

# Op weg naar plezier in lessen bewegingsonderwijs voor alle leerlingen

**Bewegingsonderwijs speelt een belangrijke rol in het voorbereiden en motiveren van kinderen om een leven lang te bewegen. Plezier in de gymles is hierbij van groot belang. In Nederland is de afgelopen jaren onderzoek gedaan naar wat in de gymles bijdraagt aan plezier en hoe de leerkracht hierop in de gymles kan inspelen. Door middel van focusgroepen met basisschoolleerlingen en vakleerkrachten is onderzocht welke factoren volgens hen bijdragen aan plezier in de gymles. Ook is met hen gewerkt aan de ontwikkeling van een tool waarmee gemeten kan worden in welke mate leerlingen de aanwezigheid van deze factoren in de gymlessen ervaren. Dit geeft de leerkracht handvatten om het plezier van de leerlingen te bevorderen. In dit artikel delen we belangrijke inzichten en uitdagingen.** | Anoek Adank, Nina Bartelink, Rosanne Bloemraad, Eline Flux, Sanne de Vries, Mirka Janssen en Dave Van Kann

## Inleiding

Bewegingsonderwijs is een belangrijke context om basisschoolkinderen voor te bereiden en te motiveren voor een leven lang bewegen (Chen, 2015). Plezier tijdens de gymles is daarbij cruciaal. Toch is er nog maar weinig bekend over wat plezier in de gymles precies inhoudt en hoe dit gericht en op maat bevorderd kan worden. Daarom is in 2018 de SALTO-studie (Stimuleren van een Actieve Leefstijl door Top gymOnderwijs) gestart onder leiding van het lectoraat Move to Be van Fontys Sport en Bewegen.

Plezierervaring in de gymles is in regio Noord-Brabant onderzocht en leerkrachthandelingen die het plezier in de gymles bevorderen zijn geïdentificeerd (Adank et al., 2024). Als onderdeel van de studie werd een prototype van een tool ontwikkeld waarmee leerkrachten inzicht krijgen in de mate waarin leerlingen vinden dat de leerkracht deze plezier bevorderende handelingen toepast. Sinds 2023 is onderzoek naar plezier in de gymles uitgebreid naar een landelijke studie: het Glimlach-project (Met een glimlach de les bewegingsonderwijs uit). In dit project,

geleid door de Hogeschool van Amsterdam, werken de zes Academies voor Lichamelijke Opvoeding (ALO) van Nederland samen met vakleerkrachten en basisschoolleerlingen verspreid over het land. Door het landelijke karakter van het Glimlach-project kunnen we nagaan of de regionale bevindingen vanuit de SALTO-studie generaliseerbaar en toepasbaar zijn op landelijk niveau.

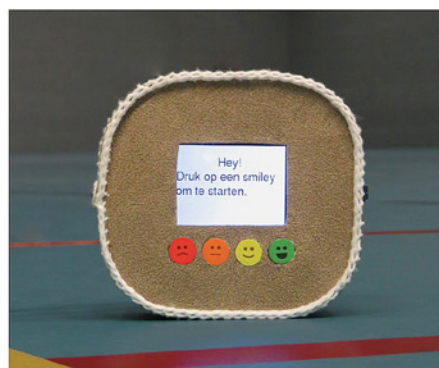
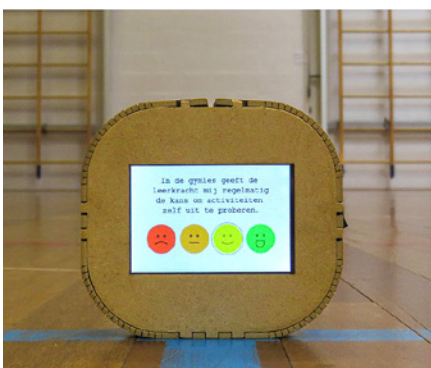
## Methode 2018-2019

In de SALTO-studie werden focusgroepen gehouden met bovenbouwleerlingen van vier basisscholen (n=24). Het doel was om inzicht te krijgen in hun ideeën over plezier in de gymles en de leerkrachthandelingen die daarbij een rol spelen. Vakleerkrachten (n=7) werden ook gevraagd welke handelingen volgens hen plezier bevorderen en hoe zij deze categoriseren. Dit resulteerde in een lijst van factoren die volgens de praktijk bijdragen aan plezierbeleving in de gymles.

