

Een wandeling langs de nieuwe conceptkerndoelen bewegen en sport ①

Misschien ben je heel nieuwsgierig, of misschien ben je er nog niet zo mee bezig. Hoe dan ook: de nieuwe conceptkerndoelen bewegen en sport zijn er en ze gaan veel mooie impulsen geven. Hier vind je alle conceptkerndoelen op een rij en lees je hoe ze tot stand zijn gekomen. Je krijgt een indruk van de samenhang tussen de kerndoelen en hoe die samenhang het leergebied kan verdiepen. We gaan de paden op de lanen in. Op ontdekkingstocht in een vertrouwd leergebied. | Jacob Nienhuis

De wandeling gaat ook langs de vraag: Welke impulsen geven de conceptkerndoelen aan het onderwijs? Aan het eind van de wandeling kijken we kort terug op wat we hebben gezien en geven we alvast een kleine vooruitblik naar het vervolg.

Vertrekpunt: alles overzichtelijk in het raamwerk

In het raamwerk staan alle conceptkerndoelen bij elkaar zodat je in een oogopslag zien wat de grote inhoud van het leergebied zijn. Je ziet dat de conceptkerndoelen bij elkaar staan in een domein. Daarover zo meer. Verder valt op dat er zowel een kolom is voor het po/so als voor onderbouw v(s)o. De doelen beschrijven wat leerlingen kunnen, kennen en ervaren aan het eind van groep 8 en aan het eind van de onderbouw van het vo (2 vmbo en 3 havo/vwo). Voor de verschillende schoolsoorten - po/so en v(s)o - zijn dezelfde doelen ontwikkeld. De doelen gaan over grote inhoudelijke onderdelen van het leergebied die voor alle leerlingen van belang zijn. Zoals gezegd zijn er drie domeinen: Leren bewegen, Samen bewegen, Betrokken bewegen.



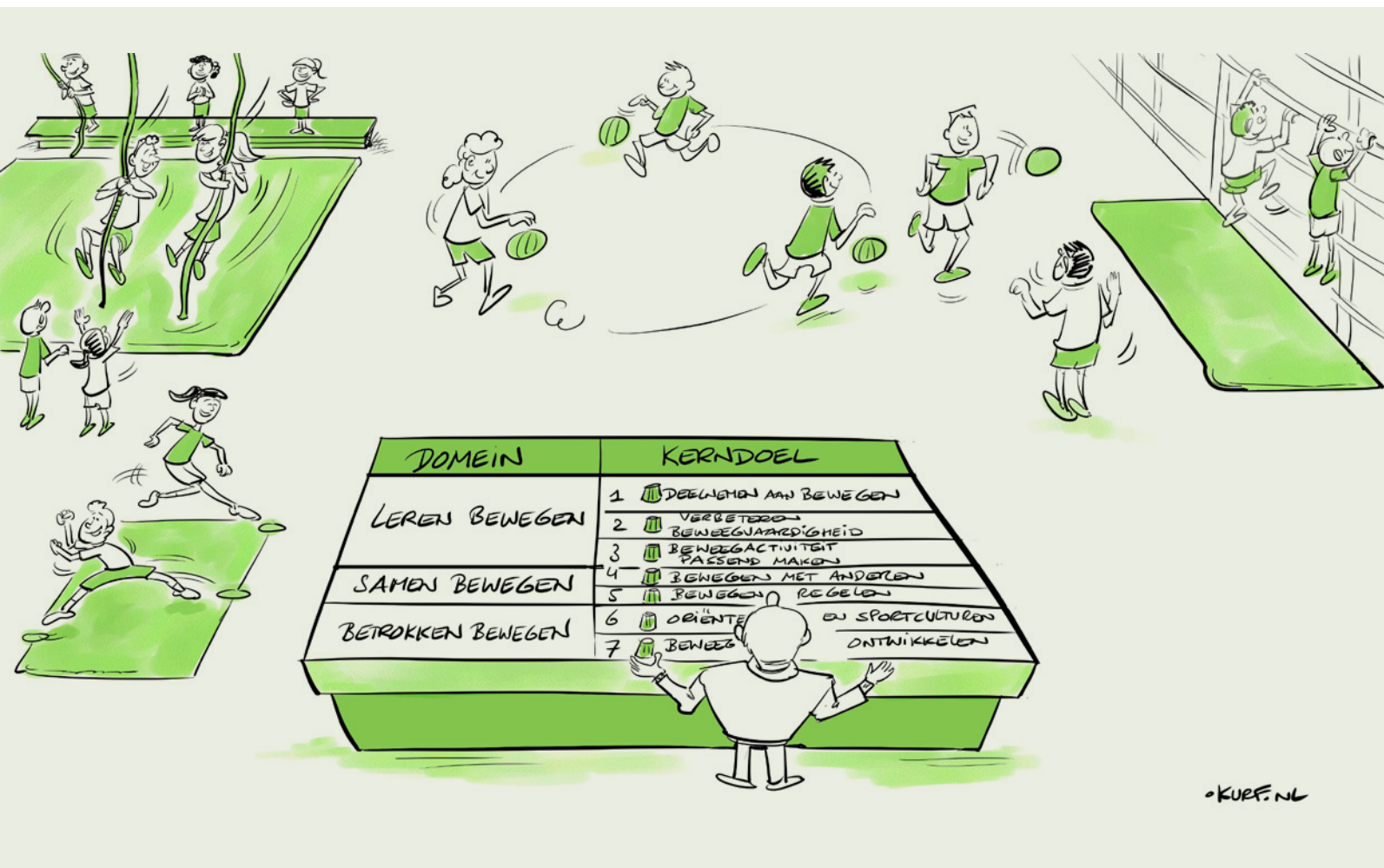
Over het proces: november 2024 zijn de geactualiseerde conceptkerndoelen bewegen en sport gepubliceerd door SLO. In opdracht van het ministerie van OCW heeft SLO samen met een team van leraren, vakexperts en curriculumexperts in een aantal stappen de conceptkerndoelen ontwikkeld. Tussentijds heeft een advieskring met vertegenwoordigers uit het onderwijsveld feedback gegeven op tussenproducten.

Scan of klik [hier](#) naar de conceptkerndoelen



De zeven conceptkerndoelen voor bewegen en sport zijn gepubliceerd. Tijd voor een kennismaking. Dat doen we in dit artikel aan de hand van een wandeling. We beginnen bij het overzicht: het raamwerk. Daarin krijgen we een eerste indruk van de grote thema's in het leergebied en hoe die samenhangen. Daarna lopen we verder langs de drie domeinen Leren bewegen, Samen bewegen en Betrokken bewegen en bekijken we de conceptkerndoelen die daarbij horen.

Domein	Kerndoel po/so	Kerndoel onderbouw v(s)o
Leren bewegen	1 Deelnemen aan bewegen	1 Deelnemen aan bewegen
	2 Verbeteren beweegvaardigheid	2 Verbeteren beweegvaardigheid
	3 Beweegactiviteit passend maken	3 Beweegactiviteit passend maken
Samen bewegen	4 Bewegen met anderen	4 Bewegen met anderen
	5 Bewegen regelen	5 Bewegen regelen
Betrokken bewegen	6 Oriënteren op beweeg- en sportculturen	6 Oriënteren op beweeg- en sportculturen
	7 Beweegidentiteit ontwikkelen	7 Beweegidentiteit ontwikkelen



© KURFF.NL

Leren Bewegen

Het eerste domein Leren bewegen gaat over de drie conceptkerndoelen waarbij de focus ligt op leren bewegen. Dit gebeurt vanuit drie invalshoeken: brede bewegontwikkeling (conceptkerndoel 1), verbeteren bewegvaardigheid (conceptkerndoel 2) en passend maken van de beweegactiviteit (conceptkerndoel 3).

Samen Bewegen

Het tweede domein Samen bewegen betreft conceptkerndoelen waarbij twee perspectieven een rol spelen: verantwoordelijkheid nemen voor het samen bewegen (conceptkerndoel 4) en beweegactiviteiten regelen (conceptkerndoel 5).

Betrokken Bewegen

Het derde domein Betrokken bewegen gaat over twee conceptkerndoelen die leerlingen uitnodigen hun verbondenheid met bewegen te onderzoeken. Conceptkerndoel 6 gaat over de

oriëntatie op beweeg- en sportculturen en het afstemmen van het bewegen en spelen op verschillende contexten. Conceptkerndoel 7 gaat over onderzoeken welke vormen van bewegen passen bij de eigen voorkeuren.

Het belang van doelen en de onderlinge samenhang

Het eerste conceptkerndoel beschrijft wat bedoeld wordt met een brede bewegontwikkeling. Het gaat over de beweegactiviteiten waaraan de leerlingen deelnemen. Het is bepalend voor de inrichting van het lesprogramma op activiteitsniveau. Tijdens het deelnemen aan bewegen ontwikkelt de leerling zich op verschillende vlakken (meervoudige deelnamebekwaamheid). Daarvoor komen de andere conceptkerndoelen in beeld: verbeteren van de bewegvaardigheid (K2), het afstemmen van de beweegactiviteit op de eigen mogelijkheden (K3), maar ook het met elkaar omgaan (K4) en het regelen van bewegen (K5)

en ten slotte onderzoeken wat er te doen is in uiteenlopende beweeg- en sportculturen (K6) en hoe de leerling is en wil zijn als beweg(er) (K7). Het artikel van Maarten Massink over de activiteit schommelen in ditzelfde magazine is een mooie illustratie van hoe een enkele activiteit aan veel verschillende doelen gekoppeld wordt.

Het is de uitdaging het onderwijs zo vorm te geven dat de leerling in de gelegenheid komt zich op al deze vlakken te ontwikkelen. Deze conceptkerndoelen zijn voor de leerling allemaal van belang met het oog op een ‘zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur’ (Stegeman, 2000).

De school, de vaksectie en de leraar hebben de ruimte om de verschillende doelen in de onderwijspraktijk vorm te geven en uit te werken. Het is belangrijk om systematisch en

planmatig na te denken op welke plaats en welke manier er in het onderwijsprogramma aandacht is voor verschillende doelen. In de dagelijkse praktijk kiest de leraar telkens op welke doelen de focus ligt, in welke mate en in combinatie met welke andere doelen.

Het zijn als het ware schuifjes van een mengpaneel. Afhankelijk van het type activiteit, de achtergrond van de leerlingen, de groepsdynamiek, de planning, enzovoorts kunnen deze meer of minder worden opengezet. Zo werk je gaandeweg aan de meervoudige deelname bekwaamheid (Brouwer et al., 2012) van de leerlingen.

Conceptkerndoelen

Hoog tijd om eens wat preciezer te gaan kijken naar de conceptkerndoelen. Voordat we dat doen, staan we eerst stil bij de status van de conceptkerndoelen. De conceptkerndoelen zijn het resultaat van de ontwikkelfase die in november vorig jaar is afgerond. Deze conceptkerndoelen worden op dit moment door scholen tijdens regio-bijeenkomsten en door middel van een praktijkopdracht op bruikbaarheid beproefd. De feedback die hiermee wordt opgehaald, is van belang voor het aanscherpen van de conceptkerndoelen. De aangescherpte set definitieve conceptkerndoelen gaan vervolgens het wetstraject in. Dan wordt vastgesteld wat de nieuwe kerndoelen zijn en per wanneer het onderwijs ermee moet werken. Kortom: dat duurt nog even.

Met de set conceptkerndoelen die er nu ligt, kun je al aan de slag. Ze vormen de richting die we gezamenlijk opgaan.

De opbouw van de kerndoelen

Een kerndoel bestaat uit de wettelijke doelzin en uitwerkingen ('het gaat hierbij om'), en de niet wettelijke illustraties ('te denken valt aan'). In de onderstaande tabellen staat het deel dat een wettelijke status krijgt bij elkaar.

Een nieuwe blik op vertrouwd terrein: Domein Leren bewegen

Het eerste conceptkerndoel 'Deelnemen aan bewegen' beschrijft wat we verstaan onder een brede beweegontwikkeling. Het laat de bandbreedte zien van vormen van bewegen waaraan leerlingen gaan deelnemen. We hanteren daarbij het begrip beweegthema's die in de uitwerking in alfabetische volgorde worden gepresenteerd. Deze beweegthema's representeren een cluster beweegactiviteiten die dezelfde centrale beweeguitdaging hebben. De beweeguitdagingen die bij de beweegthema's horen, worden beschreven in de begrippenlijst die als bijlage bij de conceptkerndoelen zit. De beweegthema's zijn voor het po en de onderbouw vo hetzelfde. Ze lijken op de beweegthema's uit de basisdocumenten bewegingsonderwijs (Brouwer et al., 2012; Mooij et al., 2011) en kunnen op eenzelfde manier uitgangspunt zijn voor de uitwerking in ontwikkelijnen.

'Bewegen in en op het water en fitness' zijn nieuwere beweegthema's. Bewegen in en op het water is toegevoegd, omdat Nederland een waterrijk land is en er aandacht moet zijn voor water als beweegcontext. Omdat de mogelijkheden om te zwemmen per school en regio sterk uiteenlopen is er bewust voor gekozen om dit thema breder in te vullen. Het kan bijvoorbeeld ook gaan om activiteiten als kanovaren of suppen. Fitness is toegevoegd om ervoor te zorgen dat er aandacht is voor beweegactiviteiten waarbij de focus ligt op fitheid. Dat kan gaan richting inspanning zoals bij vormen van conditie- en krachtcircuits, maar ook richting ontspanning zoals bij vormen van yoga.

Het tweede conceptkerndoel 'Verbeteren beweegvaardigheid' zoomt in op wat de leerling heeft te doen en te leren om zijn beweegvaardigheid te verbeteren. Dat betekent allereerst dat de leerling beweeguitdagingen aangaat. Vervolgens zal de leerling, afhankelijk van zijn niveau en van de activiteit, verschillende leerfasen doorlopen: van mislukken naar beginnend lukken, van beginnend lukken naar controle houden en van onder controle kunnen houden naar experimenteren. In een toegankelijk artikel in LO Magazine 1 2025 over beweeguitbouw en beweeguitvoering wordt dit aspect verder uitgewerkt (Keijser & Lahnstein, 2025). Daarnaast laat de leerling ook zien dat hij de beweegactiviteit begrijpt.

