

SKATEN IS SUPER FIJN



DOCENTENHANDLEIDING

Schaatsen is razend populair in Nederland. In de winter zijn we massaal op het ijs te vinden. Helaas kun je in de lente en zomer bijna nergens schaatsen, maar er is een prima alternatief: inline-skaten.

In aanloop naar het inline-skateseizoen stelt de Koninklijke Nederlandse Schaatsenrijders Bond (KNSB) lesmateriaal beschikbaar voor basisschoolleerlingen uit de groepen 3/4, 5/6 en 7/8. In de werkboekjes ontdekken de leerlingen de veelzijdigheid van inline-skaten.

Ze maken kennis met freestyle skaten, speedskaten en streethockey. Ook leren ze over veiligheid en bescherming. Daarnaast doen ze oefeningen om zo goed mogelijk voorbereid op de skates te staan.



3/4



START VAN HET PROGRAMMA

Omslag

Vraag voordat u de werkboekjes uitdeelt of de leerlingen weten wat inline-skaten is. Hebben ze weleens geskate? Hoe noemen we inline-skaten ook wel?

Skeeleren

Op welke sport die we in de winter doen lijkt skaten?

Schaatsen

Wie heeft er skates thuis? Deel vervolgens de boekjes uit en laat de leerlingen hun naam op de stippellijnen schrijven.



P2 werkboekje

Lees de tekst *Starten met skaten*. De leerlingen lossen de rebus op en ontdekken wat 'inline' betekent.

Antwoord:

In een lijn



P3 werkboekje

Lees de tekst *Klaar voor de start?*

De leerlingen oefenen (met of zonder skates) de skate-houding en beweging. Let op de drie tips. Lees de tekst WK in Nederland.



TIPS VAN EEN TOPPER

Jesper Schmitz (9) is de beste inline-skater van 9 jaar. Vorig jaar won hij het nationaal pupillentoernooi. Hoe heeft-ie dat geflikt?

HOE VAAK SKATE JIJ?
"In de zomer train ik twee of drie keer per week. Ik doe ook mee aan wedstrijden. Vorig jaar werd ik kampioen bij het nationaal pupillentoernooi!"

WAT IS JOUW GEHEIM?
"Ik probeer niet te snel te starten. Zo bewaar ik mijn kracht. Op het laatst kan ik mijn tegenstander dan nog inhalen."

WAT IS ER ZO LEUK AAN INLINE-SKATEN?
"Je wordt er lekker moe van. En dan moet je toch nog even doorzetten."

SHATETIPS VAN JESPER

- Verdeel je gewicht goed over beide benen
- Duw je skates opzij en niet naar achteren

Jesper Schmitz

4

P4 werkboekje

Lees het interview met inline-skatetalent Jesper Schmitz. Stel na het lezen de volgende vragen om te kijken of de leerlingen het verhaal goed gelezen hebben:

- Hoe vaak per week traint Jesper?
Twee of drie keer
- Wat is Jespers geheim?
Zijn kracht bewaren door niet te snel van start te gaan.

Lees de tips van Jesper.

WAAR SKATE JIJ?

Jesper is vaak op de skeelerbaan te vinden. Daar worden lessen en jeugdwedstrijden gehouden. Maar je kunt op nog veel meer plekken inline-skaten. Weet jij waar? Zet een cirkel om alle skateplekken.

IN DE WOUKAMEER OP DE STOEPE OP HET SCHOOLPLEIN

IN DE HALFPIPE OP DE VERMIS DOOR DE SCHIJD

TEKENEN MAAR
WEET JIJ WAT HET VERSCHIL IS TUSSEN INLINE-SKATES EN ROLSCHAATSEN? TEKEN JE HIERONDER...



5

P5 werkboekje

Lees de tekst *Waar skate jij?*. De leerlingen zien zes foto's. Op welke plekken kun je goed inline-skaten?

Antwoorden:

Op de stoep, op het schoolplein en in de halfpipe is lekker veel ruimte en hebben anderen geen last van je.

Bij de opdracht *Tekenen maar* tekenen de leerlingen inline-skates en rolschaatsen. Wat is het verschil tussen die twee?

Antwoord:

Bij inline skates zitten de wielen achter elkaar (in een lijn). Inline-skates hebben meestal vier wieltjes, maar soms ook drie. Er bestaan zelfs skates met vijf wieltjes, maar die komen niet zo vaak voor. Rolschaatsen hebben twee keer twee wieltjes naast elkaar.



VEILIG SKATEN, DOE JE ZO!