## 2021-2023

Vervolgens werd *design thinking* in de SALTO-studie gebruikt voor de ontwikkeling van een prototype tool, waarmee de leerkracht feedback kan ophalen bij leerlingen over de mate

## Fotoserie 1 Iteratie 1, 2 en 3 van het fysieke prototype van de feedbacktool



**Tabel 1** Plezier bevorderende factoren in de gymles

Plezier bevorderende factor	Toelichting
Verkennd leren (S)*/ Eigenaarschap (G)*	Leerlingen de mogelijkheid geven om zelf of met anderen beweegsituaties te verkennen of bijvoorbeeld beweegactiviteiten zelf op te starten, uit te voeren, aan te passen of te bedenken.
Beweegactiviteiten (S, G)	Leerlingen uitdagende, gevarieerde, gedifferentieerde beweegactiviteiten aanbieden.
Beweegtijd (S, G)	Leerlingen zoveel mogelijk leer- en beweegtijd bieden door bijvoorbeeld korte instructies, meerdere beweegsituaties of aanpassingen van spelregels.
Groeperen (S, G)	Leerlingen in diverse groepssamenstellingen en groepsgrootte laten werken, waarbij gezorgd wordt dat iedere leerling zich zo comfortabel mogelijk voelt.
Hulp in het leerproces (S, G)	Leerlingen individuele hulp, tips en adviezen geven.
Regels en afspraken (S, G)	Leerlingen wijzen op de geldende regels en afspraken en consequent handelen bij ongewenst gedrag.
Samenwerken (S, G)	Leerlingen aansporen tot samenwerken en met en van elkaar leren. Dit door bijvoorbeeld de keuze van beweegactiviteiten of door bepaalde regels en afspraken in beweegactiviteiten.
Instructie (S, G)	Leerlingen korte, gestructureerde verbale en visuele uitleg en instructies geven.
Communicatie (S)/Verbinding (G)	Op een positieve, open en enthousiaste manier communiceren met leerlingen, zodat leerlingen zich gezien en gehoord voelen.
Vermijden van vergelijking (S)	De prestaties van leerlingen zo min mogelijk met elkaar vergelijken door bijvoorbeeld prestaties tussen leerlingen of scores tussen teams minder te benadrukken.
Veiligheid (G)	Er is oog voor de fysieke en sociale veiligheid van de leerlingen.

\* S = genoemd in de SALTO-studie; G = genoemd in het Glimlach-project

waarin zij de plezier bevorderende factoren in de gymles ervaren. Na observaties van gymlessen, gesprekken met vakleerkrachten (n=8) over hun wensen en uitdagingen met betrekking tot feedback van leerlingen en het bestuderen van literatuur hierover, werden designcriteria opgesteld. Vervolgens werden ideeën voor de tool geschetst en een eerste prototype daadwerkelijk gebouwd (zie foto 1). Inhoudelijk bestond de tool uit

stellingen gebaseerd op de plezier bevorderende factoren zoals geïdentificeerd in 2018-2019. Een review van vakleerkrachten en student-ontwerpers van de TU/e opleiding Industrial Design leidde tot een doorontwikkelde versie van het prototype (zie foto 1). Deze versie is met bovenbouwleerlingen (n=155 leerlingen) in de gymlessen getest waarbij de tool per gymles in tweevoud beschikbaar was. Feedback van leerlingen, vakleerkrachten en een

expert op het gebied van kind-geletterdheid hebben tenslotte bijgedragen aan een verdere verfijning van het prototype (zie fotoserie 1).

### 2024-nu

In het landelijke Glimlach-project zijn eveneens basisschoolleerlingen (n=90) en vakleerkrachten (n=7) door middel van focusgroepen gevraagd naar wat in de gymlessen bijdraagt aan plezier en hoe een leerkracht

hiervoor kan zorgen. Alle genoemde punten werden vervolgens door vakleerkrachten en onderzoekers gecategoriseerd naar verschillende plezier bevorderende factoren. Voor het ontwikkelen van een tool om het plezier van leerlingen te meten is ook hier met *design thinking* gewerkt. Hiervoor werden vakleerkrachten eerst gevraagd naar redenen om de tool te gebruiken en aan welke criteria de tool zou moeten voldoen. De designcriteria zijn vervolgens door vakleerkrachten in elke alo-regio gebruikt om designschetsen te maken. Op basis van de verschillende designschetsen werd de criterialijst aangescherpt en een schets van een prototype opgesteld. Inhoudelijk bestond deze schets uit stellingen gebaseerd op de in het

Glimlach-project gevonden plezier bevorderende factoren. De schets van het prototype is voorgelegd aan vakleerkrachten en de stellingen zijn voorgelegd aan leerlingen. Hierop volgende iteraties in het Glimlach-project moeten leiden tot ingebruikname van de tool.

