De conceptkerndoelen in de praktijk

Schommelen als voorbeeld en metafoor tegelijk



SLO heeft een publicatie uitgebracht over de nieuwe conceptkerndoelen voor Bewegen en sport. Het komende jaar 2025 wordt gekeken of deze kerndoelen voldoen en bruikbaar zijn in de onderwijspraktijk. In dit artikel wil ik aan de hand van het beweegthema zwaaien, kijken welke mogelijkheden er zijn om aan verschillende kerndoelen aandacht te besteden binnen dit thema. Binnen het beweegthema zwaaien heb ik gekozen voor schommelen als praktijkvoorbeeld en metafoor voor het werken met de nieuwe conceptkerndoelen. Tevens komt de relatie met de doeldomeinen kwalificatie, socialisatie en subjectificatie (Biesta) aan de orde. | Maarten Massink

Van oude naar nieuwe conceptkerndoelen

Tot nu toe hebben we sinds 2006 twee kerndoelen (57 en 58) voor po. Voor onderbouw vo zijn er zes kerndoelen waar we het mee moesten doen wat betreft ons vak bewegen en sport. Sinds november 2024 zijn er nu zeven nieuwe conceptkerndoelen, verdeeld over drie domeinen. Deze zijn door SLO binnen kerndoelenteams ontwikkeld. Het is de komende tijd aan het werkveld te beoordelen of deze kerndoelen voldoen en bruikbaar zijn in de praktijk. (Zie het artikel van Jacob Nienhuis elders in dit magazine; Een wandeling langs nieuwe conceptkerndoelen).

Vooral het onderscheid in drie domeinen dient meer houvast te geven aan de doelen van de lessen bewegen en sport (zie tabel 1). Het is uitdrukkelijk de bedoeling dat de drie onderscheiden domeinen, en ook de zeven kerndoelen, in onderlinge samenhang aan de orde komen. In iedere les bewegen en sport is er sprake van leren bewegen, samen bewegen en betrokken bewegen. Er kan wel sprake zijn van verschillende accenten. Hoe deze in samenhang aan de orde kunnen komen en wat de samenhang is wil ik in dit artikel met schommelen als voorbeeld bespreken.

Scan of klik *hier* naar de conceptkerndoelen

Tabel 1 Overzicht domeinen en kerndoelen Bewegen en sport

Domein	Kerndoel po/so	Kerndoel onderbouw v(s)o
Leren bewegen	1 Deelnemen aan bewegen	1 Deelnemen aan bewegen
	2 Verbeteren beweegvaardigheid	2 Verbeteren beweegvaardigheid
	3 Beweegactiviteit passend maken	3 Beweegactiviteit passend maken
Samen bewegen	4 Bewegen met anderen	4 Bewegen met anderen
	5 Bewegen regelen	5 Bewegen regelen
Betrokken bewegen	6 Oriënteren op beweeg- en sportculturen	6 Oriënteren op beweeg- en sportculturen
	7 Beweegidentiteit ontwikkelen	7 Beweegidentiteit ontwikkelen

Waarom trapeze-schommelen als voorbeeld?

Zwaaien is één van de (verplichte!) beweegthema's. Hoe de school dat gaat invullen mogen zij zelf weten. Schommelen is een mogelijkheid. Er is hier sprake van vrijheid (uitvoering door de school) in gebondenheid (weergegeven in de kerndoelen).

Schommelen is een bijzondere activiteit, die boeiend is voor alle leeftijdsgroepen. Het valt onder het beweegthema zwaaien, samen met hangzwaaien (touwen, ringen, rekstok) en steunzwaaien (trapeze). Het is een bewegingsactiviteit die zowel in po als in vo gedaan kan worden. In de artikelenserie Planmatig verdiepend bewegingsonderwijs van Nick Keijser en Koen Lahnstein in LO Magazine 7 en 8 2024 en LO Magazine 1 2025, wordt een pleidooi gehouden voor het kiezen van beweegactiviteiten voor een langere periode (minimaal drie lessen). Het gaat om beweeguitdagingen waar leerlingen succesvol aan kunnen deelnemen. Het pleidooi is de beweeguitdagingen zo te kiezen dat 90 procent van de leerlingen hieraan direct kan meedoen. Schommelen als zwaaiactiviteit maakt dit mogelijk.

Als het gaat om het beweegthema 'zwaaien' dan is 'trapeze-schommelen' een zeer geschikte activiteit omdat het laagdrempelig is. Alle leerlingen kunnen meedoen. Het heeft ook voldoende uitbouw- en uitvoeringsmogelijkheden om interessant te blijven,



ook in het v(s)o. Door genoemde schrijvers wordt gewezen op het te vroeg laten overstappen van leerlingen naar een volgende uitbouw. Het is belangrijk leerlingen de tijd te geven om te kunnen ontdekken, controleren en experimenteren in de aangeboden beweeguitdaging, in dit geval zwaaien. Schommelen met de trapeze voldoet hieraan.

