



# Hopsakee !

Bewegingslandschap voor kinderen  
van de 1<sup>ste</sup> kleuterklas



Vlaanderen  
is onderwijs & vorming

**moev**

zet je school in beweging



[www.moev.be](http://www.moev.be)

# Hopsakee !

## Hier vind je het

<b>Inleiding</b>	<b>4</b>
<b>Concept</b>	<b>5</b>
1. Doelgroep	5
2. Organisatie en uitleenprocedure	5
<b>Aan de slag met de Hopsakee - set</b>	<b>6</b>
1. Werkwijze	6
2. Praktische tips en afspraken	6
3. Didactische verruiming Hopsakee	7
<b>Ontwikkelingsdoelen</b>	<b>8</b>
1. Theoretisch referentiekader van Hopsakee	8
2. Inhoud speelhoeken	11
<b>Nuttige informatie</b>	<b>14-15</b>

# Inleiding

Spelen is voor elk kind de meest natuurlijke en spontane vorm van bewegen. Al spelend ontdekken en ontwikkelen kinderen hun fysieke en psychomotorische capaciteiten. De bewegingslandschappen van MOEV komen hieraan optimaal tegemoet.

Rolleballe is het MOEV-bewegingslandschap voor 4- en 5- jarigen. Het is een halve dag - project in een sporthal in de buurt van de school. Kinderen van de 2de en de 3de kleuterklas kunnen er experimenteren en imiteren met aantrekkelijk, uitnodigend spelmateriaal. Rolleballe is een leerrijk speelparadijs dat allerlei vaardigheden en bewegingen bij de kleuters uitlokt. Elk kind ervaart er echte spelvreugde.

Rolleballe is in veel kleuterscholen een groot succes. MOEV krijgt regelmatig de vraag van scholen om Rolleballe ook open te stellen voor de eerste kleuterklas. Dit project is echter niet afgestemd op 2,5- en 3- jarige kleuters rekening houdende met een aantal specifieke ontwikkelingen eigen aan deze doelgroep.

MOEV ontwikkelde daarom het bewegingslandschap "Hopsakee" voor de eerste kleuterklas. Dit project is minder groots opgevat. Het is een bewuste keuze om het bewegingslandschap op te stellen in een vertrouwde ruimte voor de kleuters (grote klas, eigen turnzaal, overdekte speelruimte,...), maar met voldoende ruimte om de speelhoeken kwalitatief goed te benutten. MOEV vindt het belangrijk dat de jongste kleuters kunnen bewegen in klasverband in de vertrouwde schoolcontext zonder de drukte van andere klassen.

**MOEV wenst alle deelnemers veel spelplezier!**

# Concept

## 1. Doelgroep

Hopsakee is bestemd voor leerlingen van de eerste kleuterklas (2,5- en 3-jarigen).

## 2. Organisatie en uitleenprocedure

- Hopsakee is een concept van de MOEV. Het project krijgt steun van de firma 'CAMMAERT-WESCO', [www.wesco-group.com](http://www.wesco-group.com).
- Hopsakee bestaat uit een materialenset én dit informatieboekje. De school ontvangt beide via een uitleenprocedure.
- De organisatie gebeurt in de accommodatie van de school onder begeleiding van de kleuterleid(st)er en/of de leerkracht bewegingsopvoeding.
- Zowel scholen als gemeenten kunnen het pakket aanvragen op het provinciaal MOEV-secretariaat.
- Afhalen en terugbezorgen van de set doen scholen of gemeenten op het MOEV-secretariaat.  
Tip: De gemeente kan de coördinatie van het vervoer van de set op zich nemen en de verschillende scholen uit de gemeente deelnemen over een bepaalde periode via een doorschuiftraject.
- Voor het vervoer van het volledige materialenpakket is een bestelwagen of gesloten aanhangwagen nodig.
- Een aanvraagformulier en de modaliteiten kan men downloaden op de website [www.moev.be](http://www.moev.be).
- Prijs: het pakket uitlenen kost 30 euro per dag en 100 euro per week.

# Aan de slag met de Hopsakee - set

## 1. Werkwijze

- Er zijn 4 speelhoeken opgesteld: fietsbehendigheid, zintuiglijke vaardigheden, psychomotoriek en evenwicht.
- De kleuters experimenteren vrij in de speelhoeken met de materialen. De leerkracht kan ook de kleuters verdelen in 4 groepjes. Elk groepje werkt aan een specifiek onderdeel eventueel begeleid door een volwassene of een speelmaatje (vb. leerling van het 5de of 6de leerjaar).
- Samen met de juf/ meester gaan de kleuters op ontdekkings-tocht om kennis te maken met de diverse materialen.
- De activiteit start met een beweegoefening op muziek. Deze muziek kan je ook gebruiken bij doorschuifmomenten. Het beweeglied 'Hopsakee' kan je downloaden op de website.
- Duur van ieder spelmoment: ± 20 minuten.
- Na het Hopsakee-bewegingsmoment kan de leerkracht hierover een kort kringgesprek houden.

