Planmatig verdiepend bewegingsonderwijs 4

Beweegvorming door aandacht voor persoons- en groepsvorming

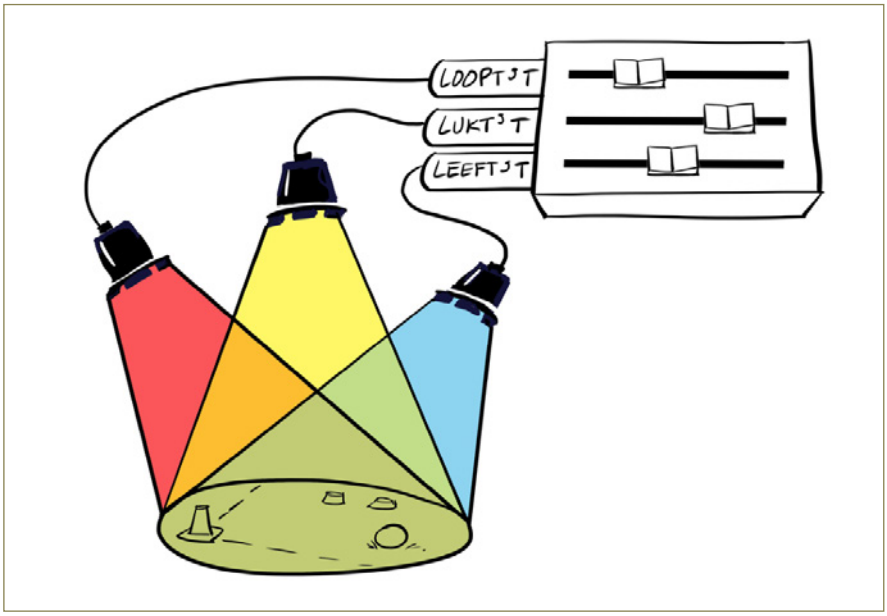
Steeds meer collega's besteden aandacht aan alle drie de doeldomeinen van het bewegingsonderwijs. Die doeldomeinen zijn: Leren bewegen, Samen bewegen en Betrokken bewegen. In het doeldomein Leren bewegen willen we kinderen beter leren bewegen. Dat is een uitdagende taak want een verbetering is ook afhankelijk van de eigen leerbehoefte van het kind en het groepsproces. De meeste vakleerkrachten willen tijdens de les bewegingsonderwijs kinderen graag beter leren bewegen. De interessante vraag is: Wat wil het kind zelf? En wat voor invloed heeft het groepsproces op het beter leren bewegen van een kind? Hieronder een poging om deze vragen te beantwoorden. | Nick Keijser en Koen Lahnstein

De metafoor van de torens

'Leren bewegen', 'Samen bewegen' en 'Betrokken bewegen' is een ordening van ons leergebied bewegen en sport. Het voordeel van zo'n ordening is dat de lesgeefcomplexiteit overzichtelijk wordt. De lesgeefcomplexitiet wordt overzichtelijker door gebruik te maken van de metafoor van de drie uitzichttorens in het beweeglandschap. In het reeds verschenen Handboek loopt't, lukt't, leeft't van Walinga en Koekoek (2024) wordt de metafoor van spotlights gebruikt, zie afbeelding 1.

Hieronder onderzoeken we in welke mate groepsvorming (samen bewegen) en persoonsvorming (betrokken bewegen) invloed hebben op de beweegvorming (leren bewegen). In de beweegvorming gaat het om het aangaan en oplossen van diverse beweeguitdagingen (beweegthema's), die in de tijd uitgebouwd worden in beweeguitbouwen en waar verschillende bweeguitvoeringen mogelijk zijn (zie de vorige artikelen in deze reeks: Planmatig verdiepend bewegingsonderwijs (1) (LO Magazine 7, 2024); Kijkkader voor beweeguitvoeringen (2) (LO Magazine 8, 2024) en Beweeguitbouw en Beweeguitvoering (3) (LO Magazine 1, 2025).

Afbeelding 1 Loopt't, lukt't, leeft't in de spotlights



Groepsvorming en beweegvorming

In een klas weten kinderen al snel wie de goede voetballers, dansers of springers zijn. Deze beweegdiversiteit heeft direct gevolgen voor de groepsvorming. De wijze waarop kinderen naar elkaars activiteiten kijken is van invloed op het leerproces. Bijvoorbeeld het gediffe-rentieerde aanbod van een lage en hoge kast bij het wendspringen is goed voor de beweegvorming, maar voor de groepsvorming ontstaat er een splitsing. Wie gaat naar de hoge en wie naar de lage kast? De kans is groot dat door de sociale druk veel kinderen naar de hoge kast willen. Voor de groepsvorming gaat het misschien prima omdat ze graag bij elkaar willen zijn, maar voor de beweegvorming is het minder gunstig voor de minder goede springers. Het te snel aanbieden van een volgende beweeguitbouw kan zorgen voor een minder hoog niveau van de beweeguitvoering.