KD1 Deelnemen aan bewegen	KD2 Verbeteren beweegvaardigheid	KD3 Beweegactiviteit passend maken
<p>Doelzin</p> <p>De leerling neemt deel aan beweegactiviteiten in uiteenlopende beweegthema's.</p>	<p>Doelzin</p> <p>De leerling verbetert de beweegvaardigheid</p>	<p>Doelzin</p> <p>De leerling stemt beweegactiviteiten af op de eigen mogelijkheden</p>
<p>Het gaat hierbij om:</p> <ul style="list-style-type: none"> • balanceren, bewegen in en op het water, bewegen op muziek, doelspelen, draaien, fitness, hardlopen, jongleren, klimmen, springen, stoeien en treffen, terugslagspelen, tikspelen, wegs spelen en mikken, zwaaien. 	<p>Het gaat hierbij om:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aangaan van beweeguitdagingen; • blijven zoeken naar oplossingen wanneer het bewegen niet direct en stabiel lukt; • controle blijven houden wanneer het bewegen stabiel wordt; • experimenteren met een complexere beweegactiviteit; • tonen van inzicht in bedoeling en uitvoering van beweegactiviteiten. 	<p>Het gaat hierbij om:</p> <ul style="list-style-type: none"> • inschatten van de eigen mogelijkheden in relatie tot de complexiteit van de beweegactiviteit; • meebeslissen over de inrichting van de beweegactiviteit; • kiezen voor gepaste complexiteit van de opdracht binnen de beweegactiviteit; • aanpassen van de beweegactiviteit met betrekking tot ruimte, materiaal, regels en leerhulp.

KD4 Bewegen met anderen	KD5 Bewegen regelen
<p>Doelzin De leerling neemt verantwoordelijkheid voor het samen deelnemen aan bewegen</p>	<p>Doelzin De leerling regelt beweegactiviteiten</p>
<p>Het gaat hierbij om:</p> <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. 	<p>Het gaat hierbij om:</p> <ul style="list-style-type: none"> • arrangeren van de bewegingomgeving: op- en afbouwen, herstellen en aanpassen; • assisteren bij beweegactiviteiten: verzorgen, beveiligen en coachen; • afspreken van regels: uitleggen, controleren en afstemmen.

KD6 Oriënteren op beweeg- en sportculturen	KD7 Beweegidentiteit ontwikkelen
<p>Doelzin De leerling toont begrip van beweeg- en sportculturen en stemt het handelen daarop af</p>	<p>Doelzin De leerling onderzoekt welke vormen van bewegen passen bij de eigen voorkeuren</p>
<p>Het gaat hierbij om:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. 	<p>Het gaat hierbij om:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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.

Leerlingen leren in het derde conceptkerndoel ‘Beweegactiviteiten passend maken’ de beweegactiviteit afstemmen op de eigen mogelijkheden. Ze worden medevormgever van het eigen leerproces. Leerlingen die in staat zijn om zelfstandig het bewegen te verbeteren, hebben een waardevolle sleutel in handen om ook later het bewegen te blijven verbeteren en op nieuwe manieren te beleven. In de uitwerking wordt zichtbaar welke vaardigheden de leerling ontwikkelt: inschatten van eigen mogelijkheden, meebeslissen over de inrichting van een activiteit, kiezen van het juiste niveau, aanpassen van een arrangement.

Het wij-landschap ontginnen: Domein Samen Bewegen

In het vierde conceptkerndoel ‘Bewegen met anderen’ beschrijft de omgang met elkaar bij het bewegen verbeteren en daarmee ook het deelnemen aan bewegen zelf. In de uitwerking zien we dat het vooral om een houdingsaspect gaat zoals het bijdragen aan een sociaal veilige omgeving of het omgaan met mogelijkheden van een ander.

In het vijfde conceptkerndoel ‘Bewegen regelen’ ligt de focus op hoe je beweegactiviteiten met elkaar regelt. Het regelen is uitgewerkt aan de hand van regelthema’s arrangeren,

assisteren en afspreken. Dit sluit aan bij de systematiek die is ontwikkeld in de methode Samen bewegen regelen (Hazelebach et al., 2023).

Verborgenschat: Domein Betrokken Bewegen

Bij het zesde conceptkerndoel ‘Oriënteren op beweeg- en sportculturen’, gaat het erom dat de leerling inzicht krijgt in uiteenlopende beweegcontexten. Leerlingen onderscheiden bijvoorbeeld wie er meedoen, waar de activiteit plaatsvindt, met welk doel en motief het gedaan wordt en op welke wijze het is georganiseerd. Ze vergelijken verschillende contexten en leren hun manier van bewegen en handelen daarop af te stemmen.

Bij het zevende conceptkerndoel ‘Beweegidentiteit ontwikkelen’ gaat het erom dat leerlingen nadenken over hoe zij zichzelf zien als bewegende. Ook gaat het over wat zij aan anderen laten zien en hoe anderen naar hen kijken als bewegende en sporter. Deze verschillende perspectieven geven zicht op de eigen beweegidentiteit en hoe die zich ontwikkelt (Nienhuis, 2022). Door bijvoorbeeld interesses te vergelijken krijgen leerlingen met bewegen meer betekenis. Dit helpt leerlingen om te bepalen hoe zij willen deelnemen aan bewegen en sport nu en later.

Welke impuls geven de nieuwe conceptkerndoelen aan het onderwijs?

De doelen beschrijven concreet waarneembaar gedrag van leerlingen

In vergelijking tot de nu geldende kern-doelen (2006) zijn de geactualiseerde kern-doelen concreter uitgewerkt. Er is explicieter en directer dan voorheen beschreven wat leerlingen moeten kennen, kunnen en ervaren. Het is voor het eerst dat we op wettelijk niveau expliciet maken wat we verstaan onder bijvoorbeeld ‘verbeteren van de beweegvaardigheid’, of ‘het passend maken van de beweegactiviteit’. Ook in het domein Samen bewegen worden doelen concreter als het gaat om ‘verantwoordelijkheid nemen voor het samen bewegen’ of ‘regelen van beweegactiviteiten’. Het onderwijsveld



De wandeling langs de conceptkerndoelen is niet een ommetje langs de geijkte paden, het is een avontuur

krijgt zo houvast om doelen meer gericht aandacht te geven. Dat betekent ook een impuls voor de leraar en daarmee ook voor de opleidingen. De geactualiseerde doelen helpen bij het nadenken over hoe je de leerling in de gelegenheid brengt om zich te ontwikkelen ten aanzien van die verschillende inhoudende inhouden.

De doelen zijn voor po en onderbouw vo gelijk

We gaan ervan uit dat voor de ontwikkeling van leerlingen van de kleuterleeftijd tot en met de onderbouw van het voortgezet onderwijs dezelfde grote thema's van belang zijn. De context waarin deze thema's en inhouden aan de orde zijn, verschillen per leerling, klas, school, sector. Hierbij is gebruikgemaakt van een taal en ordening die voor zowel po als onderbouw vo herkenbaar en relevant is. Dit gemeenschappelijke kader biedt mogelijkheden voor de ontwikkeling van een doorlopende leerlijn van het po naar de onderbouw vo.

De leerling doet kennis op over de beweg- en sportcultuur en denkt na over hoe die daaraan wil deelnemen

Het domein 'betrokken bewegen' bevat twee doelen die zich vooral richten op hoe de leerling de verbondenheid met bewegen kan ontwikkelen. Dat gebeurt door inzicht te krijgen in uiteenlopende bewegingcontexten en hoe je daar je eigen handelen op afstemt. De leerling reflecteert op ervaringen met bewegen en spiegelt zich daarbij aan zijn

omgeving. Dat gebeurt bijvoorbeeld in de directe leer- en leefomgeving met klasgenoten maar ook in breder verband aan de hand van ervaringen met de beweeg- en sportcultuur buiten school. Dat vraagt met name van de leraar dat die zich meer expliciet richt op dit relevante onderdeel van het leerproces van de leerling. Het is voor het eerst dat denkvaardigheden zoals verwoorden, onderscheiden, vergelijken en reflecteren expliciet aandacht krijgen in kerndoelen bewegen en sport.

Scholen stimuleren hun leerlingen om te bewegen

De gehele set conceptkerndoelen is zo geformuleerd dat leerlingen met diverse achtergronden, mogelijkheden en kwaliteiten zich kunnen ontwikkelen in bewegen en sport. De school zorgt daarmee voor een inclusief beweegklimaat. Bewegen en sport op school kan daarmee niet alleen iets zijn voor in de gymles, maar mogelijk ook voor momenten daarbuiten. Denk aan een gevarieerd beweegaanbod op het schoolplein, een pauzesportprogramma, en beweegtussendoortjes in de klas. De kerndoelen beschrijven wat de leerlingen moeten kennen, kunnen en ervaren. De school maakt de keuze hoe zij dat doen.

Terugblik en vooruitblik: een nieuw landschap, een nieuw verhaal

De wandeling langs de conceptkerndoelen is niet een ommetje langs de geijkte paden, het is een avontuur. Hoe je het ervaart zal van persoon tot

persoon verschillen. Hoe dan ook is het landschap gevarieerder geworden. Sommige delen van het landschap zijn door de conceptkerndoelen kleurrijker en scherper geworden. Er zijn ook nieuwe paden en zijpaadjes bijgekomen die leiden naar meer onbekend terrein. Ga vooral ook daar kijken waar je het terrein nog niet goed kent.

In een reeks artikelen gaan we verder op avontuur langs de afzonderlijke conceptkerndoelen. Met behulp van voorbeelden uit de praktijk laten we zien hoe je aan de slag kan gaan met de conceptkerndoelen. We hopen hiermee het werkveld te inspireren en te prikkelen. Dit zijn de nieuwe conceptkerndoelen bewegen en sport. Dat roept de vraag op: Wat betekent dat voor het onderwijs aan jouw leerlingen? Ga op ontdekkingstocht in dit nieuwe landschap, dit nieuwe verhaal over onderwijs in bewegen en sport. ●

Met dank aan: Corike van de Merwe, Pascal Marsman, Klaas Boomars, Berend Brouwer en Cathelij Schilder.



Bronnen

Scan of klik [hier](#) naar de bronnen



Contact

j.nienhuis@slo.nl

Jacob Nienhuis is leerplanontwikkelaar bij SLO, nationaal expertisecentrum voor leerplanontwikkeling. Hij is betrokken bij de programma's actualisatie van de kerndoelen en de actualisatie van de examenprogramma's van de vakken binnen het leergebied bewegen en sport.

Tekening

John Körver

Kernwoorden

kerndoelen, curriculumherziening, leergebied bewegen en sport

Kerndoel 1: Deelnemen aan bewegen ②

In LO2 was in het artikel **Een wandeling langs de nieuwe conceptkerndoelen bewegen en sport (Nienhuis, 2025)** een introductie op de nieuwe conceptkerndoelen voor bewegen en sport te lezen. In vervolg op die introductie brengen we in dit artikel het eerste kerndoel voor het voetlicht. | Jacob Nienhuis en Klaas Boomars



Scan of klik [hier](#) naar het artikel Een wandeling langs de nieuwe conceptkerndoelen bewegen en sport (Nienhuis, 2025)



Verandering in beweeg- en sportlandschap

Padel, trailrunning, slackline, suppen, kanjam, ropeskippen, spikebal, boulderen, freerunning, longboarden, bootcamp, popping, krav maga en ga zo maar door. Het beweeg- en sportlandschap ziet er anders uit dan twintig jaar geleden. Voor elk doel, motief of context is er wel een passende activiteit. De inhoud en de vorm van sporten beweegactiviteiten verandert. De leraar LO heeft de schone taak om de veranderingen in de beweeg- en sportcultuur te vertalen naar betekenisvolle en bruikbare lesinhoud die aansluit bij de belevingswereld van de leerlingen.

Hoe komt de leraar LO aan bruikbare, relevante en actuele inhoud voor zijn lessen? Via de meer officiële kanalen zoals lesmethoden, LO Magazine, andere vakbladen, SLO-producten, studiedagen, bijscholingen, clinics, lespakketten van sportbonden of andere sportaanbieders. Maar ook

meer informeel via social media zoals Facebook, TikTok en Instagram.

Deze enorme hoeveelheid aan informatie roept vragen op als: Wat zal ik aanbieden? Wat is de kern van het vak? Wat is de keuze? Wat is geschikt voor welke leeftijd? Aan welke kwaliteit moet een activiteit voldoen om geschikt te zijn voor in de gymles? Conceptkerndoel 1 Deelnemen aan beweegactiviteiten helpt de leraar bij het vinden van antwoorden op bovenstaande vragen.

Wat verstaan we onder 'deelnemen'?

Conceptkerndoel 1 beschrijft wat een brede beweegontwikkeling van leerlingen inhoudt (zie tabel 1). In de doelzin is gekozen voor het werkwoord 'deelnemen' om daarmee het actieve karakter van het doel te benadrukken. Het gaat er bij dit kerndoel om dat leerlingen, door deel te nemen aan beweegactiviteiten in uiteenlopende beweegthema's, een breed beweegrepertoire opbouwen. Deelnemen aan beweegactiviteiten betekent dat leerlingen zich de basisprincipes van een activiteit eigen maken zodanig dat een betekenisvolle deelname mogelijk is.

Wat verstaan we onder een beweegthema?

Een beweegthema is een cluster van beweegactiviteiten met een gelijksoortige beweeguitdaging. Een beweegthema heeft een herkenbare

titel/verzamelnaam: bijvoorbeeld balanceren, klimmen, wegspeken en mikken, doelspeken. In kerndoel 1 gebruiken we beweegthema's om de bandbreedte van het leergebied bewegen en sport te beschrijven. Om beweegthema's goed op waarde te kunnen schatten is het belangrijk om verder in te zoomen op de overkoepelende beweeguitdaging van een beweegthema.

Wat verstaan we onder een beweeguitdaging?

Een beweeguitdaging beschrijft de essentie van beweegactiviteiten binnen een beweegthema (zie tabel 2 op pagina 6). Zo is de beweeguitdaging van het beweegthema Jongleren: het wegspeken van een speelvoorwerp zodat dit gevangen kan worden of in beweging blijft. Subthema's die hier bijvoorbeeld onder vallen zijn: vangen en werpen (bv overgooien van een bal), soleren (bv dribbelen, stuiten, hooghouden), retourneren (bv overspeken van een shuttle of voetbal). Een beweeguitdaging verbindt leerdoelen met beweegactiviteiten binnen een bepaald beweegthema.

Wat valt er op?

