KVLO
www.kvlo.nl

KONINKLIJKE VERENIGING VAN LERAREN LICHAMELIJKE OPVOEDING

LICHAMELIJKE OPVOEDING



LAATSTE KANS VOOR INSCHRIJVEN VOOR UNIEKE, EENMALIGE STUDIEDAG OP 8 OKTOBER IN NIJMEGEN

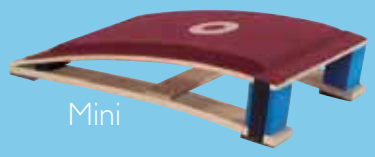
ZIE PAG. 45

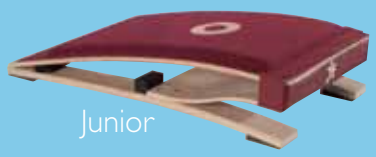
10
Jaargang 96
12 sept 2008

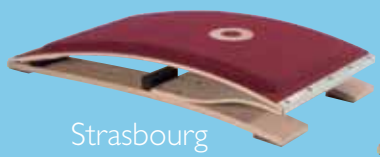
TOPIC MULTICULTUREEL LESGEVEN
PRAKTIJK: LEIDINGGEVEN EN SAMENWERKEN CENTRAAL
BLESSURES BIJ MIDDELBARE SCHOLIEREN
MRT IN VO

JF-springplanken

Kinderen hebben een natuurlijke drijfveer om te bewegen en te springen. De JF-springplanken scheppen de voorwaarden om die uitdagingen aan te gaan. Janssen-Fritsen ontwikkelde een serie springplanken met elk een eigen veerkarakteristiek. Pedagogisch en methodisch onderbouwd en aangepast aan het niveau van de leerling. Zo tillen JF-springplanken de leerlingen steeds naar een hoger niveau. Dat kan uiteindelijk uitmonden in het springen op eenzelfde plank als waarop Olympische kampioenen springen! Graag meer weten? Bel 0492-530930.


Mini


Junior


Strasbourg


Budapest


Iris


Kreon

janssen · fritsen

van educatie tot wereldprestatie

www.janssen-fritsen.nl

KVLO webkring





INHOUD

TOPIC

TOPIC MULTICULTUREEL LESGEVEN

Multiculturereel lesgeven kan zeer verrijkend zijn, met name ook voor de ervaring van de docent.
Dit blijkt onder andere uit het artikel van Perry den Brok overgenomen uit het blad *Van 12 tot 18*.
Daarin wordt gesteld dat docenten die lesgeven in multiculturele klassen juist *meer* regie hebben in de les en behulpzamer overkomen.
In een artikel van Jesse Bussemaker leest u over ervaringen met lesgeven in een 'prachtwijk'.
Herman Verveld schrijft over het belang van zowel binding binnen de eigen groep als het belang van bruggen slaan naar andere groepen. En Jorg Radstake beschrijft samen met studenten hoe bewegingsonderwijs een essentiële rol kan spelen bij inburgeringscursussen.

06 DE REGISSEURS VAN MULTICULTURELE KLASSEN / *Perry den Brok*

09 LESGEVEN IN EEN PRACHTWIJK / *Jesse Bussemaker*

14 BOEIEN, BINDEN EN BRUGGEN SLAAN / *Herman Verveld*

22 DE KRACHT VAN BEWEGEN IN EEN MULTICULTURELE SAMENLEVING / *Jorg Radstake i.s.m. Samwel Hakobjan en Koen Görtemöller*

EN VERDER

31 | Blessures bij middelbare scholieren / *Coen Spierings, Anniek Geelings en Kris van Haaren*

34 | Een on(der)wijsrecept / *Wim van der Mark*

40 | Bijeenkomst MRT in het VO / *Jennifer Nuij*

PRAKTIJK

20 | Voetbal in de zaal / *Maarten Massink*

22 | De kracht van bewegen in een multiculturele samenleving / *Jorg Radstake i.s.m. Samwel Hakobjan en Koen Görtemöller*

26 | Leidinggeven en samenwerken centraal / *Els Schrik*

RUBRIEKEN

05 | Eerste pagina
44 | Serie: Is elke sectie een lerende sectie? (4)
45 | Afdelingen
45 | Scholing
46 | Laatste pagina

Wegens vakantie deze keer geen rubriek de IRP-praktijk



FOTO OMSLAG: MICKY KUINGE

FOTO OMSLAG PRAKTIJKKATERN: HANS DIJKHOFF



Op maat, toegankelijk, toekomstgericht…

KNSB opleidingen anno 2008

Schaatstrainer-coach, jurylid of starter worden binnen het schaatsen?!

Ieder individu kenmerkt zich door zijn eigen ambities, zijn eigen tijdsbesteding, zijn eigen knowhow en zijn persoonlijke voorkeuren. Hoe gunstig zou het zijn om dit allemaal te combineren in één opleiding? De KNSB maakt u het volgen van een trainersopleiding of een opleiding tot jurylid en starter gemakkelijk.
Ontwikkel uzelf tot gekwalificeerd schaatstrainer of jurylid op het niveau dat u ambieert en draag uw kennis en kunde over aan anderen binnen de schaatssport.

Met een KNSB diploma bent u in staat een professionele en actieve rol binnen het schaatsen te vervullen.

Kijk voor meer informatie op KNSB.nl en schrijf u in voor 22 september 2008!

KNSB

KNSB.nl

elswout
AssurantieGroep
nva lid

KVLO

Collectief ziektekosten

vanaf € 90,80 per maand; bereken zelf uw premie, ga naar: www.KVLOverzekeringen.nl

KVLO pakket polis

[• auto • woonhuis • aansprakelijkheid • caravan • doorlopende reis • etc, etc. • met hoge kortingen voor KVLO-leden]

Contactpersonen: Willem Broertjes & Eveline Balk
wbroertjes@elswoutgroep.nl & ebalk@elswoutgroep.nl

avéro | achmea

Elswout
Zijlweg 314
2015 CP Haarlem
Postbus 2121
2002 CC Haarlem

Telefoon 023 - 751 00 00
Fax 023 - 751 00 01
E-mail info@elswoutgroep.nl
Internet www.elswoutgroep.nl
K.v.K. nr. 34170831

Collectiviteits-nummer: 33024

Collectiviteits-naam: kvlo

COLOFON

Redactie:
Hans Dijkhoff *(hoofdredacteur)*
Maarten Massink *(praktijkredacteur)* Jacqueline Tangelder *(redactiemedewerkster)*
Redactieraad:
Harry Stegeman (vz), Hilde Bax, Marianne van Bussel, Bert Boetes, Lars Borghouts, Danny van Dijk, Ernst Hart, Mark Jan Mulder, Chris Mooij, Eric Pardon, Jorg Radstake.
Redactieadres: KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, e-mail: redactie@kvlo.nl
Abonnement Lichamelijke Opvoeding: Jaarabonnement € 60,- (buitenland € 80,-)
Losse nummers € 3,- (excl. verzendkosten)
Handelsadvertenties: Bureau Van Vliet BV, Passage 13-21, Postbus 20, 2040 AA Zandvoort, fax: 023 571 7680 e-mail: zandvoort@bureauvanvliet.com www.bureauvanvliet.com
Verschijningsdata 2008: 18 jan., 8 feb., 29 feb., 28 maart, 25 april, 16 mei, 13 juni, 4 juli, 22 aug., 12 sep., 3 okt., 24 okt., 14 nov., 5 dec.
Druk:
Drukkerij Giethoorn Ten Brink, Postbus 41, 7940 AA Meppel. Tel.: 052 285 5111.
Vormgeving:
FIZZ new media solutions, Stationsweg 44a, 7941 HC Meppel. Tel.: 052 224 6162.
DTP: Drukkerij Giethoorn Ten Brink. Aanbieding en plaatsing van teksten en foto's houdt tevens mogelijk gebruik op de KVLO-website in, uiteraard met vermelding van auteur en fotograaf. Overname van artikelen is alleen toegestaan met bronvermelding en na goedkeuring van de auteur. De redactie is verantwoordelijk voor de samenstelling. Niet alle artikelen behoeven de (volledige) instemming van de redactie te hebben. Mededelingen vanwege de vereniging en artikelen, die het beleid van de vereniging raken, zijn voor verantwoordelijkheid van het hoofdbestuur.
Dagelijks bestuur KVLO:
G. van Driel, voorzitter
mw. drs. B. Zandstra, secretaris
mw M. G. van Bussel, penningmeester H.K. Evers
e-mail: bestuur@kvlo.nl
Secretariaat Thomas Groepering: Drs F. Huijboom, P. Potterstraat 26, 5143 GX Waalwijk, tel.: 041 633 3022, e-mail: fred.huijboom@wxs.nl
Ledenadministratie: abonnementen en personeelsadvertenties: KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist. fax: 030 691 2810
e-mail: ledenadm@kvlo.nl
site: www.kvlo.nl Opzeggingen dienen aangetekend te geschieden vóór 1 december van het lopende jaar (kandidaatleden vóór 1 augustus). De opzeggingen worden door de KVLO bevestigd. Contributie KVLO: zie de website of neem contact op met onze ledenadministratie
ISSN-nummer: 0024-2810
Telefoon: ledenadministratie 030 693 7676, algemeen 030 692 0847.
Bezoekadres:
Zinzendorflaan 9.
De afdeling rechtspositie is dagelijks bereikbaar van 12.30 tot 16.30 uur 030 693 7678
e-mail: irp@kvlo.nl

BEWEGINGS-ONDERWIJS AAN HOOGBEGAAFDEN



EERSTE PAGINA
DOOR GERT VAN DRIEL

Staatssecretaris Sharon Dijksma, verantwoordelijk voor het basisonderwijs, heeft besloten om 10 miljoen euro vrij te maken voor het onderwijs aan hoogbegaafde leerlingen.
Nu wordt hoogbegaafdheid op verschillende manieren gedefinieerd. Veel gehanteerd, maar wel wat verouderd, is de definitie van de psycholoog Renzulli. Volgens hem is sprake van hoogbegaafdheid bij leerlingen, wanneer deze beschikken over:

- hoge intellectuele capaciteit(IQ hoger dan 130)
- creativiteit in het bedenken van oplossingen
- doorzettingsvermogen om taken te volbrengen.

In veel standaard klassensituaties worden deze leerlingen te weinig uitgedaagd. Hierdoor stagneert hun ontwikkeling. Dit kan zich manifesteren op allerlei manieren. Leerlingen keren zich in zich zelf en maken een ongeïnteresseerde indruk of worden juist druk en leggen al hun energie in onaangepast en lastig gedrag in de klas. Beide soorten van overlevingsstrategie zijn in elk geval voor de leerling zelf niet goed en de tweede genoemde levert ook nog eens veel last op voor leerkracht en medeleerlingen. Wanneer bij leerlingen hoogbegaafdheid wordt vastgesteld dan wordt er over het algemeen gereageerd volgens twee didactische principes: versnellen of verrijken. Bij versnellen wordt voor de leerling aansluiting gezocht in onderwijsleersituaties die standaard worden aangeboden aan oudere leerlingen. De leerling gaat sneller door de stof en slaat eventueel één of meerdere klassen over. Dit vervolgens met het grote nadeel dat de leerling qua leeftijd en sociale ontwikkeling op de tenen moet lopen.
Bij verrijken blijft de leerling in de klas met leeftijdsgenoten en krijgt binnen dit verband extra verdiepende of verbredende leertaken aangeboden. Hierbij doet zich de vraag voor of de leerling via de verrijkingsstof voldoende wordt uitgedaagd en zich niet alsnog gaat vervelen.
Al met al in het systeem van klassen zoals dat op veel basisscholen wordt gehanteerd een moeilijk op te lossen probleem. Of om met de staatssecretaris te spreken: 'Ons onderwijs richt zich nu eenmaal vooral op de zwakke leerlingen aan de onderkant.'
En hoe zit het dan bij bewegingsonderwijs en hoogbegaafdheid?
In de hele discussie gaat het over leerlingen met een hoge intellectuele capaciteit. En in die zin is het probleem deels het probleem van een onderwijssysteem dat dominant gericht is op de intellectuele ontwikkeling van leerlingen. Schoolsucces hangt kennelijk voor zowel de school als de ouders vooral af van de prestaties binnen dit domein. Andere vak-/vormingsgebieden hebben wel hun plaats in het curriculum, maar spelen in de discussie over (hoog)begaafdheid geen rol. Het betekent dat kwaliteitsverschillen in bewegingsontwikkeling, zowel in termen van lage begaafdheid als van hoge begaafdheid, binnen het systeem niet als problematisch worden benoemd. Stereotype is het beeld van de 'professor', intellectueel begaafd, maar in bewegingsopzicht onhandig. Daarin zou bewegingsonderwijs een belangrijk aandachtsgebied kunnen zijn bij 'hoogbegaafde' leerlingen.
Ook voor bewegingsonderwijs zelf geldt dat veel lessen zich in eerste instantie richten op de middenmoot van de leerlingen. Om goed te differentiëren ten gunste van minder begaafde en bewegingshoogbegaafde leerlingen vraagt veel kwaliteiten van de lesgever. Mogelijkheden om daarbij ook externe differentiatie toe te kunnen passen zouden de kwaliteit van het bewegingsonderwijs weleens belangrijk kunnen verbeteren.
Remediërend bewegingsonderwijs in aparte groepen, van zowel minder getalenteerde als getalenteerde leerlingen, zou mogelijk moeten zijn.
Als conclusie kunnen wij stellen dat hoge begaafdheid toch vooral niet te eng gedefinieerd moet worden en dat de extra zorg en middelen die nodig zijn bij leerlingen met bijzondere kwaliteiten gespreid mag en kan worden over alle vak-/vormingsgebieden binnen de school.
Dus ook voor het bewegingsonderwijs.

DE REGISSEURS VAN MULTICULTURELE KLASSEN

In het onderwijsblad Van *12 - 18* heeft in september 2005 een artikel gestaan over lesgeven aan multiculturele klassen. Daarin worden op basis van onderzoek uitspraken gedaan over kwaliteiten van docenten die daarin lesgeven. Zeer zeker ook van toepassing denken we voor de docent LO. Met toestemming overgenomen.

Docenten die lesgeven aan multiculturele klassen hebben meer regie over de klas. Tegelijkertijd komen ze vriendelijker en behulpzamer over dan docenten die lesgeven aan minder diverse klassen. Dat zijn twee uitkomsten uit het onderzoek dat Van *12 tot 18* hield. ***Door: Perry den Brok***



KENNISMAKEN VAN *12-18* 14 SEPTEMBER 2005

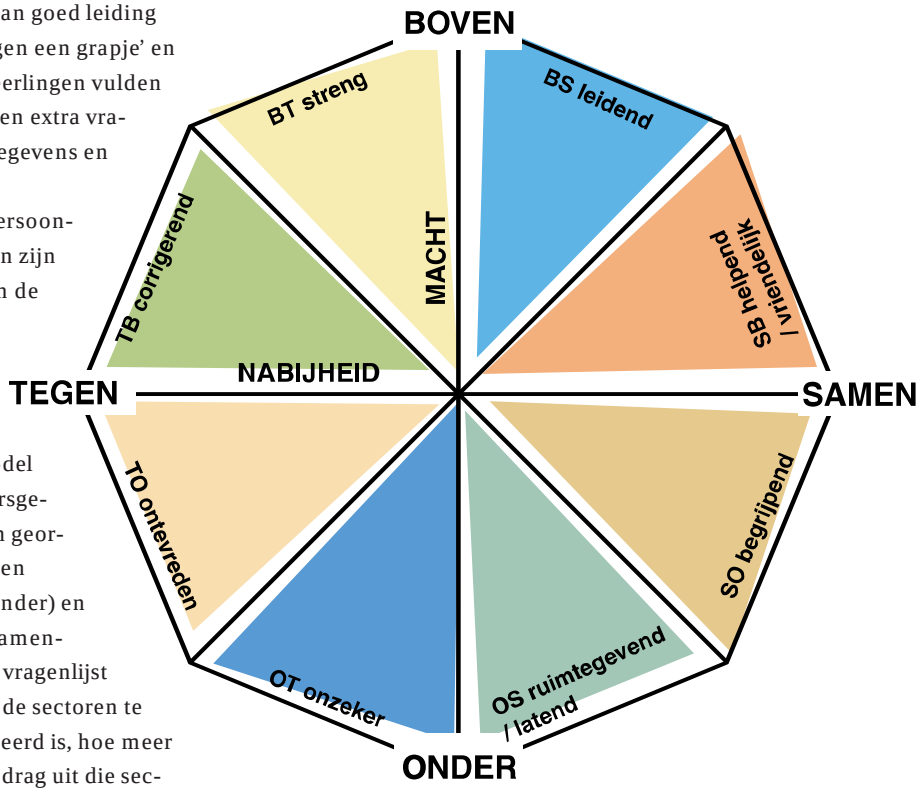
De oogst op het bureau van de IVLOS-onderzoeker (lerarenopleiding Universiteit Utrecht): duizend vragenlijsten, ingevuld door leerlingen in meer dan 50 multiculturele klassen op verzoek van hun leraren. Die zijn benieuwd naar de beelden die de leerlingen over hen hebben. De docenten vulden zelf elk ook twee vragenlijsten in: een over hun eigen functioneren - hun zelfbeeld - en een over hoe zij zouden willen functioneren - hun ideaalbeeld. Het gaat om uitspraken als 'hij/zij kan goed leiding geven', 'hij/zij kan goed tegen een grapje' en 'hij/zij wordt snel boos'. Leerlingen vulden diezelfde lijsten in, naast een extra vragenlijst over achtergrondgegevens en vrijetijdsbesteding.
Elke docent ontving een persoonlijke rapportage, met daarin zijn eigen vijftig antwoorden en de gemiddelde score per klas.

OMGANGSSTIJLEN

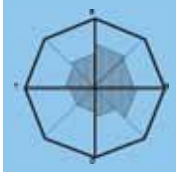
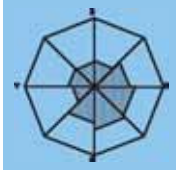
De gegevens zijn ook verwerkt met hulp van het model voor interpersoonlijk leraarsgedrag. Acht sectoren worden geordend via twee dimensies: een machtsdimensie (Boven-Onder) en een nabijheidsdimensie (Samen-Tegen). De gegevens uit de vragenlijst worden weergegeven door de sectoren te arceren. Hoe meer er gearceerd is, hoe meer en sterker de docent het gedrag uit die sector in de ogen van de leerlingen vertoont. De figuur die zo ontstaat geeft een beeld of profiel van de stijl van een docent in een bepaalde klas. In Nederland komen acht verschillende omgangsstijlen voor.

SCORES

Bij driekwart van de *Van 12 - 18*-docenten komen volgens de leerlingen drie stijlen voor: de directieve, de gezaghebbende en de tolerantgezaghebbende stijl. In de grote steekproef is dat minder. De *Van 12 - 18*-groep telt minder tolerante, onzeker-tolerante en onzeker-agressieve docenten dan de grote steekproef.



De percentages van elke stijl in het Van 12 tot 18-onderzoek en in een groot onderzoek onder 40.000 leerlingen in homogenere klassen staan erachter.

	12 tot 18 (multicultureel)	Grote steekproef (monocultureel)
 Directief	13	20
 Gezaghebbend	30	18
 Tolerant en Gezaghebbend	30	12
Tolerant	13	19
 Onzeker tolerant	2	10
Onzeker agressief	2	8
 Autoritair	6	4
Moeizaam Dominerend	4	10

Directieve en gezaghebbende docenten lijken op elkaar, maar directieve docenten zijn iets strenger en geven iets minder ruimte dan gezaghebbende docenten, die het vooral van leidinggeven moeten hebben. Uit lesobservaties bij beide typen blijkt dat de lessen gestructureerd zijn en dat leerlingen taakgericht bezig zijn. Regels en procedures zijn goed op orde in deze klassen. De leerlingen doen het vaak goed op prestatietesten. Tolerant-gezaghebbende docenten worden vaak iets meer 'Samen' ervaren door de leerlingen. Ze wisselen strengheid ook goed af met ruimte laten aan hun leerlingen, die vaak erg gemotiveerd zijn voor het vak van die docenten.

De uitkomsten zijn ook samengevat in twee dimensiescores, gebaseerd op Samen-Tegen en Boven-Onder. Die scores staan voor de mate waarin een docent bepaalt wat er gebeurt in de klas en de mate waarin een docent leerlingennabij is. Een positieve score betekent dat de docenten meer Boven dan Onder en meer Samen dan Tegen zijn, bij negatieve scores is het precies omgekeerd. Docenten uit het *Van 12 - 18*-onderzoek zitten een beetje meer in Boven dan collega's in monoculturele klassen, en beduidend meer in Samen.