De niveauverschillen tussen de kinderen in eenzelfde beweegomgeving zijn belangrijke redenen dat bij de kinderen een bewustzijnsproces op gang komt over hoe zij op een verschillende manier bewegen. De kinderen zien dat niet iedereen op dezelfde beweeguitbouw beweegt en dat kan leiden tot het anders beleven en waarderen van verschillen.



Een ander voorbeeld gaat over het leren van badmintonnen. Kinderen uit groep 5-6 hebben vaak moeite met het overspelen van een shuttle. Alleen de goede en grandioze bewegers lukt het om de shuttle vaak over te spelen. Dit is voor de gewone bewegers vaak een te moeilijke beweeguitbouw. Het is slimmer om het overspelen te starten met een ballon. Daar kunnen hele gave wedstrijdjes mee gespeeld worden waarbij er echt een rally ontstaat. Ook voor groep 7-8 is dat voor gewone bewegers nog een prima activiteit. Eerst starten met het overspelen van de shuttle en daarna terug naar het spelen met de ballon voelt binnen de groep vaak als een achteruitgang. Dit willen veel kinderen dan ook niet, met als gevolg dat de vakleerkracht op weerstand stuit. Als kinderen eerst de activiteit laten ervaren met een ballon en daarna de keuze om naar de shuttle te gaan, zorgt voor een groep gewone en goede bewegers die toch met de ballon blijft spelen. Kinderen hebben de behoefte erbij te willen horen. Veel gewone bewegers willen liever gewoon mee doen met de goede bewegers in plaats van dat ze een andere makkelijke beweeguitbouw mogen doen. Het is aan de vakleerkracht en kind om hier een keuze in te maken.

Persoonsvorming en beweegvorming

De meeste vakleerkrachten waren ooit goede bewegers en denken dat elk kind ook een goede beweger wil worden. Maar dat is niet waar. Niet elk kind wil goed worden, ze zijn al tevreden als het gewoon lukt. Vergelijkbaar met dat bijvoorbeeld niet iedereen in zijn beroep een goede zanger, kok of een schoonmaker wil worden.

Gewone bewegers (niveau 1) zijn al blij dat ze zonder mislukking kunnen meedoen. Zij hebben niet de wens om heel goed te worden en raken soms geïrriteerd door de vakleerkracht die aanwijzingen blijft geven. Doordat de vakleerkracht te moeilijke activiteiten aanbiedt, worden de gewone bewegers overspoeld met goedbedoelde tips. Niet alleen de gewone bewegers hebben niet altijd de behoefte om goed te worden. Ook een goede beweger (niveau 2) wil soms gewoon hetzelfde blijven doen en genieten van het bewegen wat zij al kunnen. De grandioze bewegers (niveau 3) gaan op zoek naar een andere uitvoering binnen de beweeguitdaging. Zij willen het vaak net even ´anders´ doen. Ze willen experimenteren. Vanuit het doeldomein Betrokken bewegen, oftewel de persoonsvorming, kijken we naar de leerwens van de beweger. Die vertalen we naar het doeldomein Leren bewegen, ook wel beweegvorming.

Kinderen hebben een eigen beleving tijdens het bewegen. Ze geven daar een eigen waardering aan. Iedereen weet dat het makkelijker is een leerling iets te laten doen waar deze leerling vanuit een eigen perspectief kan deelnemen. Bijvoorbeeld tijdens de activiteit duikelen aan de ringen. Er zijn kinderen die graag achterover duikelen aan de ringen. De volgende beweeguitbouw is voorover duikelen aan hogere ringen. Er zijn kinderen die een aantal lesdelen gewoon achterover willen blijven duikelen en willen genieten van het achterover bewegen. Zij willen in die les niet leren voorover te duikelen.

