische atleten, kregen hierdoor na 8 jaar alsnog een gouden medaille toegekend.

 [Filmpje uitreiking gouden medaille.](#)

Opdracht: enkel de kapitein mag praten

Locatie: Klas of speelplaats

Materiaal: Bijlage met verhalen

Uitleg: De leerlingen gaan een opdracht vervullen volgens de rugbyregels. De klas mag 1 kapitein kiezen die als enige tegen de scheidsrechter (juf of meester) mag praten. De leerlingen gaan allemaal naast elkaar op een rij staan. De eerste persoon van de rij krijgt een verhaal te horen over de Klassieke Olympische Spelen. Deze persoon fluistert het verhaal in het oor van de volgende persoon. Zo gaan ze door tot ze op het einde van de rij zijn. Enkel de laatste persoon mag het verhaal luidop zeggen. Het is de bedoeling dat ze het verhaal door teamwork op een juiste manier tot bij de juf kunnen brengen om daar een 'try' te scoren. De juf of meester zal beslissen of ze de 'try' verdienen of niet.

Differentiatie:

- 3 verhalen met verschillende moeilijkheidsgraad.
- Je kan er ook voor kiezen om hetzelfde spel te spelen maar met één of meerdere bewegingen die ze elk om beurt aan elkaar moeten tonen. De bedoeling is dan dat de beweging die in het begin van de rij werd uitgevoerd zo goed mogelijk lijkt op de beweging die de laatste leerling uitvoert.

VERHAALTJES:

1ste graad:

Heel lang geleden op de Olympische Spelen bij de Oude Grieken was er enkel de sport hardlopen. Later kwamen hier nog andere sporten zoals verspringen en worstelen bij.

2de graad:

Heel lang geleden bij de Oude Grieken werden er al Olympische Spelen georganiseerd. Deze Olympische Spelen werden georganiseerd voor de god Zeus. In het begin stond er maar één sport op het programma. Dit was hardlopen. Later kwamen hier nog andere sporten bij. Dit waren discuswerpen, speerwerpen, verspringen en worstelen.

3de graad:

Heel lang geleden bij de Oude Grieken werden er al Olympische Spelen georganiseerd. Deze Olympische Spelen werden georganiseerd voor de god Zeus. In het begin stond er maar één sport op het programma. Dit was hardlopen. Later kwamen hier nog andere sporten bij. Dit waren discuswerpen, speerwerpen, verspringen en worstelen. De eerlijke winnaar kreeg een lauwerkrans, een krans van olijftakken.

Andere materialen:



Via deze [website](#) kan je tal van tips, tricks en kant-en-klare methodieken terugvinden om verder aan de slag te gaan rond mentaal welbevinden in je klas.



Met [Happy Snacks](#) kan je bijvoorbeeld samenwerking en respect in de klas stimuleren.



Bevorder ook fair play op school met het [fairplaypakket van MOEV](#).

Mentaal welbevinden

Olympische geest van positivisme

DOELSTELLING:

Leerlingen bewustmaken van het belang van positivisme, vrede, en vriendschap, niet alleen op de Spelen maar ook in het dagelijks leven. Verduidelijken van de impact van deze waarden op het mentaal welbevinden. Het aanleren van vaardigheden in het geven van complimenten aan anderen.




Verhaal paralympisch atleet Peter Genyn

De Olympische en Paralympische Spelen zijn een groot sportfeest waar verschillende landen en atleten samenkomen. Hier zijn een positieve sfeer, vrede en vriendschap heel belangrijk. Toch gebeuren er op de Spelen soms dingen die niet passen binnen de vriendschappelijke sfeer van de Spelen. Deze kunnen ervoor zorgen dat de positieve sfeer soms eens verdwijnt.

Peter, de paralympische atleet die je net in het filmpje zag behaalde goud op de Paralympische Spelen in Tokio. Een enorme knappe prestatie maar nog knapper omdat hij, zoals hij net vertelde gesaboteerd werd. Twee uur en 45 minuten voor de start zag Peter dat iemand zijn stoel kapotgemaakt had. Hij had drie lekke banden en er was ook een buis van zijn kader gebroken. Hierdoor verliep niet alles volgens plan en kon Peter zich niet goed voorbereiden. Met de hulp van techniekers en mensen uit zijn team was de stoel net op tijd hersteld om de wedstrijd te kunnen rijden maar niet in perfecte staat zoals Peter had gehoopt. Peter heeft ondanks deze tegenslag uiteindelijk toch kunnen winnen door positief te blijven en alles te geven maar ook door het sterke team rondom hem dat ervoor kon zorgen dat zijn stoel nog net op tijd hersteld was.

Naast deze tegenslag heeft Peter ook al verschillende andere tegenslagen meegemaakt tijdens zijn leven. Zo brak hij op 16 jaar zijn nek door een duik in ondiep water waardoor hij in een rolstoel belandde. Hoewel dit voor Peter niet makkelijk was, bleef hij niet bij de pakken zitten en probeerde hij opnieuw te zoeken naar dingen waar hij plezier uit kon halen zoals rolstoelrugby. Toen Peter opnieuw viel en zijn bovenbeen en heup brak, kreeg hij te horen dat hij geen rugby meer mocht spelen. Dit was moeilijk voor Peter maar hij bleef positief en ging op zoek naar een andere sport die hij wel nog kon beoefenen. Peter startte met rolstoelatletiek en werd er zodanig goed in dat hij ondertussen al verschillende keren deelnam aan de Paralympische Spelen en hier zelfs al meerdere medailles behaalde. Natuurlijk stond Peter er niet alleen voor maar kreeg hij ook veel steun van vrienden en familie. Deze mensen hielpen hem telkens weer het positieve te zien, zelfs in tijden van tegenslag. Het verhaal van Peter toont dat een positieve mindset en goede ondersteuning van vrienden en familie tot hele grote prestaties kan leiden maar ook dat de Spelen een feest van vrede en vriendschap moeten zijn waar vijandigheid niet thuishoort.