Zelfde kader voor po en vo

Er is voor gekozen om voor po en vo dezelfde beweegthema's te hanteren. We gaan ervan uit dat de genoemde beweegthema's zowel voor het po als het vo van belang zijn voor de



Tabel 1 Conceptkerndoel 1 Deelnemen aan beweegactiviteiten*

Doelzin po:	Doelzin onderbouw vo:
De leerling neemt deel aan beweegactiviteiten in uiteenlopende beweegthema's.	De leerling neemt deel aan beweegactiviteiten in uiteenlopende beweegthema's.
Het gaat hierbij om:	Het gaat hierbij om:
<ul style="list-style-type: none"> • balanceren, bewegen in en op het water, bewegen op muziek, doelspelen, draaien, fitness, hardlopen, jongleren, klimmen, springen, stoeien en treffen, terugslagspelen, tikspelen, wegspelen en mikken, zwaaien. 	<ul style="list-style-type: none"> • balanceren, bewegen in en op het water, bewegen op muziek, doelspelen, draaien, fitness, hardlopen, jongleren, klimmen, springen, stoeien en treffen, terugslagspelen, tikspelen, wegspelen en mikken, zwaaien.
Te denken valt aan:	Te denken valt aan:
<ul style="list-style-type: none"> • in een les in aanraking komen met verschillende beweegactiviteiten zoals een overlooptikspel, stoeispel, klim- en klauterbaan en dribbelcircuit; • binnen het thema fitness in aanraking komen met een bewegingsbaan of een oefencircuit; • vormen van draaien combineren met springen of zwaaien, zoals het rollen op een verhoogd vlak na een sprong in de minitrampoline en het voorover duikelen aan een zwaaiende trapeze; • binnen het thema bewegen in en op het water in aanraking komen met vormen van suppen, kanoën, snorkelen of survival-zwemmen; • door vormen van ritmisch bewegen, dansspelletjes en verschillende dansmotieven in aanraking komen met de diversiteit van bewegen op muziek. 	<ul style="list-style-type: none"> • in een beweegparcours in aanraking komen met verschillende beweegactiviteiten zoals steunspringen, touwzwaaien, klimmen en muursalto; • binnen het thema fitness in aanraking komen met vormen van crossfit, kracht- en conditiecircuit of ontspanningsoefeningen; • in een lessenreeks in aanraking komen met verschillende vormen van doelspelen zoals voetbal, hockey en ultimate frisbee; • binnen het thema terugslagspelen vormen van spikeball, padel, pickle bal of street racket eigen maken; • binnen het thema balanceren in aanraking komen met vormen van longboarden, skaten, mountainbiken, steppen, BMX'en, wielrennen of skateboarden.

* 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.

bewegontwikkeling van leerlingen. Er is gezocht naar een taal en ordening die zowel voor het po als de onderbouw vo herkenbaar en relevant is. Met dit gemeenschappelijke beschrijvingskader versterken we de mogelijkheid voor de ontwikkeling van doorlopende leerlijnen van po naar vo.

'Bewegen in en op het water' en 'fitness'

Bewegen in en op het water en fitness zijn nieuwe beweegthema's. Bewegen in en op het water is een beweegthema dat heel divers kan worden ingevuld. De achterliggende gedachte is dat Nederland een waterrijk land is en dat het essentieel is dat leerlingen leren deelnemen aan beweegactiviteiten in en op het water. Het betekent dat

leerlingen veilig kunnen deelnemen aan activiteiten zoals zwemmen, kano-varen, suppen, surfen, roeien.

Voor fitness geldt dat het ook een belangrijk onderdeel is van onze beweeg- en sportcultuur. Wat we met dit beweegthema voor ogen hebben is dat leerlingen in aanraking komen met vormen van bewegen die variëren in intensiteit om inspanning dan wel ontspanning te ervaren. In het kader van het onderwijs in bewegen en sport gaat het erom dat leerlingen in aanraking komen met dit soort activiteiten zodat ze ervaren wat dit met het lichaam doet. Het ligt buiten het bereik en het doel van het bewegingsonderwijs om fitness in te zetten om de fitheid van leerlingen te verbeteren. Voor zowel bewegen in en

op het water als fitness geldt dat er nog geen doorlopende leerlijn beschikbaar is. De ontwikkeling daarvan is een van de komende uitdagingen om samen met het onderwijsveld op te pakken.

Hoe kun je beweegthema's gebruiken in de onderwijspraktijk?

Beweegthema's als ontwerpkader voor beweegaanbod

De beweegthema's en bijbehorende beweeguitdagingen vormen de basis van hoe het bewegen in de kerndoelen is geordend. Voor de school/docent ligt er de opdracht om het beweegaanbod dusdanig te ontwerpen dat de leerling leerervaringen kan opdoen binnen deze breedte van bewegen. Dit vraagt bij het ontwerpen van het programma om een logische volgorde van leerdoelen door de jaren heen. Daarbij komen de diverse beweegthema's herhaaldelijk en gericht op de beweeguitdagingen aan bod. Om die doelen te behalen kiest de docent voor de bij de doelen passende beweegactiviteiten.

Relatie tussen beweegthema's en activiteiten

Beweegthema's en bijbehorende beweeguitdagingen zijn uitdrukkelijk geen opsomming van activiteiten of sporten, zoals wel gedacht wordt. Het komt vaak voor dat een bepaalde beweeguitdaging in verschillende activiteiten voorkomt, bijvoorbeeld de beweeguitdaging van balanceren komt aan bod in activiteiten zoals ballopen, hinkelen, slacklinen en acrobatiek. Omgekeerd is het ook zo dat binnen een bepaalde activiteit verschillende beweeguitdagingen aan bod komen, bijvoorbeeld tijdens freerunning ben je bezig met de beweeguitdagingen van springen, lopen, balanceren, draaien et cetera. In de lespraktijk is het belangrijk om te bepalen welke beweeguitdaging in een activiteit voor die specifieke leerling de hoofduitdaging is zodat passende leerhulp kan worden geboden.

Beweegthema's geven richting en ruimte

Neem bijvoorbeeld het beweegthema 'passeren en onderscheppen'. Dat is het beweegthema waar het draait om met een speelvoorwerp een tegenstander passeren om dichterbij het doel te



Tabel 2 Overzicht van beweegthema's met bijbehorende beweeguitdagingen

Beweegthema's	Beweeguitdaging (betekenis) en toelichting
Balanceren	Handhaven van evenwicht en herstellen van evenwichtsverstoringen op een steunvlak. Hieronder vallen ook het subthema 'glijden en rijden' met de betekenis: vaart maken op een rijmiddel/glijvlak om in balans vaart te houden en het subthema 'acrobatiek': in balans uitvoeren van een beweging of pose in samenwerking met (een) ander(en).
Bewegen in en op het water	Drijven en verplaatsen in het water. Dit beweegthema beslaat een grote diversiteit aan beweegactiviteiten in en op het water. Bijvoorbeeld zwemmen, kanoën, roeien, surfen, suppen en zeilen.
Bewegen op muziek	Het uitvoeren van bewegingspatronen op muziek, waarbij het tempo, ritme en de timing van bewegen passen bij de muziek.
Doelspelen	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.
Draaien	Het inzetten van rotatie om breedte- en/of lengteas en tijdig deze rotatie weer afremmen.
Fitness	Het uitvoeren van (een serie) bewegingen met variatie in intensiteit om inspanning of ontspanning te ervaren.
Hardlopen	Lopen om zo snel mogelijk ergens te komen of in een bepaald tempo vol te kunnen houden.
Jongleren	Wegspelen van een speelvoorwerp zodat dit gevangen kan worden of in beweging blijft.
Klimmen	Het gebruiken van steun- en hangpunten om je te kunnen verplaatsten over klim- en klautervlakken.
Springen	Afzetten om in de lucht te zweven, al dan niet met handenplaatsing op een steunvlak, met een gecontroleerde landing, al dan niet herhaald (gymnastisch springen). Afzetten om een zo groot mogelijke afstand of hoogte te overbruggen (atletisch springen).
Stoeien en treffen	Stoeien: door duwen/trekken/kantelen/werpen een medespeler uit balans brengen, terwijl deze probeert de balansverstoringen te voorkomen. Treffen: elkaar willen raken met of zonder speelvoorwerp en tegelijkertijd het raken door de ander proberen te voorkomen.
Terugslagspelen	Wegspelen van een speelvoorwerp binnen het speelveld, zodat de ander deze niet kan terugspelen. Ook wel genoemd: over en weer inplaatsen.
Tikspelen	Iemand willen uittikken of afgooien met een speelvoorwerp, terwijl de ander dit probeert te voorkomen. Ook wel genoemd: inblijven en uitmaken. Hieronder vallen de subthema's tikspelen, afgooispelen en honkloopspelen.
Wegspelen en mikken	Wegspelen van een speelvoorwerp om dit zo ver weg mogelijk te krijgen of om dit in of tegen een mikdoel te krijgen. Wegspelen en mikken horen in deze ordening bij elkaar omdat de beweeguitdaging van beide thema's dicht bij elkaar ligt: zo ver mogelijk wegspelen of gericht naar een mikdoel spelen. In de praktijk kan de uitwerking zowel passen bij het beweegdomein atletiek (werpen, stoten en slingeren) als bij spel (mikspelen, doelspelen).
Zwaaien	Schommelend, hangend of steunend zwaaien aan of op een toestel.

komen of in de positie komen een doel te raken terwijl de tegenspeler probeert het speelvoorwerp te onderscheppen en/of het doel te verdedigen. Dat kunnen vormen van korfbal, handbal, hockey, voetbal, of rugby zijn. Zo kan een vo-school ervoor kiezen om in de onderbouw een ontwikkellijn van aangepaste doelspelen aan te bieden en in de bovenbouw in een keuzesysteem

een aantal doelspelen in de 'street'-variant aan te bieden. Het beweegthema geeft richting aan het programma, want het maakt duidelijk dat 'passeren en onderscheppen' (doelspelen) in het programma moet worden opgenomen. Het geeft de docent en de school ruimte om activiteiten te kiezen en in een leerlijn te zetten, passend bij de doelgroep en aanwezige faciliteiten.

Doorlopende leerlijn

Beweegthema's kun je als uitgangspunt nemen voor de ontwikkeling van een leerlijn. Het is mogelijk om, op basis van een beweegthema, activiteiten die je wil aanbieden in een logische en opbouwende leerlijn te zetten. Je past de taak of de context aan en maakt daarmee de activiteit op maat voor een klas of individuele leerling. De essentie



van het beweegthema – bijvoorbeeld inblijven en uitmaken – blijft hetzelfde maar de vorm of het niveau verandert. Zo kan een tikspel worden aangeboden voor kinderen in groep 3/4 van de basisschool met een duidelijke rolverdeling van vaste tikkers en lopers, en met veel vrijplaatsen voor de lopers. Voor de bovenbouw van het vo kan worden gekozen voor een complex spel met verschillende rollen die ook kunnen wisselen en waarbij er de lopers weinig tot geen bescherming hebben.

Combineren

Zoals gezegd kun je uiteraard ook activiteiten aanbieden waarin verschillende beweegthema's aan bod komen. Bij freerunning zijn leerlingen bijvoorbeeld bezig met springen, rollen, balanceren, klimmen. Je kiest daarin dan weer waar je het accent op legt: op veel verschillende vormen of op verschillende uitvoeringsniveaus. Waar het om draait is dat de leerlingen in de gekozen setting daadwerkelijk allemaal springen, rollen, balanceren en klimmen als beweeguitdaging aangaan.

Opbouwen vanuit geheel en/of vanuit afzonderlijke delen

Als je basketbal aanbiedt, dan veronderstelt dat dat leerlingen kunnen hardlopen, springen, werpen, dribbelen,

vangen, mikken. Dit zijn allemaal beweegthema's of onderdelen daarvan die uiteindelijk samenkomen in een complexer beweegthema: doelspelen, waar basketbal een voorbeeld van is. Ook hierin kun je weer keuzes maken: je kunt het spel opbouwen vanuit die onderliggende beweegthema's. Je kunt ook het spel zodanig vereenvoudigen, bijvoorbeeld door de dribbel weg te laten of te beperken, of door het scoren te vergemakkelijken met een grotere ring, zodat het spelidee van doelspelen ook door leerlingen met een lager vaardigheidsniveau gerealiseerd kan worden. In de praktijk is er vaak een combinatie van beide aanpakken.

Houvast en overzicht

Stel, je wil het huidige lesprogramma onder de loep nemen. Je biedt bijvoorbeeld in de brugklas een lessenreeks met verschillende turnactiviteiten aan: trampolinespringen, ringzwaaien en handstandvormen. Je bent niet zo tevreden over het deelnameniveau. Voor een deel van de leerlingen is het te moeilijk. Aan de hand van de beweegthema's die hierbij respectievelijk aan bod komen: springen, zwaaien, balanceren, kun je op zoek gaan naar andere activiteiten die beter aansluiten waardoor de leerlingen meer succeservaringen hebben. Of je bekijkt je lesprogramma en komt tot de ontdekking dat bepaalde beweegthema's – bijvoorbeeld inblijven en uitmaken – heel veel aan bod komen, en andere – bijvoorbeeld stoeien – niet of nauwelijks. Je bepaalt dan vervolgens of je die verhouding goed vindt of dat je het aanpast. Het overzicht van beweegthema's geeft je dus houvast om de volle breedte van de beweeg- en sportcultuur aan bod te laten komen.

Wat wel en wat niet?

Veel collega's komen op allerlei manieren in aanraking met nieuwe activiteiten en vragen zich af of en hoe ze een plek verdienen in het lesprogramma. Het is belangrijk dat nieuwe beweeg- en sportactiviteiten met deze ordening een plek kunnen krijgen in het curriculum. Zo kunnen bijvoorbeeld diverse activiteiten die vallen onder de noemer urban sports goed in het programma worden opgenomen. Tegelijkertijd kun je ook vaststellen dat bepaalde spellen

die circuleren op social media er leuk uitzien, maar geen waarde hebben als het gaat om leren bewegen omdat er geen duidelijke beweeguitdaging inzit.

Samenhang

In dit artikel hebben we ons beziggehouden met vragen als: Wat houdt een brede beweegontwikkeling in? Welke taal gebruiken we om dat te beschrijven? Hoe kan de leraar dit gebruiken bij de ontwikkeling van het onderwijsprogramma? Wat betekent dit voor de activiteiten die de leraar aanbiedt en in welke volgorde en samenhang?

In termen van de wandeling langs de kerndoelen, zou je kunnen zeggen dat deze vragen gaan over wat er in de kern allemaal te zien is. De diversiteit van het beweeglandschap wordt hiermee zichtbaar. Dit is de hardware. Dit is wat je meteen ziet als je kijkt naar wat er gebeurt in de gymles.

