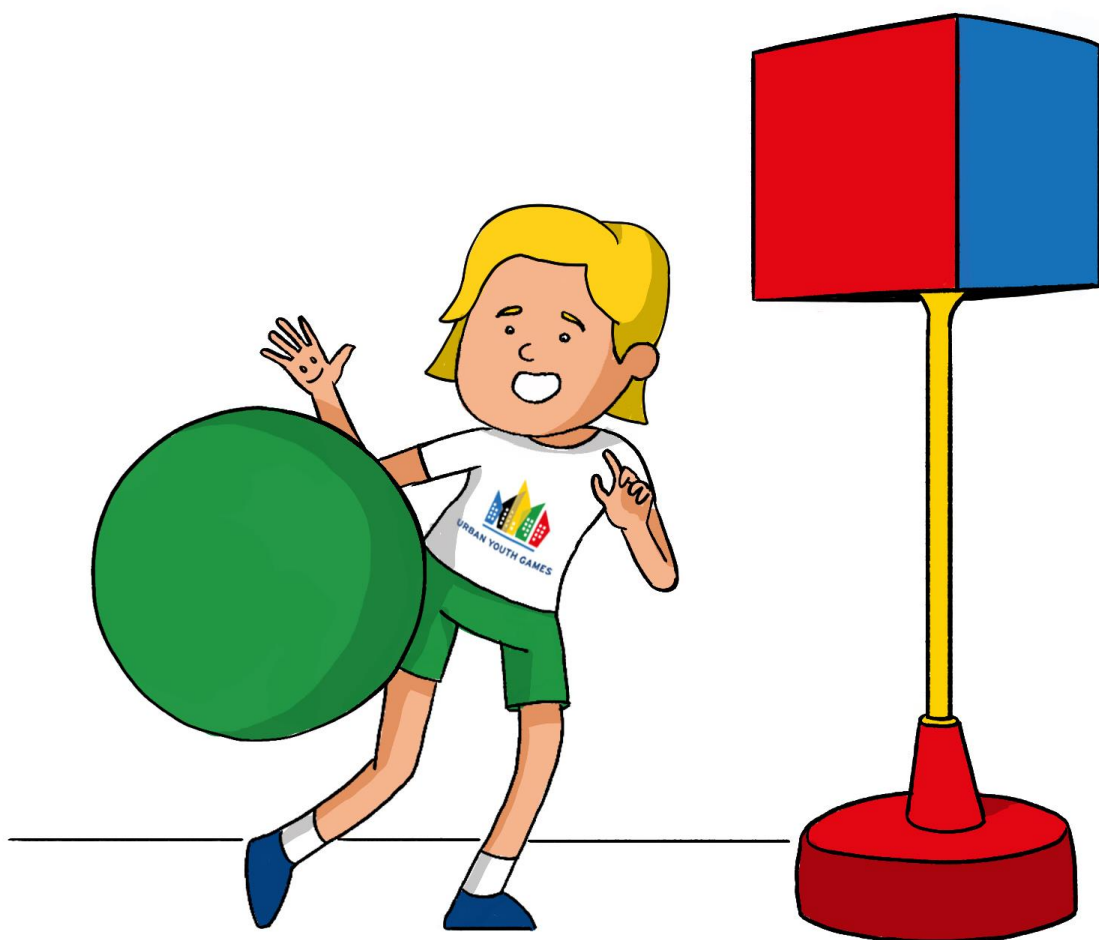




Inclusive Playbook

Poull Ball



URBAN YOUTH GAMES

“INSPIREER UITMUNTENDHEID EN SCHENK IEDER KIND HOOP, ONGEACHT HERKOMST OF WOONPLAATS”

De Urban Youth Games zijn een uniek concept dat ontstond vanuit de visie dat diversiteit onder kinderen een troef is. De activiteiten, ontwikkeld door de UYG, moedigen kinderen aan tot positieve verandering. Door ontmoetingen tussen verschillende jongeren te faciliteren en te stimuleren, bieden we hen een kans om waarden te delen en ideeën uit te wisselen. Hierdoor worden ze gestimuleerd om sociale en culturele barrières af te breken en helpen we hen inspelen op toekomstige sociale uitdagingen.