## 2. Praktische tips en afspraken

- De kinderen dragen sportieve kledij.
- Een goede begeleiding waarborgt de veiligheid optimaal.
- Hoe actiever de begeleiding is, hoe meer prikkels de kleuters krijgen.
- Vóór het doorschuiven ruimt de aanwezige groep de speelhoek netjes op.

### 3. Didactische verruiming Hopsakee

De juf/meester leert het 'Hopsakee' liedje met bewegingen aan de kleuters aan.

Het liedje kan je downloaden op de MOEV-website: [www.moev.be](http://www.moev.be).

#### Tekst liedje

Rij maar op je fietsje  
recht vooruit  
Door de scherpe bochten  
val niet op je snuit  
Kijk en luister,  
voelen maar  
Is je toren  
nu al klaar?

Refrein (2 x): HEY HEY doe maar mee  
Doe maar mee met HOPSAKEE

Klim nu maar  
Omhoog, omlaag  
Hou je vast en  
doe het traag  
Zie je daar  
die grote trom  
Sla er op  
van ROM-BOM-BOM

Refrein (2 x): HEY HEY doe maar mee  
Doe maar mee met HOPSAKEE

Op de balk  
of op een lijn  
Ja, je moet  
in evenwicht zijn  
Stap nu door  
voet voor voet  
Armen opzij  
zo gaat het goed!

Refrein (3 x): HEY HEY doe maar mee  
Doe maar mee met HOPSAKEE

# Ontwikkelingsdoelen

## 1. Theoretisch referentiekader van Hopsakee

De meeste kinderen bewegen graag. Ze klimmen en klauteren, lopen en hinkelen, trekken en duwen, zwaaien en werpen met voorwerpen. Onbewust proberen ze voortdurend nieuwe bewegingsvormen uit. Deze natuurlijke bewegingsdrang wil MOEV verder stimuleren.

MOEV wil kinderen steeds bewegingsvaardiger maken zodat ze vertrouwd raken met verschillende bewegingsvormen.

In eerste instantie kan dat door hen in bewegingssituaties te brengen waarin ze kunnen exploreren, experimenteren en oefenen.

Kleuters **exploreren** wanneer ze in een nieuwe bewegingssituatie komen. Denk maar aan driejarigen die voor het eerst naar de gymzaal gaan. Voorzichtig tasten de kinderen de nieuwe situatie met de ogen af om vervolgens behoedzaam voorwerpen of toestellen aan te raken. Vervolgens gaan ze na wat ze met de voorwerpen of de situatie kunnen doen. Dan beginnen kinderen te **experimenteren**. Ze gaan uitgebreid en op een speelse manier de nieuwe materialen, toestellen, uitproberen. Kinderen gaan over tot **oefenen** wanneer ze op een bepaald moment een vaardigheid echt onder de knie willen krijgen, zoals hinkelen of fietsen.

In tweede instantie stimuleert MOEV bewegingsvaardigheid door kinderen in **spelsituaties** te brengen waarbij ze bewegingsvormen op verschillende manieren gebruiken. De bewegingsvormen worden dan geïntegreerd in het spel.

Beide vormen van bewegingssituaties bieden kinderen motorische ontwikkelingskansen op verschillende vlakken: zich bewegen in de ruimte en in de tijd, een voorkeur ontwikkelen voor een lichaamszijde en de eigen lichaamsopbouw ontdekken, rust ervaren na een inspanning, beheersen van groot-motorische en klein-motorische vaardigheden, zelf oplossingen vinden voor een bewegingsprobleem, veilig bewegen, enz. Deze ontwikkelingsdoelen komen samen in het domein 'motorische competenties'.

*Uit 'Onderwijs en vorming: kleuter onderwijs uitgangspunten, curriculum'*



# 1.1 Motorische competenties

## **Zelfredzaamheid in kindgerichte bewegingssituaties: lichaams- en bewegingsbeheersing:**

- De kleuters kunnen diverse ruimtelijke hindernissen nemen door te klimmen en te klauteren, te stappen, te lopen en te springen.
- De kleuters kunnen de eigen bewegingsbaan stoppen, richten en wijzigen afhankelijk van statische en dynamische objecten: andere bewegers, obstakels, bewegende voorwerpen.
- De kleuters kunnen het evenwicht behouden in verplaatsingen en bij houdingen op diverse steunvlakken.
- De kleuters kunnen met een eenvoudig bewegingsantwoord snel reageren op auditieve, visuele en tactiele signalen.