In volgende artikelen gaan we aan de hand van de andere kerndoelen meer lagen aanbrengen, die het beweeglandschap kleur, diepte, samenhang, en betekenis meegeven. ●



Contact

j.nienhuis@slo.nl

Jacob Nienhuis is leerplanontwikkelaar bij SLO, nationaal expertisecentrum voor leerplanontwikkeling

k.a.boomars@hva.nl

Klaas Boomars is lid van het kerndoelenteam en werkzaam als opleidingsdocent op de ALO Amsterdam

Bronnen

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>

Foto's

Shutterstock

Kernwoorden

kerndoelen, curriculumherziening, leergebied bewegen en sport, beweegthema's

Kerndoel 2: Verbeteren van de beweegvaardigheid 3

Dit artikel is onderdeel van een reeks over conceptkerndoelen voor het vakgebied bewegen en sport. In eerdere uitgaven van LO Magazine zijn de kerndoelen in brede zin verkend in de vorm van een 'wandeling' langs alle kerndoelen (Nienhuis, 2025). Daarna is uitgebreid stilgestaan bij kerndoel 1 (KD1), deelnemen aan bewegen (Nienhuis & Boomars, 2025). KD1 valt onder een overkoepelend domein met als thema: leren bewegen. Twee andere kerndoelen worden ook tot dit domein gerekend. Deze gaan over het verbeteren van de beweegvaardigheid (KD2) en de beweegactiviteit passend maken (KD3). In dit artikel wordt dieper ingegaan op KD2 en wat leraren mogen verwachten van wat leerlingen kunnen leren. We gaan daarnaast dieper in op wat er wordt bedoeld met 'verbeteren'. | Jeroen Koekoek, Jacob Nienhuis, Klaas Boomars en Erik-Jan Stegeman



eren bewegen is en blijft de kern van het vakgebied bewegen en sport. Het is voor leerlingen misschien wel de belangrijkste reden om deel te nemen aan de gymles. Als leerlingen in een les bewegen dan is het vanuit onderwijskundig oogpunt logisch dat zij iets moeten leren. Net als in andere vakgebieden. Over dat 'moeten' kan lang worden gedebatteerd. Er zijn ook andere belangrijke doelen in ons vakgebied. Maar als dat leeraspect verdwijnt, blijft er nog weinig over van ons vak. Beter worden in het bewegen is in primaire zin belangrijk. Het draagt bovendien bij aan positieve uitkomsten zoals plezierbeleving en motivatie, waar ook anderen deel van uitmaken (klasgenoten en leraar). Kortom, als leerling geboeid raken door de beweeguitdaging. Bijvoorbeeld als je opeens iets kan in een beweegactiviteit wat je eerst nog niet kon. Of dat het bewegen al wel enigszins lukt, maar na een tijdje zelfs beter gaat door te oefenen en aan de slag te gaan met tips. Ook leerlingen voor wie de uitdaging te makkelijk is of 'lekker gaat', kunnen nog steeds op zoek naar nieuwe uitdagingen of oplossingen. In het verbeteren van de beweegvaardigheid zit een doordachte optelsom

van leerervaringen. Deze zijn in samenhang positief voor meer en beter bewegen tijdens en na de schoolloopbaan.

Fundering voor leren bewegen

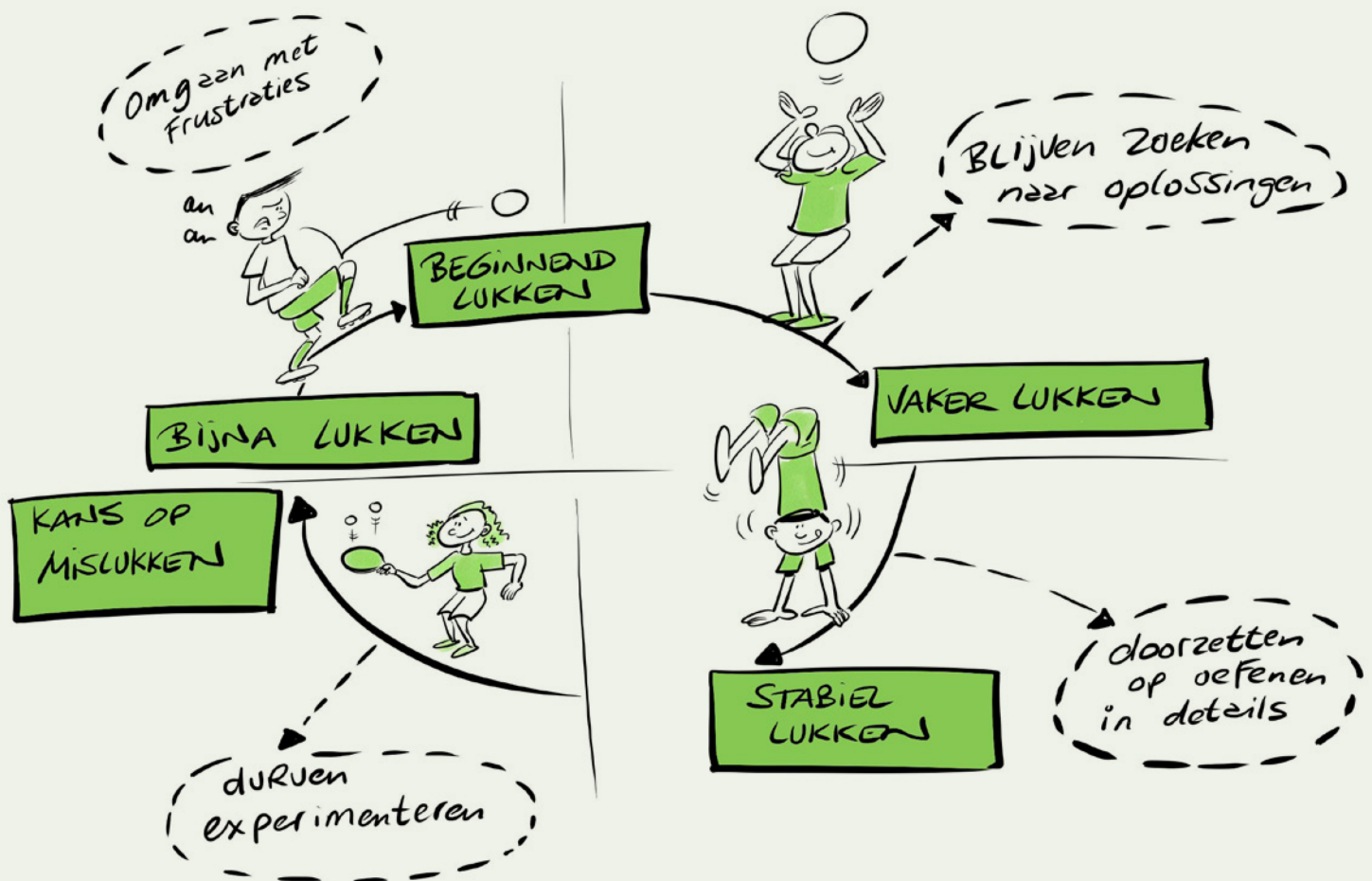
Conceptkerndoel 2 (zie tabel 1) beschrijft dus het doel om het bewegen te verbeteren.

Tabel 1 Conceptkerndoel 2: Verbeteren beweegvaardigheid*

Doelzin po/so	Doelzin onderbouw v(s)o
De leerling verbetert de beweegvaardigheid.	De leerling verbetert de beweegvaardigheid.
Het gaat hierbij om:	Het gaat hierbij om:
<ul style="list-style-type: none"> • aangaan van beweeguitdagingen; • blijven zoeken naar oplossingen wanneer het bewegen niet direct en stabiel lukt; • controle blijven houden wanneer het bewegen stabiel wordt; • experimenteren met een complexere beweegactiviteit; • tonen van inzicht in bedoeling en uitvoering van beweegactiviteiten. 	<ul style="list-style-type: none"> • aangaan van beweeguitdagingen; • blijven zoeken naar oplossingen wanneer het bewegen niet direct en stabiel lukt; • controle blijven houden wanneer het bewegen stabiel wordt; • experimenteren met een complexere beweegactiviteit; • tonen van inzicht in bedoeling en uitvoering van beweegactiviteiten.
Te denken valt aan:	Te denken valt aan
<ul style="list-style-type: none"> • leerlingen krijgen een voorbeeld van een duikelvorm aan de rekstok en starten hiermee; • leerlingen oefenen langere tijd op één mikafstand voordat de beweegsituatie makkelijker of moeilijker wordt gemaakt; • leerlingen proberen herhaald een balanceeractiviteit uit om de combinatie van het opstappen, verplaatsen en afstappen te verbeteren; • leerlingen experimenteren met verschillende basketbaltrucs; • leerlingen kiezen positie om aangespeeld te kunnen worden of om een scoringskans te creëren. 	<ul style="list-style-type: none"> • leerlingen krijgen een kijkwijzer over jongleren en starten met de eerste stap; • leerlingen oefenen met verschillende starthoogtes bij het steunzwaaien aan de trapeze; • leerlingen voeren een dansmotief herhaald uit om goed getimed een choreografie uit te voeren; • leerlingen experimenteren met verschillende uitvoeringswijzen bij freerunnen; • leerlingen geven bij een cricketspel tactische aanwijzingen aan een teamgenoot over mogelijke loopacties.

* 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.

Figuur 1 Cyclisch leren in leerfasen met houding- en gedragsaspecten (aangepast model op basis van Walinga & Koekoek, 2024)



© KURF.nl

De beweegvaardigheid van de leerling staat daarin centraal. Duidelijker dan dit kan een kerndoel haast niet worden omschreven. Toch vraagt deze doelzin enige toelichting ondanks de op het oog eenvoudige formulering. Zeker omdat leraren er in de praktijk mee aan de slag gaan. Het proces van leren bewegen wordt steeds vaker vanuit meerdere invalshoeken

verklaard. Praktijkgericht onderzoek biedt volop inzichten om beweging te verklaren en te beïnvloeden. Hierbij wordt kennis benut uit disciplines zoals onderwijskunde en pedagogiek. Vanuit KD2 wordt meer ingezoomd op de kennisbasis van literatuur over 'motorisch leren'. Deze invalshoek benadrukt dat leren bewegen ontstaat op grond van meerdere aspecten van

beïnvloeding. Centraal daarin staan theorieën en modellen zoals de *constraint-led approach*, *non-linear pedagogy* en dynamische systeembenadering. Het voert voor dit artikel te ver door om de onderbouwing van deze modellen uit te leggen en te verklaren.

Een van de belangrijkste inzichten uit de literatuur is dat een leerproces vaak op een grillige manier verloopt. Soms gaat het goed of snel, soms staat een leerling stil in zijn leerproces. Achteruitgang in het leren is ook denkbaar. Leren bewegen verloopt grofweg in leerfasen en heeft vaak een cyclisch karakter. Dit in tegenstelling tot de meer traditionele gedachte over leren, namelijk dat er sprake is van een algemeen geldend vastgelegd leertraject voor



Een van de belangrijkste inzichten uit de literatuur is dat een leerproces vaak op een grillige manier verloopt

ieder mens. Onderzoek toont aan dat een leertraject van een individu niet verloopt volgens vaste stappen. Er kan bovendien niet worden gestreefd naar het bereiken van een eindpunt, ofwel een ideaaltypische beweegvaardigheid. De beweegvaardigheid van kinderen is iets dat uniek is. Leren bewegen is iets persoonlijks. Uiteraard gebeurt dit in de relatie met wat de omgeving en wat de ander in de 'aanbieding' heeft. Dit wordt in de literatuur ook wel opgevat als (social) *affordances*. Leren bewegen ontstaat in een samensmelting van drie elementen: de complexiteit van de beweegactiviteit (1), de taak of opdracht die een leerling krijgt (2), en welke eigenschappen een leerling heeft (3). Bijvoorbeeld leergierig gedrag, talent voor bewegen, al veel of weinig beweegervaring.

Doorlopen van leerfasen tijdens bewegen

Wanneer een leerling start met een beweegactiviteit, dan is er direct sprake van een leerfase. Figuur 1 laat het cyclische aspect zien in leren bewegen, met daarbij een grove schets van de leerfasen.

Leerfasen zijn niet primair gericht op het vaststellen van een beweegniveau van een leerling. Geredeneerd vanuit KD2 zijn ze vooral ondersteunend bedoeld om te kunnen inschatten waar een leerling het eigen leerproces start. Wellicht is het iets te eenvoudig of simpel gesteld. Maar bij het starten van een beweegactiviteit in de les kan de leertaak mislukken of (beginnend) lukken. Vanuit didactisch perspectief is het niet per se de bedoeling om leerlingen te confronteren met een opdracht die bij voorbaat

mislukt. Liever niet zelfs. Het is de uitdaging voor een leraar om te ontdekken of een leerling daadwerkelijk start met een leerproces. Bij enigszins bekende beweegactiviteiten gebruiken leerlingen hun eerdere ervaringen en nemen ze hun beweeggeschiedenis mee. Het ligt dan voor de hand dat een taak ook vrij snel kan lukken. Bij nieuwe, onbekende beweegactiviteiten is de kans wel aanwezig dat leerlingen de beweegtaak niet direct onder de knie krijgen.

Beginnend lukken

Een beweegtaak leren of beheersen is niet een kwestie van een keer doen en dan conclusies trekken. Ofwel door de ogen van een leerling of docent: "de beweegopdracht lukt wel of niet". Leren bewegen, met als doel dat er iets in dat bewegen lukt, vraagt soms tijd. Maar soms is de beweegoplossing er wel ineens. Met nieuwe beweegtaken die niet gelijk lukken, is leren een kwestie van vallen en opstaan. Er is sprake van bijna lukken, maar de leerling heeft nog te weinig grip op het vinden van een geschikte beweegoplossing. In sommige gevallen lukt het oplossen van de beweegtaak een langere tijd niet. Maar zodra de beweegtaak soms lukt en soms niet, dan is er sprake van beginnend lukken.

Vaker lukken

De leerling gaat een nieuwe leerfase in zodra steeds meer grip wordt verkregen op de taak. Op naar vaker lukken. Met andere woorden, de leerling heeft de taak enigszins te 'pakken' en wordt ook beter. Een nieuwe leerfase ontstaat zodra de leerling meer controle krijgt en steeds stabiel wordt in het oplossen van de beweegtaak.

Stabiel lukken

De grootste uitdaging voor leerlingen is dat een taak ook steeds constanter wordt beheerst. En vooral in verschillende omstandigheden. Is dat het geval, dan heeft de leerling controle over de beweegtaak en is er sprake van een stabiele leerfase.

Experimenteren

Een volgende fase treedt aan zodra een leerling eraan toe is om te zoeken naar nieuwe mogelijkheden. Dat betekent dat de leerling een zoektocht start naar nieuwe uitdagingen die nog in de taak zitten verscholen. Een leerling zal het zichzelf opnieuw moeilijk maken. Het mislukken komt dan om de hoek kijken. Voor deze leerfase een meer dan gewenste ontwikkeling.

Wat betekent 'verbeteren'?

Wat wordt er nu van leerlingen verwacht in dit kerndoel en wat betekent 'verbeteren' in deze context? De onderbouwing voor leren bewegen en de unieke ontwikkeling van iedere leerling in een leerproces vormen de basis van het kerndoel. Het 'verbeteren' van de beweegvaardigheid kan worden opgevat als het realiseren van een (leer)doorbraak. Letterlijk breekt een nieuwe fase aan zodra de beweegvaardigheid overduidelijk toeneemt. Er wordt dan een sprong gemaakt van de ene leerfase naar de andere. Een positieve ontwikkeling dus. Soms wordt een doorbraak opgevolgd door tegenslag.