### Resultaten

Zowel in de SALTO-studie als in het Glimlach-project zijn de resultaten gericht op twee vergelijkbare elementen, namelijk: plezier bevorderende factoren in de gymles en criteria voor een tool. Hieronder zullen deze verder toegelicht worden. Tenslotte beschrijven we nog de resultaten van de eerste (beperkte) tests met de prototypes in beide onderzoeken.

### Plezier bevorderende factoren

Uit de SALTO-studie zijn tien factoren naar voren gekomen die invloed hebben op het plezier van leerlingen in de gymles. Acht van deze factoren werden in het Glimlach-project ook geïdentificeerd: verkennend leren, beweegactiviteiten, beweegtijd, groeperen, hulp in het leerproces, regels en afspraken, samenwerken en instructie. In de SALTO-studie (S) werden daarnaast 'communicatie' en 'vermijden van vergelijking' benoemd; in het 'Glimlach-project (G)' werden verbinding en veiligheid nog benoemd. 'Verbinding (G)' bleek hierin conceptueel veel overeenkomsten te hebben met het thema 'communicatie (S)' en is als één factor meegenomen in het

Tabel 2 Criteria voor de tool

De tool moet qua design ...	
in de gymles te gebruiken zijn	<ul style="list-style-type: none"> <li>• robuust zijn (S, G)*</li> <li>• fysiek tastbaar zijn (S)</li> <li>• in twee handen vast te houden zijn (S)</li> <li>• in stilte te gebruiken zijn (S)</li> </ul>
begrijpelijk zijn	<ul style="list-style-type: none"> <li>• herkenbare antwoordopties (bijv. smileys) hebben (S, G)</li> <li>• elementen (bijv. drukknoppen) bevatten die door leerlingen en leerkrachten eenvoudig te begrijpen en gebruiken zijn (S, G)</li> </ul>
veilig in gebruik zijn	<ul style="list-style-type: none"> <li>• de privacy van leerlingen waarborgen (S, G)</li> <li>• anoniem te beantwoorden zijn (S, G)</li> </ul>
aantrekkelijk zijn	<ul style="list-style-type: none"> <li>• een gymles-gerelateerde look hebben (S)</li> </ul>
praktisch zijn	<ul style="list-style-type: none"> <li>• resultaten eenvoudig kunnen omzetten in bijv. tabellen of grafieken (S, G)</li> <li>• digitaal en eenvoudig oplaadbaar zijn (S, G)</li> </ul>
De tool moet qua inhoud stellingen bevatten die ...	
over plezier in de gymles gaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gaan over de factoren die het plezier in de gymles bevorderen (S, G)</li> <li>• beginnen met een algemene stelling over plezier in de gymles (G)</li> <li>• beginnen met 'de leerkracht' of 'in de gymles' (S, G)</li> </ul>
begrijpelijk zijn	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kort en in aantal beperkt zijn (S, G)</li> <li>• gesloten zijn (S, G)</li> <li>• eenduidig en positief geformuleerd zijn (S, G)</li> <li>• getoond worden in duidelijk lettertype en grootte (S)</li> </ul>

\* S = genoemd in de SALTO-studie; G = genoemd in het Glimlach-project

vervolgproces. De uiteindelijke lijst bestaat daarmee uit 11 factoren waar een leerkracht in zijn handelen rekening mee kan houden om het plezier van leerlingen in de gymles te bevorderen (zie tabel 1 op pagina 45).

### Criteria voor de tool

Het onderzoek naar plezier in de gymles heeft tevens geresulteerd in een lijst van criteria waaraan een tool moet voldoen om het ervaren plezier van leerlingen in de gymlessen te meten (zie tabel 2). De resultaten van de SALTO-studie waren zeer vergelijkbaar met die van het Glimlach-project. Uit beide onderzoeken kan geconcludeerd worden dat de tool qua design in de gymles bruikbaar moet zijn en daarbij ook begrijpelijk, veilig, aantrekkelijk, praktisch en voorzien van duidelijke stellingen die specifiek gericht zijn op de plezierbeleving in de gymles. De verkregen inzichten tot nu toe zullen in het lopende Glimlach-project verder verfijnd en getest worden op functionaliteit en gebruiksvriendelijkheid in de les bewegingsonderwijs.

