BONUS

TOPIC PRAKTIJK

Het domein Samen bewegen is regelen met verantwoordelijkheid

Bas (9 jaar) is tijdens het touwzwaaien teamleider van zijn groepje. Hij heeft in de vorige les vanaf de bank met het touw heen en weer gezwaaid. Hij weet de regels en afspraken. Vandaag staat er, naast banken, ook een halfhoge kast bij om van af te zwaaien. De kinderen uit zijn groepje willen dat wel uitproberen. Op het startteken van Bas mogen de kinderen beginnen. Bas kijkt eerst even hoe het gaat en ziet dat het bij de eerste twee goed lukt. Hij zegt: "Wat kunnen jullie lekker zwaaien!". Bas gaat zelf ook lekker zwaaien vanaf de banken en merkt dat het landen op de bank te makkelijk gaat. Bas besluit, in overleg met de groep, om de bank schuin naar achteren te schuiven waardoor het bij de buitenste touwen moeilijker wordt om terug te landen op de bank. De vakleerkracht ziet dit alles gebeuren en geeft Bas een compliment: "Goed dat je kinderen een compliment geeft en de banken verder zet!" De vakleerkracht had al gezien dat Bas oog heeft voor kinderen in zijn groepje en een uitstekende teamleider is. Opeens botsen twee kinderen met de touwen tegen elkaar op. Bas vraagt wie met het huilende kind even water wil gaan drinken. Met de jongen die boos is over het ongeluk, gaat Bas uitzoeken hoe het gebeurd is en zoekt naar een oplossing. Bas gaat met hen in gesprek en lost het conflict op.

Bovenstaand voorbeeld geeft een praktisch beeld van de nieuwe kerndoelen die de kinderen in het doeldomein 'samen bewegen' leren. SLO licht in een aantal artikelen het 'wat' van de conceptkerndoelen toe. Wij vertalen de conceptkerndoelen naar de praktijk, 'hoe' wij onze onderwijskeuzen maken. Dat doen we per doeldomein omdat de kerndoelen van één domein in een onderwijssetting altijd van elkaar afhankelijk zijn. In het 'hoe' we onderwijs geven, komen alle doelen samen. Dit is terug te lezen in onze artikelen Didactiek voor kerndoelen in LO Magazine 2, 3, 4 en 5. Nu beperken we ons tot de samenhang tussen kerndoelen 4 en 5 van het domein Samen bewegen. | Nick Keijser en Koen Lahnstein

Doeldomein Samen bewegen

Dit domein bestaat uit twee kerndoelen (4 en 5):
Kerndoel 4: bewegen met anderen; de leerling neemt verantwoordelijkheid voor het samen deelnemen aan bewegen.
Kerndoel 5: bewegen regelen; de leerling regelt beweegactiviteiten.

De kerndoelen zijn geordend in drie doeldomeinen. Het eerste doeldomein Leren Bewegen gaat vooral over hoe een kind vaardiger wordt in bewegen. Hierover schreven we in het vorige artikel: Het domein leren bewegen is breed, boeiend en beter (LO Magazine 3, 2025).

Het tweede doeldomein gaat over hoe een kind samen met andere kinderen op 'verantwoorde wijze' kan bewegen en samenwerken. Elk individueel bewegen is altijd verbonden met het bewegen van een ander. Bij een tikspel is dat helder want elke vaardigheid van de loper is afhankelijk van een tikker. Ook tijdens het touwzwaaien beïnvloeden beide zwaaiers elkaar. Zelfs



Samen bewegen regelen

in het hoekje van de gymzaal alleen met een bal stuiteren heeft invloed op anderen. Het stuiteren maakt geluid, de stuiteraar neemt ruimte in en mogelijk willen anderen hem nadoen. Tegenwoordig is zelfs een eenzame renner in het bos op Strava te volgen. Vanuit een relationeel mensbeeld is elk (beweeg)gedrag afhankelijk van anderen. Daarom willen we in het beweegonderwijs kinderen leren om op een verantwoorde wijze bewegend met elkaar om te gaan. Dit is niet makkelijk omdat elk kind (zie kerndoel 1, 2 en 3) op een andere wijze beweegt. In een groep is een grote beweegdiversiteit en die verschillen hebben invloed op hoe kinderen met elkaar samenwerken.