Een doorbraak staat los van wat voor beweegniveau een leerling heeft. Een beweegniveau is meer een soort slotconclusie, optelsom of samenvatting van de beweegvaardigheden. Beweegvaardigheid verbeteren is een ontwikkeling die iets meer dynamisch van aard is. Het is contextafhankelijk en onderhevig aan veel invloeden. In plaats van beweegnormen opdragen of beweegvragen stellen aan alle leerlingen, kan onderwijs beter gaan over het (durven en willen) bereiken van een volgende passende leerfase. Een leraar heeft in de praktijk veel invloed om ervoor te zorgen dat een



Leerfasen zijn niet primair gericht op het vaststellen van een beweegniveau van een leerling

Tabel 2 Samenhang tussen aspecten van KD2, leersituaties en wat de leerling laat zien.

Aspecten in het kerndoel	Leersituatie	Wat laat de leerling zien?
Aangaan van beweeguitdagingen	De docent biedt een beweegactiviteit aan en de leerling brengt zichzelf in positie om de beweegtaak op te lossen.	<ul style="list-style-type: none"> • De leerling staat open voor het leeraanbod van de docent. • De leerling toont bereidheid om de aangedragen beweeguitdaging op te lossen. • De leerling is bereid om te starten met oefenen en meerdere pogingen te proberen. • De leerling zoekt naar eerste oplossingen en probeert dat ook een tijdje vol te houden. • De leerling staat hulp toe van medeleerlingen om de beweegtaak op te lossen.
Blijven zoeken naar oplossingen wanneer het bewegen niet direct en stabiel lukt	De beweegactiviteit is moeilijk oplosbaar. Het bewegen mislukt eerder dan dat er succes wordt beleefd.	<ul style="list-style-type: none"> • De leerling kan ondanks tegenslag toch steeds opnieuw motivatie vinden om te zoeken naar oplossingen. • De leerling vraagt de docent naar tips om de beweeguitdaging te kunnen oplossen. • De leerling kan eigen onvermogen verdragen zonder het zoeken naar beweegoplossingen op te geven. • De leerling zet bewust een stap terug door opnieuw te beginnen met eenvoudige oplossingen.
Controle blijven houden wanneer het bewegen stabiel wordt	De beweegactiviteit lukt vrij goed. Er is niet altijd zekerheid of de beweeguitvoering ook stabiel (in de meeste gevallen) wordt beheerst.	<ul style="list-style-type: none"> • De leerling toont doorzettingsvermogen om een beweegactiviteit steeds beter op te lossen. • De leerling is bereid om te herhalen in oefenen zonder te zoeken naar andere uitdagingen. • De leerling gebruikt tips om details in de beweegactiviteit te verbeteren. • Ondanks wisselende omstandigheden zoals omgevingsveranderingen (leerlingen, afmetingen, materiaal etc.) heeft de leerling controle over de beweeguitvoering.
Experimenteren met een complexere beweegactiviteit	De oplossingen zijn in de beweegactiviteit steeds hetzelfde en er is een sterke mate van controle. Er is een gevoel van 'makkelijk' zoeken naar oplossingen.	<ul style="list-style-type: none"> • De leerling is nieuwsgierig wat er nog meer in de beweeguitdaging mogelijk is. • De leerling stelt zelf nieuwe leerdoelen of uitdagingen en is bereid dit avontuur in het leren aan te gaan. • De leerling is bereid om het mislukken opnieuw op te zoeken en te ervaren. • De leerling opent voor zichzelf nieuwe mogelijkheden als gevolg van een verkenning naar onbekende, mogelijke oplossingen in de beweeguitdaging. • De leerling kan verdragen dat anderen zien dat het bewegen opnieuw mislukt.
Tonen van inzicht in bedoeling en uitvoering van beweegactiviteiten	De leerling is op de hoogte van wat er nodig is om de beweeguitdaging op te lossen. Dit kan gaan over kennis over het hoofdprobleem, de regels of de bedoeling van de beweegactiviteit.	<ul style="list-style-type: none"> • De leerling begrijpt de hoofduitdaging of het hoofdprincipe van de beweegactiviteit. • De leerling kan een beweeguitvoering uiteenrafelen in deelhandelingen of spelfasen. • De leerling kan uit de hoofduitdaging van de beweegactiviteit aanknopingspunten of mogelijke oplossingen benoemen voor het verbeteren die gaan over principes in tijd, tempo en richting. • De leerling heeft begrip voor de beweegactiviteit ten aanzien van arrangement, regels, conventies, tactieken of strategieën.

leerling een doorbraak realiseert. Het ligt er vooral aan welke mogelijkheden er worden geboden en wat door de leerling moet worden bereikt om de beweegactiviteit te kunnen laten lukken.

Via leerdoelen van de leraar is de leerling uiteindelijk zelf aan zet. De leerling bepaalt zelf om te gaan leren. Nog beter gezegd, er is autonomie en wil nodig om te gaan leren hoe het verbeteren van de

beweegvaardigheid kan lukken. Er kan pas een leerfase doorbraak worden bereikt als er ook een inspanning door de leerling zelf wordt geleverd (bijvoorbeeld 'aangaan van beweeguitdagingen').



Met conceptkerndoel 2 worden alle leerlingen uitgedaagd om te leren

Iedere opschuiving in een leerfase is een soort van verbetering. Dat verbeteren moet breed worden opgevat. Van een verbetering dat klein of makkelijk was. Tot en met een langdurig inspannend proces van oefenen en uitproberen door de leerling, om vervolgens een volgende leerfase in te kunnen gaan. In het brede principe van verbeteren is opgenomen dat leerlingen moeite doen om te gaan leren. Leren bewegen gaat over een proces dat allerlei houdingsaspecten in zich draagt. Bijvoorbeeld het kunnen verdragen van zelf waargenomen onvermogen of het accepteren van frustratiegevoel door mislukken. Of ergens de tanden in willen bijten en dus doorzetten. Het zijn aspecten die niet alleen in andere onderwijsvakken vaak nodig zijn en geleerd kunnen worden. Ook in de maatschappij kunnen dit soort eigenschappen uiteindelijk goed van pas komen. Ook voor bewegen en sport. Niet in de laatste plaats omdat het verbeteren van de beweegvaardigheid ook leidt tot een positief competentiegevoel. Met plezier en meer betrokkenheid als bijkomend resultaat.

Met KD2 worden alle leerlingen uitgedaagd om te leren. Niet alleen degenen die leren bewegen lastig vinden. Ook een uitstekende beweger kan nog steeds leren. Alle leerlingen moeten dus bereid zijn om in het leren bewegen te gaan 'werken', om het verbeteren ook echt te laten lukken. Dat vraagt een houding van de leerling in hun eigen leerproces. Dit kerndoel slaat dus op ieder denkbaar niveau van beweegvaardigheid. Een van kleuter tot brugklasser. Uiteindelijk bevindt iedere leerling zich tijdens een

beweegactiviteit in een leerfase en wordt duidelijk wat er nodig is om een niveaudoorbraak te realiseren. Tabel 2 en figuur 1 geven een schets van mogelijke leerhoudingen die leerlingen kunnen leren, als het gaat om zich verbeteren in een specifieke leerfase. Verbeteren van de beweegvaardigheid focust op houding- en gedragsaspecten die het leerproces kunnen bevorderen. Dit kerndoel gaat dus echt over wat een leerling tijdens het leren bewegen aan het doen is.

Rol van de leraar

KD2 geeft genoeg aanleiding om als leraar de leerling te helpen in het verbeteren van de beweegvaardigheid. Dat kan bijvoorbeeld door aanmoedigen, complimenteren, tips geven, of vragen stellen en ga zo maar door. Om vanuit dit kerndoel leerlingen goed te kunnen begeleiden, zijn nieuwe inzichten en tools nodig. Bijvoorbeeld kennis over wat 'opschuiven in leerfase' precies is en wanneer dat opschuiven in leren ook kansrijk wordt. Van een leraar wordt ook kennis verwacht op het gebied van curriculumplanning en dus het stellen van meerjarige leerdoelen. Een belangrijke rol is weggelegd voor praktijkgericht onderzoek in vakdidactiek. Met als belangrijke vraag: Hoe kan een leraar ondersteuning bieden in het realiseren van een niveaudoorbraak door een leerling?

Samengevat

Onder het domein 'leren bewegen' is KD2 gericht op het verbeteren van de beweegvaardigheid. Een kerndoel in het domein 'leren bewegen' waar leerlingen in de gymles waarschijnlijk veel tijd aan zullen

besteden. In lessen gebeurt dat op een meer of minder bewuste manier. Pas als een leerling opschuift naar een nieuwe leerfase, is er in het bewegen iets gebeurd dat als leren kan worden beschouwd. De leerling zal daar zelf iets voor moeten doen. In leren bewegen staat de rol en invloed van de leerling zelf centraal. De leraar heeft de taak om leerlingen in leerrijpe situaties te brengen en ze te stimuleren om doorbraken te realiseren. De leerling kan nog op veel andere manieren invloed uitoefenen op het eigen leerproces. In het volgende artikel staat kerndoel 3 centraal: de beweegactiviteit passend maken. We zoomen dan meer in op hoe een leerling de leeromgeving zelf kan afstemmen op eigen mogelijkheden. ●



Bronnen

Nienhuis, J. (2025). Een wandeling langs de nieuwe conceptkerndoelen bewegen en sport. *LO Magazine 113(2)*, 8-12.
Nienhuis, J., & Boomars, K. (2025). Kerndoel 1: Deelnemen aan bewegen (2). *LO Magazine 113(3)*, 4-7.
Walinga, W. & Koekoek, J. (2024). *Handboek loopt't, luk't, leeft't*. Jan Luiting Fonds.

Contact

jh.koekoek@windesheim.nl

Jeroen Koekoek is lid van het kerndoelenteam en associate lector Beweging, School & Sport, Calo, Hogeschool Windesheim

Jacob Nienhuis is leerplanontwikkelaar bij SLO

Klaas Boomars is lid van het kerndoelenteam en werkzaam als opleidingsdocent op de ALO, HvA

Erik-Jan Stegeman is lid van het kerndoelenteam en LO-docent aan het Carolus Clusius College

Tekening

John Körver

Kernwoorden

kerndoelen, beweegvaardigheid, bewegen verbeteren, leerfasen

Kerndoel 3: De beweeg-activiteit passend maken

4

In dit artikel geven we een doorkijkje naar het derde conceptkerndoel binnen het domein van leren bewegen: de beweegactiviteit passend maken. Een conceptkerndoel dat mogelijk niet direct herkenbaar is en uitleg vraagt voor een geschikte vertaling naar de praktijk. Het nieuwe kerndoel 3 wordt al snel gelezen als iets wat de docent te doen heeft (differentiëren). Net als de andere kerndoelen richt het zich echter op de leerling. Het kerndoel vraagt niet alleen toelichting, maar het werpt ook nieuw licht op leren bewegen in de gymles. In een reeks artikelen is stilgestaan bij kerndoel 1, deelnemen aan bewegen (Nienhuis & Boomars, 2025) en kerndoel 2, verbeteren van de beweegvaardigheid (Koekoek e.a., 2025). Kerndoel 3 voegt in het proces van leren bewegen een extra dimensie toe. Reden te meer om in dit artikel het kerndoel verder uit te diepen en met voorbeelden te beschrijven hoe en wat leerlingen kunnen leren. | Jeroen Koekoek, Jacob Nienhuis, Klaas Boomars en Erik-Jan Stegeman



Met kerndoel 3 (KD3) zijn leerlingen zelf aan zet tijdens hun leerproces. Uiteraard samen met anderen. Dit kan soms na een stapsgewijze instructie (docent gestuurd), maar ook in een meer verkennend deel van de les (leerling gestuurd). Ze bepalen vooral zelf hoe in de beweegactiviteit optimaal geleerd kan worden. Anders gezegd, ze leren zelf reguleren, door in de beweegactiviteit op ontdekkingstocht te gaan. Ze leren hoe aanpassingen kunnen bijdragen aan het vergroten van de kans op succes. Dit laatste principe wordt ook wel het proces van arrangeren van de beweegactiviteit genoemd.

Hoe ziet dit voor een LO-leraar in de praktijk eruit? Binnen het beweegthema doelspelen, pilonbal (po) of handbal (vo) bijvoorbeeld, veranderen leerlingen zelf de veldafmetingen, de grootte van het doel of de aantallen. Gevorderde bewegers kiezen zelf het aantal spelers en bepalen eventueel met elkaar of een overtalsituatie gewenst is of niet. Een extra regel invoegen is ook een optie (bijvoorbeeld aantal passen als balbezitter of dribbel wel of niet). Een ander voorbeeld

in het beweegthema zwaaien, is dat leerlingen zelf bouwen aan een veilige situatie op een manier zodat

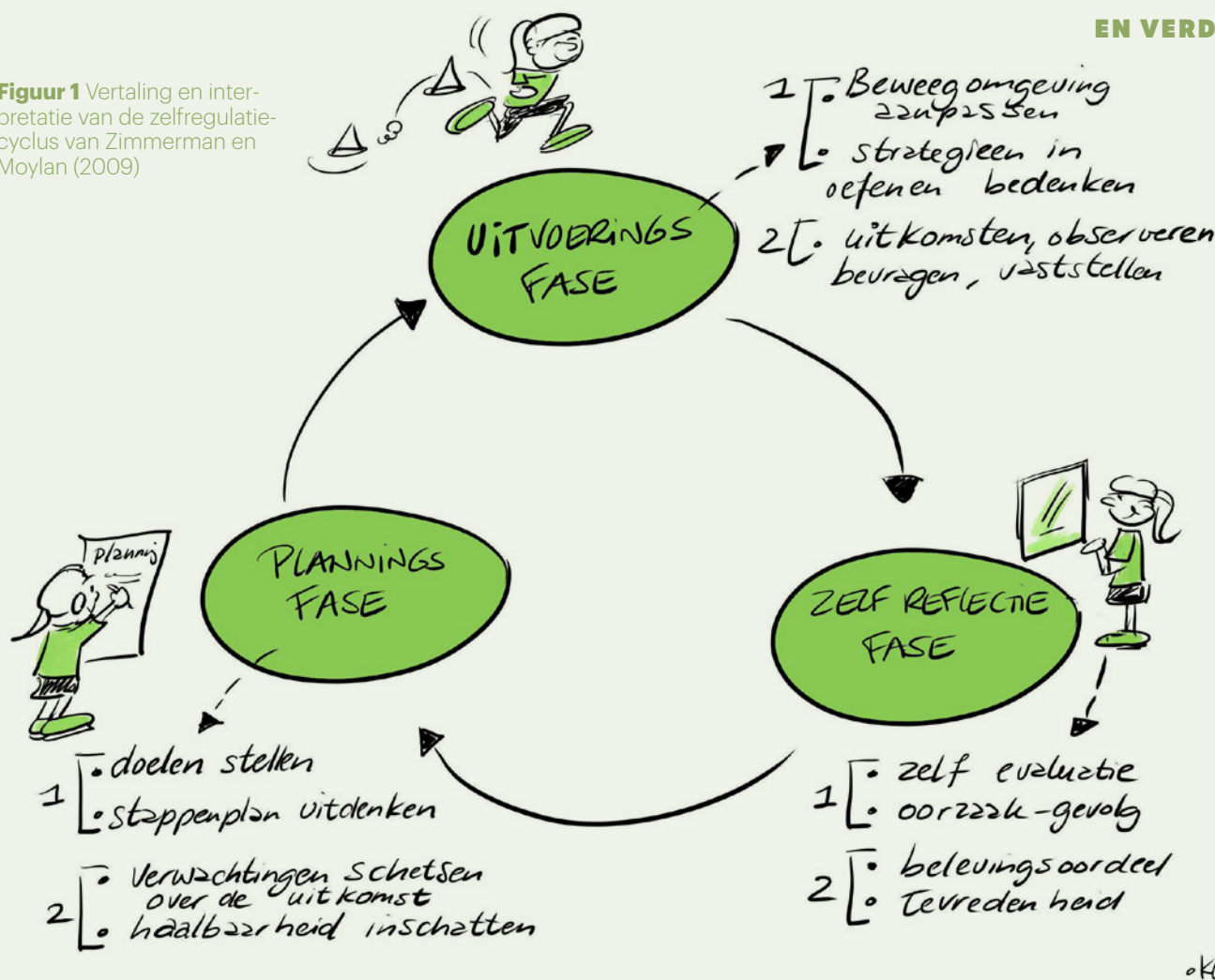
zij harder of juist zachter gaan. De leraar ondersteunt het proces. Het doel in beide voorbeelden is om

