

# Conceptkerndoelen, nieuw lessenplan 1

Hoe de nieuwe kerndoelen een kans zijn het domein leren bewegen meerjarig, doelgericht en creatief te ontwerpen?

**Op de ALO Amsterdam stellen we onszelf tot doel alle kinderen goed, vaak en met plezier te laten bewegen zodat de kans groter wordt dat ze dat een leven lang blijven doen. Deze ambitie vraagt van docenten (in opleiding) dat ze op een meerjarige, doelgerichte en creatieve wijze bewegingsonderwijs kunnen aanbieden zodat de enorm diverse leerlingenpopulatie waar we voor opleiden beter leert bewegen. In dit artikel geven de auteurs een indruk hoe dat invulling krijgt in de praktijk en vanuit welke onderbouwing.** | Klaas Boomars en Ronald Mijzen

Scan of klik *hier* naar de conceptkerndoelen bewegen en sport



## Leren Bewegen: breedte, diepte en eigen mogelijkheden

Leren bewegen is één van de drie domeinen die met Samen bewegen en Betrokken bewegen het raamwerk van de nieuwe kerndoelen omvatten (zie tabel 1). Deze drie doeldomeinen

zijn altijd in verbondenheid aanwezig bij het voorbereiden, uitvoeren en evalueren van onderwijs. In dit artikel zoomen we specifiek in op het domein Leren bewegen. Met de belangrijke noot vooraf: alle keuzes binnen Leren bewegen hebben een effect op Samen bewegen en Betrokken bewegen.

## Ontwerpen van leren bewegen

De sectie/docent heeft binnen de school de verantwoordelijkheid om een lesprogramma te ontwerpen dat leerlingen de kans biedt alle

kerndoelen te leren in alle leerjaren. Voor het ontwerp van het onderwijs betekent dit dat een sectie/docent weloverwogen keuzes maakt bij het stellen van leerdoelen per jaar. Het nieuwe beroepsprofiel stelt: De leraar LO is verantwoordelijk voor het leergebied bewegen en sport op school (vakinhoudelijk handelen) en de manier waarop het leergebied leerbaar wordt gemaakt voor leerlingen (vakdidactisch handelen) (KVLO, 2025).

Voor het domein leren bewegen gebeurt dit in de praktijk op dit moment vaak op activiteitsniveau waarbij in het po de leerlijnen vaak als kapstok dienen en in het vo vaak de Big Five/domeinen (spel, turnen, atletiek, zelfverdediging en bewegen & muziek). In de nieuwe kerndoelen zit de ambitie om dit voor zowel po als vo in de toekomst vanuit de beweegthema's te ordenen zodat de ervaren 'knip' tussen groep 8 po en de brugklas vo vermindert.

### Domein Leren bewegen

De brede beweegontwikkeling wordt in kerndoel 1 geordend vanuit beweegthema's waarin ieder beweegthema een gezamenlijke beweeguitdaging heeft. Het verbeteren van de beweegvaardigheid in kerndoel 2 wordt geduid vanuit een cyclisch leerproces dat de leerling in staat stelt de diepte van leren bewegen op te zoeken. Het passend maken van de beweegactiviteit in kerndoel 3 ten slotte gaat over de actieve rol die de leerling inneemt bij het afstemmen van het bewegen op de eigen mogelijkheden (zie tabel 1).

**Tabel 1** Overzicht domeinen en kerndoelen Bewegen en sport

Domein	Kerndoel po/so	Kerndoel onderbouw v(s)o
<b>Leren bewegen</b>	Deelnemen aan bewegen	Deelnemen aan bewegen
	Verbeteren beweegvaardigheid	Verbeteren beweegvaardigheid
	Beweegactiviteit passend maken	Beweegactiviteit passend maken
<b>Samen bewegen</b>	Bewegen met anderen	Bewegen met anderen
	Bewegen regelen	Bewegen regelen
<b>Betrokken bewegen</b>	Oriënteren op beweeg- en sportculturen	Oriënteren op beweeg- en sportculturen
	Beweegidentiteit ontwikkelen	Beweegidentiteit ontwikkelen

Een tweede observatie is dat het curriculum/schoolwerkplan op dit moment vaak meer gericht is op het aanbieden van een activiteitsgebied in de diverse leerjaren en minder ingericht is op leerdoelen die centraal staan in de betreffende leerjaren. Daarbij blijkt ook uit het peilingsonderzoek van de inspectie van onderwijs in 2018 dat de diverse activiteitsgebieden niet allemaal volwaardig aan bod komen.