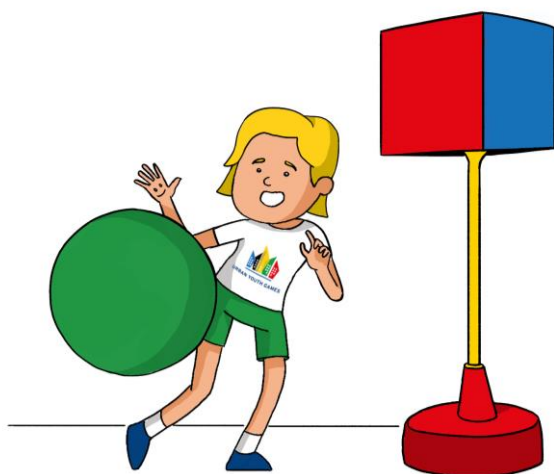
Deze inclusieve playbook werd opgesteld in nauwe samenwerking met experts uit de domeinen van inclusie, sport en onderwijs. Deze inclusieve playbook is opgesteld voor kinderen uit het vijfde en zesde leerjaar.

INHOUDSTAFEL

Introductie	<u>3</u>
Presentatie van Poull Ball	<u>4</u>
Poull Ball op school	<u>5</u>
De 3 inclusive fases	<u>6</u>
De rol van de leeraar	<u>7</u>
Activiteiten	
<i>Ice-breaker</i>	<u>8</u>
<i>Activiteiten</i>	<u>9</u>
<i>Debriefing</i>	<u>13</u>
Info en contactgegevens	<u>14</u>



INTRODUCTIE



Urban Youth Games & Poull Ball

Bij de spelregels van Poull Ball staat samenspel centraal. De waarden, eigen aan Poull Ball, zoals tolerantie, diversiteit en respect, zijn essentieel voor inclusie. Door de eenvoudige spelregels, kan iedereen actief deelnemen en zijn/haar verantwoordelijkheid opnemen. Daarnaast draagt zelf-arbitrage ook bij aan de ontwikkeling van autonomie en fair play.

François Poull
Oprichter van Poull Ball

Poull Ball is een nieuwe sport waarbij twee gemengde ploegen van vijf het tegenover mekaar opnemen. Elk team probeert om met een grote bal een veelkleurige kubus te raken en omver te werpen. Het spel verloopt contactloos en je kunt van twee kanten aanvallen.

POULL BALL-SPECIFIEKE WAARDEN



Fair Play



Ethiek



Respect



Solidariteit



Verdraagzaamheid

POULL BALL

ALGEMENE PRESENTATIE

REGELS

Twee gemengde teams (meisjes en jongens) strijden om een grote bal op een basketbalveld. Het doel is om samen de twee doelwitten aan de zijkant omver te werpen. De teams kunnen vrij kiezen welke sokkel ze aanvallen omdat ze teamonafhankelijk zijn.

DE BASISREGELS

1. HOE KUN JE SCOREN

Het doel is om de kubus omver te werpen die op een van de twee sokkels staat.

Het staat de spelers vrij hun worp te kiezen:

- Eenhandig of tweehandig
- Ofwel als een manchet of hoge front pass

2. NA HET SCOREN VAN EEN PUNT, WORDT HET SPEL IN HET MIDDEN HERVAT

3. WANNEER EEN BAL BUITENSPEL GAAT, WORDT HET SPEL HERVAT VANAF DE PLEK WAAR DIE BUITENSPEL GING

4. VOORTGANG

Verplicht : 3 passen voor het schieten, je mag de bal maar maximaal 5 seconden in de hand houden

Toegestaan : 3 stappen met de bal in de hand (eenmaal van pivotvoet wisselen)

Verboden: dribbelen, binnendringen de cirkels

5. FOUTEN

A. Wangedrag wordt bestraft :

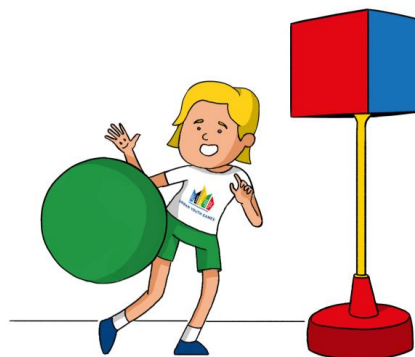
- Wanneer de drie passen niet gerespecteerd worden
- Niet respecteren van de 3 passen