Tabel 1 Conceptkerndoel 3: Beweegactiviteit passend maken*

Doelzin po/so	Doelzin onderbouw v(s)o
De leerling stemt beweegactiviteiten af op de eigen mogelijkheden.	De leerling stemt beweegactiviteiten af op de eigen mogelijkheden.
Het gaat hierbij om:	Het gaat hierbij om:
<ul style="list-style-type: none"> • inschatten van de eigen mogelijkheden in relatie tot de complexiteit van de beweegactiviteit; • meebeslissen over de inrichting van de beweegactiviteit; • kiezen voor gepaste complexiteit van de opdracht binnen de beweegactiviteit; • aanpassen van de beweegactiviteit met betrekking tot ruimte, materiaal, regels en leerhulp. 	<ul style="list-style-type: none"> • inschatten van de eigen mogelijkheden in relatie tot de complexiteit van de beweegactiviteit; • meebeslissen over de inrichting van de beweegactiviteit; • kiezen voor gepaste complexiteit van de opdracht binnen de beweegactiviteit; • aanpassen van de beweegactiviteit met betrekking tot ruimte, materiaal, regels en leerhulp.
Te denken valt aan:	Te denken valt aan
<ul style="list-style-type: none"> • de leerling probeert een van de balanssituaties uit op basis van een inschatting van het eigen niveau; • de tikker past de grootte van het tikgebied aan het niveau van de lopers; • de leerling bepaalt bij freerunnen op welke wijze het object wordt gepasseerd; • de leerling kiest bij een trefbalvorm voor wel of niet afwerpen; • de leerling kiest bij touwzwaaien vanaf welke hoogte wordt vertrokken. 	<ul style="list-style-type: none"> • de leerling probeert op basis van een eigen inschatting bij een duurloop een bepaalde tijd te halen; • leerlingen bepalen samen de spel-aanpassingen zoals veldgrootte, aantal spelers of materiaal; • de leerling beslist mee over het bepalen van de mate van vanghulp bij de wendsprong; • de leerling stemt de afstand van het mikdoel af op basis van de vooraf voorspelde en de werkelijke score; • de leerling kiest of hij of zij de bal bij een softbalspel inbrengt vanaf een statief, toss of pitch.

* 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.

Figuur 1 Vertaling en interpretatie van de zelfregulatie-cyclus van Zimmerman en Moylan (2009)



leerprogressie te maken. Wanneer leerlingen dit zelf doen, is een bijkomend voordeel dat ze zelf ook beter snappen wat het leren hun oplevert. Vooral door zelf aan de beweegactiviteit te mogen 'sleutelen'. Extra fijn is dat ze beslissingen nemen in de beweegactiviteit, zonder dat de leraar daartoe altijd als eerste het initiatief neemt. Extra motiverend dus.

De reden dat het passend maken van de beweegactiviteit een kerndoel is geworden, heeft te maken met het ontwikkelen van een zekere autonomie van leerlingen in de les. Dit aspect vraagt om meer achtergrond. In het domein leren bewegen draait het om twee ogenschijnlijk eenvoudige vragen: wat is leren bewegen (1) en wat kunnen leerlingen dan leren (2)? Uitleg en onderbouwing is vereist om het domein van leren bewegen in de conceptkerndoelen te kunnen duiden. De eerste twee kerndoelen zijn in eerder verschenen artikelen

beschreven. Een leerproces ontstaat pas wanneer daadwerkelijk wordt deelgenomen aan een beweegactiviteit (KD1) en de leerling een passende instelling en mindset gebruikt om zich te verbeteren (KD2). Het derde kerndoel bouwt hierop voort (zie tabel 1).

Zelfregulatie

In het vakgebied bewegen en sport spreken we bij voorkeur over leren bewegen als gevolg van het bewegen zelf. Oefening baart kunst. Bewegen, door te doen en te ervaren, is de belangrijkste inzet in de gymles. Dat het leerproces vervolgens wel of niet ontstaat, meer of minder lukt, dat is een gevolg op basis van meerdere invloeden. De taak, de bewegingomgeving en de eigenschappen en kwaliteiten van de bewegende zelf, spelen in samenhang een belangrijke rol. Tijdens een beweegactiviteit ervaren leerlingen wat er lukt en wat (nog) niet. Wat ze (denken te) kunnen en wat niet. En

wat ze durven te doen en waarover ze twijfelen.

De zelfregulatie-cyclus van Zimmerman en Moylan (2009) helpt om grip te krijgen op deze elementen. De cyclus is medebepalend geweest voor een andere kijk op leren bewegen. Het model maakt namelijk duidelijk dat leerlingen, met een passend niveau van autonomie, keuzes mogen maken die het oefenen en leren van beweegvaardigheden versterken (zie figuur 1). Het model bestaat uit drie fasen: de planningsfase (1), uitvoeringsfase (2) en zelfreflectie fase (3). Het is afhankelijk van de beginsituatie van de leerling, de constructie van de les en de ervaring van de bewegende in welke fase een leerling het leerproces start. We leggen uit hoe de drie fasen in de praktijk van leren bewegen kunnen worden opgevat door een vertaalslag van deze cyclus te maken naar de praktijk van de gymles.

Planningsfase

Het proces van zelfregulatie start voor een leerling door deel te nemen aan een beweegactiviteit met de intentie om de vaardigheid te verbeteren. De leraar biedt wellicht een overkoepelend leerdoel, de leerling stelt een persoonlijk doel. Een stappenplan wordt uitgedacht en voorbereid. In de praktijk gaat het meestal over het moment vlak vóór de uitvoering van de beweeghandeling. De leerling formuleert voornemens en intenties. Mogelijke bewegeloplossingen worden bedacht en de verwachting van de uitkomst van de beweegtaak wordt ingeschat. Ook de haalbaarheid ervan om de beweeguitdaging daadwerkelijk te kunnen oefenen wordt door de leerling afgewogen. In al deze activiteiten lijkt er sprake te zijn van enkel en alleen een proces van nadenken, inschatten en uitspreken. In de praktijk gaat het in deze fase vaak over impliciete processen. Dit wordt ook wel *embodied* genoemd. Beweeghandelingen worden uitgevoerd in het bewegen zelf. Toch kan een leraar persoonlijke doelen van leerlingen ook meer expliciet laten formuleren. In dat geval staan leerlingen langer en meer bewust stil bij hoe zij de beweegtaak zullen aanpakken.

Uitvoeringsfase

Tijdens het bewegen is de leerling praktisch gezien aan zet. Door beslissingen te nemen en acties te ondernemen. Na het doen (uitvoeren van beweeghandelingen) zijn er verbeteringen nodig en moeten er keuzes worden gemaakt. Deze fase wordt gekenmerkt als een vorm van monitoring (via zelfcontrole en zelfobservatie). Dit gebeurt in de praktijk op basis van bijvoorbeeld succescriteria, rubrics, video analyse of formatief handelen. Leerlingen passen situaties aan en bedenken op de uitkomsten nieuwe strategieën. Die uitkomsten worden geobserveerd en als informatiebron vastgelegd, zodat in de reflectiefase kan worden bepaald of die keuzes passend waren.

Zelfreflectiefase

Naar aanleiding van praktijkervaringen reflecteert de leerling op wat er is gebeurd in het bewegen.

De leerling stelt zichzelf een aantal vragen: Wat waren de gevolgen van een aanpassing; welke bijdrage hebben de aanpassingen geleverd op plezierbeleving en de mate van voldoening van het resultaat; welke mate van tevredenheid is er bij de leerling? Met dit type vragen kan de leraar leerlingen begeleiden in de les en suggesties aandragen ter bevordering van het leerproces. Het proces in de leercyclus kan opnieuw worden opgestart.

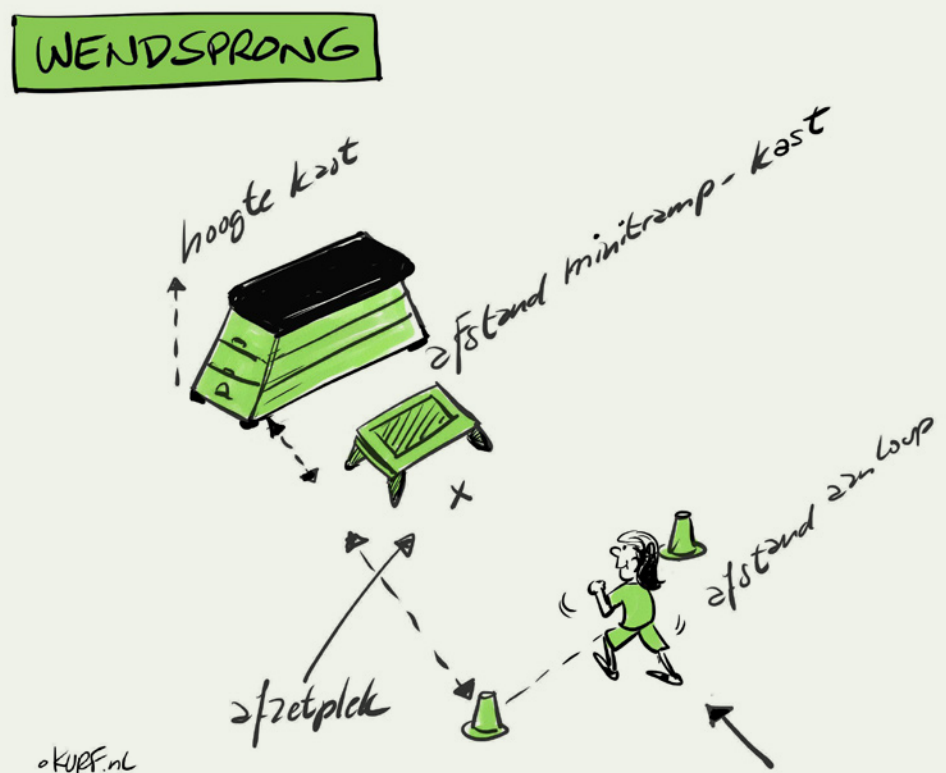
Via deze stapsgewijze (zelf)evaluatie en het meermaals doorlopen van de cyclus krijgt de leerling in toenemende mate inspraak en autonomie in het eigen leerproces. Leren kan dus aan de leerlingen zelf worden overgelaten, dit in tegenstelling tot hoe leraren nog regelmatig denken over onderwijs en lesgeven. Tegelijkertijd is didactische ondersteuning van de leraar nodig bij een leerling gecentreerde benadering. Het vraagt goede begeleiding om de leerling stapsgewijs in de gelegenheid te stellen zelf verantwoordelijkheid te nemen voor het eigen leerproces. Zelfregulatie in de gymles laat in toenemende mate positieve uitkomsten zien. In

praktijkgericht onderzoek in bewegingsonderwijs lieten Duivenvoorden en collega's (2021) bijvoorbeeld leerlingen tijdens het oefenen van een miktaak zelf de speel-afstand (moeilijkheidsgraad) kiezen. Leerlingen gebruikten de uitkomsten van de taak als informatiebron voor het maken van nieuwe beslissingen. Ondanks de gevonden nuances en beperkingen in het onderzoek, waren leerlingen goed in staat om voortdurend doelgerichte aanpassingen te doen. Een bijkomend voordeel was dat in deze zelfregulerende taak de leerlingen ook gemotiveerd bleven om door te gaan.

Wat kunnen leerlingen leren?

