

**Topsport**

Een polsstokhoogspringer levert letterlijk topsport. Iedere keer legt hij de lat enkele centimeters hoger en probeert hij ook daar overheen te springen. Hij zoekt de uitdaging en verlegt telkens zijn grens. Dat doet ook Mister Flippo, onze Epke Zonderland, die telkens opnieuw een nog moeilijkere oefening doet aan de rekstok. Open de interactieve kalenderplaat en zie hoe Epke de gouden medaille wint tijdens de Olympische Spelen van 2012.

Lees de volgende uitspraken voor, waarin telkens iemand probeert de lat een streepje hoger te leggen voor zichzelf. Vraag daarna de kinderen welke lat zij een streepje hoger willen leggen voor zichzelf.

- Nicole: 'Ik weet dat ik dit moeilijke pianostuk uit mijn hoofd ken, maar nu wil ik het ook doen zonder haperen!'
- Yennie: 'De juf zei dat ze trots op mij was: ik heb 10 minuten mijn mond kunnen houden tijdens de les. Maar nu ga ik proberen om dat een hele les vol te houden!'
- Guus: 'De vorige keer had ik 5 fouten in mijn dictee, maar nu wil ik er maar hoogstens 3 maken!'
- Jamie: 'Ik vind het moeilijk om niet de hele avond achter de computer te zitten. Maar vandaag ga ik proberen om na een uur te stoppen!'
- Peter: 'Vorige maand woog ik nog 116 kilo. Ik let nu nog wat meer op wat ik eet en probeer minstens twee keer per week met de fiets naar mijn werk te gaan in plaats van met de auto. En dan wil ik er heel graag nog 2 kilo afhebben!'

**Lekker lazy...**

Zing vandaag ook het tweede couplet van het lied *Lekker lazy*, over de uitdaging om ook de moeilijke dingen van het leven aan te pakken.

Lied: cd-2 (track 7 en 8). Bladmuziek: pagina 137. Liedteksten: www.trefwoord.nl

*Ik hou niet zo van moeilijk doen.
Ik hou ook niet van zweten.
Ik doe het liever rustig aan.
Ik wil niet alles weten.*

*Ik ben van mi-ma-makkelijk.
Van aa-oo-easy.
Ja, mi-ma-makkelijk.
En lekker rustig aan.*

*Ik hou van lastig, difficult.
Van inspanning en leren.
Het voelt fantastisch als iets lukt.
Na kort of lang proberen.*

*Ik ben niet mi-ma-makkelijk.
Niet lii-laa-lazy.
Niet mi-ma-makkelijk.
Ik wil er steeds voor gaan!*

**Geef nooit op!**

Tommie heeft last van stotteren. Hij maakt het zich moeilijk wanneer hij toch een gedicht voor zijn jarige opa wil voorlezen.

'Morgen wordt opa 70,' zegt oma. Geheimzinnig kijkt ze naar Tommie. Tommie weet dat er zaterdag een groot verjaardagsfeest is georganiseerd voor opa in het pakhuis. De hele familie en al opa's vrienden zijn uitgenodigd. Er komt zelfs een orkestje spelen. Zou oma nog meer hebben bedacht?

'Jannie, jij zorgt voor de taart, hè?' zegt oma tegen Tommies moeder. 'En Sanne, jij hangt de versiering op?' Tommies moeder en zus knikken ijverig.

Dan kijkt oma glunderend naar Tommie. Wat voor taak zou ze voor hem bedacht hebben?

Misschien mag hij het grote cadeau wel geven!

'En Tom,' gaat oma verder, 'opa zou het heel leuk vinden als jij op zijn verjaardagsfeest één van je gedichtjes voorleest.'

Verrukt lacht Tommie naar oma. Wat een eer dat ze dit aan hem vraagt! Dit is nog leuker dan het grote cadeau geven! Hij schrijft al lang gedichten. Maar hij heeft ze nog nooit voor mogen lezen. En nu wil oma dat hij één van zijn gedichten voorleest voor opa! Waar de hele familie bij is! Welk gedicht zal hij kiezen? Hij heeft er al best veel gemaakt. Misschien moet hij een nieuw gedicht schrijven, speciaal voor opa's verjaardag.

'D-d-d-at is goed, oma,' antwoordt Tommie dan ook trots.

'Het hoeft niet hoor,' bemoeit zijn oudere zus Sanne zich er plotseling mee.

'N-n-nee hoor, ik vind het wel l-l-l-euk,' verzekert Tommie haar.

'Maar de hele familie zal er zijn. En alle vrienden van opa en oma.'

'Nou e-e-en?'

'Maar als je het eng vindt,' gaat zijn zus verder.

'Ik v-v-v...'

Tommie haalt diep adem. Dat vervelende gestotter. Kon hij maar net als andere kinderen praten zonder te stotteren

'Ik v-v-vind het niet eng,' brengt hij daarna uit. Hij zucht. Zijn zus kijkt hem betweterig aan.

'Straks kom je niet uit je woorden. En sta je te stuntelen waar iedereen bij is.'

'Ik s-s-s-stuntel nooit!' verdedigt Tommie zich.

Dan grijpt oma in. 'Nou, Sanne,' wees niet zo onaardig. Ik weet zeker dat Tom het fantastisch zal doen.'

'En opa zal het hartstikke leuk vinden,' verzekert zijn moeder hem.

'Dan moeten jullie het zelf maar weten,' zegt Sanne en ze loopt weg.

Die middag schrijft Tommie een nieuw gedicht. Daarna begint hij te oefenen. Natuurlijk wil hij zaterdag zo min mogelijk stotteren. Het moet lukken! Maar hoe langer hij oefent, hoe erger het stotteren wel lijkt te worden.

Hij haalt diep adem: 'L-l-lieve opa...'

Tommie probeert het nog eens. 'Lieve o-p-p-a...'

Hij doet alle oefeningen die hij op stottertraining geleerd heeft. Hij houdt zijn mond slap. En laat zijn schouders zakken. Hij maakt smakkende geluiden met zijn mond om zijn gezichtspieren te ontspannen. Hij probeert zelfs expres te stotteren. Maar het stotteren wordt niet minder. Niets lijkt te helpen.

'Ik g-g-geef het op,' mompelt Tommie tenslotte teleurgesteld. Boos schopt hij een stuk speelgoed weg. Verdrietig zakt hij ineens. Hij snikt: 'Misschien had mijn z-z-z-us toch ge-lij-hij-hij-hijk...'

Dan kijkt oma plotseling om het hoekje van de kamer. 'Wat hoor ik nu, Tom?' zegt ze en ze schudt haar hoofd. 'Je gaat het toch niet opgeven?'

Schuldig kijkt Tommie oma aan. Dan kijkt hij naar de grond.

'Wist je dat opa vroeger moeite had met leren?'

Tommie kijkt omhoog en schudt zijn hoofd.

'Opa vond het vreselijk om naar school te gaan. Toch heeft hij zijn best gedaan en het afgemaakt. Weet je wat er was gebeurd als hij had opgegeven? Dan had hij nooit de baan gekregen waar opa en ik elkaar hebben ontmoet. Dan waren jullie er allemaal niet geweest. En zou jij zaterdag geen gedicht voor mogen lezen.'

Oma kijkt Tommie streng aan. 'Je hebt gelijk, oma,' zegt Tommie dan. 'Ik zal een gedicht voorlezen. Ik kies niet voor de makkelijke weg.'

'Goed zo jongen,' zegt oma met een knipoog. 'Enneh, hoorde je dat? Je stotterde niet!'

- Susan Schaeffer -