Daarnaast kan een kind iets beheersen, maar dat niet plezierig vinden. Het kind kan schommelen, maar wordt daar ook misselijk van. Een kind kan een bal vangen, maar vindt dit nog steeds spannend. Het kan balanceren op hoogte, maar blijft toch wat hoogtevrees houden. Sommige kinderen zijn tevreden als ze steeds kunnen blijven en meedoen en hebben geen interesse in beter worden. Andere kinderen, vooral die op een sport zitten, hebben al een ideaalbeeld

van wat goed is en willen de activiteit in een soort ideale bewegingsvorm uitvoeren. Dit zien we vaak bij kinderen die op turnen zitten. Er zijn ook kinderen die elke keer weer wat anders proberen, de creatievelingen die hetzelfde blijven doen eigenlijk niks vinden en steeds iets anders ervan maken. Dit zien we vaak bij kinderen die op freerunnen zitten.

Bij het beleven en waarderen gaat het om op een duurzame wijze betrokken te blijven bij het bewegen. Met duurzaam bedoelen we dat kinderen vanuit een eigen perspectief blijven deelnemen aan bewegen. Denk aan perspectieven als: beter willen bewegen, plezier, sociaal, gezondheid en welbevinden. De keuze voor de beste leerhulp om het bewegen te verbeteren is mede afhankelijk van de waardering die het kind geeft aan het bewegen en hoe de andere kinderen betrokken zijn bij de activiteit (zie schema hieronder).

De rol van de vakleerkracht

Bij wederzijds contact tussen de vakleerkracht, het kind en andere kinderen kan de leerkracht aansluiten op de beweegmogelijkheden van het kind en leerhulp toevoegen. Wederzijds contact betekent onder andere goed luisteren en kijken naar het kind. Wat wil het kind? Die heeft vaak een beweegwens. Wat wil de vakleerkracht? Die heeft vaak leerdoelen in zijn hoofd. Door samen te reflecteren na een gekozen beweeguitbouw of beweeguitvoering kun je tot een goede beslissing en goed vervolg komen. Een vervolg kan andere leerhulp zijn.

De leerhulp kan bestaan uit arrangement, activiteitopdracht aanpassingen of regelaanpassingen. (AAR). Bijvoorbeeld bij touwzwaaien, de kast iets hoger, probeer een halve draai te maken aan het einde van de zwaai, probeer na vier tussenzwaaien weer te landen op de kast. Voor de goede beweger is deze leerhulp top als deze aansluit bij de wens van de leerling om beter te worden. Voor de gewone beweger is deze leerhulp lastig omdat ze vaak niet beter willen worden, maar liever blijven doen wat ze doen. Matige gewone bewegers ervaren een aanwijzing vaak als afwijzing, waardoor hun zelfvertrouwen daalt. Gewone bewegers die niet beter kunnen worden, vanwege een beperkte motorische basis, blijven meestal niet hetzelfde doen. Ze zoeken vaak naar andere beweeguitdagingen die te combineren zijn met de activiteit, vaak noemen we dit 'creatief spelen'. Het gaat dan niet om het experimenteren met de beoogde beweeguitdaging van de activiteit, maar om het combineren met andere beweeguitdagingen of andersoortige uitdagingen. Het speels hetzelfde blijven doen kan gezien worden als leerwinst voor een gewone niveau 1-beweger die geen niveau 2 wordt en dit speels bewegen heeft vooral verbinding met persoonsvorming.

Niveausprongen

Een niveausprong van gewone naar een goede beweger. Deze bewegers gaan door de expliciete leerhulp van de vakleerkracht over wat efficiënter (beter) bewegen is, een niveausprong maken. Ongeveer 60 procent van de kinderen gaan proberen om beter te worden. Het ene kind heeft baat bij aanwijzingen, andere door een kleine verandering in het arrangement en de derde wordt bijvoorbeeld beter door er een wedstrijd van te maken (regels).

Ook voor de goede bewegers is er een grens van beter worden. Met de beperkte tijd die we in het bewegingsonderwijs hebben, kunnen kinderen niet zo goed worden als op een sportvereniging, waar ze bijvoorbeeld twee uur in de week dezelfde activiteit kunnen oefenen. Heel lang dooroefenen met hetzelfde wordt dan ook voor de goede beweger saai. Daarom willen ze graag dat het arrangement moeilijker wordt, ze willen opnieuw uitgedaagd worden door een moeilijker arrangement, opdracht of regel.

Op dit punt moet de leerkracht kiezen tussen een volgende beweeguitbouw, of op een andere wijze het bewegen moeilijker maken (niveau 3).

Bij een niveausprong van een goede naar een grandioze beweger heeft de keuze voor een moeilijke uitbouw ook gevolgen voor de rest van de klas (40% gewone bewegers). Ook al mogen de kinderen zelf kiezen op welke beweeguitbouw ze mogen bewegen, door de sociale druk zullen ze neigen naar de volgende complexere beweeguitbouw. Hierdoor is de kans groot dat veel kinderen te vroeg gaan, waardoor het succesgevoel en het zelfvertrouwen kan gaan afnemen.