Verantwoorde wijze

Het leren verantwoord omgaan met deze beweegdiversiteit is een langdurig leerproces. In dit leerproces speelt de vakleerkracht (en groepsleerkracht in de klas) een belangrijke rol. De leerkracht is eindverantwoordelijk voor wat er in de groep gebeurt, daarom is het van groot belang hoe de leerkracht het samenwerken tussen de kinderen geregeld heeft en op welke wijze kinderen de kans krijgen om deze samenwerking te verbeteren. Daarom vraagt kerndoel 5: het regelen van beweegactiviteiten van de vakleerkracht eerder aandacht dan kerndoel 4: bewegen met anderen. De les moet eerst goed lopen, voordat de kinderen meer verantwoordelijkheid kunnen dragen.

Een praktisch voorbeeld van de ontwikkeling van de regeltaak beveiligen. Kinderen moeten eerst leren hoe je kunt begeleiden, voordat ze meer verantwoordelijkheid krijgen tijdens het helpen van een ander kind. Of kinderen moeten eerst leren wat voor tips en tops er zijn voordat ze op een verantwoorde wijze een goede tip kunnen geven aan een medeleerling. Aan de hand van de tips en tops kunnen kinderen een constructieve bijdrage leveren aan het verbeteren van sociale interacties. We zoomen in op de afzonderlijke kerndoelen zonder de samenhang uit het oog te verliezen.

Bewegen regelen (conceptkerndoel 5)

Sommige vakleerkrachten zijn gewend om alles zoveel mogelijk zelf te regelen in de les beweegonderwijs. ‘s Morgens de zaal opbouwen, kinderen ontvangen, groepen indelen, bepalen wanneer er doorgedraaid moet worden, vangen bij de salto, scheidsrechter zijn bij trefbal en het halen van pleisters voor kinderen met een wondje en weer alleen de zaal opruimen. Tegenwoordig worden de kinderen meer betrokken bij de organisatie van de les, bijvoorbeeld samen opbouwen, opruimen en leerlingen lesjes aan elkaar laten geven. Kerndoel 5 sluit goed aan bij deze vernieuwing. In de loop der jaren worden kinderen betrokken bij verschillende regeltaken. Op onze scholen maken we gebruik van het boek Samen bewegen regelen (Chris Hazelebach et al., 2024) waarin het bewegen regelen is uitgewerkt in drie reguleringsthema’s: arrangeren, assisteren en afspreken (zie tabel 1 op pagina B54).

Arrangeren

Het regelthema ‘arrangeren’ bestaat uit drie regeltaken: op- en afbouwen, herstellen en aanpassen. Vanaf de kleuters beginnen we met opruimen. Tot het einde van de basisschool weten de kinderen dat we met z’n allen verantwoordelijk zijn voor netjes opruimen. Kleuters beginnen met pilonnen en groep 8 ruimt zelfstandig in vijf minuten de hele zaal leeg.

Tijdens veel beweegactiviteiten verschuiven de materialen, bijvoorbeeld de matten, en die moeten dan weer worden rechtgelegd. Dit kunnen groep 3 kinderen al prima. Lastiger is het om een spel weer startklaar te zetten voor de volgende groep, maar ook dat weten de kinderen na verloop van tijd. Eerst alles weer goed terug zetten voordat we door draaien.

De derde taak, het aanpassen, sluit goed aan bij kerndoel 3, waarbij kinderen leren om het arrangement aan te passen naar hun eigen mogelijkheden. Bijvoorbeeld bij wendspringen de plank verder of dichter bij de kast leggen. Dat kan voor elk kind anders zijn. Dit vraagt veel samenwerking van het groepje om dit efficiënt te doen.

Assisteren

In het regelthema ‘assisteren’ onderscheiden we drie regelactiviteiten: verzorgen, beveiligen en coachen. Het beveiligen is iets dat de vakleerkracht op de opleiding heeft geleerd. In het regelthema assisteren leert een vakleerkracht het beveiligen over te dragen aan een leerling. Bijvoorbeeld kinderen die elkaar een handje geven tijdens