B. Strafbare acties

- Een overtreding die een directe invloed heeft op een scoringskans

C. Contact of tegencontact – **Er is geen enkele vorm van contact toegestaan!**

- Tegen een verdediger gooien in de verboden zone = het schot telt
- De baldrager (proberen te) raken = onmiddellijke terugkeer naar de achterlijn
- Contact maken tijdens een schot = penalty



6. VERVANGINGEN

- **Mengtijd** moet te allen tijde worden gerespecteerd
- Het aantal vervangingen is **onbeperkt**
- Vervanging moet gebeuren tijdens een **spelonderbreking**

7. DE PENALTY

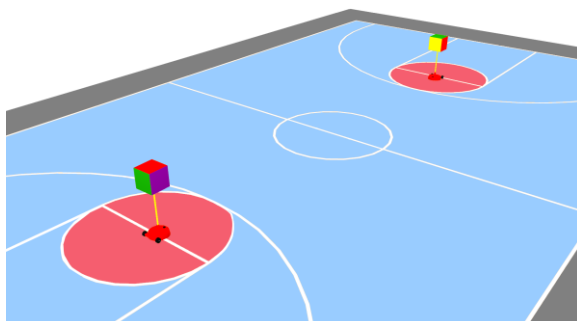
Penalty's worden geworpen vanaf het middenveld (afhankelijk van de ruimte). De schutter staat met zijn voeten naar het tegenoverliggende doel, dus met zijn gezicht naar het doel dat hij met een worp moet neerslaan zonder te draaien.

8. SCOREN

Wanneer de teams één of twee punten scoren, wordt van alle spelers verwacht dat zij applaudisseren voor het gebaar, ongeacht om welk team het gaat.

9. BEGIN EN EINDE VAN HET SPEL

De twee teams staan opgesteld in het midden van het veld, ze kruisen elkaar en schudden elkaar de hand.



POULL BALL OP SCHOOL

Door de toegankelijkheid van het spel heeft Poull Ball het Sport for All-label verworven. Poull Ball is een vinnig spel waarbij er relatief snel resultaten bereikt kunnen worden. De werptechnieken zijn eenvoudig en het doelwit is, door zijn grootte, makkelijk te raken. Een goeie techniek kan bijdragen tot de overwinning maar collectief samenspel blijft het hoofddoel. Daarom wordt vooral interactie beloond en levert het doelwit raken op zich niet de hoogste punten op.



VAARDIGHEDEN DIE ONTWIKKELD WORDEN

- ☒ Verschillende rollen opnemen: aanvaller / verdediger / baldrager / teamspeler
- ☒ Een positieve ingesteldheid en teamgeest
- ☒ De regels respecteren, fouten erkennen, zelf-arbitrage
- ☒ Handelingen aanpassen in functie van het doel
- ☒ In teamverband naar een gemeenschappelijk doel toewerken



LICHAMELIJKE OPVOEDING

- ☒ Uithouding
- ☒ Snelheid
- ☒ Alactische kracht



SOCIO-MOTORISCHE SAMENWERKING

- ☒ Actief samenwerken naar een gemeenschappelijk doel
- ☒ De strategie aanpassen in functie van het doel
- ☒ Positief interageren met het team en de tegenstanders

DE 3 INCLUSIEVE FASES VAN DE PLAYBOOKS



DE ROL VAN DE LERAAR FACILITEREN VAN INCLUSIE DOOR DE OEFENINGEN IN HET PLAYBOOK.

WAAROM? HOE?

WAT IS INCLUSIE?

Verschillen laten verbleken!

Uitsluiting uitsluiten!

Iedereen heeft een andere visie op inclusie. De Urban Youth Games willen dan ook door middel van sport aantonen dat er geen barrières zijn. Door de verschillende activiteiten wordt ieder kind aangemoedigd zijn/haar eigen talenten te ontwikkelen en op een positieve en onbevooroordeelde manier met anderen samen te spelen.