Daarom is het vanuit het belang van de groepsvorming beter om te wachten met de moeilijke beweeguitbouw, maar dan moet er wel iets verzonnen worden voor de hele goede beweger op de eenvoudige optie waar hij/zij al efficiënt kan bewegen.

Die leerhulp voor de hele goede beweger, de grandioze beweger, is de zoektocht naar het zelf problematiseren van de beweeguitdaging (dat is voor iedereen anders) van de betreffende activiteit, bijvoorbeeld door te experimenteren met verschil in tijd, tempo en richting van de uitvoering. Een efficiënte beweeguitvoering weer opnieuw problematiseren, vraagt om een speciale leerhouding van de beweger. En is daarom direct verbonden met persoonsvorming: durft de beweger weer opnieuw fouten te maken. Dit noemen we experimenterend stralend falen.

Conclusie

De invloed van de groeps- en persoonsvorming op de beweegvorming heeft als consequentie dat de beweeguitdaging,

Doeldomeinen Bewegingsonderwijs	**Leerling** Basisbehoeften	**Vakdocent** Kijkvragen
Persoonstoren Betrokken bewegen Persoonsvorming	Autonomie: Plezier Ik wil zelf kiezen	Leeft de motivatie?
Groepstoren Samen bewegen Groepsvorming	Binding: Groepsproces Ik wil erbij horen	Loopt de organisatie?
Beweegtoren Leren bewegen Beweegvorming	Competentie: Prestatie Ik wil het kunnen	Lukt de activiteit?



beweeguitbouw en beweeguitvoering zorgvuldig gekozen moet worden. In het algemeen gaat het om lef van de vakleerkracht om zo langzaam mogelijk de beweegactiviteiten moeilijker te maken. De uitspraak 'het gras groeit niet harder als je eraan gaat trekken', gaat ook op voor beweegontwikkeling. Langzaam lesgeven betekent dat de lesgever begint bij een makkelijk aanbod waar de beweger direct succesvol aan kan deelnemen. Tijdens de les bewegingsonderwijs komen er dan steeds meer beweeguitbouwtjes bij, maar de eenvoudige optie blijft ook mogelijk. Het is aan het kind en vakleerkracht welke beweeguitbouw het meest geschikt is.

Soms kiezen de kinderen voor de minst moeilijke beweeguitbouw zodat de beweeguitvoering op een hoog niveau is. Dat ligt aan de beweegwens van het kind. Soms willen de kinderen met elkaar bewegen op dezelfde beweeguitbouw. Gaat een kind te snel naar een volgende beweeguitbouw omdat zijn vriendjes en vriendinnetjes er ook zijn, kan dat komen door het gevoel erbij te willen horen.

De vakleerkracht wil de kinderen graag beter leren bewegen, maar dient ook rekening te houden met het groepsproces en/of de individuele wens van het kind. Sommige kinderen willen niet beter bewegen maar willen hetzelfde blijven doen. Zij willen lekker genieten van het bewegen op dezelfde beweeguitbouw en op hetzelfde uitvoeringsniveau. Aan de andere kant zijn er ook kinderen met de behoefte erbij te willen horen. Veel gewone bewegers willen liever gewoon meedoen met de goede bewegers in plaats van dat ze een andere makkelijke beweeguitbouw mogen doen. De kinderen geven op basis van hun beleving zelf een waardering aan de activiteit op wat voor manier zij willen meespelen. Door met kinderen in gesprek te gaan en goed te luisteren naar hun beweegwens kun je achter hun voorkeuren komen. Ook samen reflecteren na een gekozen uitbouw of uitvoering is van belang om een goed vervolg te kiezen.

In een volgend artikel (deel 5) gaan we in op de spanning tussen leerdoelen van leerkrachten en beweegwensen van kinderen. ●

Scan of klik *hier* naar de podcast van Erik Hein met Nick Keijser over verdiepend bewegingsonderwijs, de dynamische schooldag en weerbaarheid.

Bronnen
Scan of klik *hier* naar de bronnen

Contact
n.keijser@scodelft.nl
Nick Keijser is docent bewegingsonderwijs en coach Dynamische Schooldag op basisschool De Waterhof en ambassadeur van de Beweegalliantie
k.lahnstein@librijn.nl
Koen Lahnstein is docent bewegingsonderwijs op basisschool Freinetschool Delft

Tekening
John Körver
Foto's
Koen Lahnstein
Kernwoorden
beweegvorming, groepsvorming, persoonsvorming