Domein Betrokken bewegen: beweegidentiteit ontwikkelen 1

De nieuwe kerndoelen gaan over 'wat' een leerling moet leren en scholen bepalen 'hoe' de kerndoelen onderwezen worden. Wij proberen in onze teksten toe te lichten 'hoe' wij het onderwijs vormgeven. Dat doen we per doeldomein omdat de kerndoelen van één domein in een onderwijssetting van elkaar afhankelijk zijn en het voor vakleerkrachten een duidelijk beeld schetst hoe de kerndoelen in de praktijk eruit kunnen zien. In '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. In deze twee artikelen beperken we ons tot de samenhang tussen kerndoelen 6 en 7. Deel 1 is een algemene introductie over het domein betrokken bewegen en een beschrijving van kerndoel 7: beweegidentiteit ontwikkelen. Deel 2 gaat over kerndoel 6: oriënteren op beweeg- en sportculturen. We starten met kerndoel 7, want het beter kennen van je eigen beweegidentiteit is behulpzaam bij het oriënteren in de beweeg- en sportcultuur. | Nick Keijser en Koen Lahnstein

Leeft de motivatie om te bewegen in verschillende contexten?
Bas (10 jaar) houdt van voetballen. Dat doet hij bij de voetbalvereniging, in de buurt, tijdens het buitenspelen op school en in de les beweegonderwijs. Hij is de beste voetballer van zijn groep. Tijdens het voetballen op het plein geeft Bas een klasgenoot een schouderduw en pakt de bal af. De tegenpartij wil een vrije trap. Hij zegt: "een schouderduw mag bij voetbal, doen we ook tijdens de echte voetbalwedstrijd". Bas gaat naar de vakleerkracht die ook op het plein staat om zijn gelijk te halen. De vakleerkracht zegt: "Bas, je hebt gelijk op de club mag dat, maar op school gebruiken we andere regels. Wij willen dat spelers rekening houden met elkaar. Voor de veiligheid van de tegenspeler mag je geen schouderduw geven". Bas is wat in de war en zegt:"voetbal is toch voetbal". De vakleerkracht legt rustig uit dat voetballen op school en bij de voetbalvereniging niet hetzelfde is. Op de voetbalvereniging mag je een schouderduw geven en slidings maken. Daar wordt gevoetbald op gras. Op het schoolplein voetballen we op stenen, het is dan niet veilig om een tegenstander een duw te geven of over de grond te 'sliden'. Op school, waar kinderen minder vaardig zijn, heb je ook de verantwoordelijkheid om zorg voor elkaar te dragen. Bas loopt wat bozig weg. De vakleerkracht ziet een week later dat Bas tijdens een duel om de bal geen duw meer geeft. Hij heeft geleerd om meer rekening te houden met zijn klasgenoten.

Aanleiding

Bovenstaand voorbeeld geeft een praktisch beeld van de nieuwe kerndoelen die de kinderen in het doeldomein 'betrokken bewegen' leren.

Doeldomein	Kerndoel
Leren bewegen	1 Deelnemen aan bewegen
	2 Verbeteren beweegvaardigheid
	3 Beweegactiviteit passend maken
Samen bewegen	4 Bewegen met anderen
	5 Bewegen regelen
Betrokken bewegen	6 Oriënteren op beweeg- sportculturen
	7 Beweegidentiteit ontwikkelen

Doeldomein 'betrokken bewegen'

Het derde doeldomein is misschien wel het meest vernieuwende voor onze vakwereld. De domeinen Leren bewegen en Samen bewegen zijn meer bekend. In dit domein gaat het om persoonswording (subjectificatie), wat Biesta (pedagoog) het belangrijkste doeldomein voor het onderwijs vindt. Zeker op onze basisscholen is de wording van elk kind de kern van ons pedagogisch handelen. Het vormgeven van dit domein met twee kerndoelen is niet eenvoudig, zeker in het basisonderwijs waar de kinderen minder bewust onderzoekend en reflectief bekwaam zijn dan in het voortgezet onderwijs. Toch is het in de huidige tijd nodig dat kinderen leren na te denken over en bewust te kiezen voor datgene waar hun voorkeuren en wensen naar uitgaan voor een grotere kans op een leven lang bewegen.

Het doeldomein 'betrokken bewegen' heeft twee kerndoelen. Zie de omschrijving van deze twee doelen op de volgende pagina.