ONDERSTEUNING VERHAAL:

-  [Verhaal en prestaties Peter](#)
-   [Artikel en journaalfragment van overwinning en sabotage in Tokio.](#)
-  [Peter aan het werk.](#)

VRAGEN:**Hoe denk je dat Peter zich voelde toen zijn rolstoel werd gesaboteerd op de Paralympische Spelen?**

Wat bewonder je het meest aan zijn reactie op deze tegenslag? Hoe zou jij je voelen en hoe zou jij hierop reageren?

Waarom denk je dat het saboteren van de stoel van iemand anders niet thuishoort op de Spelen?

Wie zou zoiets willen doen en is iemand een echte winnaar als ze winnen door sabotage?

Waarom is het belangrijk om positief te blijven en hulp te vragen aan anderen als dingen niet gaan zoals verwacht, zoals Peter deed op de Paralympische Spelen?

Heb jijzelf al eens iets meegemaakt waarbij het moeilijk was om positief te blijven?

Wat bedoelt Peter met het belang van ‘niet naar problemen kijken maar ook naar oplossingen zoeken’?

Dit wordt ook wel mentale veerkracht genoemd. Wie kan uitleggen wat mentale veerkracht is? Betekent dit dat je nooit verdrietig, boos, bang... mag zijn?

UITLEG TERMEN:

Positivisme: Dit wil zeggen dat je probeert om te zien wat wel werkt, wat leuk is of wat je blij maakt, in plaats van te veel te focussen op wat moeilijker gaat. Het betekent niet dat je nooit verdrietig, boos of bang mag zijn maar wel dat het belangrijk is om, zelfs in moeilijke tijden, actief naar het positieve te blijven zoeken. Positivisme kan gezien worden als een specifiek aspect van mentale veerkracht.

Mentale veerkracht: Dit is een soort van kracht die je helpt wanneer dingen een beetje lastig worden. Dit helpt je om sterker te worden en positief te blijven wanneer er moeilijke dingen gebeuren. Veerkracht zorgt ervoor dat je goed kunt omgaan met situaties die niet zo fijn zijn door je eigen krachten te gebruiken maar ook door hulp te vragen van mensen om je heen zoals vrienden, familie of leraren. Mentale veerkracht omvat verschillende vaardigheden zoals positivisme, doorzettingsvermogen, stressmanagement, zelfreflectie...

Juist of fout?

Idee: Een leuke extra bij deze stellingen kan zijn om er een actieve werkvorm aan te koppelen. Zo moeten de kinderen bijvoorbeeld heel hard juichen en opspringen als het juist is en op hun hurkje gaan zitten als het fout is. Je kan ook zelf een actieve werkvorm verzinnen.

1. Witte duiven zijn het symbool van vrede op de Spelen.

Juist, vroeger werden bij het begin van de Spelen, tijdens de openingsceremonie, witte duiven losgelaten als symbool van de vrede. Witte duiven werden in het Oude Griekenland gezien als boodschappers van vrede. De witte duiven brengen een positieve boodschap en vertellen dat vriendschap en respect tussen de verschillende landen op de Olympische en Paralympische Spelen heel belangrijk zijn.

2. Vandaag worden witte ballonnen in plaats van witte duiven losgelaten.

Juist, het loslaten van witte duiven als symbool voor de vrede werd afgeschaft na de Spelen in Seoul in 1988 omdat een aantal van de duiven op de schaal van het olympisch vuur gingen zitten waardoor ze zich verbrandden. Sindsdien werd er gekozen om ballonnen in plaats van duiven op te laten gaan.

3. De openingsceremonie of de beginviering van de Spelen verloopt in volledige stilte als symbool van vrede.

Fout, de openingsceremonie van de Spelen bestaat vaak uit een spectaculaire show met muziek, dans en licht. Dit benadrukt de positieve en feestelijke sfeer van de Spelen. De atleten van de verschillende landen betreden in een kleurrijke en feestelijke parade het stadion en tonen trots hun vlaggen.

4. De openingsceremonie van de Spelen in Parijs in 2024 vond plaats op de rivier de Seine.

Juist, het was de eerste keer dat de openingsceremonie niet in een stadion plaatsvond maar op een rivier.

5. Zelfs toen het oorlog was gingen de Spelen door en stopten de soldaten met vechten.

Fout, vroeger, in het oude Griekenland, waren er soms gevechten maar als de Spelen begonnen, maakten de soldaten een speciale afspraak genaamd 'wapenstilstand'. Dat betekende dat iedereen tijdelijk stopte met ruziemaken tijdens de Spelen. In onze tijd konden de Spelen helaas niet altijd doorgaan, zoals in 1916, 1940 en 1945. Dat kwam omdat er toen veel problemen waren in de wereld omdat het oorlog was. Mensen waren druk bezig met het oplossen van die problemen, waardoor het niet lukte om de Spelen te organiseren.