Inclusie blijvend
versterken!

HOE BEVORDEREN WE INCLUSIE?

Er zijn verschillende manieren om inclusie te bevorderen. De inclusieve playbooks bieden suggesties, die aanpasbaar zijn aan de omgeving en de doelgroep.

Door sportoefeningen die de nadruk leggen op collectief leren, samenwerken en wederzijdse hulp, vestigen we de aandacht op inclusie en zorgen we voor een positieve impact.

Door de oefeningen op te splitsen in drie fases, willen we stilstaan bij de (on)bewuste bijdragen van ieder kind. Het is heel belangrijk dat ze beseffen dat ze een positieve bijdrage kunnen leveren. We willen ze laten ervaren dat ze elk een rol spelen in het sociale evenwicht van de groep. Dit zal hen aanmoedigen om dit positieve gedrag, ook buiten de les, verder te ontwikkelen.

Het playbook staat daarnaast ook stil bij de pedagogische competenties. We nodigen de leerkracht uit om:

- Bij aanvang de ‘inclusieve’ **vaardigheden uit te leggen**.
- Tijdens de oefeningen **goed te observeren** en aandacht te hebben voor ‘inclusieve’ gebaren en handelingen.
- Kinderen die **blijk geven** van fair play, samenspel,... **te feliciteren**.
- Na afloop van de oefeningen stilstaan bij de **positieve acties** voor/tijdens/na de sportactiviteit en uitleggen hoe deze hebben bijgedragen tot het succes van de activiteit.

FASE 01

ICE BREAKER

Opwarmingsoefeningen die op een leuke manier interactie tussen jongeren aanmoedigen. Inclusie begint met een open geest en ontmoetingen met anderen.

HIGH-FIVE

Kinderen joggen op een vooraf bepaald oppervlak. Telkens wanneer ze een ander kind kruisen, geven ze mekaar een "high five" om elkaar te groeten. Deze activiteit kan worden uitgevoerd met ballen om balgevoel en balbeheersing te bevorderen.

SPIEGEL

De kinderen worden zij aan zij in twee rijen, tegenover mekaar opgesteld. De kinderen op de eerste rij zijn de spiegels. De andere kinderen moeten de bewegingen van de kinderen op rij één zo goed mogelijk nabootsen. Deze activiteit kan worden uitgevoerd met ballen om balgevoel en balbeheersing te bevorderen.

VERKEERSLICHT

Alle kinderen nemen plaats op de achterlijn van het speelveld. De kinderen moeten het veld oversteken terwijl ze het tempo van de kleuren volgen die de leerkracht willekeurig afroept. 'Groen licht': de kinderen kunnen naar hartenlust doorlopen, 'oranje licht': de kinderen moeten stappen, 'rood licht': de kinderen moeten halt houden.

DANCE PARTY

Alle kinderen stellen zich op in een kring. Een van hen is de 'dance master'. Dit kind mag op zijn/haar manier op de muziek dansen. De andere kinderen moeten de bewegingen nabootsen. Na 30 seconden, nodigt de 'dance master' een ander kind uit, dat zijn/haar plaats inneemt. De dansbewegingen kunnen uitgevoerd worden met een bal in de hand of aan de voeten.

KROKODILLEN

Een rivier wordt voorgesteld door twee parallelle lijnen die enkele meters uit mekaar liggen. Twee kinderen stellen zich tussen de lijnen op. Zij zijn de krokodillen. De anderen kinderen moeten de rivier trachten over te steken. De krokodillen proberen de overstekende kinderen met een bal te raken.

INCLUSIE BEGINT MET

VERWELKOMEN

UITNODIGEN

GLIMLACHEN

GRENZEN AFBREKEN

PASSEN GEVEN

ELKAAR ONTMOETEN

PLEZIER MAKEN

HALLO ZEGGEN

FASE 02

ACTIVITEITEN

“DE Vlieg”

MATERIAAL

1 bal

ACTIVITEIT

De kinderen staan in een cirkel rond de leerkracht. Iedereen krijgt een denkbeeldige vlieg toebedeeld. Ze moeten hun handen sluiten om de vlieg gevangen te houden. De leerkracht werpt hen één voor één een bal toe. De kinderen mogen enkel hun handen openen wanneer de bal hun richting uitkomt.

