

Domein Samen bewegen.

Kerdoel 4: Bewegen met anderen en kerndoel 5: Bewegen regelen 5

Dit artikel is onderdeel van een artikelenreeks over de de conceptkerndoelen voor het leergebied bewegen en sport. De reeks begint in LO Magazine 2 met een introductie en overzicht van alle kerndoelen (Nienhuis, 2025). De reeks is vervolgd met artikelen over de drie kerndoelen uit het domein leren bewegen: kerndoel 1 Deelnemen aan bewegen (Nienhuis & Boomars, 2025), kerndoel 2 Verbeteren van de beweegvaardigheid (Koekoek e.a., 2025) en kerndoel 3 Bewegingactiviteit passend maken (Koekoek e.a., 2025). In dit vijfde artikel staat het domein Samen bewegen centraal en worden kerndoel 4 (KD4) Bewegen met anderen en kerndoel 5 (KD5) Bewegen regelen toegelicht. Ook wordt de samenhang tussen beide kerndoelen zichtbaar. | Corike van de Merwe, Katrijn Opstoel en Nick Keijser



Inleiding

Het overkoepelende domein Samen bewegen bestaat uit twee kerndoelen: kerndoel 4 (KD4) Bewegen met anderen en kerndoel 5 (KD5) Bewegen regelen. Beide kerndoelen richten zich op de gezamenlijkheid in het bewegen. Toch hebben beide kerndoelen hun eigen perspectief en onderscheidende inhoud. KD4 benadrukt het houdingsperspectief, hoe gaan leerlingen met elkaar om bij het deelnemen aan bewegen? Bewegen met anderen wordt niet als een leervoorwaardelijk doel of een algemene brede vaardigheid gezien, maar als een vakspecifiek doel dat relevant is voor de ontwikkeling van leerlingen als bewegers. KD5 benadrukt regeltaken die een leerling kan uitvoeren in een bewegingcontext. Het gaat in dit kerndoel om de beweegdiversiteit, die er altijd is tussen leerlingen, op een sociaal rechtvaardige wijze te organiseren als groep.

In dit artikel lichten we beide kerndoelen toe aan de hand van vier beweegactiviteiten. Voor KD4 zijn dit acrogym (po) en stoeien (onderbouw vo). Voor KD5 zijn dit kingen (po) en baseball5 (onderbouw vo). Deze voorbeelden helpen je om de doelen voor te kunnen stellen in de context van een les. In tabel 3 staat per aspect uitgewerkt wat leerlingen laten zien.

Kerdoel 4 Bewegen met anderen

In de vakwereld wordt al langere tijd veel waarde gehecht aan het sociale aspect van deelnemen aan bewegen,

dat is niet nieuw. Tot nu toe was bewegen met anderen in de kerndoelen niet of slechts heel globaal uitgewerkt. In kerndoel 58 (po) staat: "De leerlingen leren samen met anderen op

Tabel 1 Conceptkerndoel 4 Bewegen met anderen*

Doelzin po/so:	Doelzin onderbouw v(s)o:
De leerling neemt verantwoordelijkheid voor het samen deelnemen aan bewegen.	De leerling neemt verantwoordelijkheid voor het samen deelnemen aan bewegen.
Het gaat hierbij om:	Het gaat hierbij om:
<ul style="list-style-type: none"> • 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. 	<ul style="list-style-type: none"> • 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.
Te denken valt aan:	Te denken valt aan:
<ul style="list-style-type: none"> • leerlingen betrekken het hele groepje bij acrogym; • leerlingen motiveren elkaar tijdens de uitvoering van een kracht- en conditiecircuit; • leerlingen accepteren dat de ene leerling de bal mag vasthouden en de andere de bal direct doorspeelt; • wanneer een conflict ontstaat komen leerlingen er samen uit, met eventueel hulp van de leerkracht; • leerlingen accepteren deelname aan een groepje met wisselende samenstellingen. 	<ul style="list-style-type: none"> • leerlingen betrekken het hele groepje bij het voorbereiden en uitvoeren van een show; • leerlingen moedigen elkaar aan tijdens het hardlopen, ongeacht het resultaat; • leerlingen accepteren dat de ene leerling de bal mag vasthouden en de andere de bal direct doorspeelt; • wanneer een conflict ontstaat komen leerlingen er samen uit door hoor en wederhoor toe te passen en begrip te hebben voor elkaars mening; • leerlingen accepteren deelname aan een groepje met wisselende samenstellingen.