Scan of klik *hier* naar het peilingsonderzoek van de inspectie van onderwijs in 2018



Het beschrijven van leerdoelen door de jaren heen biedt kansen om als sectie/docent doelgerichter en samenhangender onderwijs aan te bieden dan wanneer alleen de activiteitsgebieden beschreven staan waarbinnen individuele docenten keuzes maken die in samenhang niet per se leiden tot een doorlopende leerlijn voor de leerling. Je kunt dus zeggen dat bij het ontwerpen van onderwijs de constructieve afstemming waarbij er samenhang is tussen doelen, toetsing en leerinhouden versterkend werkt voor de kwaliteit van het onderwijs. En ook dat het collectief maken van keuzes tot een sterker curriculum leidt dan wanneer iedere docent hier individuele keuzes in maakt (Sealy, 2020).

### De leerdoelen door de jaren heen

Door leerdoelen per bewegingsthema te beschrijven, wordt de indruk gewekt dat van iedere leerling wordt verwacht dat dit doel ook gehaald wordt. Het heeft echter een meer overkoepelende bedoeling: met het benoemen van leerdoelen per bewegingsthema per jaar ontwerp je als sectie/docent een grof fundament waarin je de breedte van het leren bewegen borgt en de diepte van het leren bewegen en het passend maken van het bewegen richting geeft. Daarnaast dwingt het ontwerpen van dit fundament de sectie/docent om na te denken hoe de doelen door de jaren heen in complexiteit oplopen en hoe de leerdoelen in de vroegere jaren samenhangen met de doelen in latere jaren. Het principe van backward chaining (Behets, 2016) is hierbij een veelgebruikte methode. Bedenk eerst wat je aan het einde van het leerproces je leerlingen geleerd wil hebben en redeneer dan terug naar vroegere leerjaren en passende leerdoelen.

Om dit op een systematische wijze te doen helpt het de leerdoelen zo te kiezen dat deze doelen dicht bij



Thema stoeien en treffen. Materiaal afpakken.

Tabel 2 Voorbeeld doelspelen

Doelspelen:	Voorbeeld 1 (uit de praktijk)	Voorbeeld 2 (naar Weeldenburg et al, 2016)
<b>Groep 7</b>	Lummelspel in vrije ruimte (leerlijn doelspelen)	3-2 voetbal op drie doelen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• breed maken driehoek</li> <li>• overzicht houden</li> <li>• pass op maat</li> </ul>
<b>Groep 8</b>	Eindvakbal met stuiten (leerlijn doelspelen)	3-2 handbal op één doel: <ul style="list-style-type: none"> <li>• breed maken driehoek</li> <li>• keuzes maken pass, schot</li> <li>• pass op maat</li> </ul>
<b>De knip tussen po en vo</b>		
<b>Klas 1</b>	Dribbelen, passen, schieten (activiteit basketbal)	3-3 basketbal met een focus op: <ul style="list-style-type: none"> <li>• overzicht houden in balbezit (keuze dribbel, pass, schot)</li> <li>• loskomen van verdediger</li> <li>• in kansrijke schietpositie komen</li> </ul>
<b>Klas 2</b>	Lay-up (activiteit basketbal)	4-4 frisbee met een focus op: <ul style="list-style-type: none"> <li>• pass op maat</li> <li>• overzicht houden</li> <li>• loskomen van verdediger</li> </ul>

de bewegingsuitdaging van het beweegthema liggen en dat er een aantal heldere criteria is die richting geven aan de activiteiten die binnen het bewegingsthema worden aangeboden.

### Een voorbeeld op schematisch niveau (zie tabel 2)

Beweegthema: doelspelen  
Beweeguitdaging: "Met een

speelvoorwerp een tegenstander passeren om dicht bij het doel te komen, of in de positie komen een doel te raken terwijl de tegenspeler probeert het speelvoorwerp te onderscheppen en/of het doel te verdedigen. Ook wel: passeren en onderscheppen." (Conceptkerndoelen SLO, 2024)

Hoewel het schema maar beperkt inzicht geeft in de daadwerkelijke inhoud van de lessen wordt hopelijk wel duidelijk dat voorbeeld 2 als uitwerking van een grof fundament qua leerdoelen, succescriteria en doorlopende leerlijn meer kansen biedt dan voorbeeld 1.