Tabel 1 Mengpaneel met bouw- en regelknoppen

Doeldomein	Regelthema	Regeltaak	Regelrol	Regelknoppen
Samen bewegen regelen	Arrangeren van een beweegcontext	Op- en afbouwen	Bouwer	2 bouwknoppen: – Welk materiaal? – Welke bouwinstructie?
		Herstellen	Hersteller	2 herstelknoppen: – Wanneer herstelactie? – Welk doordraaisysteem?
		Aanpassen	Architect	2 aanpasknoppen: – Voor wie aanpassen? – Welke ontwerpruimte?
	Assisteren bij een beweegactiviteit	Verzorgen	Verzorger	2 Verzorgingsknoppen: – Welke fysieke zorg? – Welke mentale zorg?
		Beveiligen	Beveiliger	2 beveiligingsknoppen: – Welke fysieke ondersteuning? – Welke fysieke hulpverlening
		Coachen	Coach	2 coachknoppen: – Welke leerhulp? – Wat is de strekking van de leerhulp?
	Afspreken van regels	Vertellen	Teamleider	2 vertelknoppen: – Hoeveel regels? – Welke functieverdeling?
		Controleren	Scheidsrechter	2 controleerknoppen: – Welke maatregel? – Welke regelovertreding?
		Overleggen	Burgemeester	2 overlegknoppen: – Wanneer bespreking? – Welk belang?

balanceren. Of kinderen die tijdens het saltospringen helpen te ondersteunen bij de rug.

De tweede regeltaak is het verzorgen van een leerling met een fysiek of mentaal ongemak. Bijvoorbeeld als een beweger gevallen is en even getroost wil worden of een pleister nodig heeft. Of als een kind verdrietig is kan er mentale hulp gegeven worden.

Verder is het wenselijk dat leerlingen elkaar leren te coachen door complimenten en aanwijzingen te geven. Het coachen lijkt een lastige regelactiviteit maar kinderen zullen altijd naar elkaar kijken en daar een oordeel over hebben dat ze wel of niet uitspreken. Wij vinden het belangrijk dat leerlingen leren hoe ze elkaar positief kunnen beïnvloeden.

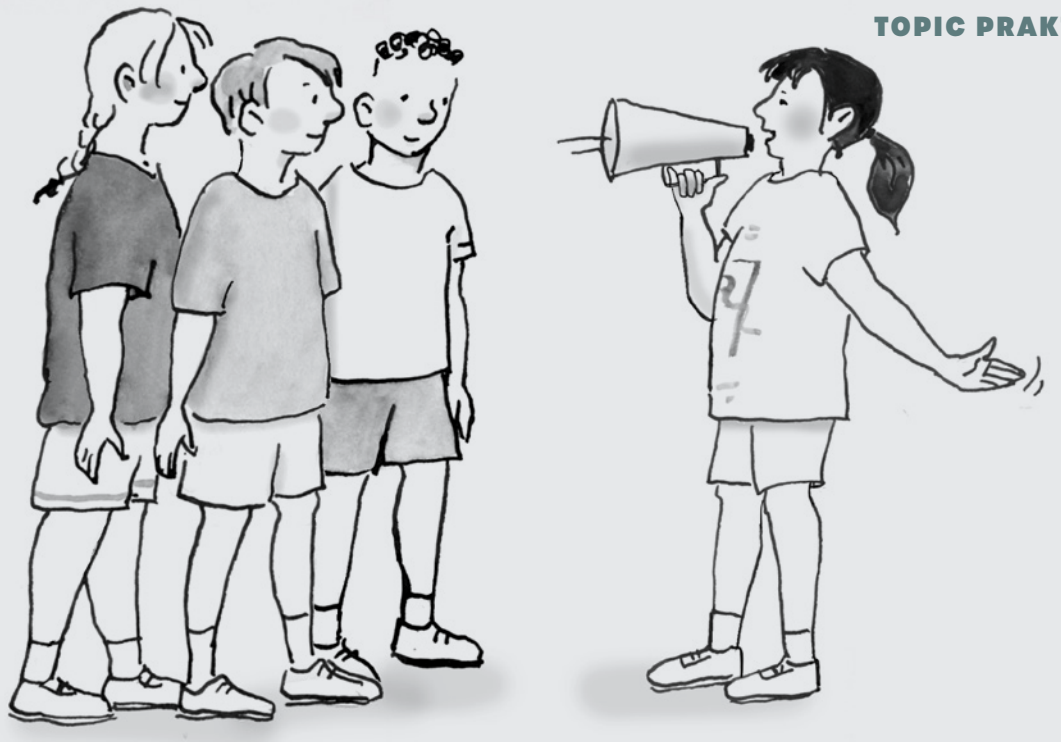


Verzorger

Afspreken

Onderwijs is alleen mogelijk als er regels zijn die de grenzen en wensen van het samenwerken bepalen. De meeste schoolregels liggen vast, maar binnen de klas of gymzaal kan een leerkracht eigen omgangsregels toevoegen. In het regelthema ´afspreken´ onderscheiden we drie regeltaken: vertellen, controleren en overleggen. Afspraken maken zien we terug in alle leefgemeenschappen van kinderen.