* In tabel 1 is het eerste deel met 'Doelzin' en 'Het gaat hierbij om' wettelijk. In het tweede deel 'Te denken valt aan' staan voorbeelduitwerkingen.

een respectvolle manier aan bewegingsactiviteiten deel te nemen". In de kerndoelen voor onderbouw vo staat bewegen met anderen iets concreter beschreven: "De leerling leert tijdens bewegingsactiviteiten sportief te zijn, rekening te houden met de mogelijkheden en voorkeuren van anderen, en respect en zorg te hebben voor elkaar" (kerndoel 56). Toch geven beide kerndoelen nog veel ruimte voor eigen invulling, of wat leerlingen precies moeten kunnen of kennen als het gaat over het bewegen met elkaar. De uitdaging voor de actualisatie was om de kerndoelen concreter te maken en scholen meer houvast te geven (Nienhuis e.a., 2023), zo ook voor dit kerndoel. Zie tabel 1 voor de volledige uitwerking van kerndoel 4.

Verantwoordelijkheid nemen

KD4 is een ingewikkeld kerndoel. Het vraagt om precieze afstemming van de leraar met een leerling. Hoeveel verantwoordelijkheid kan een leerling dragen voor 'het groepsgebeuren'? De mate van verantwoordelijkheid voor het samen deelnemen aan bewegen die een leerling kan nemen, wordt bepaald door de beweegcontext. Een beweegcontext kan variëren in wat, waar, wie, waarom en de wijze waarop. Bijvoorbeeld, het is belangrijk om goed na te denken over hoe de groepjes worden gemaakt vanuit het perspectief van samenwerken en verantwoordelijkheid nemen (wie?). Het is bijvoorbeeld minder complex om met vriendjes of vriendinnetjes samen te werken in een groep dan met leerlingen waar geen 'binding' mee is. Het doel van de activiteit, het waarom, kan ook van invloed zijn. Bijvoorbeeld, bij stoeien is het accepteren dat je uit balans wordt gebracht makkelijker bij een oefenpotje dan bij een stoei wedstrijd. Hoe complexer de beweegcontext, hoe meer dit vraagt van de vaardigheden en kennis van leerlingen als het gaat over het samen deelnemen aan bewegen.

Bijdragen aan een sociaal veilige leeromgeving

Een sociaal veilige leeromgeving is een voorwaarde om alle leerlingen

betekenisvol in beweging te krijgen. Als leraar ben je verantwoordelijk voor het creëren van deze leeromgeving. KD4 laat zien dat leerlingen hieraan ook kunnen bijdragen. Bijvoorbeeld, dat leerlingen het hele groepje betrekken bij de activiteit acrogym in de rol van onderpersoon, bovenspersoon of helper, of het voorbereiden en uitvoeren van een acrogym show. In dit betrekken van leerlingen bij de activiteit, komt ook het afspreken uit kerndoel 5 naar voren. Leerlingen bespreken met elkaar of zij bereid zijn tot lichamelijk contact en of zij elkaar fysiek willen helpen. Dit zie je onder andere ook bij stoeien terug; ook hier is het van belang dat dit eerst wordt besproken om zo met elkaar een sfeer van vertrouwen en veiligheid te creëren.