### Testen van de tool

Uit de prototypetest van de SALTO-studie bleek dat bovenbouwleerlingen stellingen zelfstandig, om de beurt, snel (binnen 2-4 minuten) en zonder moeite tijdens de gymles konden beantwoorden. Daarnaast bleek in beide onderzoeken dat leerlingen de gebruikte stellingen goed begrepen. Tenslotte gaven leerkrachten aan dat zij verwachten dat het gebruik van een dergelijke tool van meerwaarde zal zijn, zeker als de resultaten worden omgezet in overzichtelijke grafieken. Hierdoor kunnen ze op een eenvoudige manier inzicht krijgen in de mate waarin zij volgens leerlingen plezier-bevorderende factoren toepassen in de gymlessen.

### Discussie

Het doel van dit artikel was om inzicht te geven in factoren die het plezier van leerlingen in de gymles bevorderen en om te beschrijven hoe deze factoren kunnen worden gebruikt bij de ontwikkeling van een tool waarmee leerkrachten feedback

kunnen krijgen over de plezierervaring van leerlingen in de gymles. In het artikel tonen we de brede toepasbaarheid en generaliseerbaarheid aan van de bevindingen uit de SALTO-studie op basis van de tot nu toe vergelijkbare resultaten van het Glimlach-project. De plezierbevorderende factoren laten een robuust beeld zien van factoren die van belang zijn, waarbij 9 factoren in beide studies naar voren zijn gekomen. De resultaten suggereren ook dat de gebruikte methodiek in beide onderzoeken (focusgroepen met kinderen) een betrouwbare manier is om de factoren rondom plezierbeleving tijdens de gymles te onderzoeken.

Kijkend naar de criteria voor een tool, zorgen beide studies samen voor een goed inzicht in wat de wensen en behoeften zijn vanuit de praktijk. Het blijkt dat ondanks dat de context van iedere school anders is (Bartelink et al, 2022) en daarmee ook de gymlessen overall anders zullen zijn, deze wensen en behoeften van leerkrachten veel overeenkomsten vertonen, zelfs dus op een landelijk niveau. Het streven is dan ook om alle verkregen inzichten samen te brengen tot een tool die landelijk beschikbaar komt voor alle leerkrachten binnen het bewegingsonderwijs. Hiervoor zal eerst nog goed onderzocht moeten worden of dit volledig samenbrengen haalbaar is of dat toch bepaalde aspecten uit de criterialijst meer prioriteit moeten krijgen. Ook zal nog gekeken moeten worden hoe leerkrachten vervolgens het beste ondersteund kunnen worden om te reflecteren op de verkregen resultaten uit de tool: zijn er bijvoorbeeld verdiepende vragen nodig per plezier bevorderende factor of wil een leerkracht juist tips en best practices?

### Conclusie

De onderzoeksbevindingen geven een robuust beeld van factoren die volgens leerlingen en leerkrachten bijdragen aan de plezierbeleving van leerlingen in de gymles. Het is belangrijk dat leerkrachten deze factoren kennen, zodat zij bewust

hun handelen op deze factoren kunnen afstemmen om de lessen plezieriger te maken en waar nodig (na)scholing kan worden gevolgd. Regelmatig leerlingen vragen naar hun ervaringen in de gymles en de plezier bevorderende factoren biedt waardevolle feedback over hun huidige beleving. Dit helpt de leerkracht om de plezierbeleving in toekomstige lessen te optimaliseren. Een digitale feedbacktool lijkt een waardevol hulpmiddel om dit proces te ondersteunen. ●



### Bronnen

Scan of klik *hier* naar de bronnen



### Contact

[a.adank@fontys.nl](mailto:a.adank@fontys.nl)

[d.vankann@fontys.nl](mailto:d.vankann@fontys.nl)

**Anoek Adank** is docent-onderzoeker binnen het lectoraat Move to Be, Fontys Hogeschool Eindhoven

**Nina Bartelink** is docent-onderzoeker binnen het lectoraat Move to Be, Fontys Hogeschool Eindhoven

**Rosanne Bloemraad** is ontwerp- en afgestudeerd aan de Technische Universiteit van Eindhoven

**Eline Flux** is onderzoeker binnen het lectoraat Beweging In en Om School, Hogeschool van Amsterdam

**Sanne de Vries** is lector van het lectoraat 'Gezonde Leefstijl in een Stimulerende Omgeving', De Haagse Hogeschool

**Mirka Janssen** is lector van het lectoraat 'Beweging In en Om School', Hogeschool van Amsterdam

**Dave Van Kann** is lector 'Leren Bewegen in en rondom de School' van het lectoraat Move to Be, Fontys Hogeschool Eindhoven

### Foto's

Rosanne Bloemraad

### Kernwoorden

basisschool, bewegingsonderwijs, design, leerkrachtgedragingen, plezierbeleving