Voorbeeld 2 biedt zicht op doelgerichte lessen waarin systematische herhaling op de genoemde succescriteria de kans vergroot (ten opzichte van voorbeeld 1) dat leerlingen op lange termijn vaardiger worden in het domein Leren bewegen. Het schematisch formuleren van leerdoelen per leerjaar geeft tevens richting aan het uitwerken van de doelen en succescriteria voor Samen bewegen en Betrokken bewegen.

**Van beweegthema naar doelgerichte transfers**

Deze ordening per beweegthema op doel- en criterioniveau kan de indruk wekken dat de vijftien beweegthema's één voor één aan bod komen

gedurende een aantal lessen per leerjaar. Het fundament is niet bedoeld als afvinklijst waarbij de lessenreeksen apart na elkaar worden aangeboden. Naast variatie en creativiteit is er vanuit leren bewegen een belang dat transfers binnen de les en lessenseries bijdragen aan een bredere beweegontwikkeling, een dieper leren bewegen en meer mogelijkheden om het bewegen passend te maken voor de individuele leerling (Rink, 2006). Deze transfers kun je zoeken binnen een beweegthema. Zo laat de kolom voorbeeld 2 zien dat de activiteiten voetbal, basketbal, frisbee gemeenschappelijke tactische succescriteria hebben binnen doelspelen.

**Transfer van coördinatieve vermogens**

Transfers kun je ook breder zoeken vanuit een combinatie van meerdere beweegthema's (Coté, 2007). Dit doe je door op een ander niveau dan de beweeguitdaging te zoeken naar overlap. De variatie van

beweeguitdagingen binnen een les of lessenserie heeft op langere termijn positieve gevolgen voor de coördinatie van de leerling en de robuustheid van het leren bewegen (Bernstein, 2014).

Een manier om deze transfers gericht en doelbewust te zoeken is het uitgangspunt van de coördinatieve vermogens die tezamen het beweeggedrag in relatie met de omgeving omvatten (Wormhoudt, Teunissen, Savelsbergh, 2016). De coördinatieve vermogens worden beschreven in zeven vermogens die altijd present zijn in een beweegcontext, maar die ook kunnen dienen als richtinggevend principe van diezelfde beweegcontext:

- 1 Aanpassingsvermogen
- 2 Evenwichtsvermogen
- 3 Koppelingsvermogen
- 4 Kinetisch differentiatievermogen
- 5 Ruimtelijk oriëntatievermogen
- 6 Reactievermogen
- 7 Ritmischvermogen

**Tabel 3** Voorbeeld van ruimtelijk oriëntatievermogen als vertrekpunt van een lessenserie

<b>Ruimtelijk oriëntatievermogen als vertrekpunt van een lessenserie</b>		
<b>Doelspelen</b>	<b>Criteria</b>	
<b>3-3 Basketbal</b>		
criterium 1	Overzicht houden	Als een speler in balbezit is dan kijkt hij continu over de bal heen om te weten waar teamgenoten en tegenstanders zich bevinden. Een vrije of kansrijke medespeler wordt direct aangespeeld.
criterium 2	Uit de schaduw komen	Een speler kan vrijlopen door uit de schaduw van de directe tegenstander te komen voor een vervolgactie.
criterium 3	Kansrijke positie innemen	Door een loopactie zo dicht mogelijk bij het doel loskomen van je directe tegenstander en na balontvangst een doelpoging ondernemen.
<b>Draaien</b>		
<b>Salto voorover</b>		
criterium 1	Afzetfase	De lichaamshouding gaat van verticaal gestrekt naar bolle houding (knieën vast).
criterium 2	Rotatiefase	De leerling kan zich na de afzet klein maken en weer helemaal uitstrekken voor de landing.
criterium 3	Landingsfase	De leerling landt in het verlengde van de aanloop/afzet.
<b>Stoeien &amp; treffen</b>		
<b>Materiaal afpakken</b>		
criterium 1	Verdedigen	De leerling zorgt ervoor dat het eigen lichaam door duwen en trekken tussen de tegenstander en het materiaal blijft.
criterium 2	Aanvallen	De leerling beweegt duwend en trekkend de tegenstander zodat het materiaal binnen bereik komt.
criterium 3	Uitlokken	De leerling beweegt zich om de tegenstander heen en laat een aanval inzetten om zelf een aanval in te zetten.