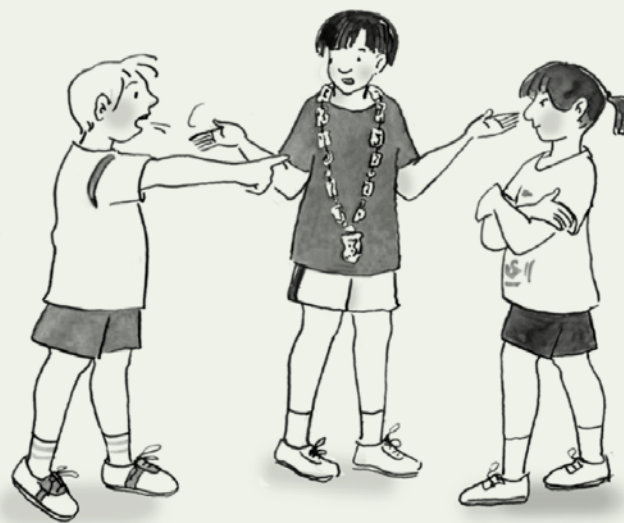
Sociale interacties

Het gaat bij het bijdragen aan sociale interacties bijvoorbeeld om hoe je reageert op anderen, dat je eigen verwachtingen en behoeften uitspreekt en luistert naar de ander. Ook gaat het over het aanspreken van een ander op zijn of haar gedrag en vice versa, zelf aanspreekbaar zijn op je eigen gedrag. Mocht er een conflict tussen leerlingen ontstaan, dan zijn sociale interacties van belang om er samen uit te komen,

eventueel met hulp van een leerling in de regelrol 'burgemeester'. Het bijdragen aan sociale interacties kan ook in de rol van verzorger, bijvoorbeeld een leerling vraagt na hoe de stoeiers het grondgevecht hebben ervaren. Dit voorbeeld laat de samenhang zien met kerndoel 7: leerlingen verwoorden welke ervaring en welke beleving het bewegen, in dit geval het stoeien, oproept.

Omgaan met de ander en afstemmen van het eigen handelen

Bewegen met anderen vraagt van leerlingen dat zij leren omgaan met andere leerlingen en hun handelen afstemmen op verschillende regels en uitvoeringswijzen. Dit zijn altijd al belangrijke aspecten van het leergebied bewegen en sport, mede doordat leerlingen in het onderwijs worden gegroepeerd op hun cognitieve vaardigheden en niet op hun vaardigheid in bewegen. Toch wordt het alleen maar belangrijker en uitdagender door de toenemende diversiteit en kansen(on)gelijkheid, zowel voor de leraar als de leerling. Tijdens de les beweegonderwijs is deze diversiteit met name zichtbaar; leerlingen kijken immers naar het bewegen van hun klasgenoten. Daar komt nog eens bij dat de beweegdiversiteit alleen maar toeneemt naarmate leerlingen ouder worden. De



burgemeester

grandioze bewegers worden vaak beter terwijl de gewone bewegers vanwege hun beperkte motorische aanleg en weinig onderwijstijd (2x45 minuten) vaak minder snel ontwikkelen (Keijser & Lahnstein, 2024). Leerlingen leren om te gaan met de grote diversiteit, bijvoorbeeld door rekening te houden met de kracht van de ander bij het stoeien en af te stemmen wie welke positie inneemt in een acrogym piramide.

Accepteren van regels en uitkomsten

Tijdens een les gelden er bepaalde regels, waar alle leerlingen zich in principe aan moeten houden. Bij stoeien is bijvoorbeeld de regel: je stopt als de ander stop roept of afklopt. Door deze regel te accepteren, ook als je in een winnende positie bent, bewaken leerlingen elkaars veiligheid. Het kan handig zijn om een scheidsrechter aan te stellen, die in de gaten houdt of de spelers zich aan deze afspraak houden. Zie hier een 'haakje' met KD5. Niet voor alle leerlingen zijn alle regels altijd haalbaar. Bijvoorbeeld door het beweegniveau of omdat ze het lastig vinden om lang stil te zitten hebben ze eigen regels nodig om mee te kunnen blijven doen. Daarom is het wenselijk dat leerlingen ook leren om afwijkingen op de regels te accepteren. Bijvoorbeeld, een leerling die vaker een plaatje mag laten zien bij het stoeien tijdens de uitleg. Bij het accepteren van uitkomsten, komt een belangrijk aspect van samen deelnemen aan bewegen naar voren: winst en verlies. Kan je accepteren dat de medespeler bij het stoeien sterker is waardoor je uit balans wordt gebracht? Een uitkomst kan ook gaan om een resultaat. Bij acrogym gaat het om het accepteren van het uiteindelijke resultaat, bijvoorbeeld de uiteindelijke pose of show. Lukt het dan om het eindresultaat te accepteren?