Het begint ermee dat leerlingen zich bewust zijn dat er regels zijn die zij moeten volgen. Veel kleuters doen dit zonder te weten welke regels ze eigenlijk volgen. Voor het leren afspreken van regels is het allereerst belangrijk dat een kind de regels kent en dit laat zien door ze uit te spreken. Dit is de regeltaak van vertellen.



Teamleider

Bijvoorbeeld een kind weet wat te doen bij een raak gegooide bal tijdens trefbal.

De tweede regeltaak is dat kinderen elkaar kunnen aanspreken op afgesproken regels. Het aanspreken van andere kinderen op een regelovertreding is een belangrijk punt. Dit noemen we de regeltaak van controleren. Bijvoorbeeld een kind zwaait vijf keer terwijl de afspraak drie keer zwaaien is.

De laatste regeltaak is overleggen. Het is de wens dat kinderen leren om met elkaar regels aan te passen of nieuwe te bedenken. Op het schoolplein, bij de knikkerpot en rond de tafeltennistafel zien we dat kinderen dit al doen. Helaas vaak in het voordeel van de goede beweger of de normdrager van de groep. Daarom willen we de leerlingen leren om het bespreken van regels op een rechtvaardige wijze te doen, zodat elk kind (ook de gewone beweger) evenveel kans krijgt om succesvol deel te nemen.

Regelen is nodig

Regelen is nodig om samen te blijven bewegen. Het samen kunnen uitvoeren van deze regeltaken zorgt ervoor dat kinderen ook later zonder onderwijs in staat zijn om met elkaar te blijven bewegen. Bijvoorbeeld met vrienden in het park, strand of later met de eigen kinderen. Het kunnen regelen kan ook behulpzaam zijn voor de sportverenigingen, want oudere kinderen kunnen bijvoorbeeld jeugdleider of trainer worden van jonge kinderen. Alleen maar zelf goed kunnen bewegen zorgt er nog niet voor dat kinderen hun leven lang blijven bewegen, daar hebben ze anderen voor nodig, daarom is kerndoel 5 zo belangrijk.

In onze didactiek zijn twee regeltaken anders benoemd dan in de conceptkerndoelen. Binnen het thema afspreken is in de conceptkerndoelen voor de regeltaak 'overleggen' het woord 'afstemmen' gebruikt. Voor de regeltaak 'vertellen' is in de conceptkerndoelen het woord 'uitleggen' genoemd.

Kerndoel 5 Bewegen regelen
Doelzin po/so: De leerling regelt beweegactiviteiten.
Het gaat hierbij om:
- arrangeren van de beweegomgeving: op- en afbouwen, herstellen en aanpassen;
- assisteren bij beweegactiviteiten: verzorgen, beveiligen en coachen;
- afspreken van regels: uitleggen, controleren en afstemmen.

Bewegen met anderen (conceptkerndoel 4)

In een les beweegonderwijs zijn de kinderen niet alleen met elkaar aan het bewegen, maar ook met elkaar aan het regelen (kerndoeld 5), zodat ze met elkaar kunnen bewegen. Het zelf bewegen en het bewegen van anderen zijn lastig van elkaar te onderscheiden. Het bewegen kan gezien worden als een individuele vaardigheid, maar in de context van een beweegactiviteit met anderen is het ruimer.

Bewegen in de les beweegonderwijs is altijd samen bewegen. Zeker in een tik- of doelspel gaat het één niet zonder het andere. De speler moet zich aan de regels houden om het spel met anderen te kunnen spelen. Zo zijn er spelers die zich alleen aan de regels houden als er een scheidsrechter is die er op toeziet. In de sport is het soms zo dat je aan een shirtje van je tegenstander kan trekken als de scheids het maar niet ziet. Onderwijs is geen sport en onderwijs vraagt om andere omgangsregels. In onderwijs is het niet wenselijk om aan een shirtje te trekken van een klasgenoot.

Niet alleen de leerkracht, als scheidsrechter, is verantwoordelijk voor de wijze waarop leerlingen met elkaar



Verantwoordelijk omgaan met elkaar

omgaan, de kinderen moeten dit ook zelf leren. Elke leerling dient zelf verantwoordelijkheid te dragen voor zijn eigen gedrag in de omgang met anderen, maar ook medeverantwoordelijkheid te dragen voor de ander. In de sport hoeft de ene partij niet mee te gaan in het gevoel van verlies van de andere partij. Bij ons op school is dat anders. Als een kind altijd maar verliest bij een spel, verwachten we van de betere spelers dat ze daar rekening mee gaan houden door bijvoorbeeld voor zichzelf beperkende regels op te leggen.