Opdracht: Blij ballonfestijn

Locatie: Klas of speelplaats

Materiaal: Ballonnen, stiften, papier, hoepels, bijlage met happertje

Uitleg: De leerlingen gaan positieve boodschappen en complimenten in de klas of op de speelplaats verspreiden. Laat de leerlingen een positieve boodschap, compliment of smiley schrijven of tekenen op een ballon (Je kan hiervoor bijvoorbeeld de VIP-ballonnen gebruiken). Verspreid de ballonnen in de klas of op de speelplaats. De leerlingen houden de ballon zo lang mogelijk in de lucht. Dit kan individueel als een wedstrijd of door samen te werken waarbij ze samen de ballonnen in de lucht moeten houden. Voor extra uitdaging kan je ballonnen toevoegen aan het spel of kunnen specifieke opdrachten worden gegeven zoals:

- Zittend op een stoel
- Meerdere ballonnen
- Met 1 hand of 1 been
- Toertje rond je as draaien
- Enkel benen gebruiken
- Per 2 achter elkaar: eerste persoon mag niet kijken en 2de persoon moet op ballon slaan door handen van persoon voor zich vast te houden





Differentiatie minder tijd:

- 1. Complimentenregen:** De leerlingen kunnen gedurende de hele week complimenten in de ballon steken. Op het einde van de week wordt de ballon kapot geprikt. Iedere leerling mag een compliment meenemen naar huis.
- 2. Vliegend positivisme:** In plaats van positieve boodschappen op ballonnen te schrijven, gaan de leerlingen positieve boodschappen op vliegtuigjes schrijven. Ze proberen vervolgens deze vliegtuigjes door olympische ringen te gooien. De ringen zijn gemaakt van hoepels in de olympische kleuren, vastgehouden door klasgenoten iets verderop.
- 3. Complimentenbloemen:** Leerlingen gaan aan de slag met het sjabloon (zie bijlage) om prachtige complimenten-happertjes te vouwen. Je kan ook een vierkant stuk papier gebruiken. Volg de instructies in deze video voor meer informatie over hoe een happertje gebruikt en gevouwd wordt. De happertjes hebben de vorm van een klaproos, de enige bloem die standhield tijdens oorlogen en een lichtpuntje was in donkere tijden.

Net zoals de klapproos tijdens de oorlog, verspreiden leerlingen een positieve sfeer met hun complimenten-happertjes. Met hun happertje kunnen de leerlingen rondgaan bij klasgenoten om complimenten uit te delen. Om hun kunstwerkjes nog specialer te maken, kunnen ze de happertjes inkleuren met de kleuren van de Spelen. Voeg tot slot een stok toe in het midden zodat het lijkt om een echte olympische roos.

 [Video plooiwijze 'happertje' stap voor stap.](#)

Andere materialen:

-  [Via deze website](#) kan je tal van tips, tricks en kant-en-klare methodieken terugvinden om verder aan de slag te gaan rond mentaal welbevinden in je klas.
-  Met behulp van deze [tips van Warme William](#) kunnen leerlingen leren hoe ze een luisterend oor kunnen bieden aan hun vrienden en vriendinnen wanneer deze het moeilijk hebben.
-  Werk samen met Gio Kemper aan het welbevinden van je leerlingen met deze [rustgevende bewegingstussendoortjes van Luuk & Warme William](#).
-  Leer hoe je op een toegankelijke manier het thema welbevinden in de klas kan brengen gekoppeld aan bewegingstussendoortjes in de [inspiratiesessie: Breng rust en beweging in je klas](#).

Technologie en innovatie

Technologische topprestaties

DOELSTELLING:

Leerlingen verkennen de invloed van technologie en aangepaste uitrusting op sportprestaties, binnen de context van de Spelen. Ze ontwikkelen vaardigheden zoals tijd- en afstandsinschatting en ervaren persoonlijk hoe uitrusting en ondergrond hun prestaties beïnvloeden.

Verhaal olympisch atleet Alexander Doom

Alexander Doom, een getalenteerde Vlaamse atleet, heeft onlangs zijn eigen snelheidsrecord op de 400 meter verbroken, wat echt indrukwekkend is! Hierdoor heeft hij zich gekwalificeerd voor de Olympische Spelen van deze zomer als lid van de Vlaamse estafetteploeg, de Tornados. Naast zijn recente prestatie heeft Alexander ook twee keer de titel van wereldkampioen behaald op het WK indoor atletiek. Hij veroverde individueel goud op de 400 meter en leidde met een krachtige eindsprint de Tornados naar de overwinning op de 4x400 meter.

De prestaties die Alexander neerzet zijn fenomenaal, maar hoe doet Alexander dit om zo goed te presteren en telkens nog sneller te worden? In de afgelopen honderd jaar is de manier waarop atleten trainen en presteren flink veranderd. Moderne snufjes spelen daarbij een belangrijke rol. Voor Alexander betekent dit dat hij slimme meetinstrumenten gebruikt, zoals de 'My Jump'-app. Hiermee kan hij zijn sprongen analyseren, zijn hoogte meten en zien hoe snel hij gaat. Dat helpt hem om steeds beter te worden in zijn sport.

Ook tijd is superbelangrijk voor atleten, vooral voor iemand zoals Alexander, die heel snel rent. Daarom heeft hij een speciale klok die heel precies meet hoe lang hij erover doet om te sprinten. Hiermee kan hij zijn snelheid verbeteren en steeds sneller rennen. Het is een soort magisch hulpmiddel dat elke stap van zijn sprint volgt.