Deze zinnen geven aan wat er in dit doeldomein geleerd moet worden door een kind. De leerkracht mag zelf bepalen hoe groot of klein deze doelen uitgewerkt worden. Bijvoorbeeld reflecteren op de eigen beweegontwikkeling kan met de vraag "Ben je tevreden met wat je in

Kerndoel 6: Oriënteren op beweeg- en sportcultuur

Doelzin po/so:
De leerling toont begrip van beweeg- en sportculturen en stemt het handelen daarop af.

Het gaat hierbij om:
- oriënteren op beweeg- en sportculturen;
- onderscheiden van verschillende contexten: deelnemers, locaties, organisatievormen;
- onderscheiden van verschillende motieven en doelen die mensen hebben bij deelname aan beweegactiviteiten;
- inzicht tonen in hoe bewegen kan bijdragen aan gezondheid en welbevinden;
- spelen, bewegen en handelen op een manier die passend is bij de context.

Kerndoel 7: Beweegidentiteit ontwikkelen

Doelzin po/so:
De leerling onderzoekt welke vormen van bewegen passen bij eigen voorkeuren.

Het gaat hierbij om:
- verwoorden welke ervaringen en welke beleving bewegen oproept;
- vergelijken van eigen interesses, kwaliteiten en motieven met die van de anderen;
- beschrijven hoe ervaringen worden beïnvloed door de context;
- reflecteren op de eigen ontwikkeling in het bewegen;
- kiezen van vormen van bewegen.

deze les geleerd hebt?“ Of met de vraag “Wat wil je van wendspringen nog beter leren uitvoeren?” In onderstaande tekst geven wij aan hoe wij op onze scholen vormgeven aan dit doeldomein.

Doeldomein Betrokken bewegen

In het eerste doeldomein Leren bewegen over beweegvorming leert het kind (de persoon) deelnemen aan beweegactiviteiten en is onderdeel van een beweegactiviteit. In het tweede doeldomein Samen bewegen over groepsvorming is het kind deel van een ander groter geheel, namelijk de groep. In dit derde doeldomein Betrokken bewegen over persoonswording staat het kind zelf, als uniek persoon centraal. Deze uniciteit van een kind staat nooit los van wat het kind doet (bewegen) en met wie die dat doet (groep).

In het beweegonderwijs hoopt de vakleerkracht dat een kind leert om meer intrinsiek gemotiveerd te raken om een waardevolle bijdrage te leveren aan de beweegactiviteit en aan de groep (beweegcontext). De intrinsieke motivatie gaat over de voorkeur of wens die een kind heeft tijdens het deelnemen aan een beweegactiviteit. Dat kan een wens zijn om beter de beweegactiviteit uit te voeren en/of beter samen te werken met de anderen en/of om meer te genieten van wat al lukt.

Wanneer een kind beter weet welke beweegwens belangrijk is, dan kan de leerkracht daarop aansluiten en het kind weet dan ook beter wat die buiten de gymzaal context bewegend wil doen. Dit besef van voorkeuren en beweegwensen zorgt er hopelijk voor dat kinderen na schooltijd ook bewegen in de buurt, op het schoolplein, thuis en bij de sportvereniging. Kinderen ontdekken op deze manier waar hun eigen (beweeg)wens meer of minder past in de verschillende beweeg- en sportcontexten. In het domein Betrokken bewegen gaat het om persoonswording zodat kinderen gemotiveerd en betrokken blijven bij het bewegen in diverse beweeg- en sportcontexten.

In onze vorige tekst (domein Leren bewegen en Samen bewegen) hebben we de uitwerking van de kerndoelen in volgorde omgedraaid om duidelijker te maken hoe de vakleerkracht op een didactische wijze met de kerndoelen kan omgaan. Ook nu doen we dit. We starten met kerndoel 7, want het beter kennen van je eigen beweegidentiteit is behulpzaam bij het oriënteren in de beweeg- en sportcultuur.