Wanneer ze bij schijnbewegingen hun handen openen, zal de vlieg ontsnappen. De speler met de beste concentratie, wint het spel.

Variante :

Twee leerlingen staan rug aan rug in het midden van de cirkel. Ze moeten samen en stiekem een reeks passen of schijnbewegingen voorbereiden. De spelers in de cirkel moeten proberen de volgorde te ontcijferen zonder in de val te lopen door een schijnbeweging. De twee spelers in het midden moeten gesynchroniseerd samenwerken om hun passen en schijnbewegingen op mekaar afstemmen, zonder dat zij elkaar hoeven te zien.

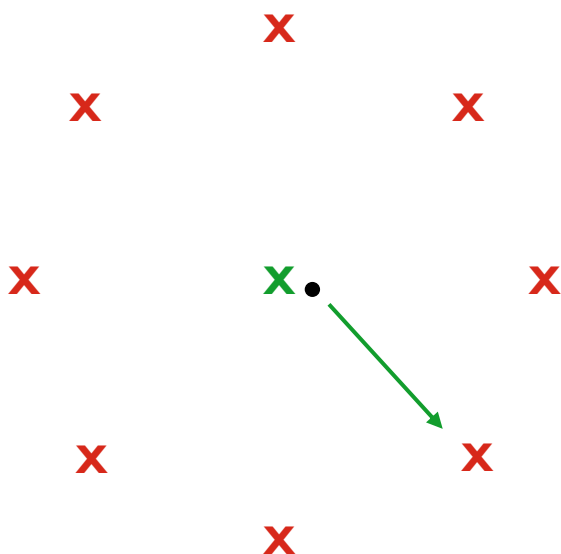
Pedagogische competenties

- Werpen
- Vangen
- Schijnbewegingen maken

« Inclusieve » competenties

- Samen een strategie uitdenken
- Acties aanpassen aan anderen
- Teamspirit ontwikkelen

-  Leerkracht
-  Speler
-  Pas



FASE 02

ACTIVITEITEN

“CHRONOMETER IN DE HAND”

MATERIAAL

1 bal
2 kegels (potjes)

AANTAL LEERLINGEN

3 tot 8 spelers
Mogelijkheid om het aantal leerlingen en het aantal ballen te verhogen.
Bijvoorbeeld, 4 spelers met 1 bal, 5 spelers met 2 ballen, 8 spelers met 2 of 3 ballen, ...

ACTIVITEIT

Tijdens deze oefening leren de kinderen een tegenaanval voorbereiden. De kinderen trachten in groepjes van 5 of 6 zo snel mogelijk de overkant te bereiken. Dribbelen en wandelen met de bal in de hand is niet toegestaan. Het spel wordt geleidelijk aan vermoeilijkt door de tegenstand op te drijven. Er zijn verschillende variaties mogelijk.

Variaties: verandering van positie, oversteken binnen één minuut, oversteken met een minimum of maximum aan passen.

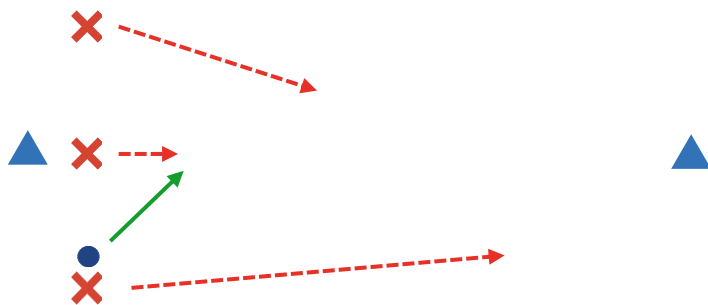
Pedagogische competenties

- Strategie aanpassen met het zicht op een doel
- Verworven middelen inzetten om deel te nemen aan een collectieve actie
- Bewegingen aanpassen aan de signalen teamgenoten.