Naast slimme meetinstrumenten zijn ook de schoenen die Alexander draagt heel belangrijk om goed te presteren. De speciale schoenen die Alexander en andere atleten dragen om te sprinten noemen 'spikes'. Het materiaal dat gemaakt wordt in de schoenen zorgt voor een 'veereffect'. Het is alsof er kleine veertjes onder je voeten zitten die je helpen vooruit te gaan

als je rent. Onderaan de spikes zitten ook kleine pinnen die ervoor zorgen dat Alexander extra goed aan de baan vastzit en niet wegglijdt als het glad is.

De meettoestellen en schoenen die Alexander gebruikt, helpen hem om geweldige prestaties neer te zetten en zich goed voor te bereiden op de Spelen.

ONDERSTEUNING VERHAAL:

 Zo knalde Alexander Doom 2 keer naar goud op het WK atletiek indoor.

VRAGEN:

Waarom zijn 'spikes' beter om te sprinten dan andere schoenen?

Hoe verschillen 'spikes' van andere schoenen? Zijn er nog sporten waarin atleten speciale schoenen dragen?

Waarom is het belangrijk dat Alexander weet hoe snel hij loopt en hoe hoog hij springt?

Hoe helpen deze meetinstrumenten Alexander om beter te worden? Zouden andere sporters dezelfde meetapparaten kunnen gebruiken?

Hebben jullie zelf wel eens speciaal sportmateriaal of apps gebruikt tijdens het sporten?

Hebben jullie al eens een smartphone of tablet gebruikt tijdens het sporten? Hebben jullie al eens een dansje of beweegoefening geleerd met een filmpje?

UITLEG CONCEPTEN:

App My Jump Lab: Explosiviteit is heel belangrijk voor sprinters. Dit wil zeggen dat ze heel snel en krachtig moeten kunnen bewegen. Om dit te trainen moeten ze veel springen op verschillende manieren en dit meten ze met deze app. Ze hebben allemaal hun eigen persoonlijke profiel en kunnen zelf kiezen welke oefeningen ze willen uitvoeren. Dit wordt gefilmd en de app berekent dan de hoogte, snelheid...

Freelap timingsysteem: Dit is een volledig geautomatiseerd professioneel timingsysteem ontworpen voor een breed scala aan trainingsscenario's voor verschillende atletieksporten (sprint, lange afstand, wandelen, estafette, hindernis, polsstokspringen, verspringen, hinkstapspringen...). Dit systeem zorgt voor een zeer nauwkeurige meting.

Super spikes: De spikes zijn de laatste jaren enorm geëvolueerd. Deze zijn veranderd van 'zo licht mogelijk' naar iets zwaarder aan de hand van een innovatieve technologie waarbij een carbonvezelplaat wordt gecombineerd met een dikke schuimlaag. Dit zorgt voor een 'veereffect' dat tot 4 procent voordeel oplevert ten opzichte van andere schoenen. Het stukje spitstechnologie zorgt ervoor dat je naar voren geduwd wordt alsof er kleine veertjes onder je voeten zitten waardoor je energie kan sparen.

Sport en technologie: Technologie en sport gaan steeds vaker hand in hand. Een goed voorbeeld hiervan is 'exergaming'. Exergaming combineert lichaamsbeweging en gaming door fysieke activiteit te integreren in videogames en interactieve digitale toepassingen. Een voorbeeld hiervan is een interactief dansspel waarbij spelers hun lichaamsbewegingen gebruiken om danspassen op het scherm te controleren en punten te scoren.

Juist of fout?

Idee: Een leuke extra bij deze stellingen kan zijn om er een actieve werkvorm aan te koppelen. Zo moeten de kinderen bijvoorbeeld een robot nadoen (hoekige beweging met armen) als het juist is en in slow motion bewegen als het fout is. Je kan ook zelf een actieve werkvorm verzinnen.

1. De slogan van de Spelen is 'sneller, hoger, sterker'.

Juist, tot op vandaag zijn er atleten die records breken. De slogan 'sneller, hoger, sterker' betekent dat atleten proberen om sneller, hoger en sterker te worden. Het spoort hen aan om altijd te streven naar betere prestaties en hun persoonlijke grenzen te verleggen. Technologie en aangepaste uitrusting kan hen hierbij helpen.

2. Op de Olympische Spelen gebruiken atleten hulpmiddelen, maar op de Paralympische Spelen niet.

Fout, op de Olympische Spelen gebruiken atleten verschillende hulpmiddelen en speciaal sportmateriaal. Dit geldt ook voor de Paralympische Spelen, waar atleten soms gebruikmaken van speciale apparaten, protheses en slimme meetinstrumenten om optimaal te presteren.

TIP: De Paralympische Spelen worden uitgebreider besproken in de fiche over de Paralympische Spelen onder het thema diversiteit.

3. Op de Spelen, bij het turnen, helpen robots de jury om te beslissen wie de beste prestatie heeft geleverd.

Juist, bij turnwedstrijden helpen speciale robots de jury om de oefeningen van gymnasten eerlijk te beoordelen. Deze slimme robots helpen de juryleden om te beslissen hoe goed de gymnasten hun oefeningen uitvoeren. Dit maakt de sport begrijpelijker en spannender, vooral tijdens grote wedstrijden zoals de Spelen, waar atleten hun allerbeste prestaties laten zien. Ook in andere sporten worden robots gebruikt om de scheidsrechter te helpen de juiste beslissing te nemen. Denk maar aan de VAR bij voetbal of de Hawk-Eye bij tennis om te bepalen of de bal buiten is of er een fout werd gemaakt.