Thema doelspelen. Basketbal, overzicht houden.

### Ruimtelijk oriëntatievermogen Een voorbeeld (zie tabel 3)

Coördinatief vermogen: Ruimtelijk oriëntatievermogen  
Beweegthema's: doelspelen, draaien, stoeien & treffen

Bij ruimtelijk oriëntatievermogen gaat het om de oriëntatie van de beweging ten opzichte van de omgeving en het koppelen van acties op basis van die informatie/perceptie. Dit kan binnen alle beweegthema's aan de orde zijn. In dit voorbeeld zijn er drie bewegingsthema's waarbij de leerdoelen en criteria zijn gekozen met ruimtelijk oriëntatievermogen als gemene deler. Binnen doelspelen gaat dit om de plaats van het speelvoorwerp, medespelers en tegenspelers in het speelveld. Bij draaien gaat het om de oriëntatie ten opzichte van de ruimte/omgeving gedurende het roteren en bij stoeien en treffen de oriëntatie ten

opzichte van de medeleerling, het stoei-/trefmateriaal en/of de grond.

Hoewel ook dit schema slechts deels inzicht geeft in de volledige praktijk van deze lessenserie is wel te zien hoe drie beweegthema's vanuit de ordening van coördinatieve vermogens gezien een gemene deler bevatten. Deze gemeenschappelijkheid op coördinatief vermogen is richting de leerling niet noodzakelijk om te expliciteren, op docentniveau zijn het weloverwogen combinaties vanuit de ambitie om doelgericht, creatief en systematisch bewegingsonderwijs aan te bieden waarin de brede ontwikkeling van leren bewegen altijd doel van de les is en tevens leerkansen biedt voor de doelen uit de domeinen Samen bewegen en Betrokken bewegen.

Door op deze wijze te kijken naar leerdoelen en beweegthema's bewust

te combineren kunnen gedurende de leerjaren alle beweegthema's meerdere keren per jaar terugkeren in lessenseries/-reeksen waardoor de kans op een leereffect groter is dan wanneer dit één lessenreeks per leerjaar zou zijn. (Carpenter, 2020)

### Vervolg

Met dit artikel willen we collega's uitnodigen om eerst per beweegthema op doelniveau het gesprek aan te gaan over het ontwerp van het curriculum, vervolgens criteria te formuleren die deze doelen expliciteren en daarna pas het gesprek voeren over de bijpassende activiteiten, zodat leerlingen een doorlopende leerlijn op de beweegthema's ervaren gedurende de hele schoolcarrière. Daarnaast hebben we voor het ontwerpen van onderwijs passend bij die doelen vanuit coördinatieve vermogens transfers zichtbaar gemaakt binnen ruimtelijk oriëntatievermogen. Dit als voorbeeld hoe dat bij de andere coördinatieve vermogens ook zou kunnen vanuit de diverse beweegthema's.

In een volgend artikel zullen we ons richten op het lesgeven binnen een dergelijk curriculum. Hierbij zal het handelen binnen de lessituatie centraal staan. Met als doel dat het handelen van de docent gedurende de lestijd doelbewust bijdraagt aan het leerproces van de leerling. ●



### Bronnen

Scan of klik *hier* naar de bronnen



### Contact

*k.a.boomars@hva.nl*

**Klaas Boomars** is opleidingsdocent bij de ALO Amsterdam en lid van het ontwikkelteam actualisatie kerndoelen & eindtermen bewegen en sport  
*r.mijzen@hva.nl*

**Ronald Mijzen** is opleidingsdocent bij de ALO Amsterdam en medeverantwoordelijk voor het werkplekleren

### Foto's

Anita Riemersma

### Kernwoorden

conceptkerndoelen, curriculum, leren bewegen, transfer