Beweegidentiteit ontwikkelen

Bij binnenkomst in de gymzaal, tijdens het buitenspelen, in de pauze op school of bij de sportvereniging zijn kinderen vaak razend enthousiast en willen ze gelijk starten met bewegen. Ze hebben allerlei voorkeuren en wensen die voortkomen uit hun eigen beweeg- en sportgeschiedenis en omgeving. Wensen zijn er al voordat de kinderen mogen bewegen. Als een vakleerkracht op school kinderen tegenkomt spreken zij hun wensen uit. “Gaan we vandaag tikkertje doen, freerunnen of verstoppertje?” Als de voetbaltrainer de spelers tegenkomt, vragen ze om een ´partijtje´ te spelen.

Naast de wens voor een specifieke beweegactiviteit zijn er ook andere wensen. Bijvoorbeeld om samen met je vriendjes te spelen. Kinderen hebben talloos veel wensen. Daarom is het handig om beter zicht te krijgen over welke wensen van belang kunnen zijn. Hiervoor gebruiken wij de theorie van de basisbehoeften (Stevens/Deci en Ryan). De wensen verwijzen naar drie basisbehoeften van een kind: de behoefte aan autonomie, binding (relatie) en competentie (ABC). De mate waarin deze basisbehoeften vervuld worden geeft inzicht in de beweeg-identeitsontwikkeling van een kind. Deze ordening van de basisbehoeften geeft een didactisch houvast bij het onderwijzen van de ontwikkeling van de beweegidentiteit.

Competentie als onderdeel van beweegidentiteit

Competentie betekent dat een kind iets kan en in de toekomst mogelijk nog meer gaat kunnen. Het gaat in het beweegonderwijs om het proces van groeien en bekwaam worden om deel te nemen aan de beweeg- en sportcultuur. De meeste vakleerkrachten waren ooit bewegers met veel en goede competenties en daarom hopen ze dat elk kind ook een goede beweger wil worden. Maar in de praktijk blijkt dit niet te kloppen, waardoor de beweegidentiteit van de vakleerkracht op dit onderdeel verschilt van de meeste kinderen.



Het valt ons op dat steeds meer kinderen niet meer goed willen worden in bewegen, ze zijn al tevreden als de beweegactiviteit gewoon lukt. Dit heeft onder andere te maken dat de competentie verschillen tussen kinderen steeds groter worden. Er zijn kinderen die na schooltijd niet meer buitenspelen en vooral achter het scherm zitten en kinderen die vier keer in de week naar een sportvereniging toegaan. De competentie tussen kinderen verschilt ook omdat niet iedereen dezelfde motorische aanleg heeft. Dit is vergelijkbaar met het cognitieve vermogen van kinderen, niet iedereen kan op een universiteit studeren. Veel oefenen kan helpen, maar niet iedereen heeft de vermogens om dat te bereiken.

Competentie van een kind in een beweegcontext heeft te maken met de beweeguitvoering binnen de activiteit (beweegvorming). De competentie van een gewone beweger is anders dan van een goede beweger en daarom zal de beweegidentiteit ook anders zijn. Het is lastig voor de vakleerkracht om te erkennen dat de meeste kinderen helemaal geen goede beweger willen worden. Een kind heeft zelf vaak wel door dat die ten opzichte van de andere kinderen tot de gewone bewegers hoort en niet tot de goede bewegers. Voor veel kinderen is dat prima, ze zijn tevreden met wat ze kunnen. De competentie van een kind is sterk afhankelijk van het aangeboren motorische vermogen van een kind. Een kind dat een betere conditie heeft zal eerder een goede hardloper worden dan een kind met minder uithoudingsvermogen. Een kind dat een beter gevoel voor evenwicht heeft zal beter zijn in balanceeractiviteiten. Een kind dat al langere tijd op voetbal zit, zal beter zijn in het schieten van een bal dan een kind die dat nooit doet.



De competentiebehoefte van een kind gaat niet alleen over bewegen. Tijdens het deelnemen aan een beweegsituaties maakt een kind gebruik van nog veel meer competenties. Bijvoorbeeld taal-, reken-, drama-, bouw-, leiderschapscompetenties enzovoort. Het gebruik van taalcompetenties is belangrijk voor het begrijpen van de uitleg en de aanwijzingen van de leerkracht over de leeraspecten van de beweeguitvoering. Het begrijpen van technische aanwijzingen vraagt van een kind een redelijk taalvermogen. Het kunnen vertellen wat je moeilijk vindt tijdens de wendsprong gaat beter als je woorden kent om dat te benoemen. Maar ook het inschatten van afstanden bij het verschuiven van de springplank bij wendspringen vraagt om rekenvaardigheden. In het kerndoel over beweegidentiteit staat dat het kind hierover kan beschrijven, verwoorden, vergelijken en reflecteren. Deze taalcompetenties worden bij het ouder worden belangrijker en beïnvloeden daarmee de beweegontwikkeling.