## **Zelfredzaamheid in kindgerichte bewegingssituaties: complexe lichaams- en bewegingsorganisatie:**

- De kleuters kunnen de ledematen functioneel en gecoördineerd inschakelen voor verschillende basisbewegingen.
- De kleuters voeren de voornaamste basisbewegingen uit zonder teveel overtollige meebewegingen.

## **Zelfredzaamheid in kindgerichte bewegingssituaties: complexe ruimte- en tijdsfactoren:**

- De kleuters kunnen handelend rekening houden met een te overbruggen afstand.
- De kleuters kunnen in eenvoudige bewegings- en spelsituaties de meest efficiënte bewegingsrichting kiezen.
- De kleuters passen de eigen beweging aan de snelheid aan en het tempo van bewegende objecten of aan de tijdsduur van auditieve signalen.
- De kleuters kunnen twee of meer opeenvolgende hindernissen nemen.
- De kleuters kunnen doelgericht een beweging onderbreken en laten opvolgen door een andere beweging.

### **Groot-motorische vaardigheden in gevarieerde situaties:**

- De kleuters tonen actieve bewegingspogingen om de eigen behendigheidsgrens volgens eigen aanvoelen te verleggen.

### **Klein-motorische vaardigheden in gevarieerde situaties:**

- De kleuters tonen een toenemende bedrevenheid in het functioneel aanwenden van klein-motorische vaardigheden.
- De kleuters kunnen klein-motorische vaardigheden in verschillende situaties voldoende nauwkeurig en ontspannen uitvoeren.
- De kleuters kunnen de functionele grepen gebruiken voor het hanteren van voorwerpen.

### **Opeenvolgende handelingen:**

- De kleuters kunnen een eenvoudige reeks van opeenvolgende handelingen uitvoeren binnen bewegingsactiviteiten.

### **Bewegingsantwoorden:**

- De kleuters kunnen een gepast bewegingsantwoord geven op eenvoudige speltaken, bewegingsopdrachten, afspraken en regels.

### **Handelend omgaan met betekenisinhouden:**

- De kleuters tonen in het handelend omgaan met betekenisinhouden een toenemend begrijpen, toepassen en verwoorden van:
  - lichaams-, bewegings-, ruimte- en tijdsbegrippen, facetten van fysieke kennis
  - voorstellingen (fantasie)
  - symbolen en hun interpretatie, begrippen

## 1.2 Zelfconcept en sociaal functioneren

- De kleuters tonen een intrinsieke belangstelling om nieuwe bewegingssituaties te verkennen.
- De kleuters kunnen speels bezig zijn met de eigen beweging en lichamelijkeheid.
- De kleuters tonen in het experimenteergedrag dat ze de eigen mogelijkheden en begrenzingen aanvoelen.
- De kleuters tonen een persoonlijke stijl in spontane expressie.
- De kleuters kunnen aangepast kleutermateriaal uithalen en weer opbergen op de afgesproken plaats.
- De kleuters kunnen op de juiste manier met het materiaal omgaan.

## 2. Inhoud speelhoeken:

### 2.1 Fietsbehendigheid

#### **Materiaal:**

u-scooter, rollerauto's, loopfietsen en driewielers (kegels,krijt, lint...)

#### **Inhoudelijk:**

De kleuters kiezen een fiets en experimenteren vrij in de ruimte.

Opletten, niet botsen!

De kleuters kunnen enkele hindernissen fietsend ontwijken.

De kleuters kunnen 1 toertje rond (bvb. de zandbak) fietsen.

De kleuters kunnen per 2 elkaar volgen.

De kleuters rijden in bochten.

#### **Uitbreiding:**

De kleuters kunnen een aangeduide weg volgen (bv tussen 2 lijnen fietsen, krijtlijnen, pijlen, gekleurde lijnen in turnzaal,...).



## 2.2 Zintuiglijke vaardigheden: Luisteren, voelen, kennen en herkennen

### **Materiaal:**

geluidsdoosjes, regenstokken, tactiele voeten, werpspel, tastschijven, kleine en grote ballen

### **Inhoudelijk:**

#### Horen:

De kleuters mogen experimenteren met de verschillende geluidsmaterialen.

De kleuters kunnen de geluiden herkennen.

#### Voelen:

De kleuters stappen op blote voeten over en op de verschillende oppervlakken

De kleuters voelen de structuur van de voelplaten en kunnen een gelijksoortig schijfje vinden.

