

Bewegen en sport en burgerschap

Relaties met leren bewegen, samen bewegen en betrokken bewegen

In de conceptkerndoelen voor het leergebied bewegen en sport van SLO (2024) wordt gewezen op de samenhang met andere leergebieden bijvoorbeeld burgerschap. Het topic van dit LO Magazine is 'beweeguitdagingen centraal'. Hoe is de verhouding tussen de conceptkerndoelen van het leergebied bewegen en sport en conceptkerndoelen van het leergebied burgerschap? Komt de beweeguitdaging niet in het gedrang als er aandacht moet zijn voor burgerschap? Of zijn er juist kansen voor het in samenhang werken aan kerndoelen van bewegen en sport en van burgerschap? Zijn hiervan voorbeelden uit de praktijk? In dit artikel een verkenning van mogelijkheden. | Maarten Massink

Relatie burgerschap met bewegen en sport

Het is gemakkelijk een karikatuur te schetsen van een docent bewegingsonderwijs die met de conceptkerndoelen van burgerschap zich opeens docent maatschappijleer voelt die moet uitleggen hoe de maatschappij in elkaar steekt. Maar als je de conceptkerndoelen goed leest kun je ook mogelijkheden zien aandacht te besteden aan kerndoelen van burgerschap. Het ervaren en uitwerken van voorbeelden van goed burgerschap is in ons vak niet alleen mogelijk, maar juist onderdeel van goed (bewegings)onderwijs. Door verbinding met burgerschap kan het leergebied bewegen en sport worden ondersteund en verrijkt. Ik wil dat graag met praktijkvoorbeelden illustreren.

In de conceptkerndoelen burgerschap wordt gewezen op de samenhang met andere leergebieden. Er wordt een beroep gedaan op alle leergebieden te kijken naar het levendig maken van burgerschapsonderwijs. Op bladzijde 8 van de conceptkerndoelen burgerschap staat (Samenhang leergebieden): "Burgerschapsonderwijs speelt zich bij uitstek af op het snijvlak van leergebieden. Alle andere leergebieden bieden belangrijke kennis en vaardigheden aan voor burgerschapsonderwijs. Scholen kunnen zelf kiezen hoe de kerndoelen burgerschap een plaats krijgen in het onderwijs."

Scan of klik *hier* naar de conceptkerndoelen burgerschap



Ons vak wordt ook apart genoemd: "Ten slotte kan burgerschap binnen het leergebied bewegen en sport praktisch worden vormgegeven in spel, samenwerking en omgang met verschillen."

Kansen bij bewegen en sport

Als docent LO denk ik dat ons vak in eerste instantie (en niet 'ten slotte') vorm kan geven aan (goed) burgerschap. Ons vak staat bol van ervaringen die daarmee te maken hebben. Wij bieden niet zozeer kennis als theorie aan, maar wel fundamentele ervaringen en vaardigheden. Ervaringen van leerlingen die samenwerkend met elkaar omgaan, maar ook ervaringen van LO-docenten die zich bij uitstek op school ontwikkelen tot experts als het gaat om leerlingen leren samen te werken. Denk daarbij aan het op rechtvaardige wijze verdelen van de activiteiten over (groepen) leerlingen in tijd en ruimte. En denk aan aandacht voor inclusiviteit; iedereen moet (kunnen) meedoen. Dit zijn overeenkomstige thema's in de leergebieden burgerschap en bewegen en sport.

Waarom zijn juist bij bewegingsonderwijs de kansen op ervaringen van (goed) burgerschap zo talrijk? Omdat in het bewegen veel ervaringen een rol spelen die te maken hebben met (omgaan met) emotie; uitdagen en uitgedaagd worden (fysiek en mentaal), zichtbaarheid van succes en falen, omgaan met winst en verlies, aanbieden en accepteren of afwijzen van (fysieke en mentale) hulp, het samen ontwikkelen van (speelse) beweegsituaties waarin iedereen kan meedoen, omgaan met spanning (fysiek en mentaal) maar ook het kunnen ontspannen op het juiste moment, inleven en kunnen verplaatsen in de gevoelens van een ander. Dit zijn slechts enkele voorbeelden.