4. Er werd ooit een haaienvinnenpak uitgevonden, dat leek op de huid van een haai, om zwemmers sneller te laten zwemmen.

Juist, vroeger hebben slimme mensen geprobeerd om zwemmers sneller te laten zwemmen. Ze maakten een speciaal pak dat leek op de huid van een haai. Het idee was dat dit pak de zwemmers zou helpen om sneller door het water te gaan, net als een haai die soepel door de zee beweegt! Maar later besloten ze dat het niet eerlijk was voor alle zwemmers, dus mochten ze het niet meer gebruiken.

5. Schaatsers op de Winterspelen dragen speciale schaatsen met een losse hiel, die klapschaatsen worden genoemd.

Juist, schaatsers op de Winterspelen gebruiken klapschaatsen, waarbij alleen de voorkant vastzit aan het ijzer van de schaats en de hiel kan loskomen. Dit zorgt ervoor dat schaatsers soepeler kunnen bewegen en gemakkelijker kunnen schaatsen, waardoor ze sneller gaan op het ijs. Het is een handig systeem dat hen helpt bij hun schaatsprestaties!

Opdracht: Meet en beweeg

Locatie: Klas of speelplaats

Materiaal: GSM, te grote laarzen (tip: laat de kinderen zelf laarzen van hun mama/papa meebrengen), te grote trui/jas, rolmeter

Uitleg: Aan de hand van verschillende opdrachten gaan leerlingen zelf ervaren hoe technologie kan helpen om nauwkeuriger te meten of beter te presteren.

1. Tijd inschatten: Om te weten of je beter bent geworden en sneller loopt dan de vorige training is het belangrijk om een correcte inschatting te kunnen maken van de tijd.

- Iedereen staat op een centraal punt en er zijn enkele punten wat verderop (ongeveer dezelfde afstand) gemarkeerd met kegels.
- Bij het startsignaal lopen de leerlingen weg naar 1 van de kegels en het is de bedoeling dat ze na 1 minuut terug bij het startpunt staan.
- Bij de eerste poging heeft de leraar na 30 seconden 1 fluitsignaal en na 1 minuut een dubbel fluitsignaal.
- De persoon die het dichtst bij de startkegel staat of de leraar tikt wint.
- Bij een tweede poging wordt geen signaal meer gegeven na 30 seconden.

2. Afstand inschatten: Om te weten of je sneller hebt gelopen over een bepaalde afstand is het belangrijk dat de afstand correct wordt gemeten en telkens dezelfde is.

- Leerlingen schatten in hoever ze lopen (500 meter, 1 kilometer) tijdens een wandeling.
- Tijdens de terugweg meten ze de afstand via een app (vb. Strava) of sporthorloge om hun geschatte afstand te vergelijken.

3. Ervaren van aangepaste uitrusting: Niet alleen afstand en tijd maar ook de uitrusting van een atleet kunnen een invloed uitoefenen op hun prestaties.

Neem je leerlingen mee naar de speelplaats of het grasveld en laat ze op verschillende manieren naar de overkant en terug lopen. Voeg een wedstrijdelement toe door de leerlingen in teams te verdelen en ze tegen elkaar te laten strijden.

- Met gewone schoenen
- Op blote voeten
- Met te grote laarzen
- Extra: Kinderen die voetbalschoenen hebben brengen deze mee en proberen dit met hun voetbalschoenen.

Differentiatie:

1. Tijd inschatten: Race tegen de klok

- Leerlingen voeren verschillende oefeningen uit gedurende 1 minuut.
- Wie het slechtst inschat, valt af.
- Oefeningen kunnen variëren (pomphouding, squats, op één been staan).

2. Afstand inschatten: Vliegende afstanden

Leerlingen werpen voorwerpen naar een target.

Ze meten de afstand op verschillende manieren:

- Met het blote oog
- Aantal voetstappen
- Rolmeter
- App (Measure Tools)

3. Ervaren van aangepaste uitrusting: outfit- en ondergrondrace

Kinderen lopen naar de overkant:

- Met gewone kledij en daarna met een te grote jas/trui.
- Op gras en daarna op asfalt/beton.
- Voor oudere leerlingen: Zwemmen naar de overkant met en zonder T-shirt.

Andere materialen:

-  Ontdek meer over hoe technologie ook op school kan worden ingezet via de [inspiratiesessie 'digitale innovatie in de sportles](#) en [inspiratiesessie 'De leerkracht L.O. van de toekomst'](#).
-  Laat de kinderen zelf aan de slag gaan met technologie tijdens het sporten door gebruik te maken van de [SAM-app](#). De SAM-app is een interactieve en innovatieve tool in het sportlandschap, ontworpen voor jonge sporters en coaches. Deze gebruiksvriendelijke applicatie biedt 300 korte instructiefilmpjes over 11 diverse bewegingsthema's.
-  Dompel je leerlingen volledig onder in de wereld van 'exergaming' en breng een bezoek aan de [Sportscube for Active Gaming](#) in de [Sportinnovatiecampus van Sport Vlaanderen en Howest](#) of [Sparkx](#).

Technologie en innovatie

Nieuwe sporten op de Spelen

DOELSTELLING:

Leerlingen ontdekken nieuwe olympische en paralympische sporten en leren de diversiteit van sporten waarderen. De les moedigt hen aan na te denken over sportvoorkeuren en hoe nieuwe sporten hun interesse beïnvloeden.