Bijvoorbeeld bij het chaosdoelenspel zelf meer pilonnen gaan verdedigen. Het is slim van een goede tikker om eerst alle langzame lopers te tikken, voordat die achter de snelle lopers aangaat. Hoe mooi is het als de goede tikker eerst probeert juist de snelle lopers te tikken en de langzame tikkers meer tijd geeft om het spel mee te spelen? Dan ben je medeverantwoordelijk voor het beweegleerproces van de ander. Ook een kind dat vaak verliest leren we om zelf aan te geven dat de activiteit moet worden aangepast. Ook dan probeer je verantwoordelijkheid voor een gelijke machtsbalans te creëren.

Groepsnorm

De mate van verantwoordelijkheid die kinderen voor zichzelf en voor de ander hebben wordt sterk bepaald door de groepssfeer en minder door de individuele keuzes van een kind. Hoe is de sfeer van de school? En in de andere groepen? Hoe gaan de leerkrachten met elkaar om? Hoe gaan ouders in de wijk met elkaar om? Wat is de straatcultuur?

Binnen de school heeft elke klas een eigen sfeer. De sfeer in het klaslokaal kan anders zijn dan tijdens de les beweegonderwijs. Een klas kan rustig aanvoelen of juist super druk. Een groep kan gezellig, maar ook onsamenhangend of zelfs vijandig zijn. Geen enkele groep is hetzelfde. In elke groep is een bepaalde groepsnorm voelbaar, maar vaak moeilijk benoembaar. Vaak is de groepsnorm bij de meeste groepen wel goed en houden ze zich aan besproken regels. Daar waar dat niet zo is, is het lastiger om de kinderen te leren meer verantwoordelijkheid te nemen. Het gevaar van makkelijke groepen is dat iedereen tevreden is en er niet meer gezocht wordt naar de grens. Bijvoorbeeld kunnen de kinderen nog meer verantwoordelijk en regeltaken aan? Het gevaar daarbij is wel dat er geen uitzonderingen op de regels worden geaccepteerd.

Sociale veiligheid

In een les beweegonderwijs waar kinderen met elkaar bewegen ontstaan er altijd kleine conflictjes, botsingen, regelovertredingen, voordringen, te lang wachten enzovoort. Bewegen roept emoties op. De sfeer tijdens de les beweegonderwijs wordt sterk gekleurd door de emotie van onze kinderen en hoe ze op elkaar reageren. Of beter gezegd de manier waarop zij met hun emoties als opwinding, irritaties, blijheid, boosheid, angst en verdriet omgaan en dat uiten naar andere kinderen. De bedoeling van dit kerndoel is dat kinderen verantwoordelijkheid nemen voor de emoties die er in de les ontstaan. Hoe los je een regelconflict op als de ander heel boos is of verdrietig of heel bazig. Er is sociale

veiligheid nodig om dit met elkaar goed op te lossen. De leerkracht speelt op de achtergrond een grote rol. Zijn waarden en normen werken impliciet door op de kinderen. Maar ook de waarden en normen van thuis. Een kind dat thuis alleen luistert als er gedreigd wordt, zal langer in de klas doorzeuren. Sfeer wordt dan gedefinieerd als een verzameling van persoonlijke belevingen en hoe je dit inzet in groepsverband. Het verwijst naar onderlinge samenhang van belangen, wensen, gevoelens en gedachten (en daarmee samengaand gedrag) over de deelname aan de activiteit met anderen

Het dragen van eigen verantwoordelijkheid voor het gedrag samen met anderen ligt op de grens met het volgende domein 'betrokken bewegen'. Het gaat daar om het opbouwen van een eigen beweegidentiteit, hoe ben ik als beweger samen met anderen? Daarover gaat de volgende tekst.

Normdragers

In de les moet iedereen zich in principe aan dezelfde regels houden. In elke klas zijn er kinderen die een grote invloed hebben op de groepssfeer, dat worden de 'normdragers' genoemd. Als de normdrager meewerkt en hetzelfde wil als de vakleerkracht, dan lijkt de les als vanzelf te lopen. Er zijn normdragers die kunnen steunen, maar ook het lef hebben op een waardige wijze met de leerkracht in discussie te gaan over de regels en normen die de leerkracht belangrijk vindt. De normdrager kan ook voor lastig gedrag zorgen, omdat zijn of haar invloed erg groot is. Die invloed kan de normdrager gebruiken door zich te verzetten tegen de regels van de vakleerkracht.