« Inclusieve » competenties

- Samenwerken rond posities, strategie en rollen
- Zijn kracht aanpassen aan anderen
- Het ritme aanpassen aan dat van het team

-  Speler
-  Potje / Kegel
-  Verplaatsing zonder bal
-  Pas



FASE 02

ACTIVITEITEN

“DE SATÉ”

MATERIAAL

2 kegels (potjes)
1 bal

AANTAL LEERLINGEN

5 tot 10 spelers
Verdeeld in 2 teams (zelfde aantal spelers per team of in een beperktere groep ter verdediging)

ACTIVITEIT

Het doel is om de twee kegels aan te vallen. De spelers zetten zich op één lijn in het midden. Deze opstelling lijkt op een saté met stukjes vlees (de aanvallers) en de groentjes (de verdedigers), die in de minderheid zijn. De leerkracht speelt de bal naar een aanvaller om het spel te beginnen. De numerieke superioriteit en het gebruik van twee kampen bevordert de competitiviteit. Verdedigers moeten zich organiseren om passen af te wenden en toegang tot de doelen te vermijden.

Waarschuwing: de baldrager kan niet bewegen

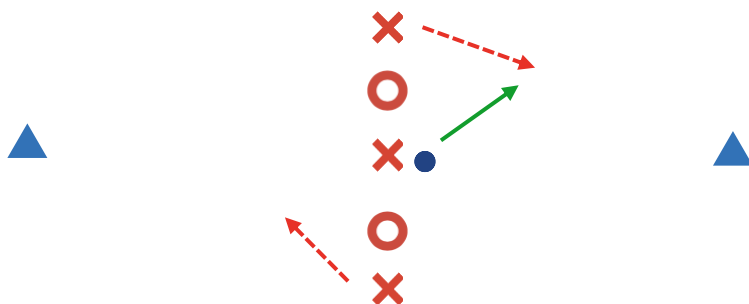
Pedagogische competenties

- De rol van aanvaller en verdediger kunnen opnemen
- Strategieën aanpassen naar gelang van het te bereiken doel
- Deelnemen aan gezamenlijke acties
- Verschillende rollen toekennen en opnemen in functie van een gemeenschappelijk doel

« Inclusieve » competenties

- Consensus zoeken over verschillende posities, de strategie en de rol van elk lid
- Het spel en gedrag aanpassen aan de anderen
- Acties identificeren om anderen te helpen

-  Aanvaller
-  Verdediger
-  Potje / Kegel
-  Verplaatsing zonder bal
-  Pas



FASE 02

ACTIVITEITEN

“DE INVASIE”

MATERIAAL

2 kegels (potjes)
1 bal

AANTAL LEERLINGEN

5 tot 10 spelers
Verdeeld in 2 teams (zelfde aantal spelers per team of in een beperktere groep ter verdediging)

ACTIVITEIT

Spelers leren om banen te gebruiken en binding te ontwikkelen. De aanvallers zijn in de minderheid en proberen het kamp van de tegenstander te veroveren. Het is verboden om met de bal in de hand te bewegen. De tegenaanval gebeurt alleen door passen te geven. Dit spel leert spelers om alle drie de banen te gebruiken om de aanval af te wenden en te scoren.

Opmerking: om het spel vlotter te laten verlopen, kan het spel gespeeld worden in teams van 3 tegen 1 of 4 tegen 2.

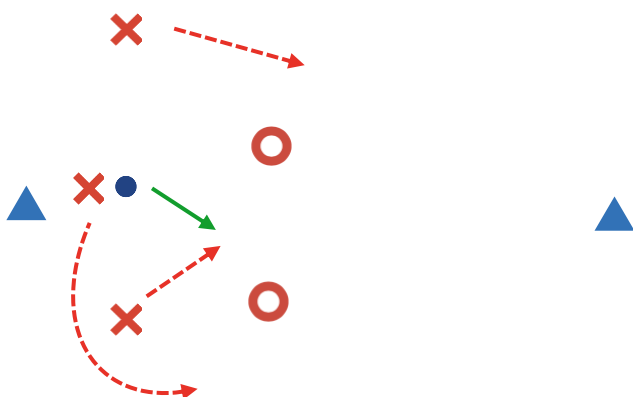
Pedagogische competenties

- Bewegingen aanpassen aan signalen van de omgeving of teamspelers

« Inclusieve » competenties

- Consensus zoeken over verschillende posities, de strategie en de rol van elk lid
- Het spel en gedrag aanpassen aan de anderen
- Acties identificeren om anderen te helpen

