

Lesvoorbereiding Gymles

Lasergame | Middenbouw/Bovenbouw | 20+ leerlingen

1. Lesgegevens

VAK	GROEP
Lichamelijke Opvoeding	Middenbouw / Bovenbouw
TIJDSDUUR	LEERLINGAANTAL
60-75 minuten	20-24 leerlingen
MATERIAAL	Lasergame set (pistolen + vesten) via Lasergamesethuren.nl Hesjes Pionnen

2. Beginsituatie

- Groep van 20-24 leerlingen, middenbouw/bovenbouw
- Leerlingen zijn gewend aan gymles; lasergame is een nieuwe werkvorm
- Motivatie voor sport kan wisselend zijn — spelelement vergroot betrokkenheid
- Basiscoördinatie aanwezig; geen voorkennis lasergame nodig

3. Doelstellingen

Type	Omschrijving
Bewegingsdoel	Leerlingen bewegen actief gedurende minimaal 30 minuten van de les
Reguleringsdoel	Leerlingen houden zich aan spelregels en respecteren teamgenoten
Belevingsdoel	Leerlingen ervaren plezier en samenwerking door het spel

4. Lesopbouw

Fase	Tijd	Activiteit	Werkvorm
Introductie	5 min	Veiligheidsregels uitleggen, vest en pistool	Plenair
Warming-up	5-8 min	Tikspel zonder wapens: ruimte verkennen, lichaam	Vrij door de zaal
Teams + uitleg	3 min	Teams verdelen (2x 10-12), teamcaptains,	Plenair
Ronde 1	8-10 min	Team Deathmatch: team met meeste hits wint	2 teams
Ronde 2	8-10 min	Capture the Flag: vlag van tegenstander halen	2 teams
Ronde 3	8-10 min	VIP-bescherming: een speler beschermen als team	2 teams
Afsluiting	5 min	Cooling-down, materiaal inleveren, nabespreking	Plenair

Tussen elke ronde: 2 min pauze + korte evaluatie. Herhaal spelregels kort voor elke ronde.

5. Spelregels

- 1 Je schiet alleen met het pistool, nooit met handen of voeten.
- 2 Als je geraakt bent, loop je rustig naar het respawnpunt.
- 3 We respecteren elkaar — ook de tegenstander.

Stopwoord: "STOP" = iedereen stopt direct, wapens omlaag.

6. Differentiatie

Leerling	Aanpassing
Snelle/sterke leerling	Strategische rol: teamcaptain of flankaanval
Langzamere leerling	Defensieve rol: bewaker van respawnpunt of vlagdrager
Weinig motivatie	Bewust in actief team plaatsnemen; kort complimenteren
Fysieke beperking	Alternatieve rol: scheidsrechter of puntenhouder

7. Veiligheid en organisatie

- Vloer vrij van obstakels die niet bedoeld zijn als spelelement
- Docent staat op centraal punt met overzicht over het volledige speelveld
- Stopwoord "STOP" van tevoren afspreken met de groep
- Apparatuur voor de les testen: vesten opladen, pistolen controleren

8. Evaluatie

Moment	Methode
Tijdens de les	Observatie: doen alle leerlingen mee? Wordt er samengewerkt?
Na elke ronde	Korte mondelinge check (1-2 vragen aan de groep)
Einde les	Duim omhoog/omlaag: plezier gehad? Wat zou je anders doen?
Na de les	Noteer observaties voor rapportage of dossier indien nodig

Verhuurinformatie & Kosten

Lasergame uitrusting huren in Nederland | Gekozen aanpak: Scenario A (DIY)

Gekozen aanpak: Scenario A — Alles zelf (Lasergamesethuren.nl)

Lasergamesethuren.nl — anti-cheat lasergame set

24 laserguns x €6,00 = €144 | 24 vesten x €3,00 = €72 | Targets optioneel: €2,00/stuk

Totaal voor 1 dag: €216,00 (gratis verzending)

Overzicht verhuurders Nederland

Aanbieder	Prijs	Wat krijg je	Geschikt voor
Lasergamesethuren.nl	€216 (24 sets)	Gun €6 + vest €3 + target €2 per stuk/dag	DIY, exacte prijs bekend
Laserfeestje.nl	€4,50/stuk	Speelklaar pakket, reserve-pistool	Kleine klassen
Huureenlasergame.nl	€22,50/dag	10 pistolen + linten + maskers + vlag	Budget, kleine groep
Gladiator Sports	€16,82 p.p.	20 wapens + instructeur + transport	20 pers = ca. €400
WePlay United	€699 all-in	Alles incl., eventmanager, opbouw/afbouw	Schoolles, grote groep

Waarom kiezen voor Scenario A (DIY)?

- Laagste kosten: ca. €3-€4 per leerling tegenover €11-€35 bij begeleide aanbieders
- Volledige controle over de lesuitvoering en pedagogische aanpak
- Geen externe instructeur nodig — jij als docent begeleidt de les zelf
- Lage drempel: eenvoudig bestellen, gratis geleverd, snel operationeel

Wanneer zou je toch voor Scenario B (begeleide aanbieder) kiezen?

- Je wil een stressvrije uitvoering zonder technische zorgen
- De groep is groter dan 30 leerlingen (schaalvoordeel WePlay United)
- School of ouders stellen een professioneel bewijs van externe begeleiding verplicht

Stappenplan voor de docent

Stap	Actie	Wanneer
1	Gymzaal reserveren en afmetingen checken (min. 15x10m)	4 weken van tevoren
2	Stroompunt 230V controleren (max 40m van het speelveld)	4 weken van tevoren
3	Bestelling plaatsen bij Lasergamesethuren.nl (20 sets)	3 weken van tevoren
4	School en ouders informeren (evt. toestemmingsbrief)	3 weken van tevoren
5	Apparatuur testen: vesten opladen, pistolen checken	1 week van tevoren
6	Teams voorbereiden, hesjes klaarzetten, lesplan afronden	1 dag van tevoren
7	Les uitvoeren	Lesdag
8	Evaluatie invullen, observaties noteren, evt. herhalen	Na de les

Technische vereisten gymzaal

Vereiste	Details
Ruimte	Minimaal 15x10 meter; ideaal 20x15 meter of groter
Stroom	230V, 3200W capaciteit, max 40 meter van het speelveld
Verlichting	Dimbaar ideaal; donkerder = betere beleving, voldoende zicht houden
Vloer	Vlak en vrij van scherpe obstakels; standaard gymzaolvloer is perfect
Bereik	30-50 meter infrarood (standaard set) — ruim voldoende voor een gymzaal