Niet voor alle kinderen is het makkelijk om zich aan te passen aan de groepssfeer en de normen van de leerkracht. Bijvoorbeeld door hun beweegniveau hebben ze eigen regels nodig om te kunnen blijven meedoen, of omdat ze niet lang kunnen stilzitten en graag staand naar de leerkracht luisteren. Daarom is het wenselijk dat kinderen leren om ook afwijkingen op de regels te accepteren. Bijvoorbeeld een kind dat vaak naast de leerkracht mag zitten tijdens de uitleg zodat die beter kan opletten terwijl andere kinderen op de grond voor de leerkracht moeten plaatsnemen.

Afstemmen

Kerndoel 4 is een lastig leerdoel omdat het vraagt om precieze afstemming met een kind. Hoeveel verantwoordelijkheid kan een kind dragen voor het groepsgebeuren? Wij koppelen de verantwoordelijkheid (kerndoel 4) allereerst aan het deelnemen aan beweegactiviteiten (zie kerndoel 1, 2, 3) en aan het uitvoeren van de regeltaken (kerndoel 5). Wanneer dit succesvol verloopt kan een leerling ook zelf meer verantwoordelijkheid dragen. Hoe het kind deze verantwoordelijkheid persoonlijk draagt komt aan de orde in het derde doeldomein 'betrokken bewegen'.

Kerndoel 4 Bewegen met anderen
Doelzin po/so: Doelzin onderbouw v(s)o: De leerling neemt verantwoordelijkheid voor het samen deelnemen aan bewegen.
Het gaat hierbij om:
- bijdragen aan een sociaal veilige leeromgeving;
- constructief bijdragen aan sociale interacties in een klas, groep of team;
- omgaan met mogelijkheden, gedrag, opvattingen en beleving van de ander;
- afstemmen van het eigen handelen op verschillende regels en uitvoeringswijzen;
- accepteren van regels en uitkomsten.

Tot slot

Kinderen zijn tijdens de les beweegonderwijs met elkaar aan het bewegen en ook met elkaar aan het regelen. Binnen de les willen we de kinderen steeds meer regeltaken leren zodat ze met elkaar leren samenwerken. Samenwerken om beweegsituaties op te bouwen, op te starten, op de gang te houden en weer af te ronden. De beweegdiversiteit tussen kinderen, zorgt voor complexiteit in het samenwerken. De vakleerkracht dient hierover na te denken zodat kinderen leren op een sociaal rechtvaardige wijze met elkaar bewegen.

De structuur en het samen regelen heeft directe invloed op de (leef/werk) sfeer in de groep. Afhankelijk van de 'school,- en klassfeer', kan de vakleerkracht hieraan een positieve bijdrage leveren. In de volgende tekst lichten we het domein betrokken bewegen toe. Hier komt de persoonlijke beleving en waardering van het kind aan de orde. ●

Bronnen
Curriculum.nu (2025). Geraadpleegd op 1 april 2025, van *https://curriculum.nu/*
Keijser, N. & Lahnstein, K. (2025). Didactiek voor kerndoelen. *LO Magazine 113*(2), 17-19.
Keijser, N. & Lahnstein, K. (2025). Springen tussen de kerndoelen. *LO Magazine 113*(3), B52-B55.
Mooij, C., Van Berkel, M., Consten, A., Danes, H., Geleijnse, J., Van der Graft, M., Hazelebach, C., Koekoek, J. Van der Greft, M., Pieters, L., Danes, H. & Tjalsma, W. (2011). *Basisdocument Bewegingsonderwijs voor het Basisonderwijs* (6e herziene druk). Jan Luiting Fonds.
SLO (2024). Conceptkerndoelen bewegen en sport. Verkregen op 1 april, van *https://www.slo.nl/@24240/conceptkerndoelen-bewegen-sport*
SLO (2024). Toelichtingsdocument conceptkerndoelen bewegen en sport. Verkregen op 1 april, van *https://www.slo.nl/publicaties/@24241/toelichtingsdocument-conceptkerndoelen*
Hazelebach, C. e.a., (2024) *Samen bewegen regelen*. Jan Luiting Fonds

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

Tekeningen
Jolet Leenhouts
Foto
Koen Lahnstein
Kernwoorden
domein Samen bewegen, regeltaken, sfeer