Leerlingen bekwaam maken

Het praktisch vormgeven van burgerschap is een fantastische mogelijkheid in ons vak. Ik denk dat iedere docent LO daar iedere les mee te maken heeft. Het is goed dat je als docent ervan bewust bent dat je tegelijk aan burgerschap werkt als je bewegingsonderwijs geeft. Het vormgeven van burgerschap bij bewegen en sport mag in bewegingsonderwijs echter niet ontaarden in (theorie)lessen maatschappijleer waarin geleerd wordt hoe de samenleving in de wereld van bewegen en sport eruitziet. Alhoewel later in het vak BSM (examenpak) en wellicht met profielwerkstukken



Onderling overleg kan vroeg beginnen

Daarmee wordt bedoeld dat we in het bewegingsonderwijs altijd het (beter) leren bewegen in een context aanbieden waarin aspecten van samen bewegen en goed burgerschap een rol spelen. Het is het uitgangspunt van onze lessen. De kerndoelen uit de andere domeinen van bewegen en sport (samen bewegen en betrokken bewegen) ontwikkelen zich samen met het beter bewegen. We maken lesplannen en jaarplannen op basis van de beweegthema's die we binnen leren bewegen aan de orde willen stellen. Samen bewegen en betrokken bewegen horen daarbij omdat leerlingen ook leren verantwoord en zelfstandig deel te nemen.

kunnen leerlingen ervoor kiezen om bepaalde aspecten ook theoretisch aan de orde te stellen. In de reguliere lessen LO en bewegen en sport blijft leren bewegen het uitgangspunt. Maar daarin gaat het vaak om de vraag; hoe geef je met elkaar vorm aan bewegingssituaties in de lessen bewegingsonderwijs? Het opbouwen en aanpassen van bewegingssituaties met elkaar is onderdeel van de les. Leerlingen leren daar een belangrijke rol in te spelen. Dit komt terug in de legitimatie van bewegingsonderwijs van Harry Stegeman die ook in de conceptkerndoelen overeenkomt; leerlingen bekwaam maken voor zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur. Bekwaam maken is meer dan alleen leren bewegen.

Bekwaam maken betekent in deze legitimatie dat je niet alleen leerlingen beter leert bewegen, maar ook werkt aan andere aspecten zoals omgang met elkaar en samenwerken. Gerichtheid op de bewegingscultuur betekent dat er oog moet zijn voor wat er (bewegend) gedaan wordt in de samenleving, daarmee rekening houden (richtpunt), maar soms ook afstand van nemen in het onderwijs. 'Zelfstandig' en 'verantwoord' (zie legitimatie) verwijst naar een kritische houding. Niet alles in de wereld van bewegen en sport is nastrevenswaardig. Dit dient ook in de lessen aan de orde te komen. Denk aan onsportief (respectloos) gedrag en uitsluiten. Leerlingen hiervoor oog laten krijgen

en laten ervaren wat er nodig is het bewegen al spelend verder te ontwikkelen met ontwikkelkansen voor iedereen. Het gaat hier om het ontdekken, ontwikkelen en onderhouden van de juiste speelhouding en zorg voor de (sportieve) leefomgeving.

Het leergebied burgerschap heeft dus relatie met bewegen en sport. De conceptkerndoelen van bewegen en sport zijn verdeeld over drie domeinen; leren bewegen, samen bewegen, betrokken bewegen. Uit alle drie de domeinen wil ik een voorbeeld geven hoe er een relatie is te ontdekken met burgerschap.

Leren bewegen

Het topic van dit LO Magazine is de beweeguitdaging centraal stellen.