Kerdoel 5 Bewegen regelen

Dit kerndoel biedt leerlingen de mogelijkheid om ervaringen op te doen met en in verschillende taken en rollen binnen bewegcontexten. Met het oog op zelfstandige deelname aan

een beweegcontext is het van grote waarde om te leren hoe je beweegactiviteiten met elkaar regelt. Het regelen is uitgewerkt aan de hand van regelthema's: arrangeren, assisteren en afspreken. Binnen elk regelthema staat een bepaalde reguleringsuitdaging centraal en deze kan opgelost worden door verschillende regeltaken uit te voeren (Hazelebach, 2023). Bij het regelthema arrangeren horen de regeltaken op- en afbouwen, herstellen en aanpassen. Een leerling die de rol van scheidsrechter vervult heeft de regeltaak om de regels te controleren, wat valt onder het regelthema afspreken. Zie tabel 2 voor de volledige uitwerking van kerndoel 5.

Arrangeren

Het regelthema arrangeren bestaat uit drie regeltaken waarbij leerlingen omgaan met materiaal: op- en afbouwen, herstellen en aanpassen. Vanaf de onderbouw wordt gestart met het opruimen van materialen en tot in het einde van het voortgezet onderwijs weten leerlingen dat wij met z'n allen

verantwoordelijk zijn voor het netjes opruimen. Bijvoorbeeld, het opruimen van de bal bij kingen tot aan het klaarzetten van het baseball5 veld buiten door klas 2. Tijdens veel beweegactiviteiten verschuiven de materialen, bijvoorbeeld de tapijttegels die als de honken bij baseball 5 worden gebruikt, die moeten dan weer recht worden gelegd. Moeilijker is het om een activiteit weer klaar te zetten voor de volgende groep. Eerst alles weer goed terugzetten voordat we door draaien naar een andere activiteit. Beide vallen onder de regeltaak herstellen. 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 kingen de vakken minder groot maken. Het vraagt veel samenwerking van het groepje om dit efficiënt te doen.

Assisteren

In het regelthema assisteren onderscheiden we drie regeltaken: verzorgen, beveiligen en coachen. De

Tabel 2 Conceptkerndoel 5 Bewegen regelen*

Doelzin po/so:	Doelzin onderbouw v(s)o:
De leerling regelt beweegactiviteiten.	De leerling regelt beweegactiviteiten.
Het gaat hierbij om:	Het gaat hierbij om:
<ul style="list-style-type: none"> • arrangeren van de beweegomgeving: op- en afbouwen, herstellen en aanpassen; • assisteren bij beweegactiviteiten: verzorgen, beveiligen en coachen; • afspreken van regels: uitleggen, controleren en afstemmen. 	<ul style="list-style-type: none"> • arrangeren van de beweegomgeving: op- en afbouwen, herstellen en aanpassen; • assisteren bij beweegactiviteiten: verzorgen, beveiligen en coachen; • afspreken van regels: uitleggen, controleren en afstemmen.
Te denken valt aan:	Te denken valt aan:
<ul style="list-style-type: none"> • de spelers zetten de pionnen weer rechtop voor het nieuwe spel; • de leerling geeft een tip om de ander te ondersteunen bij de uitvoering van het schommelen; • de leerling troost iemand die gevallen is bij het spelen op het schoolplein; • leerlingen overleggen over de spelregels bij chaos-doelenspel; • de leerling verdeelt de taken bij een jagerbalspel, waarin gekozen wordt voor een jager, een verlosser, een tijdwaarnemer en lopers. 	<ul style="list-style-type: none"> • leerlingen bouwen samen een les op met diverse beweegthema's aan de hand van een organisatietekening; • leerlingen beveiligen steeds complexere activiteiten zoals de overslag of de arabier; • een ouderejaars leerling fungeert als scheidsrechter tijdens de sportdag van de brugklas; • leerlingen geven in kleine groepen les aan elkaar, waarbij ze meerdere regeltaken vervullen; • leerlingen overleggen samen voorafgaand en tijdens een les.