Bij jongere kinderen zijn taalcompetenties van minder belang dan andere competenties. Zo kan een kleuter bij het mikken graag gebruikmaken van zijn bouwcompetenties door eerst een huis te bouwen voordat de blokken worden omgegooid. De verbeeldingscompetentie combineren kleuters als ze doen of ze boeven zijn die getikt moeten worden. Maar ook oudere kinderen kunnen fantaseren dat ze bij het voetballen Messi zijn. De afstemming van al die verschillende competenties met beweegcompetenties kan belangrijke informatie geven over de beweegidentiteit van het kind .

Binding als onderdeel van de beweegidentiteit

Binding gaat over de behoefte om betrokken te zijn bij een ander en je geliefd en verzorgd te voelen. Deze behoefte is wederzijds, je wil ook dat bepaalde anderen zich bij jouw betrokken, geliefd en verzorgd voelen. Door binding weet je dat je deel uitmaakt van een gemeenschap met betekenisvolle relaties. De binding van een kind start in het ouderlijk gezin en dat blijft voor de meeste kinderen de belangrijkste en diepste binding. In de klas/groep is voor elk kind die gezamenlijke binding anders dan thuis en ontstaat er een specifieke groepsbinding, die we herkennen aan de 'sfeer' in de groep (zie domein Samen bewegen). Een vakleerkracht die elke 45 minuten een andere groep krijgt weet dat die zich telkens moet aanpassen aan die specifieke groepssfeer.

In de les beweegonderwijs is de bindingsbehoefte met medeleerlingen van groter belang dan met de vakleerkracht. Met de medeleerlingen gaat die elke dag om en de vakleerkracht ziet die maar twee keer in de week. In die 45 minuten is het voor een vakleerkracht lastig om invloed te hebben op de 'bindingsbehoefte' van een kind.

Het is de taak van de vakleerkracht om een organisatievorm en sfeer te creeren waardoor de kinderen elkaar op een positieve manier ontmoeten. Met elkaar bewegen is een prettige manier om elkaar te ontmoeten en te experimenteren met bindingsbehoeften. De hoop is dat alle kinderen in de klas goed met elkaar leren omgaan, maar de praktijk leert dat er ook kinderen zijn tussen wie er geen klik ontstaat of zelfs elkaar niet aardig vinden. Het is van belang dat een kind leert welke binding met anderen positieve of negatieve gevolgen heeft voor zijn eigen persoonlijk functioneren. Dat leren gebeurt door vriendschappen en ruzies en alles er tussen.

Een vakleerkracht kan wel een belangrijker bindingsfiguur worden als die meer dan zes jaar op dezelfde basisschool lesgeeft en een kind elk jaar opnieuw lesgeeft. Soms kent de vakleerkracht, door al die jaren, het kind

beter dan de groepsleerkracht van groep 7 die een kind maar één jaar lesgeeft. Soms is de vakleerkracht de enige man op de basisschool wat ook invloed heeft op de binding.

Uiteindelijk gaat het bij de bindingsbehoefte om een veilige plek in de groep. Hoor ik erbij, mag ik mee doen? Het antwoord op deze vraag hangt niet alleen van de groep af, maar ook hoe het kind zichzelf ziet. Deze vraag gaat uiteindelijk over de derde behoefte; autonomie.

Autonomie als onderdeel van beweegidentiteit

We hebben over competentie en binding gesproken als twee belangrijke behoeften van een kind. De behoefte aan autonomie ligt het dichtst bij de kern van persoonswording. Het gaat over de authentieke wijze waarop iemand in een groep beweegt. Autonomie ligt tussen binding en competentie in. Competentie geeft aan wat iemand kan en binding geeft aan hoe iemand daarmee een plek in de groep heeft. Dan blijft de vraag of een kind dat zelf ook zo ervaart. Heeft een kind een realistisch beeld van wat die kan en hoe die in een groep ligt?

