METHODIEKEN TIENERTALK

MEET AND WARM UP: OPWARMINGSSPEL

#sportersbelevenmeer

Netwerk Lokaal Sportbeleid

VLAAMSE SPORTFEDERATIE

KU LEUVEN

SPORT. VLAANDEREN

MEET AND WARM UP
opwarmingsspel

Deze stellingen kan je aan alle tieners van 10 tot en met 19 jaar voorleggen. Schat als trainer zelf het niveau in van de sporters. Durf gerust een moeilijkere stelling te gebruiken als uitdaging.

De deelnemers aan het spel moeten hun meningen kunnen staven met argumenten. Zorg ervoor dat ze niet enkel met ja en nee antwoorden.

Als trainer leid je de groepsdiscussies en zorg je ervoor dat er een veilig klimaat heerst. Er is geen ruimte voor uitlachen en pestgedrag. Iemand die een mening heeft, probeert zo goed mogelijk uit te leggen waarom hij of zij zo denkt. Iedereen spreekt om de beurt. Keur storend gedrag af, niet de persoon(!) en spreek uit welk gedrag je wenst binnen de groep. Maak duidelijke afspraken.

Het is mogelijk dat kinderen/jongeren na het opwarmingsspel met extra vragen zitten. Probeer zo transparant mogelijk maar op maat van het individu te antwoorden. Let op lichaamstaal en eventuele reacties. Vallen je zaken op? Spreek de kinderen/jongeren daar in alle discretie op aan.

ORGANISATIEVORMEN

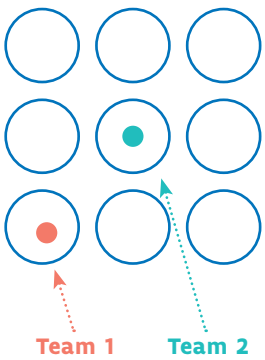
1. Speeddating

Er wordt een binnen- en buitencirkel gevormd. Je hebt steeds een persoon recht tegenover jou staan. Je krijgt x-aantal tijd om één van de stellingen te bespreken. Bij een volgende ronde wordt een nieuwe stelling voorgelegd.

Maak het dynamisch door in de tijdspanne tussen 2 stellingen de tieners een fysieke opdracht te laten uitvoeren.

2. 3-op-een-rij

Er zijn twee teams. De eerste twee lopers (één van elk team) rennen naar de hoepels toe en leggen hun kleur lintje/hesje/potje/... in één van de hoepels, daarna rennen ze zo snel mogelijk terug en tikken ze de volgende loper aan. De volgende lopers leggen ook weer een lintje in één van de hoepels, enz. Wie heeft al eerst 3 op een rij? Daarbij mag er maar in elke hoepel één lintje liggen. 3 op een rij geldt zowel verticaal, horizontaal als diagonaal. Als alle 3 de lintjes in de hoepels liggen moet je één van je lintjes verplaatsen.



Het spel kan moeilijker gemaakt worden door te dribbelen met bal, achterwaarts lopen,... De winnaar van de ronde mag een stelling voorleggen aan het verliezende team die deze bespreekt.

3. Akkoord/Niet-akkoord

De trainer leest een stelling voor, ondertussen volgt iedereen een opgesteld parcours. Na het parcours kiezen de kinderen/jongeren kant: akkoord of niet akkoord. Wie akkoord gaat, doet een op voorhand afgesproken opdracht (bv. de bal in de lucht houden met voeten). Wie niet akkoord gaat, doet een andere opdracht, die ook op voorhand werd bepaald (bv. de bal in de lucht houden met het hoofd).

Blijf de akkoord/niet akkoord opdracht uitoefenen tot iedereen het parcours heeft afgelegd. Daarna hou je 2 min. een groepsdiscussie: licht jouw mening toe met argumenten. Zijn er kinderen/jongeren die na de discussie van mening zijn veranderd?

STELLINGEN

1. Ik moet met iedereen bevriend zijn.
2. Ik blijf mijn sport beoefenen omdat ik er goed in ben.
3. In mijn sport leer ik wat respect is.
4. Mijn trainer mag grapjes maken over mijn uiterlijk.
5. Wanneer de trainer iets zegt, ga ik steeds akkoord.
6. Ouders willen dat hun kind de nieuwe Nina Derwael/ Eden Hazard/... wordt.
7. Het is niet eerlijk dat de club korting geeft op het inschrijvingsgeld aan bepaalde families.
8. Kinderen/jongeren met een verschillend geloof kunnen geen vrienden zijn.
9. Sporten kost veel geld.
10. Trainers moeten je tot het uiterste drijven.
11. Bij ons op de club gebeurt er geen grensoverschrijdend gedrag.
    - Verwijzen naar het vlaggenspel van ICES indien het moeilijk is om te omschrijven wat grensoverschrijdend gedrag omvat.
12. Alle geblesseerde sporters horen niet op het veld/ baan/..., maar in de kinéruimte.
13. Sportclubs moeten gratis zijn voor jongeren.
14. Doping moet worden toegestaan in sport.
15. Pesten moet strafbaar gesteld worden.
16. Kinderen/jongeren kunnen maar één sport beoefenen als ze dit goed willen doen.
17. Elk kind moet evenveel kansen krijgen.
18. Ik ga volgend jaar verder doen (4-5 weken voor laatste les).
19. Selecties bij kinderen/jongeren moeten worden afgeschaft.
20. Schreeuwende ouders horen bij sport.
21. Aanwezigheid op training moet verplicht worden.
22. Iedereen moet meedoen aan competitie als je je inschrijft in een teamsport.
23. Kinderen/jongeren moeten gestraft worden voor het wangedrag van de ouders.
24. Scouts maken altijd loze beloftes.
25. Fouten moeten worden afgestraft met extra fysieke training.
26. Jongens zijn sterker dan meisjes.
27. Verschillende sporten beoefenen is beter dan voor één sport kiezen.
28. Hoe jonger er wordt geselecteerd in sport hoe beter.
29. Je bent succesvol als je wint.
30. Het is oké dat de meest talentvolle sporters altijd tot de selectie behoren.
31. Alles moet in functie van de sport gebeuren.
32. Er moet diversiteit zijn in de club.
33. In onze club is er geen racisme.
34. Trainers moeten gestraft worden bij het roepen tegen de scheidsrechter.
35. Mijn geloof mag niet zichtbaar zijn in mijn sport.
36. Kinderen/jongeren met minder talent moeten minder aandacht krijgen.
37. Het is oké om uitzonderingen te maken voor Kinderen/ jongeren van gescheiden ouders.
38. Ouders moeten zwijgen tijdens een wedstrijd.
39. Geroep op spelers maakt hen beter.
40. Topsport valt niet te combineren met studies.

#SPORTERS BELEVEN MEER

V.U. Sport Vlaanderen | Philippe Paquay | p/a Arenbergstraat 5 | 1000 BRUSSEL