Verhaal olympisch atleet Lore Bruggeman

Op haar 12de zag Lore Bruggeman in de naschoolse opvang een groepje jongeren skaten en dacht ze 'Dit wil ik ook graag proberen.' Lore startte met skaten als hobby maar het werd al snel een echte passie. Na een jaartje skaten nam Lore deel aan haar eerste wedstrijd, 2 jaar later behaalde ze de 3de plaats op de grootste skateboardwedstrijd ter wereld en nog een jaar later behaalde ze zilver op het wereldkampioenschap.

Daarnaast deed ze ook al heel veel coole dingen. Ze mocht zelfs al eens skaten in een museum. Toch duurde het lang voor Lore kon deelnemen aan de Spelen. Niet omdat ze niet goed genoeg was, want ze had weldegelijk heel veel talent maar wel omdat skaten tot 2020 geen olympische discipline was. Toen skaten in 2020 dan eindelijk een olympische discipline werd, werd Lore ook meteen geselecteerd om deel te nemen aan de Spelen, een droom die in vervulling ging. Ze hoopt dat ze ook dit jaar opnieuw naar de Spelen zal mogen gaan.

Op de Spelen zijn er wedstrijden in heel veel verschillende sporten maar deze sporten zijn doorheen de geschiedenis al sterk veranderd. De Spelen zijn ontstaan bij de Oude Grieken. Bij de Oude Grieken was er helemaal in het begin maar één sport, namelijk hardlopen. Later werden er ook nieuwe sporten toegevoegd zoals boksen, worstelen, speerwerpen, verspringen... Toen de Romeinen Griekenland hadden veroverd, werden de Spelen verboden door een Romeinse keizer. 1500 jaar later werden de Spelen opnieuw georganiseerd. Deze moderne Spelen hadden eerst negen sporten, maar ondertussen zijn er al heel wat sporten bijgekomen en zo zijn er dit jaar zelfs al 32. Eén van de nieuwe sporten op de vorige Spelen was skateboarden.

ONDERSTEUNING VERHAAL:

- ▶ [Maak kennis met Lore Bruggeman.](#)
- ▶ [Lore stelt zich voor.](#)
- ▶ [Lore skate in een museum.](#)

VRAGEN:

Vinden jullie het goed dat skateboarden een olympische sport is geworden?

Wat vinden jullie van deze sport? Zouden jullie deze sport zelf eens willen proberen?

Welke sport zouden jullie zelf willen toevoegen?

Waarom zouden jullie deze sport graag toevoegen aan de Spelen? Hoe bepaalt men of een sport olympisch is?

Welke nieuwe sporten hebben jullie zelf al leren kennen die jullie leuk vonden?

Heb je al eens een nieuwe sport leren kennen tijdens de Spelen, een sportkamp, de les L.O. ...? Kunnen nieuwe sporten op de Spelen ervoor zorgen dat kinderen en jongeren andere sporten leren kennen en uitproberen?

UITLEG CONCEPTEN:

Olympische sport: Een sport kan olympisch worden op twee manieren: het organiserende land kan een sport kiezen die voor één keer meedoet. Daarnaast kan een sport olympisch worden door de keuze van het Internationaal Olympisch Comité (IOC). Het IOC beoordeelt de populariteit, media-aandacht, wereldwijde vertegenwoordiging, gendergelijkheid en kosten. Meedoen aan de Olympische Spelen brengt voordelen zoals aandacht en erkenning met zich mee, wat positieve gevolgen heeft voor de sport en atleten.

Juist of fout?

Idee: Een leuke extra bij deze stellingen kan zijn om er een actieve werkvorm aan te koppelen. Zo moeten de kinderen bijvoorbeeld een leuke move doen als het juist is en stilstaan als het fout is. Je kan ook zelf een actieve werkvorm verzinnen.

1. Op de Spelen voegen ze alleen maar nieuwe sporten toe, maar ze laten er nooit een weg.

Fout, soms worden bepaalde sporten ook geschrapt van het programma. Zo verdwijnen deze zomer de sporten honkbal en karate van het programma.

2. Atletiek staat al sinds het begin op het programma van de Spelen.

Juist, atletiek is de oudste sport ter wereld, zelfs ouder dan 2000 jaar! Op de Spelen bij de Oude Grieken was hardlopen, een onderdeel van atletiek, de eerste sport die op het programma stond. Toen de moderne Spelen begonnen, was atletiek ook 1 van de eerste 9 sporten, en deze sport altijd gebleven. Atletiek bestaat uit verschillende disciplines die kunnen worden onderverdeeld in 2 groepen: de looponderdelen (zoals sprinten, langere afstanden en estafette) en de spring- en werponderdelen (zoals verspringen, hoogspringen, kogelstoten, discuswerpen en polsstokspringen). Het is een geweldige mix van sporten!

3. Op de Spelen in Parijs in 2024 stond breakdance voor het eerst op het programma.

Juist, breakdancen, ook wel bekend als breaking, was voor het eerst een officiële sport op de Spelen in Parijs. Dit is heel cool omdat deze sport op straat begon en nu deel uitmaakt van het grote olympische feest. Het laat zien dat de Spelen ontstaan voor allerlei soorten talent en plezier.

 **Extra:** [Filmpje breaking.](#)

4. Verspringen met paarden was ooit een olympische discipline.

Juist, deze sport stond slechts 1 keer op het programma van de Spelen, namelijk in Parijs in 1900. De winnende sprong was 6,10 meter.

5. Vroeger stonden er ook kunstwedstrijden op het programma van de Spelen.

Juist, schilders, beeldhouwers, architecten, schrijvers en muzikanten namen het tegen elkaar op in hun vakgebied.