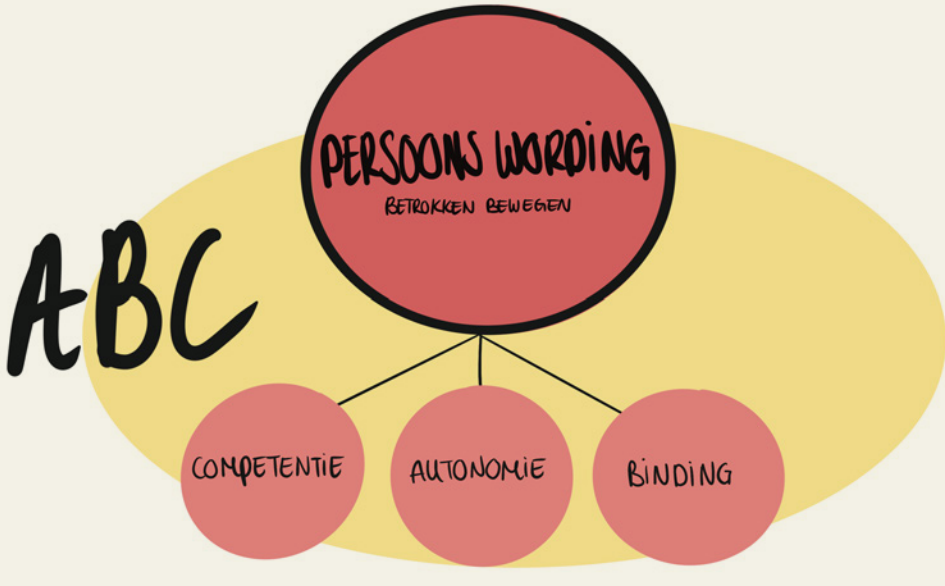
Binding en competentie van een kind zijn voor de leerkracht makkelijker zichtbaar dan autonomie. Hoe een kind zichzelf ziet (zelfbeeld) blijft gedeeltelijk een geheim. Op een bepaalde leeftijd kan een kind vertellen hoe die zichzelf ziet, maar dat zijn woorden die nog veel verhullen. In het beweegonderwijs hoeven we niet alles van de binnenwereld van een kind te weten. We zijn vooral benieuwd naar hoe het kind het deelnemen aan een beweeg- en sportcontext waardeert. Vindt het kind de activiteit leuk, spannend, moeilijk, saai enzovoort. Deze waarderingen hebben direct te maken met de beweegwensen die kinderen hebben.

Het leren verwoorden van je eigen beweegwensen en waarderingen gaat niet vanzelf en vraagt om ondersteuning van de leerkracht. Meestal kunnen goede bewegers makkelijker vertellen wat ze willen dan gewone bewegers. De goede bewegers kunnen bewust kiezen wat ze willen leren, vaak is dat de beweegactiviteit beter willen uitvoeren. Voor gewone bewegers is dit lastiger. Zij lopen het risico dat ze kiezen voor datgene wat de groep wil of wat de goede bewegers doen. Dit imitatiegedrag past bij gewone bewegers en daarom is het fijn als er in de groep grandioze bewegers zitten die bereid zijn om te experimenteren met de ideale beweeguitvoering. Door te experimenten gaan deze bewegers ook fouten maken, waardoor er een groepssfeer ontstaat dat 'fouten maken' bij de les hoort. Hierdoor kan een gewone beweger zich identificeren met mede-klasgenoten die ook soms een fout maken. Dit vraagt van de grandioze bewegers wel dat zij in staat zijn hun eigen fouten positief te waarderen. Het besef dat je van fouten leert is soms voor goede bewegers lastig. Ze willen alleen maar alles goed doen. Het streven naar perfectie kan de ontwikkeling van autonomie behoorlijk in de weg zitten. De beweegwens om te experimenteren van de grandioze beweger (beweegidentiteit) helpt de gewone beweger om niet gericht te zijn op het 'ideaalplaatje' van de goede beweger, maar op de autonomie-behoefte om op een 'eigenwijze' de beweegactiviteit uit te voeren en weer fouten durven te maken.

Het gesprek over beweegidentiteit

Hierboven hebben we beschreven dat competentie, binding en autonomie een ordening is die helpt om de beweegidentiteit en de persoonswording beter te duiden (zie figuur 1). Het begrijpen van de persoon begint voor ons vanuit de andere twee doeldomeinen: leren bewegen en samen bewegen. De beweeguitvoering (leren bewegen) heeft een relatie met competentie en de sfeer (samen bewegen) heeft een relatie met binding.