Behalve het aangaan van een beweeguitdaging die bijdraagt aan leren bewegen binnen kerndoel 2 (verbeteren van de beweegvaardigheid, beweegthema terugslagspelen), is er ook een uitdaging op gebied van samenwerkend spelen. Je krijgt een wisselende partner. Je speelt met iemand die je niet direct gekozen hebt. Misschien wel een leerling met wie je wel eens ruzie hebt. De uitdaging is qua samenwerken dat je met iedereen die je tegenkomt het spel speelt en over de (menings)verschillen heen stapt en gewoon meedoet. Dit lijkt heel triviaal maar is voor sommige leerlingen een moeilijke opdracht; samenspelen met een leerling door het lot bepaald en niet door jezelf gekozen. Acceptatie van de norm gericht op inclusie ligt hieraan ten

Voorbeeld volleybal

In de jaarplanning staat in een bepaalde periode volleybal klas 1 (vo) op het programma in vier lessen. Er wordt gestart met één tegen één om uiteindelijk te komen in klas 1 tot samenspelen met tweetallen in een twee tegen twee situatie. De zaal is met twee lange toversnoeren liggend in de lengte, verdeeld in twaalf veldjes. Zo zijn er 24 leerlingen tegelijk aan het spelen. Leerlingen kiezen eerst zelf een partner om mee te beginnen. De bal wordt hooggehouden met gooien en vangen boven je hoofd. Na verloop van tijd wordt er doorgeschoven en krijgt iedere speler steeds een nieuwe partner. Dan wordt geëxperimenteerd met drie vormen van over de lijn spelen; tweehandig vangen en gooien (van boven je hoofd), opspelen en tippen, direct spelen. De bewegingsuitdaging is de balbaan goed inschatten en jezelf verplaatsen zodat je onder de bal kan komen en kan vangen of direct tippen. Vervolgens probeer je de bal gericht te plaatsen door tweehandig gooien, of tippen na opwippen of direct spelen. Leerlingen kiezen zelf hun deelnameniveau. Er wordt begonnen met hooghouden. Dat kan later overgaan in het spelen van wedstrijdje met een puntentelling.

grondslag; iedereen doet mee. Soms zijn er gesprekjes nodig (individueel of met een groepje of de hele klas) om deze norm te stellen.

De docent kan hier de uitdaging nog een beetje opschroeven door leerlingen wedstrijdjes te laten spelen waarbij punten worden bijgehouden. Het doorschuiven wordt bepaald met een move-up systeem (winnaar schuift op naar koningsveldje). Het spelen met punten en move-up systeem geeft voor sommige leerlingen een extra moeilijkheid vanwege mogelijke emoties; eerlijk spelen, omgaan met meningsverschillen, tegen je verlies kunnen, tegenstander bedanken, tegenstander tips geven. Dit zijn allemaal elementen die in een les voorkomen en waar een (ervaren) docent mee kan spelen en die direct een relatie hebben met het ervaren van burgerschap-elementen.

Onder kerndoel 1 (schoolcultuur) staat bijvoorbeeld de doelzin (voor po en vo): "De school zorgt voor een democratische cultuur. Het gaat hierbij om: zorgen voor een veilige schoolomgeving met aandacht voor diversiteit en inclusie". Onder kerndoel 2 (diversiteit) staat bijvoorbeeld; "...in gedrag rekening houden met ervaringen en perspectieven van anderen". Het leren bewegen en het samen bewegen zijn altijd samen in ontwikkeling. De accenten die gelegd worden gedurende de lessen kunnen verschillen.

Samen bewegen

Binnen het domein samen bewegen van bewegen en sport zijn er kerndoelen die een relatie hebben met burgerschapsvorming. Ik geef een voorbeeld.

Voorbeeld van het domein Samen bewegen en burgerschapsvorming

Leerlingen werken in de les op drie onderdelen. De zaal is in drie vakken verdeeld (herkenbaar?). Eén van de onderdelen is een (vrij) spel onderdeel, waar leerlingen zelf mogen kiezen welk spel ze gaan spelen. De ruimte waarin ze mogen spelen is beperkt en de wijze waarop gespeeld wordt moet zodanig zijn dat de andere groepen niet gehinderd worden. Na verloop van tijd wordt er van vak gewisseld dus ook de tijd is beperkt. De spelen die gespeeld kunnen worden moeten wel bekend zijn en eerder gespeeld zijn zodat de basisregels duidelijk zijn en vooraf nog even worden herhaald. Regels kunnen gedurende het spelen wel in onderling overleg veranderen en om het spel beter te laten lopen en ervoor te zorgen dat iedereen kan blijven meedoen.