Een andere reden om te kiezen voor trapeze-schommelen is dat hangzwaaien en steunzwaaien riskante activiteiten kunnen zijn. Er zijn ongelukken gebeurd met leerlingen in zwaaisituaties waarbij leerlingen niet in staat bleken het zwaaien veilig te controleren. Denk hierbij aan 'klokkenluiden' met touwzwaaien waarbij leerlingen richting plafond zijn gegaan en daarna ten val kwamen. Ook met ringzwaaien zijn leerlingen met onvoldoende knijpkracht in verhouding tot lichaamsgewicht ongelukkig ten val gekomen. Bij trapeze-schommelen zijn er mogelijke risico's, maar deze zijn eenvoudiger te controleren. Hierbij spelen andere kerndoelen (genoemd onder 'samen bewegen' en 'betrokken bewegen') een belangrijke rol. Bovendien is schommelen na schooltijd ook vaak mogelijk. Ringzwaaien niet. Daarover straks meer.

De 'gein' van schommelen

De 'gein' (de uitdaging) van trapeze-schommelen is het in de zwaai komen en de zwaai onderhouden of vergroten. Deze uitdaging kan later verbonden worden met de uitdaging van het 'afspringen' (loskomen uit de zwaai en landen). Het trapeze-schommelen kan zowel staand als zittend worden uitgevoerd. Omdat de positie van de schommelaar stabiel is en weinig kracht kost kan het zwaaien lang onderhouden worden zonder dat de veiligheid in gevaar komt. Sommige leerlingen kunnen het eindeloos volhouden. De sensatie van zwaaien in het algemeen zijn de momenten waarop je even 'gewichtsloos' bent en totale ruimtelijke vrijheid ervaart. Dit ervaar je vooral bij de omkeerpunten in de zwaai. Na de gewichtsloosheid word je weer meedogenloos richting aarde gestuurd door de zwaartekracht (gebondenheid). Sensaties als 'kriebels in de buik' en 'wind langs de oren' worden door kinderen ervaren en uitgesproken als het over de 'gein' van schommelen gaat.

Met zwaaien kun je meer snelheid krijgen als je het ophangpunt passeert door gebruik te maken van slingerverkorting (uitstrekken bij opwaartse beweging) en slingerverlenging (in-veren bij neerwaartse beweging). Hierdoor kun je de zwaai vergroten. Dit ervaren kinderen vanzelf in de zwaai. Ze doen dit in de speeltuin en op school.

Voorbeelden van schommelactiviteiten

Nu de kerndoelen en domeinen in de conceptkerndoelen gelijk zijn voor po/so en v(s)o is het qua invulling door de scholen belangrijk goed te kijken naar geschikte schommelactiviteiten voor po/so en v(s)o.

De volgende voorbeelden zijn schommelactiviteiten die geschikt zijn voor zowel po/so als v(s)o:

- zittend schommelen en zwaai onderhouden en eventueel vermeerderen en afremmen of zwaai onderhouden of vermeerderen met een opzetje van een medeleerling;
- zittend schommelen, zwaai vermeerderen en afspringen op een landingsmat in de voorzwaai;
- synchroon-zwaaien met een medeleerling op een trapeze-schommel naast je met of zonder opzetje van een medeleerling, eventueel met (synchroon-)afspringen;
- staand schommelen en zwaai vermeerderen en afremmen, eventueel afspringen na zitten;
- vanaf een kast achter opstappen en staand zwaai vermeerderen, gaan zitten en afspringen;
- vanaf een kast achter gaan staan op trapeze, gaan zitten, de volgende stapt achter op, de eerste springt af en de tweede gaat zitten.

In hun artikelen pleiten Nick Keijser en Koen Lahnstein ervoor om leerlingen de tijd te geven eerst kennis te maken met een beweeguitdaging die voor zoveel mogelijk leerlingen haalbaar is. In de lessenreeks en de opbouw in leerjaren kunnen er steeds meer keuze uitbouwtjes toegevoegd worden waarbinnen variatie in uitvoering mogelijk is zoals verder afspringen, hoger zwaaien, met of zonder opzetje.

Als we kijken naar de drie domeinen (leren bewegen, samen bewegen en betrokken bewegen) zijn er met trapeze-schommelen meerdere kansen om aan te haken bij de zeven kerndoelen. We bespreken de mogelijkheden.

Domein Leren bewegen

Het gaat in dit domein om deelnemen, verbeteren en passend maken.