Meer Samen dan Tegen

IDEALEN

Het ideaalbeeld van het grootste deel docenten uit het *Van 12 - 18*-onderzoek komt het meest overeen met dat van de tolerant- gezaghebbende docent. Zij zouden dus bij voorkeur een stijl willen hanteren die zowel een sterk Boven als Samen karakter heeft, en waarin structuur en ruimte geven op elkaar zijn afgestemd. Opvallend is dat de docenten die niet voor dit profiel kozen liever directief, gezaghebbend en autoritair wilden zijn, en niet, zoals in de grote steekproef, meer tolerant. Dit zou kunnen betekenen dat docenten structuur en leiding belangrijke zaken vinden voor multiculturele klassen, of dat zij denken dat leerlingen hier sterke behoefte aan hebben.

Ideale profielen	***Van 12 - 18* (multicultureel)**	**Grote steekproef**
Tolerant-gezaghebbend	70	75
Directief	12	0
Gezaghebbend	9	0
Autoritair	9	0
Tolerant	0	25

Voor wat betreft de voorkeur zijn leerlingen het met de docenten eens. Uit eerder onderzoek weten we dat leerlingen als ideaal vooral voor de tolerant-gezaghebbende docent kiezen.

VERSCHILLEN

Om na te gaan of de beelden van leerlingen en docenten overeenstemden hebben we het leerlingenbeeld en het docentenbeeld van iedere klas vergeleken op de Samen-Tegen en Boven-Onder scores. Slechts in 12% van de gevallen is er volledige overeenstemming; in 88% dus niet. Binnen de 'onenigheidsgroep' liggen tweederde van de scores van leerlingen lager dan die van docenten. Deze docenten vinden meer dan de leerlingen dat zij zelf bepalen wat er gebeurt in de klas en/of vinden dat zij meer leerlingen nabij zijn. Deze docenten hebben dus een positiever beeld van zichzelf dan hun leerlingen. Bij een op de tien is het omgekeerde het geval: docenten zijn negatiever dan de leerlingen. Zij vinden minder dan de leerlingen dat ze bepalen wat er gebeurt en/of dat ze leerlingen nabij zijn. Beschermen deze docenten zich tegen een teleurstellende uitkomst? Bij één op de tien geldt ook dat één score positiever is en de andere negatiever. Deze uitkomsten stemmen behoorlijk overeen met die uit de grote landelijke steekproef, al lijkt het erop dat docenten in het *Van 12 - 18*-onderzoek iets positiever zijn ingesteld.



FOTO: HANS DIJKHOFF

Ook de docent is multiculti

Wat vinden leerlingen in multiculturele klassen van hun omgang met de docent? In het decembernummer van 2004 deed *Van 12 - 18* een oproep aan docenten die lesgeven in multiculturele klassen mee te doen aan een onderzoek. 70 docenten meldden zich. Uiteindelijk stuurde iets meer dan de helft de ingevulde vragenlijsten terug met de gegevens van 54 klassen. De docenten komen van allerlei scholen, vooral uit de grote steden, en geven allerlei vakken. Ze zijn ervaren en minder ervaren, autochtoon en allochtoon, en iets vaker man dan vrouw. Alle schooltypen zijn vertegenwoordigd: vmbo (21%), havo (25%), vwo (17%) en gemengde klassen (37,5%). Driekwart van de onderzochte klassen zijn onderbouwklassen.
Eénderde van de leerlingen heeft een Marokkaanse achtergrond, gevolgd door Nederlands (28%), Turks (20%), Surinaams (11%) en Antilliaans (3%). Van hen is 44% niet in Nederland geboren en spreekt eenzelfde percentage thuis een andere taal dan Nederlands.

MULTICULTUREEL?

We vonden nauwelijks verschillen in beelden van leerlingen op basis van hun land van herkomst. Marokkaanse leerlingen vinden hun docenten strenger dan leerlingen uit andere landen. In Nederland geboren leerlingen vinden hun leraren meer Boven. En leerlingen die thuis een andere taal spreken dan Nederlands blijken hun leraren minder Samen te vinden. De uitkomsten roepen vragen op. Doen docenten in multiculturele klassen andere dingen, waardoor ze meer Boven en Samen worden gevonden; of komen de verschillen doordat leerlingen met een andere cultuur anders naar docenten kijken? Maken docenten in hun gedrag onderscheid tussen Nederlandse en niet-Nederlandse leerlingen of gaat het hier ook om een cultureel verschil in waarnemen en interpreteren? Tenslotte nog een laatste cultureel verschil: er bleek een sterker verband te bestaan tussen de motivatie voor het vak en de beide dimensiescores bij Turkse en Marokkaanse leerlingen dan bij Nederlandse leerlingen.
Daaruit kun je de conclusie trekken dat de omgang met de docent, en vooral voldoende Invloed en Nabijheid, belangrijker zijn voor Turkse en Marokkaanse leerlingen dan voor Nederlandse leerlingen.

Wilt u meer weten over of reageren op het onderzoek, neemt u dan contact op met Perry den Brok, P.J.denBrok@ivlos.uu.nl, tel.: 030 253 2231

LESGEVEN IN EEN PRACHTWIJK

Het lesgeven in de 'prachtwijk' zoals dat tegenwoordig heet is voor de één een nachtmerrie en voor de ander een uitdaging. Het is hoe dan ook een ingrijpende ervaring met bijzonder veel leerzame momenten, voor leerlingen en docenten. Een voorbeeld van zo'n ervaring wordt in dit artikel geschetst. ***Door: Jesse Bussemaker***



INLEIDING

Na zeven jaar les te hebben gegeven op Basisschool de Ster in Amsterdam-Zuidoost, heb ik de keuze gemaakt om te stoppen als vakleerkracht bewegingsonderwijs op deze school. Ik heb de balans opgemaakt en ben vrij rationeel tot de conclusie gekomen dat ik mijn werk op een andere plek voort moest zetten. Dat dit een rationele keuze was merkte ik op de dag van mijn afscheid van de kinderen. Onder leiding twee geweldige collega's had elk kind van de school een kaart voor mij geknutseld en een persoonlijke boodschap voor mij geschreven. Toen ik na de afscheidsmusical van groep 8 het verzameld werk in boekvorm in ontvangst nam, hield ik het maar moeilijk droog. Zo schrijft een jongen met wie ik regelmatig in de clinch heb gelegen dat 'we altijd vrienden zullen blijven'. Een meisje dat nooit erg spraakzaam was, schrijft 'ieder kind zal blij zijn met jou als gymmeester'.

Wanneer het zo tastbaar wordt wat je voor de kinderen betekent, moet je wel sterk in je schoenen staan om niet even te twijfelen. Gelukkig stond mij helder voor de geest welke moeite het laatste jaar mij had gekost.
De school ging een andere richting op dan ik graag zou willen. Hierdoor werd het voor mij steeds moeilijker om in de zaal mijn lessen zo vorm te geven dat ik er voldoening uit haalde. Buiten de zaal stoorde ik mij steeds meer aan de organisatie van de school en hoe het bestuur functioneerde. Nu ik de school ga verlaten, wil ik mijn ervaringen, mijn visie op onderwijs en hoe ik deze heb moeten bijstellen optekenen in dit artikel.

Toen ik in 2001 afgestudeerde van de Calo in Zwolle wilde ik graag mijn geluk beproeven in Amsterdam. Ik had het idee dat wanneer ik in Amsterdam kon lesgeven, ik waarschijnlijk overal kon lesgeven. Met mijn diploma op zak belde ik de gemeente Amsterdam op zoek naar een baan. Er was een vacature op een basisschool in Amsterdam-Zuidoost. Net voor de vakantie had ik een kennismakingsgesprek met de directrice en na de vakantie kon ik direct beginnen.



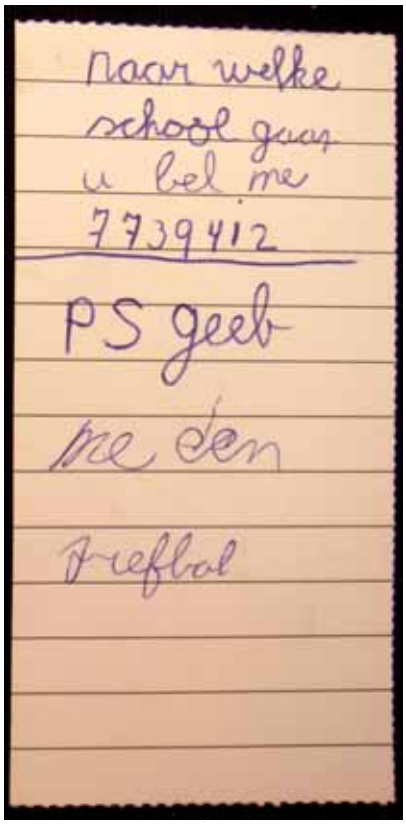


FOTO: MARTINE NIEUWSTAD

Kringgesprek

ZONE VAN NAASTE ONTWIKKELING

In het huis van een vriend midden in de Pijp naast de Albert Cuypmarkt begon mijn werkende bestaan. 's Ochtends met de metro naar Zuidoost om echte lessen bewegingsonderwijs te verzorgen voor alle kinderen van de school. Aan het begin was het knokken om te overleven. Vooral de oudere groepen hadden in hun schoolloopbaan al meerdere vakleerkrachten voorbij zien komen en herinnerden mij daar fijntjes aan wanneer een activiteit hen niet aanstond. De kinderen van groep 3 werden aan het begin van de les helemaal niet stil zoals ik had verwacht en voorbereid. Ik moest alle zeilen bijzetten om de aandacht van die uit de kluiten gewassen kleuters vast te houden. Ook mijn zorgvuldig, volgens de methode, gearrangeerde vierhoekenles bleek ver van hun 'zone van naaste ontwikkeling' af te liggen. Dit waren voor mij direct twee belangrijke leerpunten. Stilte eisen werkt niet, aandacht krijgen wel, maar daar moet je zelf hard voor werken. En je moet de methode aanpassen aan de kinderen en niet andersom.



Mijn eindstage aan de Calo deed ik op de Fontys Pabo in Eindhoven. Hier moest ik de eerstejaars studenten warm maken voor het geven van bewegingsonderwijs aan kinderen op hun stageschool. Mijn stagebegeleider Hardy Heijmen heeft mij geprikkeld om de 'zone van naaste ontwikkeling' van de doelgroep altijd als uitgangspunt te nemen. Je zoekt naar een vervolgstap die voor de ander betekenisvol is. Daarbij maakt het niet uit of je lesgeeft aan kleuters, groep 8 of studenten van de Pabo. De zoektocht is overeenkomstig en als inhoudsdeskundige probeer je daarop aan te sluiten met de kennis en ervaring die je op dat moment hebt. Toen ik in Amsterdam begon had ik me dan ook heel idealistisch voorgenomen om niet boos te worden op kinderen die uit de bocht vlogen tijdens de les. Zij konden er tenslotte weinig aan doen dat ik door mijn gebrek aan kennis en ervaring niet bij hun niveau en wensen kon aansluiten tijdens de les.

ANDERS ORGANISEREN

Al vrij snel bleek dit een onmogelijke weg, omdat hier een aantal stappen aan vooraf gaat. In principe sta ik nog steeds achter deze benadering van lesgeven. Maar voordat je dit ideaal in praktijk kunt brengen, moet de organisatie van de les kloppen. Als beginnend leerkracht viel dat niet mee. Regelmatig stuurde ik kinderen weg of liet ik hen nablijven om bijvoorbeeld een soort legertraining te ondergaan. Ook ondertekende ik contractjes met kinderen waarin zij plechtig beloofden zich aan de regels te houden. Bij het zoeken naar regels en straffen bleef er altijd wel een ideaal om dit vanuit een pedagogisch perspectief te doen. Zo speelde ik een keer na schooltijd bij wijze van straf met een jongen van groep 8 een partijtje voetbal. We zouden spelen tot de tien en ik liet hem tot 9-6 voorkomen. Toen het 9-9 stond, kreeg ik last van mijn geweten. Zou ik hem laten winnen? Aan de ene kant leek het mij een beetje flauw om te win-



FOTO: MARTINE NIEUWSTAD

Tikspel

nen van een kind en misschien wel pedagogisch volstrekt onverantwoord. Aan de andere kant was dit nou net een jongen die zichzelf met een ongekende trots overal geweldig in vond. Uiteindelijk heb ik de keuze gemaakt om het partijtje te winnen. Het leek mij belangrijk om aan deze jongen te laten zien dat ik beter in voetbal was en daarmee respect proberen af te dwingen.

Na enige tijd ben ik beter gaan begrijpen wat voor deze kinderen belangrijk is. En merkte ik dat ik ook in de organisatie van de activiteit rekening moest houden met de omgangscultuur van de kinderen. Op mijn basisschool zitten kinderen van voornamelijk Surinaamse, Antilliaanse en Ghanese afkomst. Deze kinderen zijn al van jongs af aan op zichzelf aangewezen. Zij dragen al op jonge leeftijd de verantwoordelijkheid voor broertjes en zusjes. Een jongetje van groep 5 dat verantwoordelijk is voor zijn zusje uit groep 2, wanneer zij samen met de metro naar huis reizen, is geen uitzondering. Kinderen brengen veel van hun tijd op straat door waar het recht van de sterkste geldt. De enige manier om jezelf daar staande te houden is door goed voor jezelf op te komen. Met deze vroege zelfstandigheid en zelfredzaamheid komt een groot eergevoel, waar je als vakleerkracht rekening mee moet houden. Bijvoorbeeld bij het spelen van een groot spel als trefbal. Heel anders dan in een tikspel in een hoekenles, is het verliezen van een groot spel voor veel kinderen heel ingewikkeld. Voor veel kinderen blijft het onverteerbaar om met de helft van de klas te verliezen van de andere helft. Natuurlijk kun je proberen een methodische opbouw binnen deze reguleringsproblematiek te ontwikkelen en de kinderen binnen andere activiteiten te leren omgaan met winst en verlies. Maar voor mijn moeilijkste groep 7 was ik echter genoodzaakt op zoek te gaan naar een andere oplossing. Zo vroeg ik na het eerste potje trefbal alle kinderen op de beide driemeterlijnen te gaan staan. Vervolgens noteerde ik op een klassenlijst een punt bij alle kinderen van het winnende team. Daarna wisselende ik 6 kinderen van team. Na drie of vier potjes was de les ten einde en wonnen de kinderen met de meeste punten. Doordat er in deze werkwijze maar één of twee kinderen wonnen, was het resultaat voor de kinderen die niet gewonnen hadden veel minder confronterend en werd het trefbalspel weer een leuk spel. Een mooie bijkomstigheid was dat nu ook de mindere bewegers het trefbalspel konden winnen.

Uiteraard vragen de kinderen op een gegeven moment weer om 'vaste teams'. Ik ben ervan overtuigd dat er een waardevol



leermoment zit in het overleggen over welke vorm van trefbal we gaan spelen. Met de kinderen ga ik dan graag in gesprek door bijvoorbeeld te vragen waarom we het spel eerder in variërende teams speelden, waar we deze les dan extra op moeten letten en welke kinderen daar het meeste moeite mee hebben. Na goede afspraken te hebben gemaakt kunnen we beginnen. Mocht het halverwege de les toch misgaan, omdat de kinderen elkaar de meest vreselijke verwensingen maken, dan zal ik het spel moeten stilleggen en kijken of de les met een andere activiteit nog te redden is. In mijn ogen is er hier toch sprake van betekenisvol onderwijs. Zij hebben zelf gekozen voor deze, op reguleringsgebied, moeilijkere spelvorm. Dat dit is mislukt geeft aan dat we het te vroeg geprobeerd hebben. Ondanks alle tumult is dat helemaal niet zo erg. De volgende keer dat we trefbal spelen en zij om vaste teams vragen, kan deze ervaring een rol spelen tijdens het overleg.

STRUCTUUR

Voor veel kinderen is naar school gaan het fijnste wat er is. Er is een duidelijke structuur gedurende de dag en er heerst over het algemeen een prettig pedagogisch klimaat. Lang niet alle kinderen zijn blij wanneer het vakantie is. Ze gaan niet op vakantie en missen structuur in hun dagelijkse leven. Dingen die voor mij vroeger heel gewoon waren zoals een eigen kamer, eigen speelgoed of een eigen bureautje voor het maken van huiswerk is voor lang niet alle kinderen weggelegd. Sommige ouders doen geweldig hun best door met meerdere banen de eindjes aan elkaar te knopen, andere ouders lijkt de schoolloopbaan van hun kinderen niets te interesseren. Zo gebeurde het regelmatig dat een kind na schooltijd niet opgehaald werd en dat de leerkracht na eindeloos proberen een ouder, oom of tante te bereiken, het kind om zes uur maar naar de politie moest brengen. Rapporten die eindeloos blijven liggen omdat ouders niet bereid zijn om op gesprek te komen en ouders van een meisje uit groep 8 die niet naar de afscheidsmusical van hun dochter komen, omdat ze het 'een beetje druk' hebben.



FOTO: MARTINE NIEUWSTAD

Rollen met de bal

Het is niet moeilijk je een voorstelling te maken van wat die schijnbare desinteresse doet met de gedragsontwikkeling van een kind. Zonder hierbij psychologie van de koude grond te willen bedrijven, heeft het mij wel met andere ogen naar deze kinderen leren kijken. Kinderen kunnen heel boos worden, de meest vreselijke dingen tegen je zeggen, een ander kind en vervolgens ook jou te lijf gaan. Als professional ben je verplicht om zonder soft te worden de dingen in perspectief te zien en de kinderen op elk moment weer een nieuwe kans te geven. Dat dit niet altijd lukt in het heetst van de strijd is begrijpelijk, maar daarna moet de professional het weer snel overnemen. Ook moet je accepteren dat je niet alles kunt veranderen, zeker niet als vakleerkracht bewegingsonderwijs in twee keer drie kwartier per week.
Dingen die je niet kunt beïnvloeden moet je loslaten, maar dat blijft moeilijk. Vooral wanneer je met groep 8 op de fiets terugkomt van schoolreisje en er meer leerkrachten dan ouders op het schoolplein staan. Nadat je als leerkracht een week voor de kinderen gezorgd hebt, moet een aantal kinderen alleen naar huis. Met alle koffers op de fiets, of over de weg rennend om de bus te halen.

ECHT LESGEVEN

Hopelijk heb ik u niet ontmoedigd om ooit voor het basisonderwijs in een zogenaamde prachtwijk te kiezen. Ik wil namelijk in dit artikel duidelijk maken dat les mogen geven aan deze kinderen, ruimschoots opweegt tegen alle bovengenoemde schrijnende situaties. Sterker nog, op een bepaalde manier draagt de ingewikkelde situatie waar deze kinderen in leven, bij aan het gevoel dat ze je geven. Kinderen laten in alles merken dat ze blij met je zijn. Ze zoeken je op voor een praatje, willen je heel graag helpen, komen tegen je aan zitten op de bank en bespringen je tijdens de les. Deze kinderen hoeven na schooltijd niet naar viooles en daarna ook nog naar paardrijden. De leukste dingen van de dag gebeuren op school, dus de kinderen zijn vrijwel altijd vrolijk, zijn in alles uitbundig en hebben altijd zin om te bewegen.
De kunst is om al die energie die de kinderen meebrengen te kanaliseren. Wanneer dat lukt stijgt de les naar ongekende hoogte met springende, dansende en enthousiast gillende kinderen. Wanneer dat mislukt omdat er voor of tijdens de les iets voorvalt is het moeilijk al deze boosheid, die minstens even uitbundig is, weer om te buigen.



FOTO: MARTINE NIEUWSTAD

Fun op het skateboard

Zelfs na zeven jaar kon ik voor de les niet goed inschatten, hoe de les zou verlopen. Tijdens mijn beste lessen was ik in staat de kinderen te volgen en mijn leerdoelen voor die les op hun stemming aan te passen. De zoektocht naar de weg die de kinderen willen volgen om uit te komen bij de leerdoelen die ik wil verwezenlijken, geldt voor mij als het echte lesgeven. Wanneer je op basis van autoriteit een bepaalde activiteit er bij de kinderen doorheen drukt, kun je niet verwachten dat de kinderen iets leren of je naderhand komen opzoeken voor een praatje. Zo had ik eens een groep 6, waarbij een aantal jongens alleen maar wilden voetballen. Wanneer ik ze tijdens een hoekenles over de groepjes verdeelde, leverde dat voor alle andere kinderen onveilige situaties op. Wanneer ik de bewuste jongens bij elkaar zette, deden ze vooral hun best om andere groepjes te hinderen. Voor mij is het aangaan van een machtsstrijd dan volstrekt zinloos, omdat dat niets oplevert. De daarop volgende zoektocht is iets anders dan toegeven aan de kinderen. Ik bepaal een strategie om hen weer geïnteresseerd te krijgen voor activiteiten naast het voetbal. Uiteindelijk heb ik hen wekenlang op een derde van de zaal laten voetballen. Zo kon ik in de rest van de zaal een veilige les arrangeren voor de andere kinderen van de klas. Met deze kinderen ging ik de meest uitdagende activiteiten spelen, zoals klokkenluiden, minitramp-hoogspringen, staand glijden vanuit het wandrek en boefje-toernooi (één tegen één tikspel). Na verloop van tijd wilden ook enkele voetballers graag een keer meedoen met zo'n spectaculaire activiteit. Hierdoor had ik bij deze kinderen een opening naar activiteiten naast het voetbal. Na een overgangsfase met in iedere les een voetbalactiviteit, zoals voetvolley, penalty schieten en voetbal-overlooptikspel, lukte het ook deze kinderen te boeien met andere activiteiten.