* In tabel 2 is het eerste deel met 'Doelzin' en 'Het gaat hierbij om' wettelijk. In het tweede deel 'Te denken valt aan' staan voorbeelduitwerkingen.



Verzorger

eerste regeltaak is het verzorgen van een leerling met een fysiek of mentaal ongemak. Bijvoorbeeld, als een leerling gevallen is op het plein tijdens kingen en getroost wil worden of een pleister nodig heeft. Of als een leerling baalt van een 'uitje' bij baseball5 kan de verzorger mentale hulp geven. In het regelthema assisteren leert een leerkracht het beveiligen over te dragen aan een leerling. De beveiliging kan verantwoordelijk zijn voor de plek van de wachters. Verder is het wenselijk dat leerlingen leren elkaar te coachen door complimenten en aanwijzingen te geven. Het coachen lijkt een lastige regelactiviteit, maar leerlingen zullen altijd naar elkaar kijken en daar een oordeel over hebben dat ze wel of niet uitspreken. Bijvoorbeeld, over de plaatsing van de bal in het veld bij kingen en baseball5. Het is belangrijk dat leerlingen leren hoe ze elkaar positief kunnen beïnvloeden.

Afspreken

Regelthema afspreken bestaat uit de drie regeltaken: uitleggen, controleren en afstemmen. 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 regels toevoegen. Voor het leren afspreken van regels is het allereerst belangrijk dat een leerling de regels kent en dit laat zien door ze uit te spreken. Dit is de regeltaak van vertellen. Bijvoorbeeld, een leerling weet wat te doen na getikt te worden door de veldpartij bij baseball5. De tweede regeltaak is dat leerlingen elkaar kunnen aanspreken op afgesproken regels. Dit noemen we de regeltaak van controleren. Bijvoorbeeld, de scheidsrechter bij kingen spreekt een leerling aan die de bal twee keer laat stuiteren in het vak en dan doorspeelt, terwijl

de afspraak één keer stuiteren is. De laatste regeltaak is overleggen met elkaar om tot een goede afstemming te komen. Het is de wens dat leerlingen leren om met elkaar regels aan te passen of nieuwe te bedenken. Op het schoolplein, bij het kingveld zien we dat leerlingen al doen. Helaas vaak in het voordeel van de goede beweging of de normdrager van de groep. Daarom willen we de leerlingen leren om het bespreken van regels op een sociaal rechtvaardige wijze te doen, zodat elke leerling evenveel kans krijgt om succesvol deel te nemen. Dit noemen we afstemmen zodat iedere leerling een gedeelde acceptatie voelt.

Tot slot

Elk bewegen van een leerling staat altijd in verbinding met het bewegen van een andere leerling. Bij baseball5 is dat duidelijk, want de vaardigheid van de loper is afhankelijk van de veldpartij. Zelfs een acrogym kunstje dat je alleen doet, bijvoorbeeld een zweefstand, is samen bewegen. De leerling neemt ruimte in op de mat en mogelijk willen andere leerlingen die leerling nadoen. Daarom willen we leerlingen leren om op een verantwoorde wijze met elkaar bewegend om te gaan.

Dit is niet makkelijk, omdat elke leerling op een andere wijze beweegt, zie ook kerndoel 1,2 en 3. In een groep is een grote beweegdiversiteit en die verschillen hebben invloed op hoe leerlingen met elkaar samenwerken en welke verantwoordelijkheid daarbij past. Het leren verantwoord omgaan met deze beweegdiversiteit is een langdurig leerproces. In dit leerproces speelt de leerkracht, die eindverantwoordelijk is voor wat er in de groep gebeurt, een belangrijke rol. Daarom is het van groot belang hoe de leerkracht het samenwerken tussen de leerlingen geregeld heeft en op welke wijze zij de kans krijgen om deze samenwerking te verbeteren (Keijser & Lahnstein, 2025).