- deelnemen aan beweegactiviteiten (kerndoel 1); alle leerlingen schommelen waarbij het in zwaai komen en zwaai onderhouden centraal staat.
- beweegvaardigheid verbeteren (kerndoel 2); een beroep doen op verbeteren door zwaai vergroten. Afstemmen en variëren van bijvoorbeeld de zwaaihoogte en de zwaaihulp (opzetje geven), de afspringhoogte en samenwerkend zwaaien (tweetallen synchroon, opstappen met tweetallen).
- passend maken (kerndoel 3); het leren inschatten, kiezen en overleggen over het aanpassen van de situatie door iedere leerling zelf. Denk aan zwaai- en afspringhoogte, vanghulp et cetera.

Domein Samen bewegen

In dit domein gaat het om het bewegen met anderen en het bewegen regelen. Wat betreft bewegen met anderen (kerndoel 4) geldt de doelzin: 'De leerling neemt verantwoordelijkheid voor het samen deelnemen aan bewegen'. Bij deze zwaaiactiviteit is het heel inzichtelijk en invoelbaar dat het geven van een opzetje om duidelijke afstemming vraagt waarbij naar elkaar geluisterd moet worden. Hoeveel zwaai kan en wil de medeleerling aan? Dit is een proces dat vraagt om onderling vertrouwen. De docent maakt hierover afspraken met de leerlingen en de leerlingen dienen



dat onderling en met de docent te bewaken. Het leren verantwoordelijkheid te nemen voor de beweegsituaties is hier belangrijk en draagt bij aan de sociale veiligheid.

Wat betreft het bewegen regelen (kerndoel 5) geldt de doelzin: 'De leerling regelt beweegactiviteiten'. Hierbij gaat het om het uitvoeren van de regeltaken:

- Arrangeren (klaarzetten, aanpassen en opruimen van het arrangement); het neerleggen van matten en plaatsen van kasten. Welke afstand? Het naar beneden halen van de ringen, bevestigen van de trapeze stok en het stellen van de trapeze hoogte.
- Assisteren (verzorgen, beveiligen en coachen); leerlingen geven elkaar aandacht en verzorging bij een 'ongelukje'. Maar geven ook aanwijzingen over zwaaien en hulp bij het afspringen.
- Afspreken van regels (uitleggen, controleren en afstemmen); maken van afspraken over zwaaivolgorde en aantal zwaaien en uitvoering van zwaaien (show of record).

Hierin zijn de regelthema's herkenbaar die gehanteerd worden in het boek 'Samen bewegen regelen' in het basisonderwijs van Chris Hazelebach et al. (2023).

Domein Betrokken bewegen

Dit domein lijkt lastig te realiseren, maar is misschien wel de kern van het leergebied bewegen en sport. Hier wordt genoemd het oriënteren op beweegculturen (kerndoel 6) en het ontwikkelen van beweegidentiteit (kerndoel 7).

Hier liggen mogelijkheden voor de hand voor kerndoel 6. Denk bijvoorbeeld bij schommelen aan het verband leggen met zwaaimogelijkheden in de buurt, op het schoolplein, in speeltuinen en tijdens sportinstuiven en op turnverenigingen.

Leerlingen komen waarschijnlijk met enige ervaring met schommelen in de les. Maar dit kan per buurt, per school, per leerling verschillen. Het is goed deze verschillen te observeren en te inventariseren. Hoe zit het met de zwaai (schommelmogelijkheden) in de buurt? Kunnen leerlingen in de les laten zien wat ze daar 'buiten' al geleerd hebben? En andersom. Kunnen leerlingen dat wat ze in de gymles doen ook daarbuiten voortzetten en verder uitvoeren?

Wat betreft kerndoel 7, ontwikkelen van beweegidentiteit, kun je denken aan motivatie voor schommelen. Het is een repetitieve activiteit die leerling lang kunnen volhouden. De vraag die je kunt stellen; wat maakt schommelen voor jou zo leuk? Wat voel je tijdens het schommelen? Dat kan zijn de 'eindeloze' herhaling van het omkeerpunt (kriebels in je buik, even gewichtsloos zijn). Het halen van een bepaalde hoogte. Het afspringen en zweven over een bepaalde afstand. Het synchroon zwaaien met een medeleerling. Of het samen zwaaien op een schommel met achter opstappen en dat lang op gang houden (recordje maken). Wat is voor jou 'de gein' van schommelen? Dit kun je aan de orde stellen in een kort vraaggesprekje in een groepje, zodat leerlingen ook verschillende motivaties horen van elkaar.