Figuur 1 Autonomie, binding en competentie als onderdelen van de persoonswording en betrokken bewegen





Het gaat er bij beweegidentiteit ontwikkelen om dat de leerling daadwerkelijk op een eigen, unieke en persoonlijke manier meedoet aan de activiteiten. Het leveren van maatwerk vraagt hierbij grote deskundigheid van de vakleerkracht. Hij moet namelijk niet alleen proberen aan te sluiten bij het niveau van bewegen (beweegcompetentie), maar ook bij bindings- en autonomiebehoefte van elke leerling. Alleen observeren is te weinig om deze behoeften te achterhalen. Het voeren van gesprekken met kinderen kan daarbij goed helpen.

Het bevragen van kinderen wat ze ervaren tijdens het bewegen is niet makkelijk. Meestal gebeurt dit door gesloten vragen, bijvoorbeeld vond je het leuk om te doen? Het stellen van open vragen is beter, maar basisschoolkinderen missen vaak woorden om te benoemen wat ze ervaren. Het samen bespreken van iemands beweegidentiteit vraagt om een langdurig leerproces van zowel het kind als de leerkracht. Op onze scholen maken we gebruik van een klassenboekje (ervaringsschriftje) waar kinderen tijdens de les in mogen schrijven over wat ze ervaren hebben.

Bijvoorbeeld een kind schreef onlangs in het klassenboek dat klimmen in het wandrek een lekker gevoel geeft in de buik. Eenmaal bovenaan gekomen verdwijnt dat lekkere gevoel, door naar beneden te kijken geeft het een voelbare spanning in de armen. Na een stukje terug klimmen en diepspringen vanaf het wandrek naar de mat, kwam het fijne gevoel weer terug. Het kind schreef dat ze trots was om van zo'n hoogte te springen nadat ze bang was geweest.

Een vakleerkracht weet wat die doet, kan benoemen wat die voelt en is in staat daar gedachten over te formuleren. Een kind moet dit nog leren. Een vakleerkracht kan daarbij helpen door vragen te stellen over wat een kind net gedaan heeft en over wat die daarbij voor gedachten heeft. Een derde vraag kan gaan over wat die gevoeld heeft tijdens het bewegen. Op grond van deze doe-, voel- en denkvragen (DVD) krijgt het kind langzaam woorden voor wat die ervaart tijdens het bewegen. Deze zelfkennis is een belangrijk element van de eigen beweegidentiteit. Met deze DVD-inzichten kan een kind en leerkracht samen onderzoeken welke vervolgen in de les wenselijk zijn. Zie artikel 'Bewegen waarderen, hoe doe je dat?' (Keijser en Lahnstein, LO Magazine 8, 2023). Jonge kinderen hebben nog weinig woorden om hun impliciete ervaringen te formuleren, daarom zal een leerkracht moeten helpen om erachter te komen. Oudere kinderen kunnen dit al beter en zelfs 'te goed'zeggen wat ze wel of niet willen doen.

Inzicht in de eigen competenties, gezamenlijke bindingen en zelfkennis over het doen, voelen en denken zijn belangrijke factoren om eigen voorkeuren en beweegwensen te formuleren. De beweegwensen en voorkeuren zijn voorwaarde om op een 'eigen wijze 'een keuze te maken om na school te blijven deelnemen aan onze beweeg- en sportcultuur. Het zesde kerndoel is daarop gericht en gaat over het oriënteren op bewegen en sportculturen. Dit kerndoel geeft de context aan waarbinnen kerndoel 7 over de beweegidentiteit ontwikkeld kan worden. Dit kerndoel geeft aan dat een leerling zich niet alleen in het beweegonderwijs zich moet ontwikkelen, maar ook in de klas, tijdens buitenspelen, in de buurt, op de sportvereniging en thuis. In het volgende deel gaan we dit kerndoel nader toelichten. ●

Bronnen
Scan of klik *hier* naar de bronnen

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

Foto's
Koen Lahnstein
Tekening
Linda Welker
Kernwoorden
domein Betrokken bewegen, oriëntatie op de sport en beweegculturen, beweegidentiteit ontwikkelen