TOT SLOT

De kinderen zijn zoals gezegd heel zelfstandig, uitbundig en nemen veel eigen initiatieven. Dat maakt het werken met deze kinderen ook zo geweldig. Bijvoorbeeld tijdens het jaarlijkse uitje naar de schaatsbaan, waar veel kinderen voor het eerst echt ijs zien. Al gauw barst er een sterredanswedstrijd los of een potje curling met pionnen inclusief het bijbehorende bezemen. Op de discoavond voor de hogere groepen waar ik de dj mocht zijn, gaan de kinderen één voor één dansend met elkaar in gevecht tijdens een zogenoemde 'battle' en werd de avond traditioneel afgesloten met een limbopolonaise door de hele school. Ook tijdens het schoolreisje van groep 8 waarbij we op de fiets naar Bakkum gaan, koken de kinderen zelf en komen er de heerlijkste gerechten op tafel. Ieder jaar viel het me op dat kinderen met wie ik tijdens de les behoorlijk wat te stellen had, op kamp helemaal opbloeiden. Zonder de zorgen en verantwoordelijkheden van thuis, konden ze gewoon even zorgeloos kind zijn. Ik voel me bevoorrecht dit voor en met deze kinderen te hebben mogen doen.

Correspondentie: J.Bussemaker@fontys.nl

BOEIEN, BINDEN EN BRUGGEN SLAAN

Een transculturele analyse van integratie in sport- en beweegpraktijken

Respecteren en waarderen van verschillen is één van de gevleugelde grondslagen van onze vakvisie. Hoe komt het dan dat we het eerder over het waarderen van verschillen in bewegingsniveau en het respecteren van de verschillende manieren om bewegend om te gaan met de ander en het andere hebben, dan dat we daarin een analyse van de diversiteit in culturele achtergrond van de deelnemers laten doorklinken? Wat is de reden dat er op ons blanco opleidingsinstituut procentueel weinig allochtone studenten en docenten zitten, terwijl de sport- en bewegingscontext zoveel kleurrijker is? Waarom tref ik ter voorbereiding van dit artikel nauwelijks enige vakliteratuur en onderzoek aan, die ons terzijde staat om antwoorden op dergelijke ingewikkelde vragen te formuleren? Terwijl ik daarin juist doorslaggevende en interessante pleidooien lees om het interculturele onderwijs op de kaart te zetten. ***Door: Herman Verveld***



DIVERSITEIT

Bart Vossen: 'in zijn rol als cultuurbemiddelaar heeft de leerkracht lichamelijke opvoeding rekening te houden met deze verschillende voorkeuren en kan hij, door hierop in te spelen, een brug slaan tussen de verschillende culturen.' (Lichamelijke Opvoeding nr. 9 - 1990, p. 388). Knut Dietrich: 'interkulturelles Lernen findet zwischen Trägern unterschiedlicher Kulturen statt. Anlass und Ausgangspunkt sind kulturelle Differenzen. Man muss akzeptieren, dass ausländische Kinder in unseren Schulen das Klassenleben und Schulleben schon durch ihr blosses Dasein verändern. Wer dies nicht wahrhaben will, erzeugt Spannungen. Sich auf diese neue und zunächst ungewohnte Situation einzustellen und auch den Verlauf des Unterrichts gegebenenfalls anders zu organisieren ist eine zwingende Forderung. Diese Bereitschaft markiert den Beginn interkulturellen Lernens. Das Gelingen hängt von der Bereitschaft zur Verständigung aller Peronengruppen auf allen Ebenen des Schullebens ab. Dazu gehört die Bereitschaft, Unterschiede wahrzunehmen, sie zu tolerieren und als Möglichkeiten des Verhaltens zu akzeptieren.' (Sportpädagogik november 1994, 18 Jahrgang, p. 24)

Dit artikel geeft geen eenduidige antwoorden op deze vragen, maar neemt dergelijke vragen als prikkelend uitgangspunt om een kritisch handelingskader te schetsen waarin een transculturele visie op sport- en beweegpraktijken tot zijn recht kan komen. Zoals Wouter Bos - als partijleider - de handschoen van de integratieproblematiek als de grote nieuwe sociale kwestie van de komende decennia opneemt, zo wil ik proberen deze problematiek te vertalen naar de context van bewegen en sport. Omdat ook ik opgegroeid en opgeleid ben in een vrij blanco omgeving, laat ik mij in deze zoektocht begeleiden door meer ervaringsdeskundigen. Bij de eerste richtingaanwijzer 'boeien', zal het gedachtegoed en onderzoek van Paul Verweel (hoogleraar aan de Universiteit van Utrecht) mijn richtsnoer zijn om de fascinatie voor sport en bewegen als kernaanwijzing te hanteren. De tweede gids die mij verder helpt is Robert Putnam (Amerikaans socioloog op Harvard), een autoriteit op het gebied van sociale samenhang en hij zal richtingaanwijzer bij het 'binden' zijn. Ten slotte biedt collega Edu Dumasy (onderwijzer, schoolbegeleider en docent transculturele pedagogiek) een transcultureel handelingsmodel dat voor 'het slaan van bruggen' kan worden ingezet.

BOEIEN

In mei van dit jaar kwam mijn zoon Jurre terug van een maatschappelijke stage in Zambia. Met zijn klasgenoten (4VWO van het Isendoorn College Warnsveld) had hij daar - naast het bouwen van een schoollokaal - onder meer sportlessen gegeven aan schoolkinderen in Livingstone. Thuisgekomen vertelde hij met passie en met zijn hoofd nog daar in Afrika over de gegeven sportlessen. Van te voren hadden zij zich nog druk gemaakt over hoe ze dat nu moesten doen en of ze het überhaupt wel konden. Gaat het wel lukken?! Maar die spanning nam af toen hij zag dat een sportactiviteit al snel ging leven en de kinderen erg geboeid raakten door de activiteit zelf. Vooral 'crocodile-ball' was een topper, en ook was het opmerkelijk dat de Warnsveldse Boys & Girls eruit werden gelopen en getikt door die van Livingstone.



FOTO: JURRE VERVELD

Samen zijn

Op weg naar Zambia was de groep natuurlijk goed voorbereid door de begeleidende docenten en projectmedewerkers van African Impact en Xplore. En bij deze voorbereiding paste ook een workshop op de Calo, gegeven door een student die tijdens zijn opleiding ervaring met sportlessen en begeleiding van bewegingsactiviteiten heeft opgedaan in Ethiopië. Hij probeerde de groep in een kort tijdsbestek met behulp van een eenvoudig handelingsmodel[1] de (stimu)leerwegen en mogelijke interventies te verduidelijken.

Uitgangspunt op de Calo is onze fascinatie voor sport en bewegen. Sport en bewegen als maatschappelijk verschijnsel heeft binnen alle culturen een vaste en voorname plek gekregen. Er zijn vele definities in de vakliteratuur over cultuur. Ik kies ervoor om de structurele definitie van Kloos[2] te hanteren: cultuur bestaat uit vaste onderling samenhangende gewoonten van bepaalde sociale groepen. In onze - op westerse leest geschoeide - cultuur onderwijzen we erin (LO'ers worden hiervoor opgeleid), we verlenen er hulp door (het terrein van de BPT'er) en we stimuleren mensen om er op zinvolle en prettige wijze hun vrije tijd mee te vullen (het werkveld van de S&B'er).

Om startbekwaamheid te verwerven voor het vak van bewegingsonderwijzer, -therapeut, -agoog, beweegmanager of sportstimuleerder, zal de student voortdurend moeten kunnen reflecteren op en deskundig worden in de relatie tussen beweegpraktijken en de visies daarop. Met als doel dat de student beperkingen en verhinderingen die niet leiden tot het op bevredigende en plezierige wijze kunnen onderkennen en aangaan van bewegingsproblemen, wel kan leren herkennen en vervolgens kan relateren aan zijn of haar vakvisie.

Dit op zich is al een hele klus, die je niet alleen gedurende de hele opleiding zal aangaan, maar die je ook in het werkveld daarna voortdurend zal bezighouden en onderhouden. De klus wordt ingewikkelder wanneer deze sport- en beweegpraktijken ook nog eens (extra) gekleurd worden door onze multiculturele samenleving. Op ons opleidingsinstituut geven wij - zoals gezegd - de studenten een eenvoudig en helder denkkader mee, waarmee zij het eerste probleem kunnen tackelen. Vervolgens borduren we hierop verder als we de specifieke inter- of multiculturele problematiek aangaan.

Bij sport- en bewegingshandelingen draait het om het oplossen van bepaalde bewegingsproblemen en/of het behartigen van specifieke aan bewegen gerelateerde belangen van de deelnemers (beter leren bewegen, hulpverlening d.m.v. bewegen of stimulering tot meer bewegen). Deze handelingen staan echter niet op zichzelf, maar zijn relationeel, dat wil zeggen; ze zijn betekenisvol en ontlenen hun betekenis aan bepaalde referentiekaders (de wijze waarop de bewegingsproblematiek wordt vertaald, van voor-bewust[3] naar bewust niveau, als reflectie op het bewegen).

In deze specifieke handelingen herkennen we de drieledige structuur van activiteiten, verricht door deelnemers in een sociale context. Daarom krijgt een al dan niet lukkende of belangenbehartigende bewegingshandeling betekenis vanuit en is gerelateerd aan en afhankelijk van op z'n minst drie perspectieven of referentiekaders:

1 de wijze waarop en de mate waarin de bewegingshandeling kan worden geduid en begrepen als activiteit
2 de wijze waarop en de mate waarin de bewegingshandeling kan worden geduid en begrepen vanuit de deelnemer(s)
3 de wijze waarop en de mate waarin de bewegingshandeling kan worden geduid en begrepen in specifieke situaties.

Uitgewerkt naar de beweegpraktijk:

1 het bewegingsprobleem 'balanceren' kan worden geduid in de taal van de betekenisanalyse (het spanningsveld tussen het in evenwicht blijven t.o.v. het uit evenwicht raken), maar ook in sportgerichte of biomechanische termen. Je kunt je daarbij van een relationeel bewegingsconcept bedienen, maar verwijzingen naar een biomechanisch- of een wedstrijdsportconcept zijn ook denkbaar en legitiem (wil niet zeggen dat dit wenselijk is in een onderwijscontext!)
2 er is een grote verscheidenheid aan intenties en motieven bij de deelnemer(s) om te balanceren. Je kunt het probleem aangaan omdat je het simpelweg leuk en leerzaam vindt om te doen, of je wilt het zo 'mooi' mogelijk doen, of je doet het om een angst in jezelf te overwinnen, of om een taak te volbrengen, etc.
3 het balanceren voltrekt zich in een specifieke situatie, samen met anderen en vaak in opdracht van of geïnitieerd door anderen in een normatief en waarderend kader. Het maakt namelijk erg veel uit of je balanceert in een turnvereniging, een Mytylschool, een 'zwarte' vmbo-groep of in de therapiezaal van een psychiatrische inrichting.

Elk referentiekader geeft dus een eigen perspectief of kleur aan het handelen. Als wij nu de beweegpraktijk grondig willen beschrijven (omdat wij steeds deskundiger willen worden), dan dient eerst deze veelheid van perspectieven in kaart gebracht te worden, anders maken we ons opnieuw schuldig aan twee-werelden-denken (bijvoorbeeld lichaam/geest-dualisme of het wij/zij-denken) en eenduidigheid. Nieuwe activiteiten (denk aan de veelvormigheid van beweeg- en sportstijlen) veranderen het referentiekader. Maar ook de verregaande individualisering bepaalt steeds in verschillende mate vanuit welke motieven en intenties mensen sporten en bewegen. En ook de (multi)culturele normen en waarden geven juist extra kleur aan het gebeuren.

Het kader sluit aan op het gedachtegoed van Paul Verweel, dat hier voor zichzelf spreekt:

BINDEN

Als bewegingsdeskundigen in deze multiculturele samenleving moeten we dus meervoudig handelings- en beïnvloedingsbekwaam zijn om de deelnemers met activiteiten te

Organiseren is per definitie het managen van verschillen, van diversiteit. Of dat nou in de sport is of ergens anders, dat maakt niet uit. Die verschillen helder krijgen is de basis voor een goede organisatie.
Wat je moet doen als docent is de fascinatie blootleggen. Vaak wordt het leren in de weg gestaan door randvoorwaarden die door volwassenen zijn uitgevonden.
Dat zie je ook bij sportverenigingen. De vereniging maakt het vaak onmogelijk dat kinderen ontdekken wat er leuk is aan het spel. Jonge kinderen worden al in een 4-4-2-systeem gedwongen terwijl ze niets liever doen dan met zijn allen achter een bal aanrennen. Er is niets mis met kluitjesvoetbal. Kinderen hebben daar veel plezier in.
Cruijff en Krajicek zijn de mensen die kinderen kansen geven. De manier waarop spreekt mij erg aan. Je moet zorgen dat je mogelijkheden schept. Er wordt altijd heel gemakkelijk gezegd dat allochtone meisjes niet willen sporten en dat ze niet mogen van hun ouders. De werkelijkheid is dat ze graag willen sporten als de condities goed zijn. Dat wil meestal zeggen gescheiden van de jongens. Lady Fit, de winnaar van de Krajicek Award 2007 heeft 650 meiden en hun moeders aan het sporten gekregen. Ze kunnen kiezen tussen aerobics met muziek en zonder. En vaak zie je geleidelijk aan, uit puur praktische overwegingen dat ze de kledingvoorschriften soepeler gaan toepassen en ook in het openbaar gaan sporten.
Ik geloof dat sport een belangrijke rol kan spelen in het versterken van maatschappelijke samenhang en het ontwikkelen van wat wij noemen sociaal kapitaal. Sociaal kapitaal neemt toe als het vertrouwen in jezelf en in anderen toeneemt en je in staat bent een netwerk op te bouwen. Ons door NWO gefinancierd onderzoek heeft uitgewezen dat sport daarbij enorm belangrijk kan zijn en het maakt bovendien niet uit of je bij een Turkse, een Marokkaanse of een gemengde vereniging gaat.
Zelf sport ik niet meer. Ik kan het niet goed verdragen dat mijn prestaties minder zijn geworden. Maar mijn lichaam mist het wel. Nu denk ik dat ik het meest kan bijdragen als ik ervoor zorg dat anderen kunnen sporten. Ik ben vice-voorzitter van de KNVB en voorzitter van de Vereniging Utrechtse Sportverenigingen. Daarnaast heb ik me verbonden aan de VV Hoograven. Een club met vooral allochtone sporters. Er is een maatschappelijk debat over integratie en ik wil er graag middenin staan. Ik wil het begrijpen. Zien wat er gebeurt bij die wedstrijden. Ik ga elke week mee. Het is een antropologische methode. Ik leer daar zoveel van en er komt zoveel inspiratie uit. De kranten staan vol van problemen rond met name voetbal. Het liefst schrijft men over etnische botsingen op het voetbalveld. Maar ik maak mee dat begeleiders van de tegenstanders naar ons toekomen en zeggen hoe verbaasd ze zijn. 'Wat een leuk team', zeggen ze dan. Alles wat ze weten over Marokkaanse jongens uit een achterstandswijk hebben ze uit de krant.
Als hoogleraar op de 'endowed' Krajicek Leerstoel voor Bestuur en Organisatie ga ik de komende vijf jaar onderzoeken of de Krajicek-veldjes bijdragen aan de groei van sociaal kapitaal. Krajicek legt overal in het land sportveldjes aan in achterstandswijken. De Foundation werkt altijd met ouders en/of het welzijnswerk samen, dus met mensen die de veldjes beheren en de kinderen trainen en begeleiden. Ik ga onderzoeken hoe die mensen kunnen bijdragen aan de ontwikkeling van de kinderen en de cohesie in de wijk.
(Jaargang 39 > *Ublad* 11 (39) > interview met Paul Verweel)

boeien. Vanaf 1 augustus 2006 staan in de Wet op beroepen in het onderwijs (WIO) deze interculturele bekwaamheidseisen zelfs expliciet vermeld! Eén van deze eisen is: 'hij kan verantwoorden hoe hij met zijn (cultureel heterogene) groepen omgaat en ook met individuele leerlingen/deelnemers. Daarbij maakt hij gebruik van relevante theoretische en methodische inzichten.' Wie zou ons daarbij beter behulpzaam kunnen zijn dan de Harvard politicoloog en socioloog Robert Putnam? Hij is namelijk een autoriteit op het gebied van sociale verbanden in de samenleving en wordt door Verweel ook regelmatig in zijn onderzoek aangehaald.

In zijn nieuwste onderzoek 'E pluribus unum [4] laat Putnam zien dat onze multiculturele samenleving op korte termijn tot verminderde solidariteit en 'sociaal kapitaal' leidt. Op lange termijn is een multiculturele samenleving een zegen voor de culturele en economische ontwikkeling van een land (zie bijvoorbeeld de VS, maar destijds ook de Republiek der Nederlanden), maar dat gaat niet vanzelf. Een restrictief immigratiebeleid, zoals voormalig minister Verdonk bijvoorbeeld voorstaat, levert in zijn visie niks op. Het gaat Putnam om het streven naar een nieuw concept van 'wij'. [5]

Putnam's onderzoek naar de relatie tussen vertrouwen in een gemeenschap en diversiteit laat zien dat in wijken met een grote etnische diversiteit, bewoners van alle etnische achtergronden zich sterk gedeisd gaan houden. Als een schildpad in zijn schild trekken de mensen zich terug binnen de vier muren van hun huis. Het vertrouwen neemt af - ook binnen de eigen groep - en solidariteit en nabuurschap is ver te zoeken. Putnam zelf schrok nogal van deze uitkomsten en was huiverig om het te publiceren, omdat dit voer voor rechtse populisten zou zijn.

Toch kon hij voor het herstellen van de sociale cohesie doordenken op ideeën en resultaten van eerder onderzoek. Putnam maakt namelijk een onderscheid tussen twee soorten sociaal kapitaal. 'Bonding capital': de band die je maakt door je te verbinden aan je eigen groep en 'bridging capital': het aangaan van vriendschappen met mensen uit andere groepen. Beide vormen zijn belangrijk en versterken elkaar, aldus Putnam. Als 'bonding capital' nu afneemt (prachtig beschreven in zijn befaamde boek 'Bowling Alone'), dan neemt ook het 'bridging capital' af en worden de tegenstellingen tussen de etnische groeperingen alleen maar groter.
Volgens Putnam kun je de multiculturele uitdaging beter niet aangaan door 'hen zoals ons' te maken, maar door te werken aan een nieuw en breder concept van 'wij'. Wat hem betreft gebeurt dit allereerst door een tolerantie van verschillen die groeit door interactie in werk, onderwijs en vrijetijdsbesteding. Scholen, buurtgebouwen en sportclubs zijn daar het best geschikt voor. Werk aan de winkel dus!

Verweel, Janssens en Roques hebben deze handschoen opgepakt in hun onderzoek naar de ontwikkeling van sociaal kapitaal door allochtonen in eigen en gemengde sportverenigingen:

Nu de theoretische achtergronden, de methodologische aanpak en de empirische resultaten van het onderzoek zijn beschreven, is het goed om aan het slot van deze bijdrage terug te keren naar de leidende vragen. Wat is de betekenis van de sportvereniging voor de multiculturele samenleving? Is zelforganisatie in de sport een barrière voor maatschappelijke integratie van allochtone sporters of is het juist een opstapje?
De invloed van het verenigingslidmaatschap is moeilijk te isoleren van andere maatschappelijke invloeden en voor zover er wel een relatie kan worden gelegd is de causaliteit daarbinnen niet goed te bewijzen. Dat betekent dat het moeilijk is om de betekenis van de sportvereniging voor de maatschappelijke integratie van haar leden aan te tonen. Toch kunnen daarover op basis van het onderhavige onderzoek wel uitspraken worden gedaan. Een nauwgezette registratie, beschrijving en interpretatie van de sociale processen die zich binnen verenigingen afspelen in combinatie met een analyse van kwantitatieve gegevens uit een flankerende grootschalige enquête, maakt aannemelijk dat sportverenigingen een belangrijke functie vervullen in de multiculturele samenleving. Het onderzoek heeft duidelijk gemaakt dat sportverenigingen een context vormen waarbinnen sociale netwerken ontstaan, normen van wederkerigheid tot ontwikkeling komen en sociaal vertrouwen wordt gegenereerd. In sportverenigingen doen mensen veel kennis, vaardigheden en contacten op die ook buiten de sport van pas komen. Als zodanig fungeren verenigingen voor autochtonen en allochtonen als broedplaatsen voor sociaal kapitaal. En voorzover de beeldvorming tussen autochtonen en allochtonen over en weer verandert, is dat bijna altijd in positieve zin.
De aard van de verenigingen (eigen c.q. gemengd) is relevant voor de functies die zij vervullen voor hun leden, maar de waargenomen verschillen zijn gradueel. Zowel in eigen verenigingen van allochtonen als in clubs waar allochtonen en autochtonen gemengd sporten, wordt door de leden sociaal kapitaal vergaard. De veronderstelling dat allochtonen in eigen verenigingen 'bonding' sociaal kapitaal opbouwen en in gemengde verenigingen 'bridging' sociaal kapitaal, dient te worden genuanceerd. Er zijn weliswaar accentverschillen, maar in beide typen verenigingen worden beide soorten sociaal kapitaal verworven.
Hoewel er, vanuit het perspectief van de multiculturele samenleving, een voorkeur kan zijn voor 'bridging' boven 'bonding', is het niet wenselijk om dat (bijvoorbeeld in het sportbeleid) te vertalen in een eenzijdige voorkeur voor gemengde verenigingen. De praktijk wijst enerzijds uit dat gemengd sporten niet uitsluitend resulteert in 'bridging' maar ook tot meer 'bonding' leidt, en anderzijds dat bij sporten in eigen kring naast 'bonding' ook 'bridging' aan de orde is.
(*Vrijetijdstudies* nummer 4, jaargang 23, 2005, pagina 19)



FOTO: JURRE VERVELD

Overleggen



Voetballen

BRUGGEN SLAAN

In de al eerder aangehaalde WIO worden ook de volgende twee competentie-eisen genoemd:

- hij is op een praktisch niveau op de hoogte van communicatietheorieën, groepsdynamica en interculturele communicatie en kent vooral ook de implicaties daarvan voor zijn eigen doen en laten
- hij kan beschrijven en verklaren wat de communicatiepatronen zijn in de (cultureel heterogene) groepen waarmee hij werkt en hoe de sociale verhoudingen liggen. Hij weet hoe hij een en ander zonodig kan verbeteren.