Het regelen en verantwoordelijkheid nemen voor het samen bewegen zijn beide nodig om te blijven



Elk bewegen van een leerling staat altijd in verbinding met het bewegen van een andere leerling

bewegen. Het samen kunnen uitvoeren van regeltaken zorgt ervoor dat leerlingen niet alleen tijdens de lessen bewegingsonderwijs, maar ook tijdens het buitenspelen het kingen beter kunnen regelen. En ook

later, in andere beweegcontexten, in staat zijn om met elkaar te bewegen en het bewegen te regelen. Denk bijvoorbeeld aan baseball5 spelen met vrienden in het park of later stoeien met de eigen kinderen. Het

regelen kan ook behulpzaam zijn in de context van een sportvereniging, oudere kinderen kunnen jeugdtrainer of trainer van jongere kinderen worden. Samen bewegen met als doel een leven lang blijven bewegen. ●

Tabel 3 Kenmerkende aspecten van kerndoel 4 en 5, voorbeelden van beweegactiviteiten en wat de leerling laat zien

Kerndoel 4 kenmerkende aspecten	Beweegactiviteit	Wat laat de leerling zien?
Bijdragen aan een sociaal veilige leeromgeving	Acrogym	Leerlingen betrekken het hele groepje bij acrogym
	Stoeien	De leerling let tijdens het stoeien erop dat de ander zich veilig voelt
Constructief bijdragen aan sociale interacties in een klas, groep of team	Acrogym	Leerlingen motiveren elkaar om tot een bepaalde pose te komen
	Stoeien	Bij een conflict over wel of geen controle bij een grondgevecht, komen leerlingen er samen uit
Omgaan met mogelijkheden, gedrag, opvattingen en beleving van de ander	Acrogym	Leerlingen houden rekening met de mogelijkheden van elkaar, door af te stemmen wie welke positie inneemt in de pose
	Stoeien	De leerling houdt rekening met de kracht en vaardigheid van de ander
Afstemmen van het eigen handelen op verschillende regels en uitvoeringswijzen	Acrogym	De bovenpersoon stemt de duur van het staan af op de kracht en stabiliteit van de onderpersoon
	Stoeien	Leerlingen nemen beide initiatief om aan te vallen als dit de regel is
Accepteren van regels en uitkomsten	Acrogym	Leerlingen accepteren dat een bepaalde pose wel of niet is gelukt
	Stoeien	De leerling accepteert het als een tegenspeler sterker is en uit balans wordt gebracht
Kerndoel 5 kenmerkende aspecten	Beweegactiviteit	Wat laat de leerling zien?
Arrangeren van de beweegomgeving: op- en afbouwen, herstellen en aanpassen	Kingen	Leerlingen maken de vier vakken met tape of stoeprkrijt
	Baseball5	Leerlingen verzamelen de benodigde materialen en zetten het veld uit aan de hand van een leskaart
Assisteren bij beweegactiviteiten: verzorgen, beveiligen en coachen	Kingen	Leerlingen geven elkaar tips over waar je de bal het beste kunt plaatsen
	Baseball5	De leerling fungeert als scheidsrechter bij het spel om in de gaten te houden of de spelers zich houden aan de afspraken en om hen aan te spreken als dit niet zo is
Afspreken van regels: uitleggen, controleren en afstemmen	Kingen	Leerlingen maken afspraken over hoe je de bal speelt, met één hand, twee handen of onderhandse volleybal techniek
	Baseball5	Een leerling kan vertellen wanneer je als looper 'uit' bent: bij een vangbal, tikken, branden, futsal of voet uit het slagperk



Bronnen

Scan of klik hier naar de bronnen



Contact

c.vandemerwe@slo.nl

Corike van de Merwe is leerplanontwikkelaar bewegen en sport bij SLO
Katrijn Opstoel is onderzoeker aan de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen
Nick Keijser is vakleerkracht docent bewegingsonderwijs en coach Dynamische Schooldag op basisschool De Waterhof in Delft en ambassadeur van de Beweegalliantie

Tekeningen

Joliet Leenhouts

Kernwoorden

kerndoelen, samen bewegen, bewegen met anderen, bewegen regelen, regelende rollen