Rekening houden met verschillen

Ook hier zijn variabelen die de opdracht makkelijker of moeilijker kunnen maken. Bijvoorbeeld hoe worden groepen gemaakt? Groepen worden ingedeeld op basis van spelkeuze of keuze van voorkeurs-groepjes. Is de keuze aan spelmogelijkheden vrij of kan er binnen een spelgroep gekozen worden waarbij het speelveld ten dele vastligt, bijvoorbeeld keuze uit netspelen (net hangt er), doelspelen vrije ruimte met keuze uit doel (voetbal, hockey, basketbal...)?

De ruimte kan letterlijk ingevuld worden door leerlingen en de effectieve speeltijd zal bepaald worden door een aantal vaardigheden die een relatie hebben met burgerschapsvorming. Hoe wordt bepaald wat er gespeeld wordt? Hoe wordt er omgegaan met het bepalen van de keuze? Wat doen we met verschillende wensen binnen de groep? Allemaal vragen die rechtstreeks een relatie hebben met kerndoel 5 burgerschap, doelzin po en doelzin onderbouw vo: "De leerling verkent hoe die democratisch handelen in dagelijkse

situaties kan vormgeven. Enkele aandachtspunten;

- communiceren op een respectvolle wijze;
- leren omgaan met de wensen en de stem van de minderheid in besluitvormingsprocessen;
- reflecteren op proces en uitkomsten van inspraak en besluitvorming in de schoolomgeving."

Hoewel de beschrijving wat plechtig overkomt, is dit wel waar volgens mij docenten bewegingsonderwijs in hun lessen met leerlingen mee bezig zijn; hoe bepaal je met elkaar wat we gaan spelen? Daarbij spelen luisteren naar elkaar, respect hebben voor elkaar en omgaan met elkaars meningen een belangrijke rol. Kortom, er zijn kerndoelen binnen burgerschap die overeenkomen met kerndoelen binnen bewegen en sport, domein samen bewegen.

Het lijkt of leren bewegen niet meer centraal staat. Dat is niet waar. Het beter spelen van het spel is het doel van de les. Het samen bewegen speelt daarin een belangrijke rol. Het ontbreken van (sociale) vaardigheden kan belemmerend werken. Door aandacht te besteden aan deze vaardigheden komt dat het (spelend) bewegen ten goede. Als deze belemmering te groot zijn kun je dit 'weg organiseren' door een meer klassikaal gestuurde les. Soms is dat nodig als een overgangsfase. Maar het streven blijft in ons vak leerlingen bekwaam te maken voor 'zelfstandige en zelfverantwoordelijke deelname aan de bewegingscultuur.'

Betrokken bewegen

In kerndoel 4 van burgerschap staat: “...benoemen en waarderen van de eigen bijdrage aan de samenleving in dagelijkse situaties; verkennen van de eigen mogelijkheden om maatschappelijke betrokkenheid vorm te geven.” Dat geldt ook voor het leergebied bewegen en sport.

Je wil graag dat leerlingen betrokken zijn bij beweegactiviteiten en dat ze keuzes maken in hun leven waardoor ze een bijdrage leveren aan een (beweeg- of sportactieve) samenleving. Dat kan vanuit verschillende perspectieven; als beweger of als organisator, trainer, instructeur, scheidsrechter. Ook binnen het bewegen kun je meedoen vanuit verschillende perspectieven. Er zijn verschillende contexten (zie kader met praktijkvoorbeeld).