Als we bruggen willen slaan, dan is transcultureel communiceren daarbij onontbeerlijk. In zijn net verschenen boek 'Kwaliteitsdilemma's van islamitische scholen'[6] schrijft Edu Dumasy dat 'onderwijs naast arbeid en sport een integratie-instrument bij uitstek is' en dat 'scholen via leraren een belangrijke rol spelen bij de identiteitsontwikkeling van leerlingen.' Dumasy heeft daarvoor in zijn boek 'Kleurrijk Onderwijs, een oriëntatie in de transculturele pedagogiek: communiceren en begeleiden'[7] een prima basis gelegd. In deze methode staan transcultureel communiceren en het begeleiden van identiteitsontwikkelingen van kinderen centraal, zodat zowel de kinderen als de leerkracht maar ook de allochtone ouders, zich cultureel flexibel kunnen aanpassen aan wisselende culturele situaties.

Identiteitsontwikkeling wordt bepaald door het onderliggende mens- en maatschappijbeeld. Zo leidt een identiteitsvorming dat zich richt op een monocultuur ('Trots Op Nederland' of de 'Wilders-cultuur') tot assimilatie (aanpassing aan de meerderheid en de daarbij geldende normen en waarden). Maar ook de vormingen die zich richten op multiculturaliteit (leidt tot segregatie en verzuiling) of interculturaliteit (leidt weliswaar tot integratie, maar is vaak onopzettelijk en vrijblijvend), bereiken volgens Dumasy nog niet die gewenste transculturele situatie waarin 'hij bewust - uitgaande van het principe van *wederzijdse aanpassing* in zijn dagelijks handelen - tot een integratie van verschillende waarden en normen probeert te komen. Zijn leefwereld wordt niet uitsluitend beheerst door de cultuur van welke sociale groep dan ook. Hij heeft de cultuur van zijn eigen sociale groep overstegen. Zodoende kan hij op flexibele wijze afhankelijk van de situatie, met verschillende waarden en normen omgaan. In tegenstelling tot voorgaande benaderingen (mono-, multi- en interculturele benaderingen-HV), speelt etniciteit een ondergeschikte rol. Er wordt uitgegaan van een 'sociale groepen-benadering' [8]

Deze benadering biedt ons - opleidingsdidactisch gezien - prima mogelijkheden om studenten vaardig(er) te maken in het transcultureel denken en handelen, waarbij ze vanuit een open leefhouding worden gestimuleerd om culturen te overbruggen door wederzijdse aanpassing en werkzaam te leren zijn in meerdere culturen door het verwerven van een meervoudige culturele identiteit.

BRUG TE VER?

Geboeid door de activiteiten gaan de deelnemers zich verbinden om de specifieke culturele verschillen - met behoud van eigen identiteit - te overbruggen. Utopie? Ik dacht het niet, het is realiteit en gebeurt dagelijks in gymzalen, op sportvelden en in therapieruimtes! Misschien zijn we het ons wel te weinig bewust. Jurre niet; he is lost in Africa.

Herman Verveld, opleidingsdocent Calo Windesheim

Noten

1 Zie het artikel: 'Maak samen eens wat lekkers klaar', Lichamelijke Opvoeding 14 7 december 2007, waarin dit vakdidactisch referentiekader op pagina 8-10 uitgebreid wordt beschreven.

2 Kloos, Peter (1981) 'Culturele antropologie', Assen: Van Gorcum.

3 In het werk van de Franse filosoof Merleau-Ponty speelt de lichamelijkheid een grote rol.

4 Putnam, Robert 'E pluribus unum: Diversity and Community in the Twenty-First Century', Scandinavian Political Studies 30 juni 2008.

5 De discussie over de betekenis en eventuele versterking van de zogenaamde 'civil society' is erg actueel en wordt op dit moment door vele wetenschappers op meerdere fronten gevoerd ('Civil society als handelingsruimte en als omgangsvorm', verschenen in 'de Marge', jaargang 13, 2004(1), 22-28.)

6 Drs. E.A.H. Dumasy, 'Kwaliteitsdilemma's van islamitische scholen', 2008 Uitgeverij SWP Amsterdam, p. 10

7 Drs. E.A.H. Dumasy, 'Kleurrijk onderwijs, een oriëntatie in de transculturele pedagogiek: communiceren en begeleiden', Tweede druk 2002 Uitgeverij SWP Amsterdam

8 idem, p. 62

Correspondentie: hd.verveld@windesheim.nl

PRAKTIJKKATERN BEHORENDE BIJ LICHAMELIJKE OPVOEDING 10 - 2008

PRAKTIJK KATERN

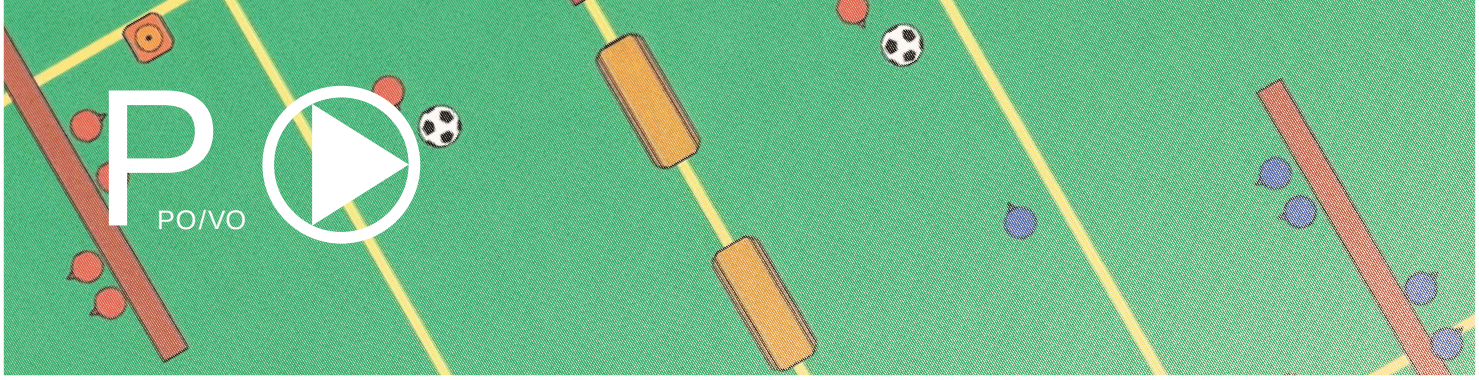


PRAKTIJK BASIS- EN VOORTGEZET ONDERWIJS

VOETBAL IN DE ZAAL | 20

DE KRACHT VAN BEWEGEN IN EEN MULTICULTURELE SAMENLEVING | 22

LEIDINGGEVEN EN SAMENWERKEN CENTRAAL | 26



VOETBAL IN DE ZAAL

Voetbal is een favoriet spel bij veel leerlingen. Als er een veld is waar de school op kan gymmen is dat geen probleem. Maar als er nu geen veld beschikbaar is en alle lessen moeten in de zaal plaatsvinden? Hoe doe je dat zonder dat er veel leerlingen langs de kant zitten? En kun je dan ook nog aandacht besteden aan het oefenen van specifieke vaardigheden?

Door: Maarten Massink

In drie artikelen komen drie thema's aan bod die specifieke voetbalvaardigheden in een zaal aan de orde stellen.

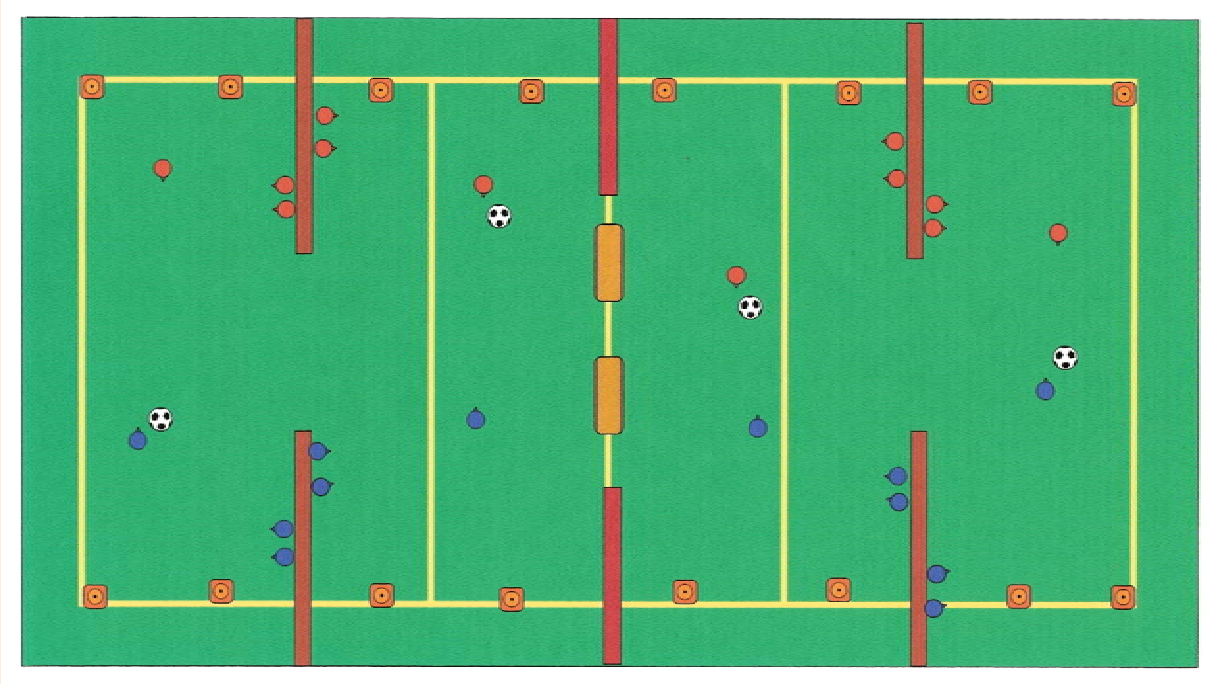
1 Individueel spelen (dribbelen drijven).
2 Samenspelen (passen, aannemen, vrijlopen).
3 Doelen (schieten, trappen).

We gaan uit van een standaard gymnastiekzaal van 20 x 11 m., 24 leerlingen en standaardinrichting.

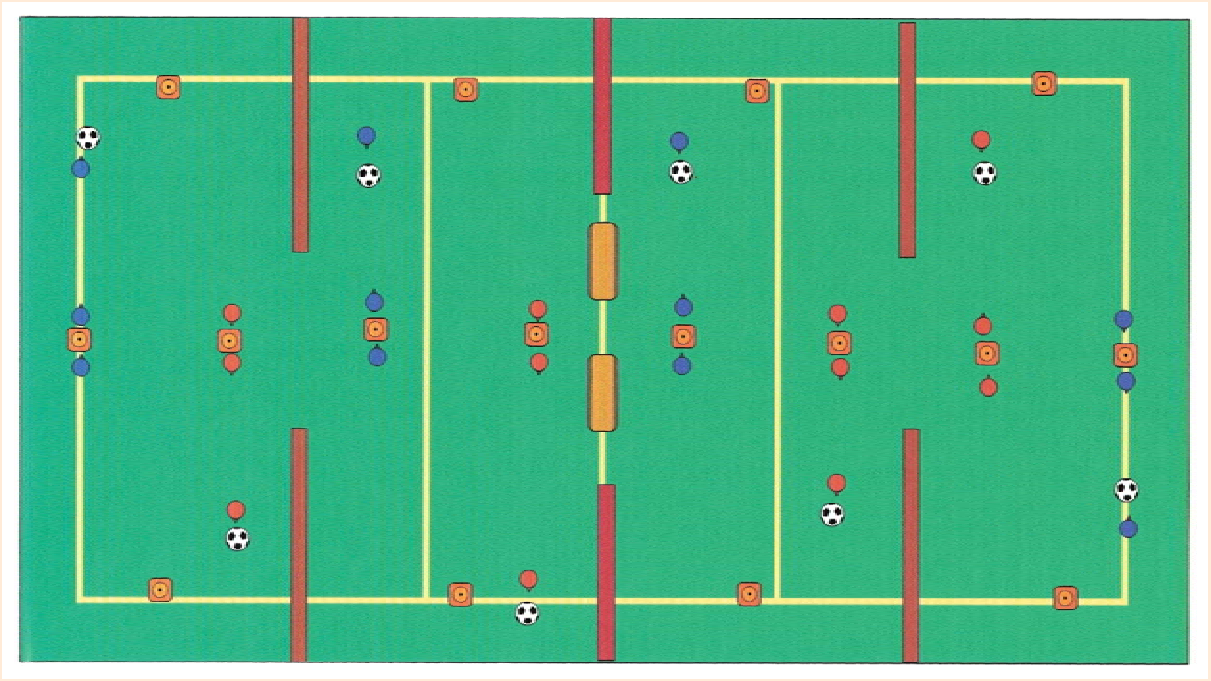
INDIVIDUEEL SPELEN

Partijspel 1 tegen 1

Deel de zaal in vier veldjes met banken en dikke matten (zie tek.). Per veldje zes spelers verdeeld in drietallen. Speel één tegen één. Bij een score gaat de verliezende speler aan de kant en komt van zijn partij een nieuwe speler er in. Als een speler drie keer achter elkaar gewonnen heeft moet hij de volgende ronde ook wisselen als hij wint. De spelers krijgen een punt per gewonnen partij.



Voetbal individueel spelen, partijspel en toernooivorm



Voetbal individueel spelen, oefenen van dribbelen

In dit spel is de manier van scoren een keuze van eenvoudig naar moeilijk:

A scoren op een doeltje van ca. 2 meter
B scoren door een van de twee pilonnen te raken
C scoren door één pilon te raken (er wordt maar één pilon opgezet per speler).

Ieder groepje spreekt van tevoren af welke manier van scoren wordt gehanteerd.

Tijdens dit spel doen zich qua voetbalvaardigheid een paar spelproblemen voor: de bal onder controle houden (dribbelen), de bal beschermen, een tegenstander passeren en scoren. Als de problemen onderkend worden kunnen we deze vaardigheden gaan oefenen.

Oefenen van dribbelen en bal controleren, bal beschermen en scoren

In dezelfde opstelling heeft ieder drietal een baan. Twee spelers wachten bij de pilon in het midden. Een speler dribbelt naar de zijkant. Ter hoogte van de pilon (gele lijn) kaatst hij de bal tegen de muur, ontvangt en dribbelt terug en gaat naar de andere kant en doet hetzelfde. Keert terug naar het midden en geeft de bal aan de volgende speler. Dit kan eventueel ook in een wedstrijdvorm op snelheid: per drietal een stopwatch, wie maakt de meeste baantjes in twee minuten?

Deze oefening kan je moeilijker maken door:

A langs de spelers lopend in het midden de bal beschermen met lichaam
B één speler in het midden mag proberen de bal weg te tikken. Daarbij moet de verdediger met één voet contact met de pilon houden
C twee spelers in het midden mogen de bal wegtikken, maar houden met een voet contact met de pilon.

Toernooivorm 1 tegen 1 met panna knock-out

In de opstelling (zie partijspel 1 tegen 1 A,B en C) weer wedstrijdjes spelen 1 tegen 1 met zestallen. Spreek per zestal af hoe je mag scoren. Je mag ook afspreken dat een panna (door de benen van de tegenstander spelen) meteen een winstpartij oplevert. Iedere speler onthoudt zijn gewonnen wedstrijdjes. Na verloop van tijd doen we move-up-move-down: de twee spelers met de meeste punten schuiven een veldje naar rechts, de twee met de minste punten naar links en de twee overgebleven spelers blijven op hun veldje. De nieuwe zestallen maken afspraken over de wijze van scoren en starten opnieuw.

Na verloop van tijd komen de sterkste spelers meer op het rechtse veldje. Dat is het koningsveldje. Op deze manier komen spelers tegenstanders van gelijke sterkte tegen.

Volgende keer in voetbal in de zaal: samenspelen (passen en vrijlopen).

Correspondentie: m.massink1@chello.nl



DE KRACHT VAN BEWEGEN IN EEN MULTICULTURELE SAMENLEVING

Bewegen met een missie als vast onderdeel in de inburgeringscursus

Bewegen is wat het Esperanto onder de talen is; een wereldtaal die door vele volken en culturen onmiddellijk wordt begrepen in de communicatie. Het zou een grotere rol kunnen spelen bij inburgeringscursussen. Studenten van de Calo Zwolle pakten de handschoen op. ***Door: Jorg Radstake i.s.m. Samwel Hakobjan en Koen Görtemöller***

'Mijn naam is Samwel Hakobjan, afkomstig uit Armenië. Samen met mijn familie heb ik zes jaar in een asielzoekerscentrum gezeten, onder zware omstandigheden samen met andere lotgenoten in afwachting van de uitspraak of we ons definitief in Nederland mogen vestigen. In deze grimmige tijd ontstonden er veel vechtpartijen, (huiselijk) geweld en waren er diverse zelfmoordpogingen. Maar …. er waren ook lichtpuntjes! Zo hadden we de kans om driemaal per week in de sporthal bij dit asielzoekerscentrum met elkaar te sporten. De (dagelijkse) realiteit met alle problemen werd even vergeten en grenzen vervaagden. Velen maakten van deze mogelijkheid gebruik en genoten van het, in de ontmoeting, met elkaar bewegen. Dit heeft mijn toekomst bepaald. Ik studeer momenteel, na mijn Sport en Bewegen diploma, aan de Calo te Zwolle.'

THEMA 'BEWEGEN EN SPORTSTIMULERING'

Als toekomstig docent bewegingsonderwijs (nieuwe stijl) hebben studenten tijdens hun opleiding de keuze uit een twaalftal verschillende thema's. Allemaal thema's, die relevant zijn in de brede wereld van bewegen/sporten. Alle studenten, die voor het thema 'Bewegen en Sportstimulering' gekozen hebben, willen op de één of andere wijze anderen stimuleren om te beginnen met bewegen/sporten, en dit vervolgens duurzaam te blijven doen. Na een introductie in de veelheid aan sportstimuleringsprojecten/-initiatieven hebben ze de mogelijkheid gekregen om als projectgroep een eigen project vorm en inhoud te geven. Daarbij moesten ze gebruik maken van een, in de colleges behandeld, theoretisch kader (zie verderop in dit artikel). Voor deze projectgroep dé kans om iets voor deze specifieke multiculturele doelgroep te kunnen betekenen!

'Nadat we uiteindelijk een verblijfsvergunning kregen, gingen mijn ouders naar een inburgeringscursus om beter deel te kunnen nemen aan deze maatschappij. Maar waarom er in de cursus géén bewegingsactiviteiten en/of sportlessen bestonden, was voor mij een raadsel. Het is immers een onmisbaar element in de ontwikkeling tot Nederlander.'