6. Er kunnen nieuwe sporten aan het programma toegevoegd worden maar regels en technieken van sporten kunnen niet veranderen.

Fout, tijdens de Spelen kunnen de regels van sommige sporten veranderen. Dit gebeurt om de sporten eerlijk en spannend te houden. Zo werd op de vorige Spelen 3x3-basketbal toegevoegd, dit is hetzelfde als basketbal maar de regels zijn iets anders. Wedstrijden worden met 3 in plaats van 5 per team gespeeld en duren maar 10 minuten.

 **Extra:** [Filmpje 3x3 basket.](#)

Ook technieken binnen sporten kunnen veranderen. Zo bedacht de Amerikaanse atleet Dick Fosbury op de Spelen in 1968 een nieuwe sprong, namelijk de Fosburyflop. Hij had moeite met andere sprongen, en gooide zijn schouders en benen de lucht in. Het ging zo makkelijk dat hij er goud mee won! Nu gebruiken bijna alle hoogspringers over de hele wereld de Fosburyflop.

 **Extra:** [Filmpje Fosburyflop.](#)

Opdracht: Rarara, welke olympische of paralympische sport ben ik?

Locatie: Klas of speelplaats

Materiaal: Kaartjes sporten (zie bijlage)

Uitleg: Verdeel de klas in teams. Elk team kiest elk om de beurt een tekenaar/uitbeelder. De tekenaar heeft 1 minuut de tijd om een olympische of paralympische sport uit te beelden of te tekenen zonder woorden te gebruiken. Als het team juist raadt, verdienen ze punten. Zo niet, mag het andere team proberen. De leraar zegt steeds welke sport het groepje moet uitbeelden, of hij gebruikt de kaartjes in de bijlage met de pictogrammen van verschillende olympische en paralympische sporten die speciaal werden ontworpen voor de Spelen in Parijs deze zomer. De leraar kan de pictogrammen uitknippen met of zonder naam van de sport erbij.

Differentiatie:

- Voeg extra sporten toe die moeilijker zijn.
- Gebruik de kaartjes met enkel de pictogrammen zonder de naam van de sport erbij.
- Extra punt als ze ook een atleet kennen die deze sport beoefent.

TIP: binnen dit thema technologie kunnen ze zelf op zoek gaan op het internet om te checken of de atleet die ze vernoemen klopt.

Variant: Time's up

Leerlingen zitten in groepjes van 6 tot 8 en hebben een pot met kaartjes waarop de verschillende olympische en paralympische sporten staan. Ze worden onderverdeeld in teams per 2 en zitten recht tegenover hun teamgenoot. Er zijn 3 ronden in het spel: uitlegronde – '1 woord'-ronde – uitbeeldronde. Tijdens de 1ste ronde krijgt men per team elk om de beurt 1 minuut om sporten die op de kaartjes staan uit te leggen terwijl hun teamgenoot de sporten probeert te raden. Dit gaat door tot alle kaartjes op zijn. Daarna gaan dezelfde kaartjes terug in de pot. De '1 woord'-ronde werkt volgens hetzelfde principe maar nu mag men maar 1 woord gebruiken om de sport uit te leggen. Voor deze ronde kunnen eventueel de termen gebruikt worden die per sport werden toegevoegd aan de pictogrammen. De laatste ronde is opnieuw met dezelfde sporten maar daarbij moet men de sporten uitbeelden. Op het einde worden alle punten van de verschillende ronden samengeteld. Het groepje dat de meeste sporten heeft geraden over de 3 ronden heen wint!

Alternatief: Memory

Print de kaartjes met de pictogrammen van verschillende sporten 2 keer uit en speel hier een memoryspel mee. Verdeel de kinderen in groepen die tegen elkaar strijden. Plaats elke groep op een afstand van elkaar rond een centraal punt waar alle kaartjes omgekeerd op tafel of op de grond liggen en laat één kind per keer naar de kaartjes lopen om er twee om te draaien. Als de kaartjes overeenkomen, mogen ze deze meebrengen naar hun team en krijgen ze een punt. Ga door totdat alle kaartjes zijn omgedraaid. Het team met de meeste kaartjes wint. Je kunt het spel uitdagender maken door alleen punten toe te kennen als ze, naast het vinden van twee gelijke pictogrammen, ook de bijbehorende sport kunnen benoemen.

Andere materialen:



Als je naast skateboarden kennis wil maken met andere 'urban sports' die op de Spelen en in de maatschappij steeds meer aandacht krijgen kan je gebruik maken van de [Urbankoffer van MOEV](#) met 5 vernieuwende materialen.



Ontdek nog diverse andere bekende en minder bekende sporten via de [materialen van onze uitleendienst](#).