Heb je zin gekregen om zelf te gaan skaten? Leuk! Maar let op: dan moet je je wel aan een paar regels houden. Welke? Dat lees je op de volgende pagina.

DE ZON IN
Donnie de duizendpoot wilde in de zomer lekker gaan inline-skaten in de zon. Maar toen hij eenmaal op zijn skates aan had, was het alweer winter!

Zet een cirkel om de woorden die met veilig inline-skaten te maken hebben.

MODDER HELM

REMBLOKJE

SNELWEG DOOR ROOD RIJDEN

STOEP

6

P6 werkboekje

Lees de tekst *Veilig skaten, doe je zo!* Bij de opdracht zetten de leerlingen een rondje om alle woorden die met veilig inline-skaten te maken hebben.

Antwoorden:

Remblokje, helm, stoep.

WAT HEB JE NODIG?

Vallen. Het hoort erbij, als je leert inline-skaten. Als je je goed beschermt hoeft zo'n val gelukkig niet veel pijn te doen. Met welke bescherming pak je welk lichaamsdeel in?

Trek lijnen tussen de woorden en de plaatjes.

- Hoofd ●
- Ellebogen ●
- Knieën ●
- Polsen ●



VOETGANGER

Als skater moet je je aan dezelfde regels houden als voetgangers. Als je bijvoorbeeld naar school skate, doe je dat dus op de stoep. Pas als er geen stoep is mag je op het fietspad. Blijf rechts rijden. Tenzij je iemand (links) inhaalt. In het donker is het slim om een fietslampje te dragen. Zo ben je goed te zien voor andere mensen in het verkeer.

7

P7 werkboekje

Lees de tekst *Wat heb je nodig?*. De leerlingen zoeken de juiste bescherming bij de vier lichaamsdelen: hoofd, ellebogen, knieën en polsen.

Antwoord:

Met de klok mee, vanaf boven: knieën, hoofd, ellebogen, polsen.

Lees de tekst *Voetganger*. Hier ontdekken de leerlingen hoe ze zich als skater moeten gedragen in het verkeer.

MEER SKATEN?

Wil je beter leren skaten? Word dan lid van een inline-skatevereniging. Vaak kun je daar ook lessen volgen. Op www.schaatsen.nl/jeugd vind je een vereniging of skatebaan in jouw buurt.

DOMME SKATER

Twee oenen skaten op straat. Zeigt de een tegen de ander: mag ik in het midden skaten?

WOORDZOEKER

Zoek deze woorden

- SKEELER
- INLINE SKATE
- HELM
- VEILIG
- WIEL



OP ÉÉN BEEN

Als je gaat inline-skaten, sta je veel op één been. Het is dus handig als je dat goed kunt. Dat kun je natuurlijk alvast oefenen! Ga eens tijdens het tandenpoetsen een tijdje op je ene been staan. En tijdens het haren kammen op je andere been.

COLOFON:

Deze leertijl Inline-skaten is ontwikkeld voor de KNSB door Young Crowds. Gerealiseerd met een bijdrage van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Niets uit deze uitgave mag worden gereproduceerd zonder schriftelijke toestemming van de KNSB. Dit logo is auteursrechtelijk beschermd.

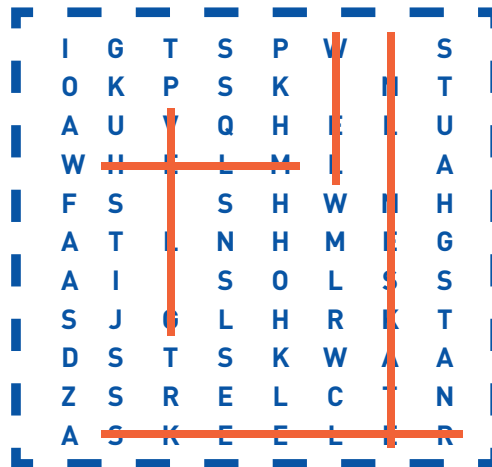
8

P8 werkboekje

Leerlingen die enthousiast geworden zijn om zelf te skaten, kunnen een kijkje nemen bij een inline-skatevereniging.

Op www.schaatsen.nl/jeugd vinden ze een overzicht van alle verenigingen.

De leerlingen maken de woordzoeker.



De leerlingen doen de oefening *Op één been*. Wie houdt dit het langst vol?

Deze leertijl Inline-skaten is ontwikkeld voor de KNSB door Young Crowds. Gerealiseerd met een bijdrage van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Niets uit deze uitgave mag worden gereproduceerd zonder schriftelijke toestemming van de KNSB. De inhoud is auteursrechtelijk beschermd.

Hoofdsponsor KNSB

kpn

KNSB