DE AANLEIDING VAN HET PROJECT

Dat bewegen/sporten in deze huidige tijd als belangrijke bezigheid gezien wordt, is duidelijk. Het houdt je namelijk gezond en vitaal. Belangrijker is misschien nog wel dat het voor ongelooflijk veel plezier zorgt. Dat het kabinet Balkenende daar ook van overtuigd is, blijkt uit het feit dat er voor de jaren 2006-2010 een bedrag van 65 miljoen euro beschikbaar gesteld is voor het programma 'Meedoen allochtone jeugd door sport'. Kortom voldoende aanleidingen om op

zoek te gaan naar de mogelijkheid om de nieuwe Nederlanders (dat zijn deelnemers aan de inburgeringscursussen) kennis te laten maken met hetgeen bewegen/sporten nog méér kan betekenen. Door eigen praktijkervaringen en verhalen van lotgenoten komt namelijk duidelijk naar voren dat het als motor van integratie kan gelden. Zij zien de kracht van het bewegen/sporten onder andere in:

- de Nederlandse (beweeg-/sport)cultuur leren kennen
- contact opbouwen met andere mensen buiten de reeds bekende sociale omgeving (verbreding)
- daadwerkelijke participatie binnen een (sport)vereniging (betekenisvolle inburgering).

Deze genoemde punten sluiten naadloos aan bij het hierboven beschreven programma van ons huidige kabinet. Wij zijn echter van mening dat het niet alleen op jongeren betrekking heeft, maar op de totale groep allochtonen.

Bijlage 1: doelstellingen van het programma
'Meedoen allochtone jeugd door sport'

- Sportdeelname: het inlopen van achterstand in sportdeelname van allochtone jeugd, met name in georganiseerd verband
- Preventie: begeleiden van kwetsbare allochtone jongeren, bevorderen van volwaardig burgerschap en participatie van allochtone jongeren in de samenleving; tegengaan van isolement, voorkomen van overlast en probleemgedrag
- Zorg: voorkomen van uitval van allochtone jongeren uit de Nederlandse samenleving en/of bewerkstelligen van reïntegratie

ONZE (BREDE) DOELSTELLING

Met een eigen project beogen we dat bewegen/sporten als verplicht onderdeel van de inburgeringscursussen zijn waarde kan laten zien. Dat zou op langere termijn tot doel moeten hebben dat de nieuwe Nederlanders duurzaam deel zullen (blijven) nemen aan bewegingsactiviteiten/sporten door bijvoorbeeld lid te worden van een sportvereniging. Dit zal zorgen voor de volgende neveneffecten:

- het leren/begrijpen van de Nederlandse taal door het betekenisvol oefenen van woorden en formuleren van zinnen (resultaat op korte termijn)
- opbouwen van een sociaal leven: niet elke dag thuiszitten en alleen met mensen uit je eigen cultuur omgaan (resultaat op langere termijn).





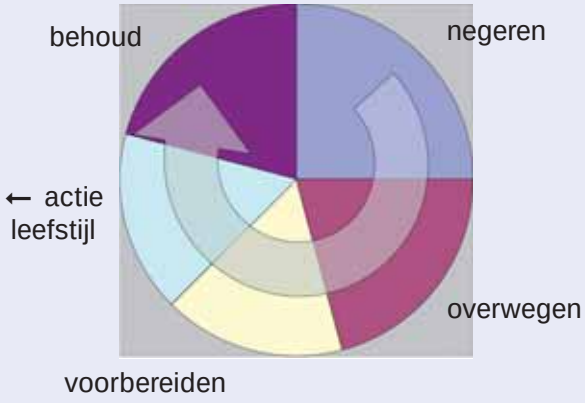
SPORTOCHTEND

Iets over de sportochtend binnen de inburgeringscursus (als projectresultaat) en de organisatie vooraf. Na het voeren van een aantal oriënterende gesprekken met Agens (dit is de uitvoerende organisatie van inburgeringscursussen) hebben we in de regio Zwolle een sportochtend georganiseerd. De deelnemers konden kiezen uit een tweetal verschillende activiteiten, verzorgd door de plaatselijke sportverenigingen. Uiteindelijk de ideale vorm om de deelnemers, met alle verschillen van dien, te kunnen bereiken. Naast de verplichting vanuit de aanbiedende organisatie Agens is er de vrijblijvendheid op de sportochtend zelf (wel/niet deelnemen en 'vrije' keuze van activiteiten). We hebben aan de hand van het geïntegreerde gedragsveranderingsmodel [1](ons theoretische kader) getracht maatwerk te realiseren.

Om jullie inzicht te geven in de veelheid aan overwegingen hebben we grofweg een antwoord moeten geven op onderstaande vragen, afkomstig uit het geïntegreerde gedragsveranderingsmodel (zie figuur 3):

1 Waar bestaat de doelgroep uit?
2 Welke factoren kunnen invloed hebben op het beweeg-/sportgedrag van de deelnemers?
3 Op welke wijze kunnen we een aantal barrières, zowel voor- als achteraf, wegnemen?

Figuur 1: transtheoretisch model



Beschrijving van de verschillende stadia:

- doet helemaal niets aan bewegen/sporten en is zelfs niet van plan om binnen zes maanden iets daaraan te veranderen negeerfase (nadelen > voordelen)
- heeft overwegingen om binnen zes maanden (meer) te gaan bewegen/sporten overweegfase (nadelen ≈ voordelen)
- is druk bezig met het zoeken naar geschikte mogelijkheden om binnen één maand (meer) te gaan bewegen/sporten voorbereidingsfase (nadelen < voordelen)
- is minder dan zes maanden bezig te bewegen/sporten actiefase
- bewegen/sporten is al meer dan zes maanden een onderdeel van zijn/haar leefstijl behoudfase

1 Waar bestaat de doelgroep uit?

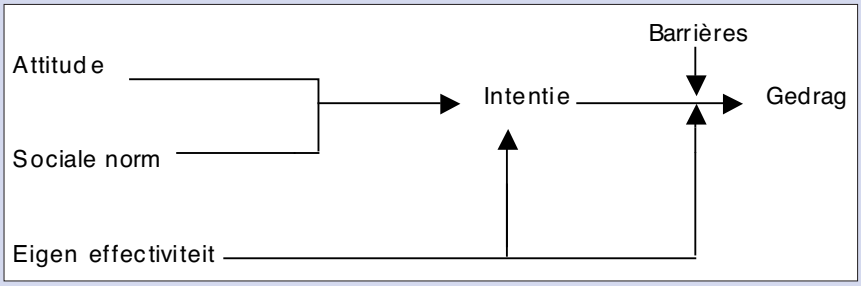
De doelgroep was zeer divers. Zo waren er talloze verschillende nationaliteiten vertegenwoordigd, bestaande uit zowel mannen als vrouwen in de leeftijd van 20 – 50 jaar. Daarnaast beschikten ze over compleet verschillende sportautobiografieën/-loopbanen. Bij het vormgeven van dit sportstimuleringsinitiatief hebben we ons voornamelijk gericht op diegenen, die overwegen om op korte termijn te gaan bewegen/sporten én de groep die druk bezig is met het zoeken naar geschikte mogelijkheden om op zeer korte termijn te gaan bewegen/sporten. Zowel de keuzes voorafgaande aan, de interventies tijdens en de acties na afloop van de sportochtend zijn hierop gericht. Bij de indeling in categorieën hebben we gebruik gemaakt van het transtheoretische model (zie figuur 1). Dit model gaat uit van verschillende stadia van gedragsverandering, waarin je je kunt bevinden. Bij het uiteindelijk realiseren van bewegen/sporten als onderdeel van jouw leefstijl zul je alle stadia (soms wel in sneltreinvaart) doorlopen. Terugvallen in een bepaald stadium is echter ook mogelijk.

2 Welke factoren kunnen invloed hebben op het beweeg-/sportgedrag van de deelnemers?

Bij het op zoek gaan naar invloedrijke factoren (zie figuur 2, ASE-model) is het in eerste instantie van belang hoe de deelnemer er zelf in staat. Staat hij/zij er positief tegenover om (meer) te gaan bewegen/sporten? Kortom de attitude. Daarnaast zijn we als mens erg ingesteld op de ander (relationeel). De invloed van invloedrijke personen in de omgeving valt dan ook niet weg te denken in het besef (meer) te moeten bewegen/sporten. In veel gevallen kan de huisarts, cursusleider of familielid/lotgenoot het laatste zetje geven dat nodig is om in beweging te komen (sociale norm). Als laatste is de inschatting van de persoon om tot (voldoende) bewegen/sporten te kunnen komen, de eigen effectiviteit, één van de factoren die van invloed is op de intentie om te gaan bewegen/sporten.

Door de koppeling van beide modellen (transtheoretische en ASE-model) wordt getracht beter inzicht te geven in de keuzes, die er gemaakt moeten worden met betrekking tot de stimuleringsmaatregelen. Tevens kunnen zo beter de effecten in kaart gebracht worden. Zo hoeft een landelijk bestaand sportstimuleringsproject niet geschikt te zijn voor jouw specifieke situatie. Het implementeren van good pratices kan pas plaatsvinden na een uitvoerige scan. Dit geïntegreerde gedragsveranderingsmodel geldt bij ons project dan ook als leidraad (zie figuur 3).

Figuur 2: ASE-model

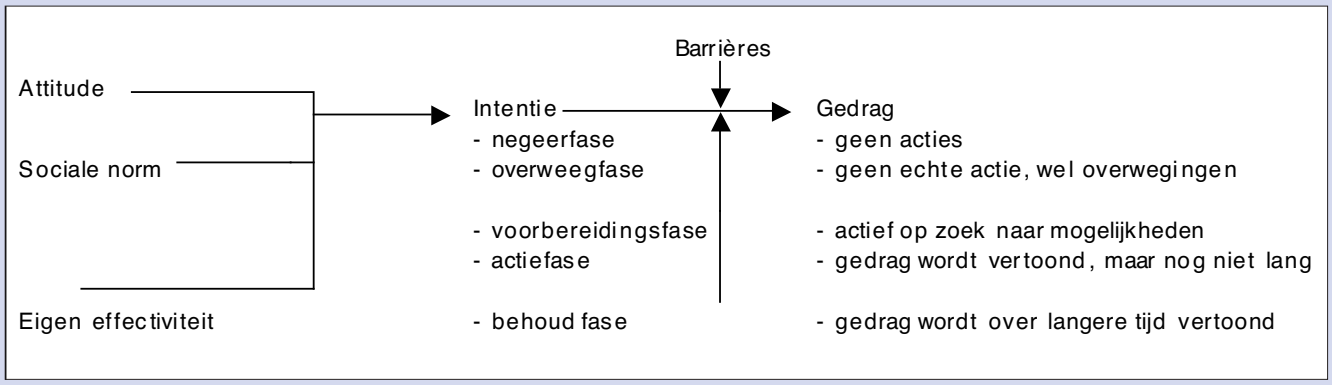


3 Op welke wijze kunnen we een aantal barrières, zowel voor- als achteraf, wegnemen?

We hebben samen met de cursusbegeleiders van Agens nagedacht om zoveel mogelijk barrières weg te nemen. Zowel vooraf als tijdens de sportochtend hebben we rekening gehouden met mogelijke belemmeringen, die de deelnemers in de overweeg- en voorbereidingsfase hebben.

- Deze sportochtend werd als verplicht onderdeel in de cursus aangeboden, waardoor de deelnemers min of meer geconfronteerd werden met bewegen/sporten.
- Onder leiding van de cursusbegeleiders van Agens kwamen alle deelnemers op de fiets naar de accommodatie van de Calo toe.
- Daar aangekomen werd ze een kopje koffie/thee aangeboden en werden de deelnemers door Samwel welkom geheten, met als boodschap de kracht van het samen met elkaar bewegen/sporten.
- Starten met een gezamenlijke warming-up, die in het teken staat van elkaar (organiserende studenten, deelnemers en begeleiders van de verenigingen) iets beter leren kennen en contact maken.

Figuur 3: geïntegreerd model voor gedragsverandering



- Vervolgens konden de deelnemers uit een drietal activiteiten kiezen, verzorgd door begeleiders van de plaatselijke sportverenigingen: dansen, badminton (badmintonclub Hanze '83) en volleybal (Landstede Volleybal). Allemaal non-contact beweegactiviteiten/sporten, die zowel individueel als gezamenlijk gedaan kunnen worden, met een plek voor verschillende culturen en niveaus. Kortom een laagdrempelig aanbod met ruimte voor elke unieke deelnemer.
- In overleg met de cursusbegeleiders van Agens is besloten in de komende ICT-lessen aandacht te besteden aan het op zoek gaan naar gegevens over sporten. Daarnaast hebben we als projectgroep de sportverenigingen in de regio Zwolle in kaart gebracht, met het voornaamste idee om de deelnemers in de voorbereidingsfase te ondersteunen. Ook de deelnemers in de overweegfase hebben we (misschien) een stapje verder kunnen helpen, door hun kennis te laten maken met een aantal verschillende beweegactiviteiten/sporten. Een personal coach kan in het vervolgtraject een belangrijke plaats innemen om ondersteuning te bieden bij het leggen van contact met de verenigingen en te kijken naar het financiële aspect (bijv. proeflessen of tegemoetkoming in de contributie).

ERVARINGEN

Alle 35 deelnemers deden fanatiek mee. Ze ondergingen de activiteiten gewillig en er ontstonden ook ideeën vanuit de deelnemers zelf. De verwachte problemen bij het gezamenlijk bewegen/sporten van mannen en vrouwen (in het bijzonder bij het dansen) in het kader van de aanwezige cultuurverschillen werden niet bekrachtigd. Er ontstond zelfs een sfeer waarin omgaan met verschillen vanzelf ging, doordat de regels binnen het bewegen door iedereen verstaan werden. Ook uit de afgenomen enquêtes bleek het plezier dat ze aan deze sportochtend beleefd hadden. Maar ….. of de deelnemers ook daadwerkelijk gestimuleerd zijn om blijvend (meer) te gaan bewegen/sporten?



Merlijn Kamerling, coach inburgeringscursus: '*Ik vind het een uitstekend idee om sport aan te bieden binnen de inburgeringscursus, want hoe meer mensen er ook buiten de deur deel zullen nemen aan sport, hoe beter ze ook Nederlands gaan leren en ook participeren in de Nederlandse maatschappij.*'

Deelneemster aan de sportochtend: '*Sporten is leuk en gezellig, met gezellige mensen.*'



CONCLUSIE

Is er sprake van blijvende deelname aan sport- en beweegactiviteiten? Aangezien het, tot nu toe, een eenmalige activiteit betreft, waarvan het proces van de deelnemers nog niet verder gevolgd is, valt nog niet te zeggen of er sprake is van een blijvende deelname aan sport- en beweegactiviteiten. Wél durven we te zeggen dat we zowel de deelnemers aan de inburgeringscursus als hun coaches hebben laten zien dat samen bewegen/sporten een enorme verrijking kan betekenen. Door het in de media brengen van ons project (zie onderstaande link) hopen we een steentje bijgedragen te hebben aan het realiseren van beweegmogelijkheden (vrijwillig en/of verplicht) voor de nieuwe Nederlanders. Dat het allemaal nog niet zo eenvoudig is daadwerkelijk integratie binnen een sportvereniging te bewerkstelligen, blijkt onder andere uit een artikel van Jan Janssens, gepubliceerd in het boek 'Hinderlijk buitenspel, sport als motor van integratie'. Integratie wordt hier gezien als meer dan de discussie tussen autochtoon en allochtoon. Of sport gezien kan worden als de Haarlemmer wonderolie, die mensen dichter bij elkaar brengt en achterstanden wegwerkt, is de vraag.

Deelneemster op de vraag of zij nu ook lid wordt bij een sportvereniging: '*Nee, ik niet. Misschien later!*'

Samwel, student projectgroep: '*In de pauze gingen ze met de trainers van de verenigingen praten met de vraag hoe ze lid kunnen worden van een vereniging, hoe kan ik gaan badmintonnen? Dat is natuurlijk fantastisch!*'

Het betreft hier een project van een vijftal (voornamelijk) tweedejaars Calo-studenten, die in het kader van het keuzethema 'Bewegen en Sportstimulering' in de laatste vijf weken tijd kregen hun eigen sportstimuleringsproject vorm te geven. Voorwaarde was dat het aan moest sluiten bij het, in de colleges behandelde, theoretische kader (n.a.v. een onderzoek van het lectoraat 'Bewegen en gedragsbeïnvloeding', Hogeschool Windesheim).

Met dank aan alle overige projectgroepleden: Frank Beekers, Rosemarijn Vat en Wing-Chung Lam.
Kijk voor de video op: *www.kvlo.nl*

Jorg Radstake is opleidingsdocent aan de Calo. Samwel Hakobjan en Koen Görtemöller zijn studenten van dezelfde opleiding.

Correspondentie: Samwel_h@hotmail.com,
Koeng@hotmail.com
jorg.radstake@windesheim.nl

Noot

[I] Uit handleiding (leidraad voor) sport- en bewegingsstimulering van Janna Deelstra, Johan Steenbergen en Harry Stegeman (lectoraat Bewegen en gedragsbeïnvloeding van Hogeschool Windesheim, juni 2006)



LEIDINGGEVEN EN SAMENWERKEN CENTRAAL

Sportdag 5vwo

In de tweede fase krijgen de leerlingen bij LO te maken met het vervullen van verschillende rollen. Het verzorgen van een warming-up, het leidinggeven tijdens een lesdeel, het vervullen van de rol van scheidsrechter, het assisteren bij sportdagen van de onderbouw, het coachen tijdens toernooien, het organiseren van toernooien, e.d. We wilden het aspect leidinggeven graag centraal stellen bij de sportdag in 5vwo. Zo ontstond het idee om leerlingen uit 5vwo hun eigen sportdag te laten organiseren. Ook het samenwerken, het aanpassen van spelsituaties, het oplossingen voor bewegingsproblemen bedenken pasten naadloos in dit gegeven. ***Door: Els Schrik***

'ANDERE' SPORTDAG

Als LO-sectie geven wij globaal aan wat er moet gaan gebeuren, wat de activiteiten zijn. De leerlingen vervullen allen bij één van de activiteiten de rol van instructeur, spelleider/coach. Bij alle activiteiten staat het oplossen van bewegingsproblemen, het maken van keuzes en het samen zoeken naar betere oplossingen voor bewegingsproblemen centraal. Via samenwerking komen tot betere oplossingen, aangestuurd en geleid door telkens andere leerlingen uit de groep.

Enige weken voor de sportdag worden de leerlingen verdeeld in groepen van tien tot veertien personen. Per activiteit wijst de groep één of twee leerlingen aan als spelleider(s). Ook krijgt één leerling per groep de taak van coördinator. De spelleiders krijgen in de weken voor de sportdag uitleg over de spelbedoeling van hun eigen spel. Daarvan maken zij thuis een uitwerking waarbij ze de diverse rollen en taken aan ieder van de groep toebedelen en oplossingen zoeken voor mogelijke problemen. Dit leveren zij in bij hun groepscoördinator. De coördinator zorgt ervoor dat alle voorbereidingen op tijd worden ingeleverd bij de docent LO. De dag zelf zijn zij zo nodig aanspreekpunt voor de docent en assisteren waar nodig de spelleiders.

De studiewijzer en een voorbeeldUitwerking door leerlingen staan op de *website van de KVLO.*

ACTIVITEITEN

Afhankelijk van het aantal groepen maken we een keuze uit de onderstaande activiteiten: Voor de activiteiten wordt ongeveer 40 minuten uitgetrokken, voor de a/b-activiteiten ieder 20 minuten.

1	Touwbaan
2a	Touwcirkel
2b	Touwoversteek
3a	Spiegelen
3b	Krattenrace
4a	Stokkendans
4b	Stokkenloop
5	Handenvast
6a	Mattenkantelen
6b	Mat oversteek
7a	Matdraaien
7b	Voetje van de vloer
8	Overdrachtsspel

1 Touwbaan *(foto 1)*
Spelidee: in een zo kort mogelijke tijd het touw via een bepaalde route tot het eindpunt brengen, zonder dat het touw de grond raakt. Hierbij wordt tevens gebruik gemaakt van de in de zaal aanwezige klimplank, ijsklimplank en klimnet. Men krijgt



Foto 1: Touwbaan

de beschikking over zes klimgordels, zes karabiners en drie achtjes. Een touw van tien meter lengte ligt languit op de vloer. Zodra het is opgepakt van de vloer mag het touw, tot het einde van de baan, de grond niet meer raken. Elke keer dat het de grond raakt kost tien strafseconden. Het moet voortdurend lang gehouden worden, het zogenaamde oplussen is dus niet toegestaan.

Het is de bedoeling dat het aan de buitenkant van het ene wandrek naar boven gevlochten wordt, daarna bovenaan opzij naar de buitenkant van het andere wandrek en daar weer naar beneden gevlochten, waarbij het begin en einde onder het wandrek door moet worden gebracht. Het met veel handen snel doorschuiven van het touw geeft de beste resultaten, aangezien als men aan het touw trekt dit meestal alleen zeer stroef er doorheen te krijgen is. De meeste leerlingen verkijken zich hier in het begin op. Daarna moet het over het net gebracht worden, door een klimmer die gezekerd wordt. *(foto 2)*



Foto 2: Ingespannen bezig bij de touwbaan

Daarna moet het touw door alle ringen gestoken worden, waarbij de ringen nog net aangeraakt kunnen worden. Het touw er vanaf de grond doorgooien blijkt in de praktijk toch niet echt tot goede resultaten te leiden. Het is dan ook de bedoeling dat ze met oplossingen als bij elkaar op de rug/schouders gaan zitten of acrotorentjes bouwen dit voor elkaar krijgen.