-  Aanvaller
-  Verdediger
-  Potje / Kegel
-  Verplaatsing zonder bal
-  Pas



FASE 03

DEBRIEFING

Tijdens de nabespreking wordt er stilgestaan bij inclusie. De leerkracht bespreekt met de kinderen hoe ze op een inclusieve manier hebben deelgenomen aan de verschillende activiteiten/oefeningen. Waarden als samenwerking, teamspirit, aanmoediging, wederzijdse hulp, fair play, ... komen aan bod.

De leerkracht benoemt de positieve punten die hij/zij tijdens het sporten en spelen opgemerkt heeft. Daarnaast nodigt de leerkracht de kinderen zelf uit om enkele positieve ervaringen te delen, en te illustreren op welke manier andere kinderen op een positieve manier hebben bijgedragen aan het succes van de activiteit/oefening (bij voorbeeld: wie demonstreerde ruimdenkendheid, respect, behulpzaamheid, fair play,...)



ENKELE VRAGEN OM DIALOOG OP GANG TE TREKKEN EN DE POSITIEVE ASPECTEN VAN INCLUSIE TE ILLUSTREREN

- Wie van je teamgenoten of tegenstanders heeft blijk gegeven van fair play, samenwerking of behulpzaamheid?
- Door welke actie(s)?
- Hoe goed communiceerden jullie met elkaar? Hoe heeft dit jullie geholpen?
- Wie speelde goed als een team, wie hielp zijn teamgenoten? Hoe heeft dit bijgedragen tot het succes van de activiteit?
- Hebben jullie samen een goede strategie ontwikkeld, waarin iedereen een rol had?
- Had iedereen het gevoel dat hij/zij deel uitmaakte van de activiteit en speelde iedereen in teamverband?
- Wie moedigde wie aan? Hoe heeft dit je gemotiveerd? Heeft het je geholpen om...



MEER INFO OVER POULL BALL OP SCHOOL



We nodigen jullie uit om meer over Poull Ball te ontdekken via hun website of socialemediakanalen:

 www.poull-ball.com

 [@poullball](https://www.instagram.com/poullball)

 [Poullball](https://www.youtube.com/Poullball)

 [Poullball](https://www.facebook.com/Poullball)

SPORTMATERIAAL

Poull Ball kan worden gespeeld met materiaal dat op scholen beschikbaar is (een grote bal en psychomotorische materiaal dat kan dienen als schietschijf). Specifiek materiaal heeft wel voordelen. De ballen hebben bijvoorbeeld een zachte textuur, waardoor de kans op verwondingen kleiner wordt. Deze ballen kunnen zelfs "vastgegrepen" worden om schijnbewegingen te maken. Daarnaast zijn er specifieke kubussen. Deze hebben zes kleuren waardoor ze multi-inzetbaar zijn voor vakoverschrijdende projecten met verschillende uitdagingen.

Poull Ball VZW staat ter beschikking voor alle informatie of verhuur. U kunt contact opnemen met François Poull - f.poull@hotmail.com

BEDANKT !

AAN FRANÇOIS POULL EN ZIJN TEAM VOOR HUN ONDERSTEUNING

Bekijk onze website voor alle versies van de 'Inclusive Playbooks'
<https://www.urbanyouthgames.org/>

Neem regelmatig een kijkje op onze website, socialemediakanalen om op de hoogte te blijven van nieuwe ontwikkelingen, nieuwe Playbooks, events, ...



SAMEN DE VOLGENDE GENERATIES AANMOEDIGEN TOT POSITIEVE VERANDERING



URBAN YOUTH GAMES

Matthieu Gheysen
info@urbanyouthgames.org

www.urbanyouthgames.org



POULL BALL

François Poull
f.poull@hotmail.com

www.poull-ball.com