Bijlagen

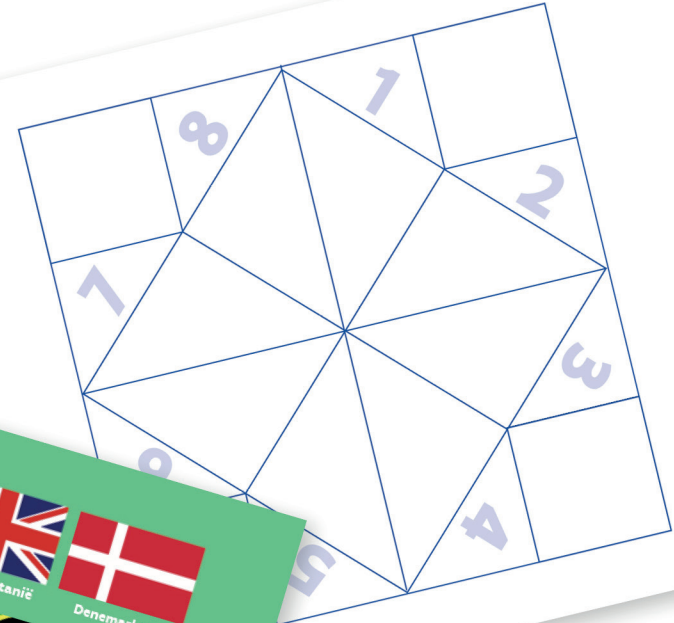


moev
dat je samen in beweging

SPORT
VLAANDEREN

VIP20
#VLAANDERENPARIS

LERARENFIGE 5/5







Frankrijk



België



Griekenland



Japan



Italië



Groot-Brittanië



Denemarken



Zuid-Afrika



Ierland



Somalië



Uruguay



Zuid-Korea



Tanzania



Vietnam



Zweden



Nederland



Gambia



Macedonië



China



Tsjechië



Turkije



Brazilië



Australië



Senegal



Congo



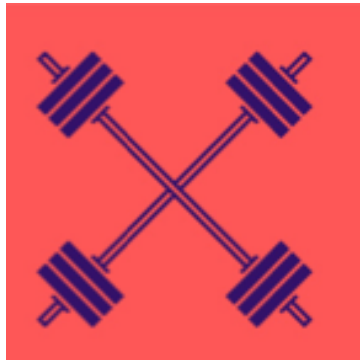
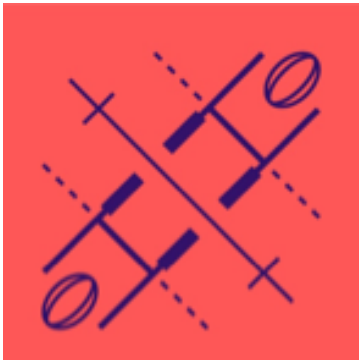
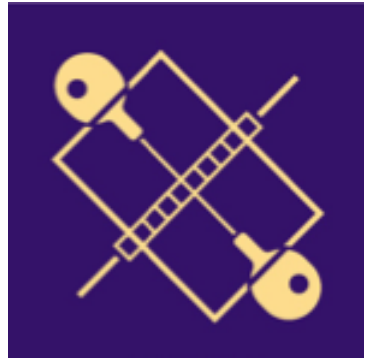
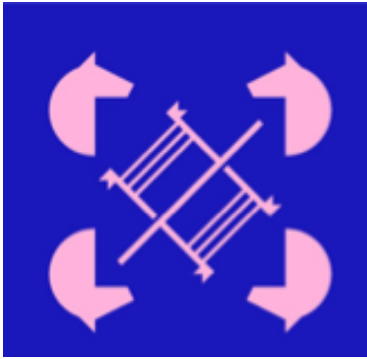
Polen



Israël



Canada







Boogschieten



Atletiek



Basketbal



Boksen



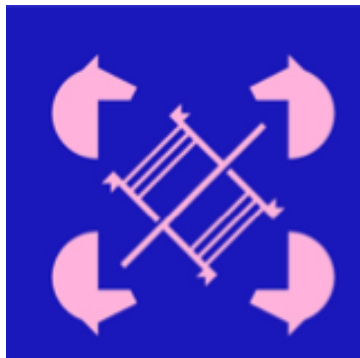
Wielrennen



Badminton



Roeien



Paardrijden



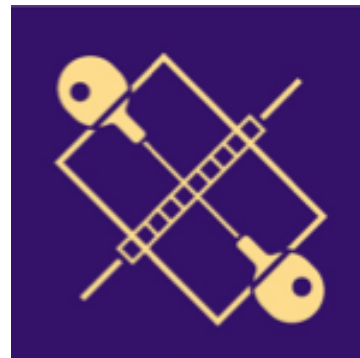
Voetbal



Golf



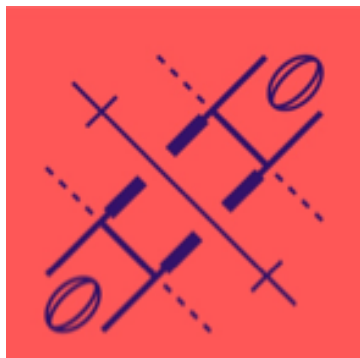
Hockey



Tafeltennis



Zeilen



Rugby



Judo



Gewichtheffen



Waterpolo



Triatlon



Tennis



Volleybal



Rolstoelbasket



Skateboarden



Goalbal



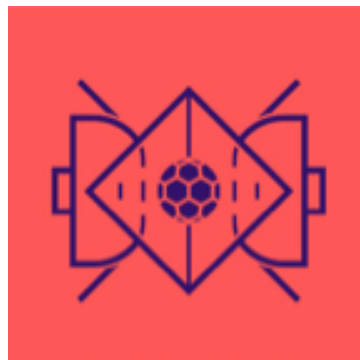
Rolstoeltennis



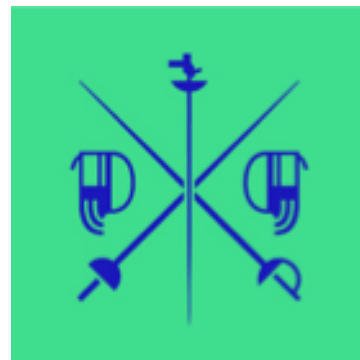
Klimmen



Breaking



Handbal



Schermen