Vervolgens moet het touw langs de bovenkant van de ijsklimplank, daar heen gebracht door klimmer (met zekeraar) weer naar beneden onder de liggers van een brug door en weer omhoog over de andere klimplank heen (klimmer en zekeraar) *(foto 3)*. Hierna moet het in een rechte lijn weer op de grond worden gelegd, en stopt de tijd. In verband met de veiligheid mogen de broekjes vooraf al aangetrokken worden (controle door docent) en mag als leerlingen daar om vragen ook alvast een stukje omhoog geklommen worden.



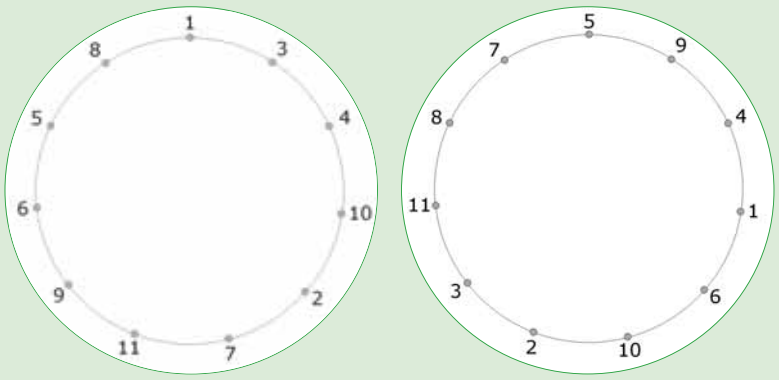
Foto 3: Touw gaat over de klimplank

Aanvankelijk zijn de tijden tussen de acht en tien minuten die men voor de baan nodig heeft. Na de eerste proefronde blijkt dat het soms handig is dat mensen op andere plaatsen helpen, of, als ze met hun taak klaar zijn, een nieuwe taak op zich nemen. Bijvoorbeeld het opvangen van het touw als het van het einde vanaf het plafond naar beneden komt. Ook het klimmen in de planken blijkt vrij veel tijd te vragen en men ontdekt dat het handig kan zijn als deze klimmers alvast omhoog geklommen zijn en dat het touw hoog wordt aangegeven door iemand die bijvoorbeeld op de schouders van een ander zit. Na drie pogingen komen de meeste groepen tot tijden tussen de twee en drie minuten, een enkele groep slaagt er zelfs in onder de twee minuten te eindigen.

2a Touwcirkel *(foto 4)*
Spelidee: in een zo kort mogelijke tijd moet een leerling over de touwcirkel een ronde klimmen. Drie verschillende leerlingen mogen enkele pogingen wagen.
De beste tijd per leerling wordt opgeteld tot de eindtijd van de groep. De leerlingen doen een klimgordel met karabiner aan. Van een klimtouw wordt een cirkel gemaakt. Iedereen behalve de leerling die de ronde gaat maken bevestigt zich middels een karabiner aan deze cirkel. Door het touw strak te trekken (te gaan 'hangen') ontstaat er voor de leerling zonder gordel de mogelijkheid om over dit touw te gaan lopen. Hierbij kan zij/hij zich vasthouden aan en/of ondersteund worden door de 'hangende' leerlingen.



Foto 4: Geconcentreerd bezig in de touwcirkel



Sportdag touwcirkel 1a en 1b

Vaak ontdekt men snel dat het wel handig is om een niet al te zware leerling hiervoor te kiezen. Ook blijkt een beetje lef het resultaat ten goede te beïnvloeden. Andere 'vondsten' zijn vaak het elkaar bij de schouders vasthouden, waardoor er voor de klimmende leerling een soort leuning ontstaat om zich aan vast te houden. Ook het actief ondersteunen door de 'cirkel' wordt soms gebruikt om de snelheid van de klimmer te vergroten. Eerst is de tijd aanvankelijk tussen de tien en twintig seconden, later blijkt tussen de vijf à zes seconden voor vele groepen mogelijk, voor een enkele groep is zelfs vier seconden een haalbare tijd.

2b Touwoversteek
(*foto 5)*
Spelidee: in een zo kort mogelijke tijd van de ene bank naar de andere bank oversteken met behulp van de klimtouwen, zonder de grond te raken. In de klimtouwen hangen zogenaamde Prusiktouwtjes waar men desgewenst gebruik van mag maken. Ook mag men gebruik maken van de knopen onder aan de touwen, dan wel elkaar ondersteunen, wanneer men zelf de oversteek al gemaakt heeft. Op bovenstaande foto is niet duidelijk wie wel en wie nog niet de oversteek gemaakt heeft. Daarom hebben we daarna de regel toegevoegd dat leerlingen die de oversteek gemaakt hebben een hesje aan doen zodat duidelijk wordt wie er de andere leerlingen mag helpen en wie nog moet oversteken. Dat sterke leerlingen als eerste moeten oversteken voor een goed resultaat is eigenlijk voor alle groepen wel vanzelfsprekend. Verdere ideeën blijken het met behulp van anderen zwaaiend overslaan van enkele touwen, het plaatsen van een voet in een prusiktouwtje en vervolgens de volgende voet in een prusiktouwtje enkele touwen verder op. Het helemaal optillen van een ander is niet toegestaan. (*foto 6*)


Foto 5: Ook de laatste moet nog over bij de touwoversteek


Foto 6: De zogenaamde prusiktouwtjes

3a Spiegelen
Spelidee: in een zo kort mogelijke tijd de leerling die uiterst rechts op de kratjes staat wisselen met de leerling die uiterst links staat, de tweede van rechts moet wisselen met de tweede van links, enz tot iedereen van plaats gewisseld is. Kortom totdat iedereen gespiegeld staat ten opzichte van de startpositie. Bij een oneven aantal hoeft de middelste niet van plaats te wisselen. Elke groep krijgt evenveel kratjes als het aantal personen dat in de groep zit. Dus een tiental krijgt tien kratjes. Variaties in methodes: de een langs voor en de ander langs achter, alles langs één kant waarbij de stilstaande leerlingen op het uiterste randje van het krat gaan staan, eerst alle leerlingen van rechts zoeken hun nieuwe positie op, daarna die van links, enz. (*foto 7)*


Foto 7: Spiegelen, gevallen jammer dus opnieuw

3b Krattenrace
Spelidee: in een zo kort mogelijke tijd de zaal oversteken met behulp van limonadekratjes, waarbij niemand de vloer mag raken. De tijd stopt als alle kratjes én leerlingen over de eindlijn zijn. De groep wordt een tweeën verdeeld. Elke halve groep krijgt voor de helft van de leerlingen plus één kratjes tot zijn beschikking, Dus bijvoorbeeld zes leerlingen krijgen drie plus één kratje. Bij een oneven aantal krijg je een halve extra. De kratjes worden uiteraard op zijn kop gebruikt. De rest van de groep doet hetzelfde. Beide tijden optellen en delen door twee geeft de eindtijd. Bij het begin plaatst de eerste een kratje voorbij de startlijn, en stapt erop, daarna komt het tweede kratje, dat daar weer voor geplaatst wordt. Dit gaat zo door totdat alle kratjes op zijn. Alle deelnemers nemen plaats op de kratjes. De laatste deelnemer neemt het laatste kratje weer op en geeft dit door naar voor. Dit gaat zo door totdat alle deelnemers en kratjes over de eindlijn zijn. Als iemand op de grond komt moet helemaal opnieuw begonnen worden. Het elkaar goed in balans houden, goede afspraken maken over langs welke kant de kratjes gaan, het maken van grote 'stappen', maar ook weer niet te grote. Al dit soort zaken blijken van invloed op een beter resultaat. Veel groepen komen daar ook snel achter. *(foto 8)*


Foto 8: Krattenrace

4a Stokkendans
Spelidee: in een zo kort mogelijke tijd stokken doorgeven . De groep staat in een cirkel. Iedere leerling heeft een stok vast bij het uiteinde met één hand, het andere einde van de stok staat op de grond. De niet te gebruiken hand wordt op de rug gehouden. Op teken van één van de leerlingen laat iedereen zijn/haar stok los en pakt zo snel mogelijk de stok van de voorganger vast. Als er ergens een stok valt moet opnieuw begonnen worden. Zodra men terug is bij zijn/haar eigen stok stopt de tijd. Hoewel de basketbalcirkel erg verleidelijk is om te gebruiken, blijkt in de praktijk een kleinere cirkel beter te werken. (kortere afstanden). Het goed afspreken wanneer de stok losgelaten moet worden blijkt noodzakelijk. Bijvoorbeeld op: één, twee, ja. Groepen met veel 'leiderstypes' blijken het bij dit onderdeel niet altijd het beste te doen. *(foto 9)*


Foto 9: Oeps….. bijna gevallen

4b Stokkenlopen
Spelidee: een leerling moet over een stokkenbaan in een zo kort mogelijke tijd de lengte van de zaal oversteken. Deze leerling mag de grond niet raken. Alleen de voeten mogen de stok raken

en er mag met een leerling op de stok niet bewogen worden. Ook de stokken mogen de grond niet raken. Drie verschillende leerlingen mogen een poging wagen waarbij de snelste tijd telt. Per twee dragende leerlingen krijgt men een ‘één-meter-stok’. Deze moeten door deze leerlingen van de groep vastgehouden worden aan de uiteindes. De leerling die naar de overkant moet, mag alleen over deze stokken naar de overkant. Zodra de loper een stok gepasseerd is loopt het desbetreffende tweetal weer naar voor met de stok en neemt vooraan weer plaats. Als deze leerling aan de overkant over de lijn is stopt de tijd.



Foto 10: Stokkenlopen

Enkele groepen kiezen voor staande stokkendragers, maar het blijkt eenvoudiger op te stappen als men laag blijft, dus stokkendragers op de knieën te laten plaatsnemen. Ook het indelen op lengte blijkt de boel te vereenvoudigen. Twee leerlingen van ongeveer gelijke lengte die één stok vasthouden en als de stokken iets oplopen in hoogte, blijkt voor de lopers eenvoudiger dan variërende hoogtes. Afspraken maken over wie de stok daarna mee naar voor neemt blijkt in de praktijk ook snelheid verhogend te werken. *(foto 10)*

5 Handenvast

Spelidee: De gehele groep moet elkaar met de handen vasthouden. Op deze manier moeten zij een parcours afleggen, waarbij op geen enkel moment de handen losgelaten mogen worden. Allereerst gaan zij over een bank, die aan een trapezestok in de ringen hangt. De eerste leerlingen van de sliert kunnen eventueel helpen bij het stabiliseren van de bank voor de latere lopers, mits de handen vast blijven. Daarna gaat men onder een laag opgestelde rekstok door. Vervolgens moet men kruipen door een hoepel, en klauteren onder en over een brugligger.



Foto 11: Handenvast

Tenslotte moet men op een evenwichtsbalk zien te komen, die zo hoog staat dat het er rechtstreeks opstappen zonder gebruik van je handen niet meevalt. Elkaar ondersteunen, dan wel zorgen voor een soort opstapje is noodzakelijk. Met name de eerste en laatste leerling kunnen van grote waarde zijn voor de groep, aangezien zij beiden één hand vrij hebben. *(foto 11)*

6a Matkantelen

Spelidee: in een zo kort mogelijke tijd moet een dikke mat eenmaal rond zijn lengteas gekanteld worden, terwijl een leerling van de groep er op ‘zit’. Deze leerling en de dikke mat mogen de grond daarbij niet raken. Natuurlijk denkt men hierbij aan het inzetten van de lichtste leerling voor op de mat. Hoewel sommige groepen in hun voorbereiding nadrukkelijk de mensen denken te moeten inzetten aan de zijkanten, blijkt men er al snel in de praktijk achter te komen dat men beter het grootste aantal kan plaatsen op de lange zijdes, aangezien de mat anders de neiging heeft om ‘dubbel’ te klappen en dus de grond te raken. *(foto 12)*



Foto 12: Matkantelen

6b Matoversteek

Spelidee: in een zo kort mogelijke tijd moet iedereen van de ene kant van de mat naar de ander kant. Een dikke mat staat op zijn zijkant (lange zijde) op een negental kleine matjes. Er moeten altijd minimaal vier personen de mat rechtop houden. Men mag hierbij elkaar helpen. Diegenen die als eerste de dikke mat vasthouden gaan als laatste ook zelf nog over de mat heen. Om het voor de docent/spelleider overzichtelijk te houden zou je iedereen die over de mat is gegaan een lintje aan kunnen laten doen.
Het blijkt voor de meeste leerlingen toch wel handig als zij een klein beetje hulp krijgen in de vorm van een opstapje bijvoorbeeld gemaakt met twee handen, een bokje op handen en knieën zoals gebruikt bij acro of een duwtje onder het zitvlak. De snelheid van handelen neemt toe naar mate iedereen zijn taak en volgorde kent, dan wel actief meedenkt hoe een en ander nog sneller uitgevoerd kan worden.

7a Matdraaien

Spelidee: in een zo kort mogelijke tijd een persoon met mat verplaatsen. Een persoon van de groep moet plaatsnemen op de bovenste dikke mat. Daaronder liggen groepsgenoten die de mat aan het draaien moeten krijgen met hun voeten. Er moet een hele ronde gemaakt worden. Enkele groepsleden mogen ter beveiliging de mat mee op zijn plaats houden. Zij mogen echter niet actief mee draaien. Rekening houden met beenlengtes, kracht, goed samenwerken, afspraken maken over welke de draairichting wordt, e.d. het zijn allemaal belangrijke zaken waarmee rekening gehouden moet worden om een goed resultaat te kunnen realiseren. Na enkele pogingen lukt het meestal wel om een en ander goed voor elkaar te krijgen. *(foto13)*



Foto 13: Mat draaien

7b Voetje van de vloer

Spelidee: met de groep met zo min mogelijk voeten op de vloer. Gedurende minimaal drie seconden moet de houding volgehouden worden om als poging te tellen. Degenen die de laatste

tijd in de LO-les bezig zijn geweest met acrovormen zoeken de oplossing al snel in dit soort vormen. Bij andere groepen zie je vaak het betere hangwerk en het gaan staan op elkaars voeten als oplossing. *(foto 14) (foto 15) Voetje van de vloer*
Als je de regel: er mogen alleen voeten aan de vloer toevoegt, beperkt dat natuurlijk wel de mogelijkheden!



Foto 14: Voetje van de vloer



Foto 15: Voetje van de vloer

8 Overdrachtsspel
Spelidee: in een zo kort mogelijke tijd allerhande materialen over een volleybalnet heen verplaatsen van de ene kant van de zaal naar de anderen kant, zonder het volleybalnet te raken. De helft van de leerlingen staat aan de ene kant en de andere helft aan de andere kant van het net. Leerlingen mogen tussentijds niet switchen van kant. Het net hangt zo hoog dat men staande op de grond de materialen net niet over het net kan krijgen. Men moet dus oplossingen gaan verzinnen door de materialen te gebruiken als verhoging. Elke keer dat het net geraakt wordt kost tien strafseconden. Met de materialen moet worden omgegaan zoals we dat ook in andere lessen van ze verwachten, dus niet gooien en niet slepen met materialen. De te verplaatsen materialen zijn: één turnbank, één springkast, één lange mat, tien kleine turnmatjes en een dikke mat.
Door eerst wat materialen tot vlak bij het net te brengen kan men voor zichzelf wat hoogte creëren. Het aanreiken van materialen aan de andere helft van de groep wordt dan stukken eenvoudiger. Sommige groepen zetten in hun voorbereiding dat ze eerst de kast in delen er over heen gaan brengen, wat in de praktijk net niet blijkt te kunnen en ook het opgerold het over het net doorgeven van de lange mat blijkt geen enkele groep voor elkaar te kunnen krijgen. Door samen te overleggen komt men dan met oplossingen zoals bijvoorbeeld eerst matjes bij het net leggen, dan de kast in delen er over en vervolgens de lange mat eerst uitgerold, in een slangenvorm er over heen verplaatsen. Ook het gebruiken van de kast om de bank er over heen te krijgen blijkt een voor de hand liggende oplossing. Het inzetten van de langste leerlingen bij het net is iets waar ze ook meestal snel zelf op komen. *(foto 16)*



foto 16: Overdrachtsspel, nog niet de ideale oplossing



Foto 17: De oplossing is gevonden voor de zware lange mat.

DE UITSLAG
Bij elke activiteit wordt in de loop van de dag een prestatielijst bijgehouden. Zowel de eerst gemaakte tijd, vaak 'dramatisch slecht', als de latere tijden worden op een scorebord bijgehouden. Zodoende kan iedere groep zien hoe de door hen gerealiseerde tijd is ten opzichte van andere groepen. Als je ziet dat een andere groep er eerst ook lang over deed en vervolgens later toch een zeer snelle tijd wist te realiseren werkt dit voor de meeste groepen erg stimulerend. 'Wat zij konden, moeten wij ook kunnen!'
Ook komen groepen bij het wisselen soms nog even kijken of hun 'record' nog wel staat.
Aan het einde van de dag worden alles scores verwerkt en komen we tot de 'Winnaar van de dag', hoewel er eigenlijk alleen maar winnaars zijn op zo'n dag. De sfeer is vaak fantastisch. De bereidheid tot samenwerking en het zoeken naar nog betere oplossingen groeit naar mate de dag vordert. Deze sportdag is dan ook al enige jaren het succesnummer in onze school!



Foto 18: De winnaars op hun favoriete onderdeel!

Els Schrik is lid van de sectie LO van het Gertrudiscollege,

Foto's: Els Schrik

Correspondentie: e.schrik@gertrudiscollege.nl

BLESSURES BIJ MIDDELBARE SCHOLIEREN

Jaarlijks raken duizenden scholieren geblesseerd tijdens de les lichamelijke opvoeding. Studenten van de Hogeschool Arnhem en Nijmegen en Fontys Sporthogeschool onderzochten het aantal blessures en wat er tegen te doen is onder 700 scholieren in het middelbaar onderwijs.

Door: Coen Spierings, Anniek Geerlings en Kris van Haaren

In dit onderzoek zijn nieuwe cijfers naar voren gekomen omtrent het aantal blessures, ontstaan in het bewegingsonderwijs. Ook is er gekeken welke preventieve maatregelingen genomen kunnen worden om blessures te voorkomen.

Binnen het onderzoek is een vragenlijst afgenomen op twee middelbare scholen in de regio 's-Hertogenbosch. In totaal zijn er 700 vragenlijsten afgenomen bij de scholieren, in de leeftijd van 12 t/m19 jaar, op de verschillende leerniveaus; vmbo-t, havo, vwo/gymnasium.

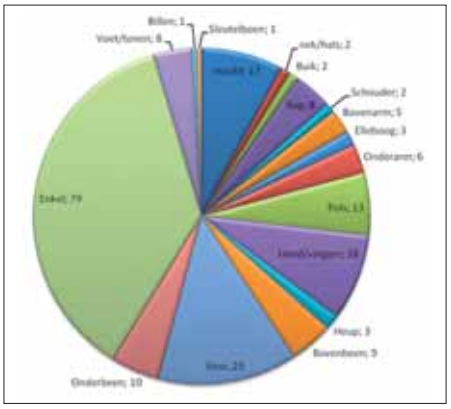
RESULTATEN

Uit het onderzoek blijkt dat 173 scholieren in de afgelopen vijf jaar een blessure hebben opgelopen tijdens de gymles, in totaal 282 blessures. Dit betekent dat één op de vier scholieren in de afgelopen vijf jaar een blessure heeft opgelopen.
Tevens blijkt uit dit onderzoek en aanvullend uit de literatuurstudie dat de volgende zaken samenhangen met een verminderd optreden van blessures:

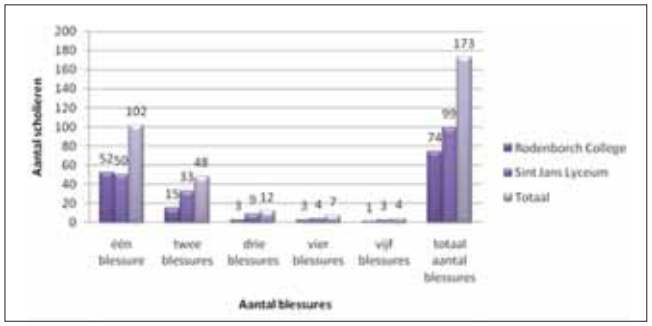
- doen van een warming-up
- zorgen voor goede schoenen
- gebruik van beschermingsmiddelen
- letten op eten en drinken.