Het bewust maken van verschillende speelwijze bij ‘levels split’ en ‘levels mixed’ nodigt leerlingen uit na te denken over hun rol als beweger/speler; ben ik alleen uit op het overwinnen van een tegenstander of ben ik ook in staat dienstbaar te spelen zoals nodig bij het ‘levels mixed’ spelen. Ook een minder vaardige speler wordt geconfronteerd met de vraag of hij zich wil laten coachen door een vaardige speler. Accepteert hij zijn dienstbaar spelen en wil deze minder vaardige speler zich zo wel verbeteren? De keuzes die leerlingen maken zijn afhankelijk van de (sociale) veiligheid in de groep. Maar ook afhankelijk van de activiteit of het spel

Praktijkvoorbeeld

Voor we gaan spelen bespreken we met elkaar hoe we groepen gaan maken; met spelniveaus gescheiden of met spelniveaus door elkaar. Spelen we ‘levels split’ (spelvaardigheid-homogene groepen) of ‘levels mixed’ (spelvaardigheid-heterogene groepen)? Dat is een vraag aan de klas. Een geoevende klas weet dat het uitmaakt hoe je met elkaar speelt. In de ‘levels split’ zijn de beweegvaardigheden vrijwel gelijk en probeer je met medespelers en tegenstanders scherp te spelen binnen grenzen van de regels. Bij ‘levels mixed’ speel je als betere speler ‘dienstbaar’ met de medespelers en tegenstander die duidelijk minder vaardig zijn. Je speelt coachend (sparrend) en probeert de medespeler en tegenstander zo te benaderen dat zij zich kunnen verbeteren. Bijvoorbeeld door minder vaardige medespelers veelvuldig en makkelijk aan te spelen in een overzichtelijk ruimte/positie. En door minder vaardige tegenstander ruimte te gunnen om acties te maken.

dat gespeeld wordt. En uiteraard van de persoonlijke voorkeur van de leerling.

Deze aspecten spelen een rol bij betrokken bewegen; beweeg-identiteit ontwikkelen. Hier is een relatie met burgerschap kerndoel 6 (Maatschappelijke vraagstukken):

- “...benoemen welke belangen en perspectieven een rol spelen;
- uitdrukken van persoonlijke idealen en opvattingen;
- reflecteren hoe de eigen identiteit en waarden het handelen kunnen beïnvloeden;
- verkennen welke individuele en collectieve bijdragen aan oplossingen mogelijk zijn.”

Hierin speelt de vraag in hoeverre, of op welke wijze ben ik gericht op de ander? (Gertjan van Dokkum, Zelfloosheid over blinde leiders en

blinde volgers, 2023). Het inleven in de ander is daarbij essentieel. Dit is de basis voor goed burgerschap.

Tot slot

Uitgangspunt (focus) is leren bewegen. Op basis van beweegthema’s van kerndoel 1 uit het domein Leren bewegen maken we onze jaarplannen en lesplannen. Het leren bewegen gaat altijd hand in hand met samen bewegen en betrokken bewegen. Er zijn verbindingen te leggen met burgerschap. Ik denk dat iedere docent bewegingsonderwijs in zijn lessen hiermee bezig is. Bij het leren bewegen is het werken aan vaardigheden binnen samen bewegen en betrokken bewegen inherent aan ons vak. Waar ligt de voldoening van de docent? Bij betere bewegers of betere burgers? Of evenredige aandacht voor beiden? ●



Bronnen

Van Dokkum, G. (2023). Zelfloosheid. www.zelfloosheid.nl

SLO (2024). Conceptkerndoelen bewegen en sport. Verkregen op 1 april, van <https://www.slo.nl/@24240/conceptkerndoelen-bewegen-sport>

SLO (2024). Conceptkerndoelen leergebied burgerschap. Verkregen op 1 april, van <https://www.slo.nl/thema/meer/actualisatie-kerndoelen-examenprogramma/@23473/conceptkerndoelen-leergebied-burgerschap/> Stegeman, H.(2000). Belang van bewegingsonderwijs. Jan Luiting Fonds

Contact

m.massink1@upcmail.nl

Foto’s

Anita Riemersma

Kernwoorden

bewegen en sport, burgerschap, conceptkerndoelen



Spelen in kleine groepen