#### Kennen en herkennen:

##### *Kleine ballen:*

De kleuters mogen vrij experimenteren met de balletjes: voelen/ rollen/ gooien,.....

De kleuters kunnen de balletjes sorteren op kleur/ vorm (oppervlak)/ grootte.

De kleuters kunnen de kleur benoemen.

De kleuters kunnen de balletjes in het 'juiste' vakje leggen: uitbreiding gooien.

##### *Grote ballen:*

De kleuters kunnen de bal vasthouden en .....verder stappen,.....

De kleuters kunnen de bal verder rollen.

De kleuters kunnen in een kring de bal naar elkaar rollen.

De kleuters durven op de rolbal zitten/ liggen.

De kleuters kunnen de rolbal verder duwen.



## 2.3 Psychomotoriek: Imiteren, bouwen en fantaseren

### **Materiaal:**

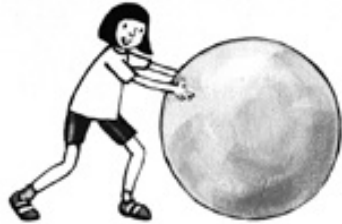
imitatiekaarten, soft blokken, tai chi lusbal en weelie

### **Inhoudelijk:**

De kleuters gaan op ontdekkingsstocht samen met de juf/ meester om kennis te maken met het materiaal.

De kleuters mogen in kleine groepjes vrij experimenteren met het materiaal.

De kleuters bootsen de prenten na.



## 2.4 Evenwicht

### **Materiaal:**

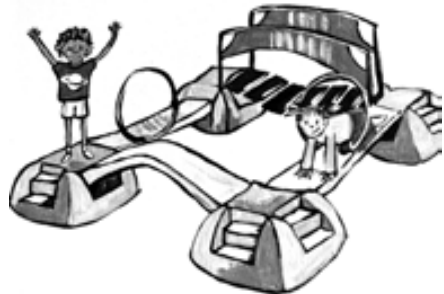
evenwichtsvoeten, evenwichtsparcours: explor'ation', sporenpad en evenwichtsschijven, halve balanceerbollen, zandslang

### **Inhoudelijk:**

De kleuters mogen vrij oefenen op de verschillende materialen.

De kleuters worden geholpen, indien nodig.

De oefening kan moeilijker gemaakt worden door bijkomend materiaal te gebruiken bv: een pittenzakje, blokje, bal,.....



# Nuttige informatie

## **'Hopsakee'**

is een schoolsportproject bestemd voor de eerste kleuterklas.

*Samenstelling MOEV werkgroep 'Bewegingslandschappen':*

**MOEV Antwerpen:** Christine Verdonck

**MOEV Limburg:** Ludo Winters

**MOEV Oost-Vlaanderen:** Lut Uvin

**MOEV Vlaams-Brabant /Brussel:** Tim Delaby

**MOEV West-Vlaanderen:** Martine Debouver, Leen Van Looy

**Tekeningen en muziek:** Griet Vanwollegem

**Druk :** augustus 2017

**VOOR VERDERE INLICHTINGEN EN INSCHRIJVINGEN  
CONTACTGEGEVENS MOEV-SECRETARIATEN:**

**MOEV coördinatie**

Ravensteingalerij 3 bus 7, 1000 Brussel, tel. 02/420 06 80,  
e-mail: [info@moev.be](mailto:info@moev.be)

**MOEV Antwerpen**

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

**MOEV Limburg**

Mooksteeg 48, 3530 Houthalen-Helchteren, tel. 011/60 33 86,  
fax 011/60 33 90, e-mail: [info@limburg.moev.be](mailto:info@limburg.moev.be)

**MOEV Oost-Vlaanderen**

Rendekensstraat 25 A, 9070 Heusden, tel. 09/243 90 50,  
fax 09/243 90 51, e-mail: [info@ovl.moev.be](mailto:info@ovl.moev.be)

**MOEV Vlaams-Brabant/Brussel**

Janseniusstraat 47, 3000 Leuven, tel. 016/29 85 20 fax 016/29 85 21,  
e-mail: [info@vbb.moev.be](mailto:info@vbb.moev.be)

**MOEV West-Vlaanderen**

Stoomtuigstraat 28, 8830 Hooglede, tel 051/26 50 34,  
e-mail: [info@wvl.moev.be](mailto:info@wvl.moev.be)

Met dank aan de firma Cammaert-Wesco

Dit is een publicatie van MOEV.

Verantwoordelijke uitgever: Jan Coolen, MOEV, Ravensteingalerij 3 bus 7, 1000 Brussel



**Vlaanderen**  
is onderwijs & vorming

**moëv**

zet je school in beweging