De hiervoor beschreven onderbouwing over zelfregulatie is een belangrijk element in de kenmerkende aspecten van KD3. Een consequentie hiervan is dat leerlingen in de praktijk aanpassingen doen die niet altijd direct leiden tot succesvolle uitkomsten. Leren om de beweegtaak op te lossen in een beweegactiviteit is een kwestie van *trial and error*. Uitproberen, bijstellen, aanpassen en opnieuw uitproberen. Dat proces kan een leerling als individu beïnvloeden. Maar nog

Figuur 2 Wendsprong of arabier over de kast. De leerling bepaalt vooraf de hoogte van de kast de afzetplek met behulp van kruis op de vloer en de afstand van de aanloop door de pilonnen te schuiven



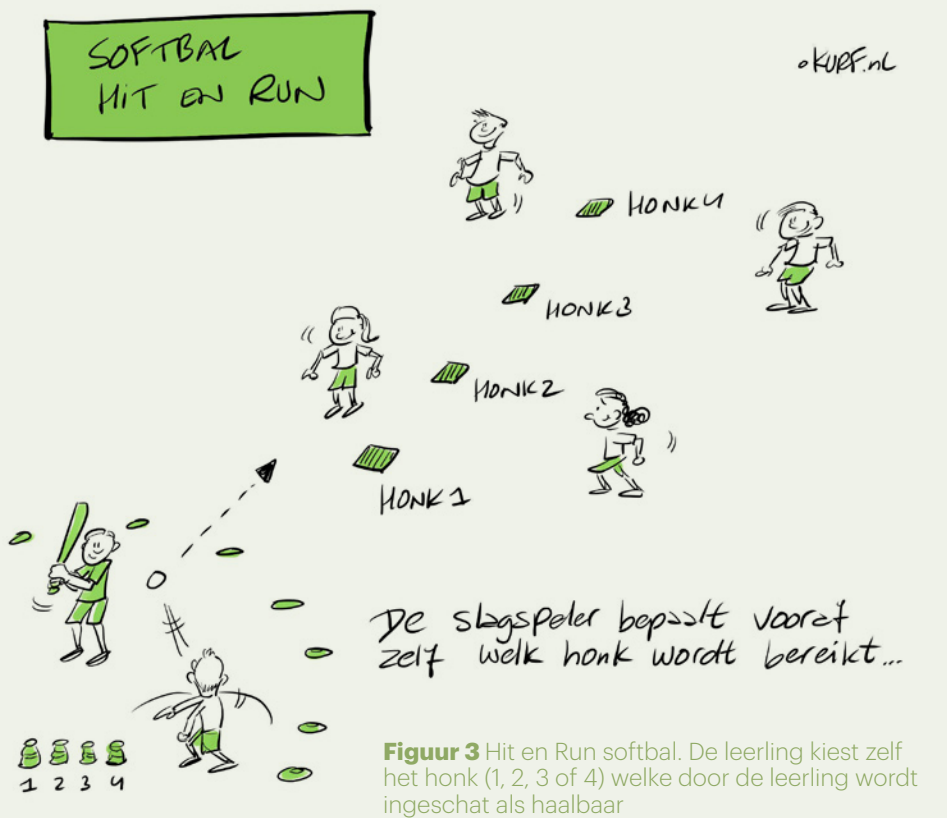
vaker is de gymles zeer geschikt om in een groepje klasgenoten elkaar feedback te geven en samen beslissingen te nemen om aanpassingen te maken in de beweegactiviteit. Het is denkbaar dat de aanpassingen en keuzes in lessen na verloop van tijd ook worden gemaakt op individueel niveau.

KD3 is bruikbaar en relevant voor zowel leerlingen in het basisonderwijs als in de onderbouw van het voortgezet onderwijs. Jonge kinderen krijgen misschien beweegactiviteiten voorgeschoteld met meer structuur, waardoor ze eerst vooral kunnen kiezen uit meerdere, aangereikte beweegarrangementen (hoog versus laag vertrekvlak in

zwaaien, mikdoel ver/dichtbij, snelle/trage ballen jongleren, vast/wiebelend balanceervlak etc.). Zodra er meer ervaring is en ruimte in de les, kunnen de oudere leerlingen gaan bouwen en arrangeren. Voorwaarde is wel dat de leraar ruimte biedt aan leerlingen voor exploratie in de les, in plaats van beweegactiviteiten aan te bieden die

Tabel 2 Relatie tussen kenmerkende aspecten van KD3, voorbeelden van beweegactiviteiten en wat de leerling laat zien

Kenmerkende aspecten in het kerndoel	Beweegactiviteit PO/VO	Wat laat de leerling zien?
Inschatten van de eigen mogelijkheden in relatie tot de complexiteit van de beweegactiviteit	Touwzwaaien vanaf een bank op een matje	<ul style="list-style-type: none"> In het touwzwaaien vanaf een bank schuift de leerling zelf met het matje als landingsplek. De leerling probeert zelf de hoogte van het vertrekvlak (1 of 2 banken). De leerling schuift de bank een halve meter naar achteren.
	Balanceren over de bank	<ul style="list-style-type: none"> De leerling kiest uit drie balanceersituaties van verschillende complexiteit.
	Stoten van een kogel	<ul style="list-style-type: none"> De leerling kiest uit de stand- of aanglijd-techniek bij de stoot.
	Floorball	<ul style="list-style-type: none"> De leerlingen overleggen welke veldafmetingen en regels passen bij de mogelijkheden van de spelers.
Meebeslissen over de inrichting van de beweegactiviteit	Wendsprong over de kast (zie figuur 2)	<ul style="list-style-type: none"> In overleg met de leraar wordt een tussendeel van de kast verwijderd zodat de passeerhoogte wordt verlaagd. Leerlingen stellen voor de lengte van de aanloop te markeren met een pilon. Leerlingen markeren in overleg met de leraar met een kruis op de grond de positie van de afzet richting de trampoline.
	Zwaaien aan de ringen	<ul style="list-style-type: none"> Leerlingen stellen een oefening samen die ze in herhaling kunnen uitvoeren
	Stoeien op de grond	<ul style="list-style-type: none"> De leerlingen kiezen samen welke houd- en bevrijdingsgrepen ze verbeteren. De leerlingen ontwerpen samen een startpositie die recht doet aan de verschillen tussen de leerlingen.
Kiezen voor gepaste complexiteit van de opdracht binnen de beweegactiviteit	Hit en run softball (zie figuur 3)	<ul style="list-style-type: none"> De leerling kiest zelf het honk (1, 2, 3 of 4) welke door de leerling wordt ingeschat als haalbaar. Leerlingen kiezen tussen slaan van de bal vanaf een statief of via een toss.
	Basketbal 4v3	<ul style="list-style-type: none"> De teams bepalen dat er een partij ongebonden speler mee doet in de aanval en niet mag scoren.
	Hockey 2v2	<ul style="list-style-type: none"> In het opbouwen van de aanval besluiten aanvallers wel of niet gebruik te maken van spelers in de zijvakken om de bal kwijt te kunnen en kansen te creëren.
	Springen	<ul style="list-style-type: none"> De leerling voltooit een beweegbaan met een variatie aan sprongen (hoog, ver, diep, steun) De leerling kiest de springsituatie met de lage of hoge kast.
	Hardlopen van 1km	<ul style="list-style-type: none"> De leerling stelt samen met een medeleerling gewenste tussentijden op per 200m.
Aanpassen van de beweegactiviteit met betrekking tot ruimte, materiaal, regels en leerhulp.	Draaien	<ul style="list-style-type: none"> Bij het duikelen stellen leerlingen verschillende hoogtes in en kiezen daarbij passende uitvoeringswijzen.
	Tikspel	<ul style="list-style-type: none"> Een loper besluit om niet meer gebruik te maken van een vrijplaats en draagt hiervoor een herkenbaar lintje. Een groepje ontwerpt een extra vrijplaats, waardoor het spel tussen tikkers en lopers spannender wordt.
	Bewegen en muziek	<ul style="list-style-type: none"> Een groepje leerlingen bedenkt zelf 2x8 tellen in een aangeleerde dans.



Figuur 3 Hit en Run softbal. De leerling kiest zelf het honk (1, 2, 3 of 4) welke door de leerling wordt ingeschat als haalbaar

voor iedere leerling hetzelfde eruitzien. Daarnaast hangt de beweegactiviteit ook samen met de leerfase waar een leerling zich in bevindt (zie KD2; Koekoek et al., 2025). Het leren passend maken van de beweegactiviteit is bestemd voor alle leerlingen in iedere leerfase. Niet alleen in de leerfase van experimenteren is het knutselen aan de beweegactiviteit van toepassing. Net zo goed kunnen leerlingen, die in de leerfase zitten van beginnend lukken, aan de slag met eigen keuzes en aanpassingen doen in de beweegsituatie. Het is wel noodzakelijk dat leerlingen enigszins betekenisvol met elkaar kunnen afstemmen en de beweegactiviteit ook samen kunnen organiseren en arrangeren. Met andere woorden, leerlingen kunnen met klasgenoten samenwerken op basis van passende sociale interacties. Niet geheel toevallig gaan die principes over kerndoelen 4 en 5 en behoren tot het domein van 'samen bewegen'. Deze kerndoelen zullen in volgende artikelen worden besproken.

De kenmerkende aspecten van KD3 (de opsomming van 'hierbij gaat het om') hangen dus samen met de gekozen beweegthema en beweeguitdaging, maar ook met de leerfase waarin leerlingen zich bevinden. Om dit element te verduidelijken, worden in tabel 2 voorbeelden gegeven van

aanpassingen die leerlingen kunnen doen in beweegactiviteiten, waardoor zij de zelfregulatie cyclus kunnen doorlopen. De beweegactiviteiten geven een voorbeeld van hoe het kerndoel kan worden vormgegeven. Minder duidelijk blijft nog welke vakdidactische inhoud de leraar kan helpen om het 'passend maken' daadwerkelijk bij leerlingen te laten lukken. Hiervoor is meer praktijkgericht onderzoek noodzakelijk. Naast meer inzicht in de werking van internationale curriculummodellen die de autonomie en zelfregulatie vaardigheden van leerlingen kunnen bevorderen (zoals *Teaching Games for Understanding*; *Sport Education model*; *Student-Designed Games*).

Tot slot

Het doel van KD3 is dat leerlingen in staat zijn om de beweegactiviteit te kunnen aanpassen aan de eigen mogelijkheden. Uiteraard binnen bepaalde grenzen van veiligheid en passende kaders van uitvoerbaarheid. Door leerlingen medevormgever te laten worden in de gymles worden zij in toenemende mate eigenaar van het eigen leerproces. De rol van de leraar is meer gericht op het begeleiden van het proces van aanpassingen maken. Het leren bewegen zelf is meer leerling-gestuurd. De opbrengst is dat de leerling winst boekt in leren

bewegen. De gemaakte aanpassingen geven meer inzicht in tijd-, tempo- en richting aspecten van het uitvoeren van beweeghandelingen. Immers, aanpassingen in de beweegactiviteit geven direct informatie terug aan de leerling. Bij wendspringen bijvoorbeeld kan het gaan over eerder afzetten (tijd), sneller aanlopen (tempo) en de handen ingedraaid plaatsen op de kast (richting). Leerlingen die in staat zijn om via zelfregulerende aspecten het bewegen te verbeteren, hebben een waardevolle sleutel in handen om ook op andere momenten, buiten de leersituatie, het bewegen te blijven verbeteren.

Kerndoel 3 kan worden opgevat als een beheersingsdoel. Het zijn vaardigheden en inzichten die de leerling laat zien om de leeractiviteit af te stemmen op de eigen mogelijkheden. Dat wil niet zeggen dat deze doelen gestandaardiseerd en meetbaar zijn. We spreken van beheersingscomponenten in relatie tot de mogelijkheden van leerlingen. Dit uitgangspunt geldt voor het gehele domein van leren bewegen. Ook de kerndoelen 1 en 2 houden rekening met het unieke van iedere leerling. In ons vakgebied staat centraal dat leerlingen leren vanuit hun eigen beweegmogelijkheden. ●



Bronnen

Scan klik [hier](#) naar de bronnen



Tekeningen

John Körver

Contact

jh.koekoek@windesheim.nl

Jeroen Koekoek is lid van het kerndoelenteam en associate lector Bewegen, School & Sport, Calo, Hogeschool Windesheim

Jacob Nienhuis is leerplanontwikkelaar bij SLO

Klaas Boomars is lid van het kerndoelenteam en werkzaam als opleidingsdocent op de ALO, HvA

Erik-Jan Stegeman is lid van het kerndoelenteam en LO-docent aan het Carolus Clusius College

Kernwoorden

kerndoelen, bewegen verbeteren, beweegactiviteit passend maken, zelfregulatie

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.

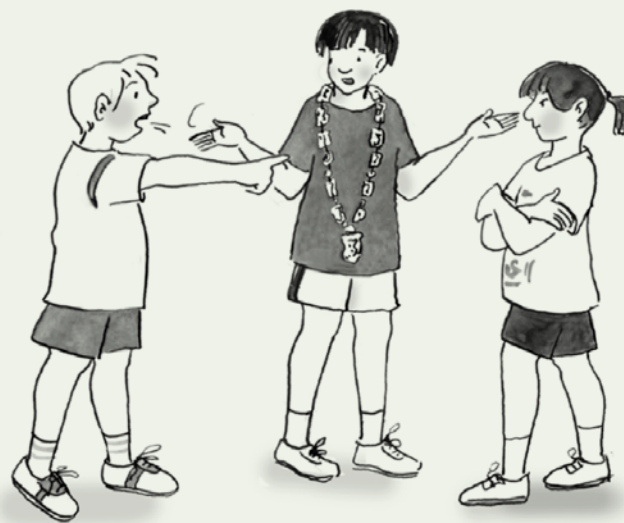
Sociale interacties

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 beweegcontexten. 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 regulering uitdaging 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, football 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 bewegingonderwijs 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

Domein Betrokken bewegen

Kerndoel 6: Oriënteren op bewegcontexten en kerndoel 7 Beweegidentiteit ontwikkelen

Hoe wil ik zijn als beweger?

6

In de serie artikelen over de conceptkerndoelen bewegen en sport sluiten we af met het meest vernieuwende deel: de twee kerndoelen uit het domein Betrokken bewegen. Hier komen we op meer onbekend terrein, zowel voor de leerling als de leraar. Je zou kunnen zeggen dat de leerling op expeditie gaat, een zoektocht naar zichzelf als authentieke beweger. Voor de leraar is het een zoektocht om de leerling in dit proces te begeleiden. De zoektocht naar de authentieke beweger heeft twee kanten: oriënteren op wat er in de wereld van bewegen en sport te doen is en onderzoeken hoe dat past bij eigen voorkeuren en mogelijkheden. | Jacob Nienhuis en Nick Keijser



Kerndoelen 6 en 7

Bij kerndoel 6 'Oriënteren op bewegcontexten' richten we de blik naar buiten. Bij dit doel gaat het om vragen als: Hoe ziet de beweg- en sportcultuur eruit? Welke soorten beweegactiviteiten zijn er allemaal? Op welke manier is dat georganiseerd? Met welk motief of doel kun je eraan deelnemen? Hoe kan bewegen bijdragen aan gezondheid en lekker in je vel zitten?

Bij kerndoel 7 'Beweegidentiteit ontwikkelen' richten we de blik juist naar binnen en houden we de leerling een spiegel voor. Bij dit doel gaat het om vragen als: Hoe beleef ik het deelnemen aan beweegactiviteiten? Waar ben ik (minder) goed in en wat vind ik (minder) leuk en waarom? Wat vind ik belangrijk? Hoe zit dat bij anderen? Op welke manier beïnvloeden anderen mij? In welke bewegcontexten voel ik me op mijn gemak? Uiteindelijk komen we dan bij vragen als: Wat beweegt mij? en: Hoe wil ik zijn als beweger?

Betekenis geven

Leerlingen groeien op in een beweg- en sportcultuur die snel verandert en pluriform is. Tegelijkertijd nodigt de wereld steeds minder uit om te bewegen. Technologische ontwikkelingen buitelen in hoog tempo over elkaar heen met als effect dat de 'online' wereld steeds meer de plaats inneemt van de 'fysieke' wereld. De vanzelfsprekendheid om te gaan of blijven bewegen neemt af. Met het oog op een duurzame deelname aan bewegen en sport wordt het steeds

belangrijker voor leerlingen om zowel een goed beeld te hebben van die pluriforme en veranderende beweg- en sportcultuur als om te onderzoeken welke vormen van bewegen en bewegcontexten bij hen passen.