CONSUMENT EN VEILIGHEID

Uit een onderzoek van stichting Consument en Veiligheid blijkt dat van de 10.000 scholieren met een blessure op school, 6400 scholieren jaarlijks een blessure oplopen tijdens bewegingsonderwijs ofwel de les lichamelijke opvoeding. Deze cijfers zijn uitsluitend gebaseerd op scholieren die bij een SEH



Aantal blessures gekoppeld aan de lokalisatie



Aantal blessures in de gymles

(spoedeisende hulp) terecht komen. Het aantal blessures dat niet behandeld is bij een SEH, is naar alle waarschijnlijkheid nog vele malen groter. Omdat de cijfers van stichting Consument en Veiligheid al schrikbarend zijn, is er in dit onderzoek op twee middelbare scholen gezocht naar de werkelijke cijfers. Daarnaast is er ook gekeken welke preventieve maatregelingen genomen kunnen worden om blessures te voorkomen. Het onderzoek werd uitgevoerd in het kader van de afstudeerstage van twee studenten Fysiotherapie (HAN) en een student LO (Fontys).

METHODE

Dit onderzoek is uitgevoerd op twee middelbare scholen in de regio 's-Hertogenbosch. Er is hierbij gebruik gemaakt van een kwantitatief vragenlijstonderzoek onder de onderzoekspopulatie. Deze populatie bestond uit scholieren in de leeftijd van 12

tot en met 19 jaar en op één van de volgende leerniveaus, vmbo-t, havo, vwo/gymnasium. In totaal zijn er 700 scholieren die de vragenlijst hebben ingevuld. Ook is er onderzocht wat de kennis van de scholieren is met betrekking tot het ontstaan van blessures en de preventie hiervan. Middels een werkboek bij LO is vervolgens kennis aangeboden over dit onderwerp. De resultaten zijn getest op significantie met het programma SPSS.

RESULTATEN

Als eerste is er gekeken naar de cijfers omtrent blessures in de les LO. In totaal zijn er 173 scholieren die een blessure hebben opgelopen in de afgelopen vijf jaar. Dit is 24.3%. Deze 173 scholieren hebben 282 blessures opgelopen.
Het onderscheid in leeftijd is opmerkelijk. Scholieren in de leeftijd van 12 en 13 jaar lopen meer blessures op dan scholieren in de andere leeftijdscategorieën. En ook het leerjaar en het leerniveau waarin de scholieren een blessure oplopen is niet zoals vooraf werd verwacht. In het eerste en tweede leerjaar worden er meer blessures opgelopen dan in de andere leerjaren. Daarnaast komen er op het vmbo-t minder blessures voor dan op havo of vwo/gymnasium. Dit verschil is significant. Wellicht is het verschil te verklaren door een lagere participatiegraad in de gymles van vmbo-t-scholieren. Deze gegevens zijn uit het onderzoek echter niet bekend.
De locatie waar de blessure het meeste voorkomt is de enkel met maar liefst 36% van alle blessures, gevolgd door de knie, namelijk 14% van alle blessures.
Waneer er gekeken wordt naar de duur van de blessure (ofwel hoe lang de herstelperiode is geweest), is te zien dat de meest voorkomende hersteltijd van de blessures 0-2 weken, namelijk 60% is, gevolgd door 2-4 weken, namelijk 18%.
Uit het vragenlijstonderzoek blijkt ook dat de meeste scholieren niet worden behandeld (58%). Direct hierop volgt een behandeling bij de dokter (16%), de fysiotherapeut (15%), de SEH (10%) en een ziekenhuisopname (1%).
Ten tweede is gekeken naar de preventieve maatregelen, die genomen kunnen worden, om blessures te voorkomen. Uit dit onderzoek blijkt een relatie tussen warming-up en blessures: leerlingen die een warming-up doen, hadden minder blessures. Ook blijkt dat rekken op zichzelf geen relatie heeft met het ontstaan van blessures.
De cooling-down heeft geen effect op het voorkomen van blessures. Het lijkt er in dit onderzoek zelfs op dat het doen van een cooling-down blessures zou kunnen veroorzaken.
Tussen de eisen waaraan de schoen moet voldoen (zoals veters in de schoenen, goede vering, goede maat) en het ontstaan van blessures geen relatie gevonden.
Tevens is er gekeken naar beschermingsmiddelen in het bewegingsonderwijs. Hierbij is te zien dat magnesium wel veel gebruikt wordt, maar de helm, het masker en de bodyprotector vele malen minder. Er is binnen dit onderzoek echter geen relatie gevonden tussen het gebruik van beschermingsmiddelen en het ontstaan van blessures. Wel is er een significante relatie gevonden tussen het letten op gezond eten en drinken en het ontstaan van blessures. Leerlingen die aangeven te letten op gezond eten en drinken hebben minder blessures. Er is ook uit het onderzoek gebleken dat er soms alcohol en/of drugs worden gebruikt voor en/of tijdens de les LO: 10,8% geeft aan dit ooit gedaan te hebben. Dit is een zeer kwalijke zaak met betrekking tot de veiligheid. Als laatste blijkt dat scholieren die gebruik hebben gemaakt van een voor deze onderzoeksstage ontwikkeld werkboek LO meer kennis bezitten over het ontstaan van blessures en de preventieve maatregelen die genomen kunnen worden.

DISCUSSIE

Door stichting Consument en Veiligheid is er gekeken naar blessures in het bewegingsonderwijs. Hierbij zijn alleen resultaten meegenomen van blessures die behandeld zijn bij de spoedeisende hulp. Uit dit onderzoek is gebleken dat 10% van de scholieren met een blessure, behandeld wordt bij een SEH. Uit ons beperkte onderzoek kunnen we dus voorzichtig schatten dat het werkelijke aantal blessures ontstaan tijdens de les LO tien keer groter is dan wordt aangegeven bij het onderzoek van stichting Consument en Veiligheid.

Tevens lijkt het erop, in dit onderzoek, dat cooling-down blessures kan veroorzaken. Echter, het bleek ook dat cooling-down maar weinig wordt uitgevoerd door de scholen. Het gevonden effect is daarom misschien een toevalseffect, veroorzaakt door een te kleine steekproef. In de literatuur zijn er verschillende onderzoeken bekend, waarbij het effect van cooling-down op blessures verschillend is. Hier kan geen eenduidige conclusie over gegeven worden. Er bleek geen directe relatie tussen schoenen en het ontstaan van blessures. Dit is mogelijk te verklaren doordat de scholieren moeite hadden met het invullen van deze vraag, waarbij ze zelf hun schoeisel op een aantal gegeven kenmerken moesten beoordelen. Ook is er niet gevraagd of de scholieren dezelfde schoenen aan hadden bij het ontstaan van de blessure. In de literatuur zijn drie kenmerken gevonden van een schoen die van belang zijn om blessures te voorkomen: schoen moet niet te oud zijn, de schoenschacht moet hoog genoeg zijn en de mate van wrijving tussen schoen en ondergrond moet geschikt zijn voor de betreffende activiteit. Het feit dat er geen relatie gevonden tussen is tussen het gebruik van beschermingsmiddelen en het ontstaan van blessures is mogelijk te verklaren, doordat er niet gevraagd is of de scholieren een beschermingsmiddel gebruikten tijdens het ontstaan van de blessure, maar of ze in het algemeen wel eens gebruik maakten van een aantal nader gespecificeerde beschermingsmiddelen. Ook lijkt er een verschil te zijn tussen wat studenten zeggen over het gebruik van de beschermingsmiddelen en de docenten. Uit de literatuur blijkt namelijk wel dat een masker, helm, bodyprotector, scheenbeschermers en bitje een beschermende werking hebben en vandaar dat deze beschermingsmiddelen verplicht zijn gesteld bij bepaalde takken van sport. Ook is er onderzocht wat de kennis van de scholieren is met betrekking tot het ontstaan van blessures en de preventie hiervan. Uit het onderzoek blijkt dat scholieren die hebben gewerkt met een werkboek LO meer kennis hebben over dit onderwerp. Uit de literatuur blijkt dat kennis belangrijk is bij het voorkomen van blessures. Tevens blijkt uit



FOTO: HANS DIJKHOFF

Blessure aan de hand

de literatuur dat wanneer informatie iedere tien weken wordt herhaald, de stof beter blijft hangen bij de scholieren.

CONCLUSIE

Uit onderzoek blijkt dat van de 700 scholieren, 173 scholieren (24.7%) een blessure hebben opgelopen in de afgelopen vijf jaar. Deze scholieren hebben samen in totaal 282 blessures opgelopen. De preventieve maatregelen die kunnen worden genomen om blessures te voorkomen zijn het doen van een warming-up, zorgen voor goede schoenen, het gebruik van beschermingsmiddelen en het letten op eten en drinken.

AANBEVELINGEN

Tot welke aanbevelingen aan scholen en docenten LO leidt dit onderzoek nu?

- Het is aan te bevelen om een warming-up te doen in de lessen LO.
- Uit de literatuur lijkt rekken een positief effect te hebben op sporten waarbij spieren snelle en veel verschillende bewegingen moeten maken. Dit zijn sporten als voetbal, hockey, basketbal etc. Bij fietsen en hardlopen, lijkt het geen effect te hebben. In het huidige onderzoek bleek echter geen blessurepreventieve werking. Het advies wat hierover gegeven kan worden is dat rekken gedaan kan worden, omdat er ook geen duidelijke negatieve effecten bestaan.
- Er kan geen eenduidige conclusie getrokken worden uit de literatuur en het onderzoek met betrekking tot cooling-down. De docent LO moet zelf beslissen om een cooling-down wel of niet te doen en hierbij het beoogde doel en de vorm van de cooling-down betrekken.
- Uit dit onderzoek blijkt dat 36% van alle blessures, enkelblessures zijn. Het is dan ook aan te bevelen hier extra aandacht aan te besteden. Scholieren moeten schoenen hebben die minstens aan de genoemde eisen voldoen. Zowel docenten als ouders zijn er verantwoordelijk voor dat scholieren goede schoenen dragen.
- Uit het onderzoek blijkt geen directe relatie van beschermingsmiddelen op het ontstaan van blessures, maar de gegevens hierover lijken minder betrouwbaar. Omdat vele takken van sport eigen beschermingsmiddelen verplicht hebben gesteld is het vreemd dat deze juist in het onderwijs (met gemiddeld minder bedreven deelnemers dan in de wedstrijdsport) niet consequent worden toegepast. Denk bijvoorbeeld aan scheenbeschermers bij voetbal, bij honk-/softbal een helm, bodyprotector en een masker met keelbeschermer voor de catcher en scheidsrechter en voor de honklopers, eerste en tweede slagman een helm, en scheenbeschermers en een bitje voor hockey en rugby. Ook magnesium zou beschikbaar moeten zijn tijdens bijvoorbeeld turnen en atletiek.
- Breng mondeling of door middel van een werkboek, scholieren kennis over blessures bij. Uit de literatuur blijkt dat wanneer dit iedere tien weken herhaald wordt de scholieren dit beter kunnen onthouden en eigen kunnen maken.
- 10,8% van de leerlingen heeft voor en/of tijdens de les LO wel eens alcohol of drugs gebruikt. Een zeer nadrukkelijke aanbeveling met betrekking tot de veiligheid is om regelmatig te controleren bij de scholieren of er alcohol en/of drugs zijn gebruikt, en om voorlichting te geven over de consequenties van het gebruik tijdens de les LO, binnen school en daarbuiten.

Over de auteurs
Coen Spierings is afgestudeerd aan Fontys Sporthogeschool als leraar LO.

Anniek Geerlings en Kris van Haaren zijn afgestudeerd aan de Hogeschool Arnhem en Nijmegen als fysiotherapeut.

Correspondentie: coenspierings7@hotmail.com

EEN ON(DER)WIJSRECEPT

Ieder jaar zijn er diverse studiedagen voor ons vakgebied. In ons vakblad proberen we altijd om interessante workshops voor een groter publiek beschikbaar te maken. Dat publicatie soms weleens op zich laat wachten, heeft te maken met ruimtegebrek. Hier een pareltje uit Groningen. Onderwijs met klasse, construeren van taken.

Door Wim van der Mark

De geur van gebakken uien doet de deelnemers aan onze workshop verbazen. Ik kom toch voor een workshop 'onderwijs met klasse, construeren van taken'. Ja collega dat klopt. U bent in de juiste workshop. Graag dagen we u uit om een van de volgende taken uit te voeren om zó écht te ervaren wat taakgericht onderwijs is.

Taak 1
Zin in soep? Maak dan gezamenlijk het bijgeleverde pakje soep klaar en nuttig het!
Taak 2
Driesterrensoep? Maak gezamenlijk de lekkerste soep van deze KVLO-ALO studiedag!
Taak 3
Hoezo gezond? Maak gezamenlijk deze boerengezondheidssoep volgens bijgeleverd recept!

Al snel gaan drie groepen met verschillende taken aan de slag. Bij taak 1 is één van de vijf deelnemers actief met het lezen van de gebruiksaanwijzing op het soeppakje. De rest kijkt toe en wacht af. De actieve deelnemer vult de maatbeker met water en giet dit in de pan. Vervolgens wordt de soeppoeder uit het pakje toegevoegd. Al roerend kletsten de vijf deelnemers, die elkaar klaarblijkelijk kennen, over het weekend. De soep wordt aan de kook gebracht en gehouden in zelf gekozen tijd. Hierna wordt de soep door nog steeds dezelfde en enig actieve deelnemer verdeeld over vijf kommen en genuttigd. Bij de driesterrensoep zien we een ander proces. De zes deelnemers gaan bij elkaar zitten en brainstormen over 'wat maakt een soep tot de lekkerste soep van deze dag?' Eén van de deelnemers noteert de bevindingen. Er ontstaat een boeiende discussie over 'wat maakt de soep lekker?' De deelnemers luisteren goed naar elkaar en laten elkaar uitspreken. Dit kwam onder andere doordat een collega de discussie spontaan leidde.

Met attributen wordt het nog leuker



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Cognitieve vaardigheden	*Regulatieve vaardigheden*	*Sociaalcommunicatieve vaardigheden*	*Affectieve vaardigheden*
- leren in stappen - werkpatroon kiezen - teksten lezen en analyseren - hoofd- en bijzaken onderscheiden - inzicht in schema's en principes hebben - kennis verwerven	- werkplanning opstellen - werkpatroon toepassen - schema's en principes kunnen toepassen - bewaken van leer- en of groepsproces - leerresultaten toetsen en evalueren - diagnose stellen van eigen leergedrag - leergedrag bijsturen	- luisteren naar deelnemers - spreken in de groep - discussiëren - notuleren - voorzitten - omgaan met conflicten - evalueren - feedback geven en ontvangen - presenteren	- jezelf motiveren - concentreren - fouten toeschrijven aan jezelf - waarderen

Figuur 1. Lerende leervaardigheden

De meeste fysieke actie zien we bij de groep die de boerengezondheidssoep maakt. Het recept wordt voorgelezen en taken worden verdeeld. De ene deelnemer snijdt de groenten een andere maakt bouillon en houdt deze al roerend aan de kook. Weer een ander maakt een blikje open en voegt de inhoud toe aan de bouillon. Eén van de collega's neemt de rol van chefkok op zich en zorgt dat alles loopt en lukt.

Leren leren

Na een kwartier hebben de deelnemers van taak één hun soep op. De rest is nog volop bezig maar mag met hun taak stoppen. Iedere groep wordt verzocht op hun taakuitvoering terug te blikken en vast te stellen op welke 'lerende leervaardigheden' (Dekkers & Meijerink, 20) een beroep is gedaan. Kaartjes geven hiervoor een indicatie (zie figuur 1).

Na deze evaluatie per groep blikken we terug op het geheel. We stellen vast dat de groep die taak twee uitvoerde een sterk beroep op 'leren leren' doet. De groep met taak drie past vooral vaardigheden toe en de groep met taak één een zeer beperkt beroep doet op leervaardigheden.

Taakgericht onderwijs… onderwijs met klasse?

Onderwijs met klasse is 'onderwijs op hoog niveau', waarin deelnemers geïnspireerd worden en gemotiveerd gaan leren. Uit hersenonderzoek blijkt dat er een directe link is tussen leren en emotie (brainbased learning). Om te leren heb je aan de ene kant druk nodig terwijl je aan de andere kant je op je gemak moet voelen. Dit alles kan worden veroorzaakt door uitdagende taken in een veilige leeromgeving te creëren. Uit onderzoek blijkt tevens dat onze hersenen graag patronen maken. Uit een chaos van informatie worden betekenisvolle patronen geconstrueerd die onthouden worden. Door in onderwijs onze leerlingen de kans te bieden deze patronen zelf te vormen, worden maximale leerkansen geboden. Constructivistische leertheorieën hanteren dit principe mede als basis. Het is bekend dat het: stellen van vragen, het zelf kennis toepassen en het oplossen van betekenisvolle taken het denken stimuleert. Begrijpen door het leren van principes, integreren van overeenkomsten en verschillen en toepassen van schema's, werkpatronen en vuistregels bevordert een actief leren (Timmers, 2005).
Ik kan u in dit verband aanbevelen om de APS-video over 'leren 1 en leren 2' eens te bekijken op: *http://www.aps.nl/APSsite/Marktvensters/krachtig+leren/leer theorieën/ leren1.htm* en de site van Universiteit Twente over 'kennis over de werking van onze hersenen als basis voor goed onderwijs' (*http://vop.itbe.utwente.nl/isseus/20041122/600/nl.html)*
Een taakgerichte aanpak zorgt voor het toepassen van kennis en vaardigheden in een voor leerlingen betekenisvolle situatie. Het vereist een leerattitude. Leerlingen moeten willen 'leren leren' c.q. lerende leervaardigheden ontwikkelen.
Om taak 2, de driesterrensoep, tot een goed einde te brengen moeten verschillende lerende leervaardigheden worden toegepast. Uitgezocht moet worden wat een soep lekker maakt, hoe de mengverhouding moet zijn, wat je moet proeven om de soep te kunnen beoordelen, welke ingrediënten je wilt gebruiken en ga zo maar door. Daarnaast zijn handelingen nodig zoals: het snijden of mengen van de verschillende ingrediënten. Is deze taak ook betekenisvol? Stel: je mengt niet goed en je proeft je eigen soep. Dat vergeet je nooit weer.

Wat maakt een taak een goede taak?

Willen taken leereffect sorteren moeten ze voldoen aan een aantal voorwaarden. Zo moeten ze inspelen op de leerbehoeften van de leerlingen. Taken dienen dus *relevant* te zijn. Daarnaast zijn ze *grensverleggend*. Het moet de leerlingen prikkelen nieuwe kennis en vaardigheden te verwerven. Een andere belangrijke voorwaarde is de *afhankelijkheid*. Leerlingen moeten elkaar nodig hebben om de taken te kunnen uitvoeren.
In deze workshop is bewust gekozen voor het maken van soepen als metafoor voor beter leren bewegen. Als bewegings-

Bewegingsgebied	'Pakje soep'- taken.	'Boerengezondheidssoep'-taken	'Driesterrensoep'- taken
Vechtspelen	Leg bij je medeleerling tien keer de eerste houdgreep aan.	Houdt een grondgevecht waarin jullie elkaar afwisselend controleren met de 1ste, 2de en 3de houdgreep.	Over acht weken organiseren jullie een grondgevechttoernooi vanuit knieënstand. Hierin laat je zien hoe je medeleerlingen het slimst op de mat onder controle kunt krijgen en houden.
Atletiek	Maak zes keer een geknielde start uit de startblokken.	Loop een 40 meter, start met de knielstart en noteer je tijd.	Over acht weken hebben jullie een driekamp in de klas. Hierin laat je zien hoe jij het snelst loopt, het verst springt en werpt.
Spel	Voer tien keer een lay-up uit.	Speel vier tegen vier en probeer veel te scoren.	Over acht weken spelen jullie een schoolbasketbaltoernooi. Hierin laten jullie zien dat jullie als teams slim spelen.
Bewegen op muziek	Doe de V-step na	Maak een dansje met de V-step, kick ballchange en zij- en voorwaarts verplaatsen.	Over acht weken voeren jullie op een ouderavond een dansshow uit.
Turnen	Maak driemaal een handstand.	Maak een lange mat-oefening met daarin een handstand, koprol en zweefrol.	Over acht weken zijn de open dagen. Jullie verzorgen dan een acrogym clinic.

Figuur 2. Voorbeelden van lerende vaardigheden

professionals worden we soms beperkt door onze eigen opvattingen. We zitten vast in ons eigen denken. Het kan dan heel verhelderend zijn om een onderwerp te nemen waarin we niet thuis zijn. Door een beperkte visie op het gegeven onderwerp ontstaat ruimte om vrij te denken en een leerbehoefte bij de deelnemers: 'nieuwe inzichten over taakgericht onderwijs en het construeren van taken'. Het onverwachte werken met een metafoor prikkelt. Of de taken grensverleggend zijn en de onderlinge afhankelijkheid hoog, kunnen we uit waarnemingen afleiden. De driesterrensoep- en de boerengezondheidssoep-groep scoorden hoog. De collega's waren druk met hun taak bezig, discussieerden, verdeelden taken en waren geboeid bezig. Het 'maken van een pakje soep'-groep was minder grensverleggend bezig. Logisch ook, want dat hebben we allemaal wel eens gedaan.