Wat zeker ook belangrijk is bij het ontwikkelen van beweegidentiteit is wat kun/wil jij betekenen voor een ander? Bij schommelen is de veiligheid cruciaal als het gaat om 'samen' schommelen en het hulp geven. Dit kun je aan de orde stellen door de simpele vraag; wie kan een leerlingen noemen die goed is in opzetje geven? Wie doet dat veilig en zorgt dat je hoger kan zonder dat het gevaarlijk wordt en laat je stoppen als jij dat aangeeft? Deze vraaggesprekjes maken duidelijk aan leerlingen wie bijdraagt aan een (sociaal) veilig leerklimaat. En als je die vraag vaak stelt aan leerlingen wordt ook duidelijk dat je dat belangrijk vindt. Maar ook dat je die rol kan vervullen zonder zelf een goede beweger te zijn. Bij het ontwikkelen van beweegidentiteit gaat het niet alleen om het ontdekken van wie ben ik, wat wil ik, wat kan ik? Maar ook uitdrukkelijk om de vraag; hoe wil ik zijn? En hoe wil ik dat anderen mij gaan zien? Hoe kan ik bijdragen aan de positieve ontwikkeling van de ander?

Vrijheid in gebondenheid

Dit laatste is met name wat Biesta bedoelt met subjectificatie. Bij opvoeden gaat het om kwalificatie, socialisatie en subjectificatie. Bij subjectificatie gaat het om het in vrijheid ontwikkelen van een subject; een zelf handelend individu. Een zelf handelend individu handelt in vrijheid. Er dient wel een voorwaarde gesteld te worden aan die vrijheid. Het gaat om 'positieve' vrijheid bij de ontwikkeling van de persoon. Gertjan van Dokkum wijst hierop in zijn boek 'Zelfloosheid'. Positieve vrijheid is de vrijheid die ook anderen de mogelijkheid geeft zich te ontwikkelen en te kunnen worden wie ze willen zijn. Het is een vorm van vrijheid in gebondenheid. In het voorbeeld van schommelen is het aan de orde stellen van de vraag 'hoe wil je zijn als hulpverlener (opzetten met zwaaien)?' een mogelijkheid met leerlingen in gesprek te gaan over vertrouwen geven. Dit heeft ook te maken met de vraag; hoe wil je dat de ander met jou omgaat? Leerlingen kunnen dat zelf ontdekken. Daar waar het vertrouwen wordt geschonden en er gevaar kan ontstaan, dient de docent tijdig op te treden.

In een artikel van Bastiaan Goedhart, Wim van Gelder en Chris Hazelebach (LO Magazine 8, 2024) pleiten zij voor de termen beweegvorming, groepsvorming en persoonsvorming. Ik denk dat de term 'persoonsontwikkeling' beter op zijn plaats is. Persoonsvorming klinkt als het nastreven van een ideaalbeeld dat de docent voor ogen heeft. Ik spreek in navolging van Hester IJsseling liever van persoonsontwikkeling als een proces waarbij in samenspraak tussen docent en leerling een richting gekozen wordt waar ook de leerling een stem in heeft. De docent is als opvoeder wel een filter en soms ook de begrenzer en richtingaanwijzer die leerlingen leert goed om te gaan met vrijheid (Gertjan van Dokkum over positieve vrijheid bonusartikel LO Magazine 1, 2025) en leerlingen de vraag stelt; hoe wil je zijn?

Interessant in deze discussie over vorming en ontwikkeling zijn de volgende websites.
Gert Biesta:
Essay-persoonsvorming-gert-biesta
Persoonsvorming of subjectificatie? Een poging tot verdere verheldering
Hester IJsseling:
Nivoz | Ontwikkeling en vorming, vrijheid en begrenzing

Tot slot

Bij het werken met de conceptkerndoelen hebben we te maken met vrijheid in gebondenheid. De kerndoelen hebben de bedoeling LO-docenten meer houvast te geven in de bedoeling van de lessen Bewegen en sport. Dat is de gebondenheid aan zeven kerndoelen. De doelzinnen geven aan wat het wettelijk kader is. Evenals de zinnen die volgen na de formulering; 'Het gaat hierbij om;...' Verder wordt er nadrukkelijk gesteld dat scholen verder invulling mogen geven hoe deze doelen in te vullen als aan dit wettelijk kader wordt voldaan. Dit is de vrijheid van de scholen. De mogelijkheden worden hiervoor gegeven.

Daarbij is schommelen een mooie metafoor van vrijheid (gewichtsloosheid op het omkeerpunt) in gebondenheid (verbonden blijven met de zwaartekracht) en opvoeden; een samenspel van leiden en loslaten. ●

Bronnen
Scan of klik *hier* naar de bronnen

Contact
m.massink1@upcmail.nl
Foto's
Anita Riemersma
Kernwoorden
conceptkerndoelen bewegen en sport, persoonsvorming, subjectificatie