De achterliggende gedachte van de twee doelen in het domein Betrokken bewegen is dat leerlingen in de gelegenheid worden gesteld betekenis te geven aan of de waarde inzien van hun ervaringen met bewegen en sport. Het is een poging om leerlingen met een andere blik naar bewegen en sport te laten kijken in de hoop dat er inzichten worden opgedaan over die dynamische en pluriforme wereld van bewegen en sport (blik naar buiten, kd6). En dat leerlingen zien dat er verschillende manieren zijn om bewegen en sport te beleven en ontdekken welke manieren bij zichzelf en anderen passen (blik naar binnen, kd7). Hierna bespreken we de twee doelen afzonderlijk om ze van elkaar te kunnen onderscheiden. In de onderwijspraktijk zullen beide doelen heel vaak gezamenlijk en tegelijkertijd aan bod komen.

De blik naar buiten

KD6: 'De leerling oriënteert zich op bewegcontexten' Het gaat hierbij om:

- herkennen van verschillende beweegactiviteiten;
- verkennen van diverse bewegomgevingen en organisatievormen;
- onderscheiden van verschillende doelgroepen aan beweegactiviteiten;
- herkennen van verschillende motieven en doelen om deel te nemen aan bewegen en sporten;
- verkennen van de relatie tussen bewegen en welbevinden.

Een centraal begrip in dit doel is 'bewegcontext'. Onder bewegcontext verstaan we: 'Het geheel aan factoren waardoor beweegactiviteiten worden bepaald en betekenis krijgen.' Een bewegcontext kan wat betreft de volgende factoren variëren:

- Wat – welke beweegactiviteit centraal staat, zoals voetbal, suppen, of run-bike-run.
- Waar – in welke omgeving wordt de activiteit gedaan, zoals op een sportveld, de camping, het strand.
- Wie – met wie de activiteit wordt gedaan, zoals alleen, in een team, met familie.
- Waarom – met welk doel is de beweegactiviteit opgezet, bijvoorbeeld als wedstrijd of als instuif? – met welke motief doen de deelnemers mee aan de beweegactiviteit, bijvoorbeeld voor het plezier, om fitter te worden of voor het avontuur?
- Hoe – georganiseerd als een landelijke sportcompetitie of een kennismaking met een nieuwe activiteit op een sportschool en ongeorganiseerd als stappen op een openbare pump track.

Hiermee wordt duidelijk dat vele factoren invloed hebben op hoe beweegactiviteiten worden uitgevoerd en beleefd. Zelfs als een aantal factoren hetzelfde is kunnen er toch grote verschillen zijn in beleving bij de deelnemers. Bijvoorbeeld bij een interscholair sporttoernooi, waarbij de activiteit, de plek, het spelen in een team en de organisatie hetzelfde zijn, kunnen er flinke verschillen zijn in de motieven en doelen van de deelnemers en ook van de begeleiders. Sommige teams zijn bijvoorbeeld competitief ingesteld, terwijl bij andere teams veel meer de onderlinge vriendschap en lol de boventoon voert. En natuurlijk allerlei variaties daarop, waardoor elk team met





die specifieke groep spelers met die begeleider net weer een andere context oplevert en daarmee een andere ervaring en beleving.

Door de eigen ervaringen met bewegen en sporten komen leerlingen in aanraking met bepaalde bewegcontexten die een soort beweeghorizon vormen. Met het doel 'De leerling oriënteert zich op bewegcontexten' beogen we de beweeghorizon van leerlingen te verbreden en te verdiepen.

Vernieuwend

Dit doel is in die zin vernieuwend omdat het voor het eerst als kerndoel wordt geformuleerd en dat wordt uitgewerkt wat we verstaan onder een bewegcontext en wat het betekent om zich daarop te oriënteren. De leerling is doelgericht bezig de beweeghorizon te verbreden en verdiepen. Niet alleen door met veel bewegactiviteiten in aanraking te komen, maar ook door meer aan het denken gezet te worden over achterliggende factoren die een bewegactiviteit maken tot wat die is.

Rol van de leraar

Als de leerling bijvoorbeeld in de gelegenheid moet komen om bewegactiviteiten te herkennen of om verschillende bewegomgevingen te verkennen, dan zal de leraar het onderwijs daarop moeten inrichten. Dat kan door in een les waarin springen met een minitrampoline centraal staat verschillende contexten aan te bieden. Bijvoorbeeld een freerunactiviteit waarin leerlingen kunnen experimenteren met verschillende sprongen en zichzelf kunnen uitdagen. En een situatie waarin het accent ligt op het synchroon springen en toewerken naar een presentatie. Hieraan

gekoppeld kan er worden teruggeblikt aan de hand van vragen als: Wat kende ik al? Wat is nieuw? Waar wil ik meer van weten? Welke regels passen bij welke situatie? Zijn er nog andere manieren te verzinnen om met minitrampoline springen aan de slag te gaan? Het zijn dus niet zozeer de contexten hier die vernieuwend zijn, maar het gaat om de vragen die eraan worden gekoppeld zodat de leerling bijvoorbeeld leert herkennen dat je bewegactiviteiten vanuit verschillende motieven kan doen.

Rijke bewegomgeving

Binnen de reguliere gymles is er beperkte tijd beschikbaar. De gedachte is dan al snel: "Laat ze maar bewegen, dat doen ze al zo weinig". Dat is natuurlijk waar, maar als je wil werken aan het type doelen in dit domein, dan moet je daar tijd aan besteden. Het meest voor de hand ligt, om dat direct te koppelen aan de bewegactiviteiten die in de les plaatsvinden. Het mooie is dat je dan direct een verdieping van het leermoment creëert. Maar er zijn natuurlijk meer mogelijkheden om leermomenten te creëren. Dat kan door in pauzes bewegactiviteiten aan te bieden in school of op het plein. Als je het spel 'kingen' in de gymles hebt aangeboden kun je het ook op het plein uitzetten. Je kunt dan terugblikken en nagaan wat de ervaringen van leerlingen zijn om dit spel te spelen met leerlingen die niet bij hen in de groep zitten. Lukt het dan om je aan afspraken te houden? Ook tijdens een schoolkamp zijn er legio mogelijkheden leerlingen in aanraking te laten komen met allerlei bewegactiviteiten in de natuur zoals 'levend stratego', 'douanespel', 'klimparcours'. Bij dit doel draait het voor de leerling om 'oriënteren'. Dat betekent voor de leraar en de school:

inzetten op een rijke bewegomgeving binnen en buiten de gymles en de leerling uit te dagen daarover na te denken.

Blik naar binnen

KD7: '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;
- uitleggen hoe ervaringen worden beïnvloed door de bewegcontext;
- reflecteren op de eigen ontwikkeling in het bewegen;
- kiezen van bewegactiviteiten in verschillende contexten.

Onderzoeken

In de doelzin gebruiken we het handelingsswerkwoord 'onderzoeken'. Dat roept allerlei associaties op. Hier bedoelen we met onderzoeken dat de leerling een onderzoekende houding laat zien, over zichzelf gaat nadenken, om te achterhalen welke vormen van bewegen passen bij eigen voorkeuren.

Bewegidentiteit ontwikkelen

Waar bij kerndoel 6 de blik van de leerling is gericht op de pluriforme bewegcultuur en de aspecten die daarin een rol spelen, is bij kerndoel 7 de blik van de leerling gericht naar zichzelf als beweger. Je zou kunnen zeggen dat de leerling met kerndoel 7 extra handvatten in handen krijgt bij de ontwikkeling van de eigen bewegidentiteit. In eerdere artikelen zijn we ingegaan op de achtergrond van het begrip bewegidentiteit. We beperken ons nu tot de omschrijving.

Bewegidentiteit is hoe een persoon zich definieert, zich presenteert en gezien wordt als beweger en sporter. Het samenspel van zich definiëren (wie ben ik?), zich presenteren (wat laat ik de wereld zien?) en gezien worden (hoe ziet de wereld mij?) is een dynamisch en doorlopend proces, waarin ervaren, reflecteren en kiezen een rol spelen. Bewegidentiteit is contextafhankelijk en veranderlijk en komt tot stand in interactie met anderen. (Nienhuis, 2022).

Beweegidentiteit is dus een complex en dynamisch begrip. Het is er, komt onder andere tot stand door uiteenlopende ervaringen met bewegen en sport, het verandert met de tijd, wordt beïnvloed door anderen en is afhankelijk van de context. Er is niet zoiets als een goede of slechte beweegidentiteit. Wel zou je kunnen spreken van een meer uitgesproken of minder uitgesproken beweegidentiteit. Er zijn personen die zich meer bewust zijn van mogelijkheden, voorkeuren en wensen van zichzelf en de rol van anderen daarbij. En er zijn personen die zich daar niet of minder van bewust zijn. Als we spreken van het ontwikkelen van een beweegidentiteit bedoelen we dat we werken aan dat bewustwordingsproces.

Alle kerndoelen spelen een rol bij de ontwikkeling van de beweegidentiteit. Het ervaring opdoen met uiteenlopende vormen van bewegen (kd1), jezelf daarin ontwikkelen (kd2), activiteiten afstemmen op je eigen mogelijkheden (kd3), verantwoordelijkheid dragen voor het samen bewegen (kd4), beweegactiviteiten regelen (kd5), oriënteren op beweegcontexten (kd6), onderzoeken van eigen voorkeuren (kd7). Dit hele pakket draagt bij aan de ontwikkeling van de beweegidentiteit van leerlingen.

De ontwikkeling van de beweegidentiteit zal een wezenlijke stap missen zonder kerndoel 7. Die stap gaat juist over bewustwording. Een leerling die verwoordt welke beleving bewegen oproept, die interesses vergelijkt met anderen, die uitlegt welke invloed een bepaalde beweegcontext heeft op de eigen beleving, die nadenkt over hoe die zich ontwikkelt in het bewegen, die keuzes maakt tussen verschillende beweegmotieven, die wordt zich meer bewust van wie die is als bewegener, wat die laat zien aan anderen en hoe anderen naar hem kijken. Het is de zoektocht naar de verborgen schat, naar het antwoord op de vraag: hoe wil ik zijn als bewegener?

Vernieuwend

Dit doel is het meest vernieuwend van de set nieuwe kerndoelen. Het is voor het eerst dat expliciet wordt gemaakt welk leergedrag leerlingen laten zien als ze hun eigen voorkeuren onderzoeken ten aanzien van bewegen en sport. Dat vraagt iets van de leerling: een open en

onderzoekende houding om na te denken over de ervaringen met bewegen en sport. In de uitwerking van het doel is daarom aandacht voor taaldenkvadigheden zoals verwoorden en uitleggen en loopbaanvaardigheden zoals vergelijken en reflecteren. Dat vraagt ook iets van de leraar, om leerlingen in de gelegenheid te brengen zodat ze hun ervaringen kunnen verwoorden, of kunnen vergelijken met anderen. Dat betekent bijvoorbeeld dat er bij de nabespreking van een les niet alleen aandacht is voor hoe de les is verlopen, maar ook voor het terugblikken op de ervaringen van de leerlingen. Als we daarbij weer het voorbeeld van het minitrampolinespringen in verschillende contexten nemen, passen daar vragen bij als: Hoe heb je de activiteiten ervaren? Welke activiteit heeft je voorkeur en waarom? Welke uitdagingen ben je tegengekomen? Hoe je dit wil bespreken is afhankelijk van je eigen inschatting als professional. Het is de kunst en uitdaging om manieren te vinden om met leerlingen hierover in een veilige sfeer het goede gesprek te voeren.

Het goede gesprek

Beide doelen zijn vooral een uitnodiging tot het voeren van een gesprek over ervaringen met bewegen. Dat kan letterlijk een gesprek zijn tussen leraar en leerling(en) of tussen leerlingen onderling. Maar het kan ook een innerlijk gesprek zijn over wat het bewegen oproept of hoe de samenwerking was tijdens een spel. De uitdaging ligt erin om dat goede gesprek op te roepen door de juiste vragen te stellen op het goede moment, zoveel mogelijk gekoppeld aan de ervaringen in de gymles. Dat zal in de praktijk op heel veel verschillende manieren gebeuren, afhankelijk van de leeftijd van leerlingen, van de sociale dynamiek, van het vermogen tot zelfreflectie. In het artikel 'Bewegen waarderen' (Keijser, 2023) worden suggesties gedaan voor hoe je het goede gesprek met leerlingen op gang kan brengen. Bijvoorbeeld door het voeren van DVD-gesprekken. Dat kan met de reflectie vragen: Wat doe ik? Wat voel ik? Wat denk ik? Daarna komt de wilsvraag: Is het wat ik doe, voel en denk ook wat ik wil?

Terugblik op de wandeling

In het openingsartikel van deze reeks refereerden we aan de nog steeds heel

actuele visie op onderwijs in bewegen en sport. Deze conceptkerndoelen zijn voor de leerling allemaal van belang met het oog op een 'zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur' (Stegeman, 2000). Hier valt weinig op af te dingen of aan toe te voegen. Het laat zien dat bewegingsonderwijs zeer veelzijdig is en dat er uiteenlopende vaardigheden, houdingen en kennis nodig zijn om te komen tot deze deelname aan de bewegingscultuur. Met kerndoel 1, 2 en 3 zorgen we voor een brede oriëntatie op de bewegen- en sportcultuur en bieden we de leerling de mogelijkheid om zich daarin te ontwikkelen binnen de eigen mogelijkheden. Met kerndoel 4 en 5 bieden we de leerling handvatten om sociaal te handelen in het bewegen en om activiteiten met elkaar te regelen. Met kerndoel 6 en 7 krijgt de leerling een kompas in handen bij de zoektocht naar zichzelf als authentieke bewegener. Een leerling die beter weet hoe de gevarieerde beweeg- en sportcultuur eruit ziet en die zich meer bewust is van de eigen voorkeuren en hoe die worden beïnvloed, heeft een grotere kans om gemotiveerd en betrokken te zijn en blijven bij bewegen. ●

Scan of klik [hier](#) naar de gehele reeks (1-6) over de conceptkerndoelen.



Bronnen

Scan of klik [hier](#) naar de bronnen



Contact

j.nienhuis@slo.nl

Jacob Nienhuis is leerplanontwikkelaar bij SLO
n.keijser@scodelft.nl

Nick Keijser is vakleerkracht bewegonderwijs en coach Dynamische Schooldag op basisschool de Waterhof in Delft en is lid van het kerndoelenteam

Tekening

John Körver

Kernwoorden

conceptkerndoelen, betrokken bewegen, oriënteren op beweegcontexten, beweegidentiteit ontwikkelen