De vertaalslag

Aan welke taken werken leerlingen in onze lessen? Zijn het 'pakje soep, de driesterrensoep of boerengezondheidssoep'-taken? Hoe betekenisvol zijn onze taken? Vragen we leerlingen grenzen te verleggen? Doen we een beroep op het van en met elkaar leren? Zijn het alleen toepassingstaken of geven we ook taken waarin leerlingen kennis verwerven die ze moeten begrijpen? Vinden we het wel belangrijk dat leerlingen tijdens LO lerende leervaardigheden leren (of leren leren) dus zichzelf en anderen beter leren bewegen? In figuur 2 geven we enkele voorbeelden.

Een driesterren-dansshow

Leerlingen van groep acht krijgen de taak om een dansshow op de ouderavond te verzorgen. Vinden leerlingen deze taak *relevant*?

Veel leerlingen in deze leeftijdsfase vinden het prachtig aan anderen te laten zien wat ze allemaal geleerd hebben. Bewegen op muziek is populair. Kijk maar eens hoe ze jumpstylen op het schoolplein.

In de taak zitten naast beweeguitdagingen genoeg andere uitdagingen die ook een beroep doen op 'leren leren'. Denk maar



FOTO: ANITA RIEEMERSMA

Oefenen voor de dansshow

eens aan het ontwerpen van een dansshow of het verzorgen van muziek, licht, kleding, aankleding podium en het maken van een uitnodiging en posters. Is de taak grensverleggend? Weinig leerlingen zullen ervaring hebben met het optreden op een ouderavond. Ik denk dat het leerlingen zal prikkelen. De onderlinge wederzijdse afhankelijkheid is door de complexiteit van de taak gewaarborgd.
Als leerlingen niet samenwerken wordt het moeilijk het geheel binnen acht weken af te krijgen. Taken moeten worden verdeeld en worden gepland. Leerlingen zullen naar elkaar moeten luisteren bij het ontwerpen van een dans of het opnemen van muziek. Het vereist een 'op samenwerking gerichte houding'.

Het ontwerpen van de juiste taak is bij taakgericht onderwijs een uitdaging. Het gaat om loslaten, leerlingen de kans geven zaken zelf uit te zoeken.
Uw 'nieuwe' rol is het coachen van leerlingen op lerende leervaardigheden/'leren leren'. Begeleiden van leerprocessen aan de hand van uitdagende taken! Dat is uw uitdaging en eigenlijk net zo als soep koken! Met dank aan Edwin Timmers en Dinant Roode.

Literatuur

Dekkers, M.A.F en Meijerink l (1998) *Hoezo PGO?* Rotterdam, GRAMO drukwerk BV
Cluitmans, Dekkers, M.A.F, & Oeffelt, T. van (2002). *Aan de slag met competenties.* Amersfoort, Wilco
Elise Schouten (2003) *De nieuwste school*. APS/OMO, Giethoorn-Ten Brink
Timmers, E. (Red.; 2005). *Actief leren onderwijzen*. Haarlem: De Vrieseborch.

Correspondentie: w.a.van.der.markt@pl.hanze.nl

UNIEK JUBILEUMCONGRES

Instituut voor Sportstudies 3 OKT 2008

Wat je ook wilt worden, je wordt het in Groningen

Hanzehogeschool Groningen



REÜNIE
VOOR ALLE AFGESTUDEERDE ALO-ERS EN SGM-ERS OP 4 OKTOBER!
aanmelding en informatie: www.alumninet.hanze.nl/sportreunie

‘Kenniswerkers in Beweging’

hanze.nl/kenniswerkersinbeweging

Van inspiratie naar innovatie van de beroepspraktijk in de sport

Ochtend Programma

Tijdens het Jubileumcongres ‘Kenniswerkers in beweging’ worden de actuele uitdagingen voor de sport en het (beroeps)onderwijs belicht. Onder leiding van Jacques d’Ancona bespreken in de ochtend een aantal vooraanstaande sprekers welke innovaties zinvol en kansrijk zijn. Zij delen hun visie en toekomstverwachtingen met u!

Jacques d’Ancona
dagvoorzitter

Frans de Vijlder
lector Governance en Innovatiedynamiek HAN

Doekle Terpstra
voorzitter HBO raad

Lynn Kidman
coach educator University Worcester England

Middag

In de middag maakt u als deelnemer een keuze uit een aantal boeiende praktische en meer theoretische workshops, zoals **‘Hoe sport het wij(k)gevoel kan terugbrengen’**, **‘Innovatief sport managen’** en **‘Trends en toekomst in sport en gezondheid’**.

Sinds oktober 1918 neemt Groningen binnen de beroepskolom sport en bewegen een geheel eigen positie in. De kernwaarden passie, betrokkenheid, kwaliteit en innovatie liggen al jaren ten grondslag aan het doen en laten van de opleidingen. Ook nu werken er bevlogen mensen die met een sterke sociale betrokkenheid het beste uit zichzelf en anderen willen halen. Om met elkaar stil te staan bij de ontwikkelingen in de wereld van sport en onderwijs én onze ambities voor de komende jaren met u te delen, organiseert het Instituut voor Sportstudies een uniek congres op vrijdag 3 oktober!

DATUM EN LOCATIE

Het congres vindt plaats op vrijdag 3 oktober 2008 van 9.30 tot 17.00 uur in de schitterende nieuwbouw van het instituut op het Zernikeplein in Groningen.

PRIJS

Voor uw deelname aan dit unieke congres betaalt u slechts 100,- excl. btw. Dit is inclusief documentatiemateriaal, uitgebreide lunch, bijwonen van plenair programma en een aantal workshops naar keuze. U krijgt ook de mogelijkheid om het nieuwe complex te bekijken en te ervaren!

INFORMATIE EN AANMELDING

Voor het aanvragen van de uitgebreide brochure of uw aanmelding kunt u contact opnemen met het congressecretariaat van Arko Sports Media, via telefoonnummer 030 602 80 95 of e-mail naar conferences@arko.nl. Of bezoek de website www.hanze.nl/kenniswerkersinbeweging voor alle informatie.

Meer dan 200 deelnemers verwacht, dus schrijf u snel in!


SNOWBREAKS.NL
BY ROCKS N RIVERS
Schoolkampen in de sneeuw!
ROCKS 'N RIVERS LEDEBOERSTRAAT 68B, 5048 AD TILBURG, NEDERLAND
TEL.: 013 4690460, FAX. 013 4690461, E-MAIL: INFO@ROCKS-N-RIVERS.NL
WEBSITE: WWW.ROCKS-N-RIVERS.NL


WWW.SKIKAMP.NL
Skiland organiseert al jaren de leukste en veiligste wintersportkampen voor scholen. Professioneel georganiseerd, betrokken bij de uitvoering, open in onze houding.
SKILAND
SKIKAMPEN
Nieuw: Skiland Basiskamp: wij regelen de basis, u de rest.
Vraag naar onze extra lage prijzen en mogelijkheden.
De voordelen van een schoolskikamp met Skiland:
- Voordelige all-in prijzen voor skiën en snowboarden
- Gediplomeerde skileraren
- Volpension accommodatie
- Uitdagende avondprogramma's
- Veilige begeleiding door ervaren Nederlandstalige CREW-Members
- Prettige open sfeer, duidelijke communicatie
- Betrouwbaar en veilig, gecertificeerd door Tüv Nederland volgens de voorwaarden van VeBON
Skiland | www.skikamp.nl | 020 489 3818 | info@skikamp.nl


Science, géén fiction
Professionele coaching- en analysesoftware
en de bijbehorende hardware.
Video in de les, Video in mijn les?
Kost mij dat niet te veel tijd? Kunnen leerlingen zelfstandig met video werken? Hoe oud moet je zijn voor effectieve video feedback? Waarom zou ik dat in mijn lessen doen? Kan ik ook voorbeelden afspelen? Mijn school kan dat nooit betalen! Kan ik plaatjes en tekeningen over de video heen leggen? Hoef ik nooit meer een tape heen en weer te spoelen? Kan ik elk moment van de les achteraf vastleggen?
Kan ik gelijktijdig opnames maken en afspelen???
Dus ik kan met één leerling kijken terwijl de anderen door oefenen en opgenomen worden...en dát zie ik dan ook? Altijd? Dat geloof ik niet.
siliconCOACH timeWARP 2
Dat is misschien wel handig
Neem contact op.
Distrubutie Nederland, België en Duitsland: Visualcoach, Karolusgulden 20, 2353TA Leiderdorp
servicelijn: +316 41767989, info@visualcoach.nl, www.visualcoach.nl
WWW.VISUALCOACH.NL

BIJEENKOMST MRT IN HET VO

In april vond een bijeenkomst 'MRT in het VO' plaats op de OSB te Amsterdam. De informatieavond stond in het teken van motorische remedial teaching in het voortgezet onderwijs en werd georganiseerd door drie enthousiaste vakcollega's die deze vorm van zorgverbreding graag onder de aandacht willen brengen bij de vakdocenten in en rondom Amsterdam. ***Door: Jennifer Nuij***

Motorische remedial teaching is een vorm van zorgverbreding op het gebied van spelen en bewegen. Leerlingen die opvallen/uitvallen op het gebied van bewegen en/of gedrag in de reguliere (LO) lessen worden in een kleine groep extra begeleid. Tijdens dit extra begeleidingsuur wordt aandacht besteed aan de specifieke problematiek die bij het kind is gesignaleerd.

Het huidige cursusaanbod, de beschikbare methode en artikelen zijn veelal gericht op de basisschoolperiode. Voor het voortgezet onderwijs zijn minder documenten en cursussen op maat beschikbaar. In het voortgezet onderwijs wordt, op landelijk niveau, door een groeiend aantal vakdocenten lichamelijke opvoeding MRT aangeboden en langzamerhand worden voor deze doelgroep steeds meer methoden en werkwijzen beschreven.

Dankzij deze investeringen in het bewegingsonderwijs (cursussen, opleidingen, werkwijzen) wordt het mogelijk gemaakt dat meer en meer docenten LO zich kunnen bezighouden met bewegingszwakke leerlingen in het voortgezet onderwijs.

DOELSTELLING VAN DE BIJEENKOMST

Het doel van de bijeenkomst:

- informeren en motiveren van docenten LO in het voortgezet onderwijs in en rondom Amsterdam
- uitwisselen van ervaringen van praktiserende en beginnende MRT'ers
- het opzetten van een *netwerk* van beginnende en praktiserende MRT'ers in Amsterdam (BO&VO)
- het in kaart brengen van bestaande problematiek rondom MRT in het VO
- het volgen van twee van de drie workshops:
  - groeps-MRT
  - bewegingsgerelateerde thema's
  - bedienen bewegingszwakke leerlingen in de reguliere lessen LO
- in de toekomst: vervolgtraject van MRT-BO naar MRT-VO.

Ferrie v/d Werf in de praktijk



FOTO: ..... NUIJ

PRESENTATIE FERRIE VAN DER WERF

Ferrie van der Werf is vakdocent LO en houdt zich voornamelijk bezig met motorische remedial teaching op het Esdal College te Emmen. Het Esdal College is een school voor regulier middelbaar onderwijs en bestaat uit zeven locaties.

Op de bijeenkomst heeft Van der Werf een zeer interessante presentatie gehouden over de werkwijze die hij hanteert op bovenstaand College. Met behulp van de WOM (Van der Werf Observatie Motoriek) worden leerlingen door de MRT'er getest op de volgende onderdelen: lopen, tenen- en hakkenloop, huppelen, klimmen, aanloop, afzet, landen, rollen, lopen over een omgekeerde bank, minitrampoline springen, dribbelen, basketbaldoelen, opslaan, badminton, werpen, vangen, voetballen, hockey, schrijven en schrijven op een dubbelzijdig bord, horen en zien. Het uitgangspunt daarbij is het kijken naar de motorische ontwikkeling van de leerlingen, niet zozeer naar wat ze wel en niet kunnen, maar naar de wijze waarop ze verschillende bewegingen uitvoeren. Door het vergelijken van die bewegingen kun je een goed beeld krijgen hoe ver een kind in zijn/haar motorische ontwikkeling is.

Na de observatiefase worden de gegevens in het computerprogramma verwerkt; dat vereenvoudigt het opstellen van een handelingsplan.Een leerling met een bewegingsachterstand kan vervolgens op twee manieren worden begeleid: individueel en/of op groepsniveau.

In samenwerking met de ouders wordt gedurende een periode van 10 tot 16 weken thuis geoefend om te werken aan de

bewegingsachterstand van het kind. Wekelijks krijgen de leerlingen nieuwe oefeningen mee op basis van het resultaat.

WORKSHOPS

Met behulp van twee workshops hebben de deelnemers van de bijeenkomst kunnen zien hoe er met verschillende methoden in de MRT-les kan worden gehandeld.

Ferrie van der Werf

Ferrie van der Werf gaf een workshop over groeps-MRT. Het accent lag op het oefenen van verschillende vaardigheden waarbij er gekeken wordt naar hoe het kind de beweging maakt. Deze workshop was een welkome aanvulling vol praktijkvoorbeelden en -ervaringen op de presentatie die hij eerder op de avond gaf.



Marjolijne Klijn en Kamil Rosendaal

Elise van Weene

Elise van Weene is ruim tien jaar werkzaam geweest als docent lichamelijke opvoeding en MRT-er in het voortgezet onderwijs in Amsterdam. In 2000 is zij gestart met Motoriek.nl, een bureau wat zich bezighoudt met scholing, lesmateriaal en ondersteuning geeft bij de zorgverbreding in het bewegingsonderwijs. De jarenlange ervaring in het VO met MRT resulteerde in verschillende lesmethodes die ook zeer geschikt zijn voor motorisch minder vaardige VO-ers.
Dit jaar is zij gestart met Extragym.nl. Een MRT-praktijk waar extra gym (ClubExtra) en MRT aangeboden wordt.

Elise was verantwoordelijk voor de workshop 'Zorgverbreding in het bewegingsonderwijs'. Hierbij lag de nadruk op het 'goed' kunnen bepalen van het vaardigheidsniveau van een leerling, zodat alle leerlingen optimaal en met de meeste leerkansen en plezier kunnen deelnemen aan de les LO.

'Kennis van de beginsituatie van leerlingen is een belangrijke voorwaarde om tot een goede (adaptieve) les te komen.'

Voor het bepalen van het vaardigheidsniveau gebruikt zij het leerlingvolgsysteem *Bewegen en Spelen* (Van Gelder en Stroes). In dit leerlingvolgsysteem worden vier motorische vaardigheden geobserveerd, die indicatief zijn voor de motorische vaardigheid van een kind. Met de gegevens uit dit systeem is het binnen enkele minuten mogelijk een goed beeld te hebben van het vaardigheidsniveau van de leerling. Er worden in dit leerlingvolgsysteem ook vier angsten getest die mogelijk een belemmering kunnen vormen voor het (goed) deelnemen aan verschillende bewegingssituaties. Met de uitslag van de geteste vaardigheden is het mogelijk het lesaanbod meer op maat aan te bieden. Denk hierbij aan het inschatten van de haalbaarheid van bewegingssituaties en de wijze van groeperen. Daarnaast kan de informatie worden gebruikt als een start voor een MRT-traject of een verwijzing naar een specialist.

WERKGROEP MRT IN HET VO IN SAMENWERKING MET STICHTING MRT

De werkgroep 'MRT in het VO' bestaat uit drie enthousiaste vakdocenten lichamelijk opvoeding die werkzaam zijn in het V(S)O in Amsterdam. Alle drie zijn zij geïnteresseerd in zorgverbreding op het gebied van bewegen en spelen, met name in het voortgezet onderwijs.

Het doel van de Werkgroep is het opzetten van een MRT-netwerk in het VO in samenwerking met collega's LO waarbij:

- per kwartaal nieuws en/of literatuur wordt gedeeld door middel van een nieuwsbrief
- jaarlijks intervisiebijeenkomsten worden georganiseerd voor MRT'ers (uitwisselen ervaringen)
- jaarlijks (praktijk) bijeenkomsten worden georganiseerd voor MRT'ers
- een samenwerkingsverband opzetten tussen MRT'ers-BO/MRT'ers-VO met als doel kennisoverdracht.



Praktijkworkshop v/d Werf

De Werkgroep MRT in het VO is onderdeel van de Stichting MRT (*www.in-beweging.net*).

Met dank aan:
Elise van Weene
Ferrie van der Werf
Wim van Gelder

Voor meer informatie kijk op:
www.motoriek.nl
www.mrtonline.nl
www.in-beweging.nl
www.extragym.nl

Correspondentie: mrtinhetvo@hotmail.com

Hogeschool van Amsterdam



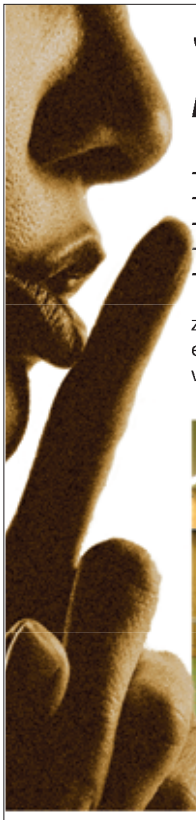
Waar haalt u úw inspiratie vandaan?

Cursusaanbod startend in oktober:
- Aansprakelijkheid in het onderwijs
- Dansen in de school
- Coachvaardigheden obv reflectie

Expertisecentrum Sport & Gezondheid
Deskundigheid in beweging

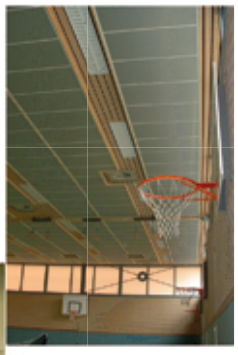
www.hva.nl/esg

Stiller Sporten...?
Het kan!



- Gehoorverlies
- Oorsuizen
- Hoofdpijn
- Vermoeidheid
- Stemproblemen

zijn het gevolg van lawaai en nagalm in de sportzaal waar u les geeft!





Vraag ons om een vrijblijvend advies, geluidsmetingen en/of een oplossingsvoorstel.

Want uw gehoor moet nog een tijd mee!

Sportzalen met akoestische plafond- en wandpanelen van Ecophon

Ecophon

Acour Lawaaibestrijding b.v.
Initiatiefnemer van
www.Stille-Sportzaal.nl

Biezeveld 3
5531 BX Bladel
Tel.: 0497 - 387 005
Fax: 0497 - 387 528
info@acour.com
www.acour.com

Schelde Sports
Superior by Design



De Turnstar© is het nieuwste wandrek van Schelde Sports, het is de modernste en veelzijdigste in zijn soort. De Turnstar© is heel makkelijk door een persoon in een hoek van 90° van de wand vast te zetten. Vervolgens kan het elektrisch bedienbaar rek naar beide kanten zakken middels een druk op de knop. In elke stand is de Turnstar© volledig veilig en gebruiksklaar. Ook is het rek gemaakt van FSC© goedgekeurde stijlen met esserhouten sporten

FSC

Vraag vrijblijvend onze nieuwe catalogus aan
Bel 0113-315100 of mail info@scheldesports.nl
www.scheldesports.nl

- Exclusieve producten uitsluitend bij SPORT-THIEME
- Meer dan 10.000 artikelen
- 14 dagen teruggavenrecht
- Lage verzendkosten

thuiswinkel waarborg
Sport-Thieme is lid van de Thuiswinkel-organisatie

Meer dan 300 pagina's!

Nu bestellen: 0297-807877

SPORT-THIEME
Schoolsport · Sport in verenigingen · Fitness · Therapie
Sport-Thieme bv · 3641 RP Mijdrecht · www.sport-thieme.nl
Telefoon: 0297-807877 · Fax: 0297-807878 · info@sport-thieme.nl

De grote gratis! catalogus



Alle onder één dak:
- Ballen
- Balspeel toestellen
- Tafeltennis
- Atletiek
- Onderwijs- en leermiddelen
- Gezond sporten
- Starten, meten,markeren
- Sportplaats inrichting
- Zwembenodigdheden
- Fitness, krachtsport, boksen
- Turnen, kinderturnen
- Trampoline, klimmen
- Gymnastiek, aerobic, ballet
- Bewegingstherapie
- Vrijetijdsspellen

TRENOMAT SCHEIDINGSWANDEN



- Geluidsreductie en geluidsabsorptie in alle zaaldelen door akoestisch wandmateriaal!
- Ook voor renovatie en verbeteren van de akoestiek in bestaande accommodaties!

TRENOMAT
DE GRAAF EN VAN STIJN BV

De Graaf en van Stijn BV
Postbus 32
2420 AA Nieuwkoop
Tel: (0172) 57 97 20
Fax: (0172) 57 26 70
www.trenomat.nl
info@trenomat.nl

Al 40 jaar gespecialiseerd in nieuwbouw & onderhoud



OUTDOOR > Hartje Ardennen < OVERNACHTEN

BRANDSPORT
Mierchamps 15 • 6980 La ROCHE-EN-ARDENNE • ✆ 084/41 10 84
www.brandsport.be • info@brandsport.be



Groepsreizen voor scholen en bedrijven

Maatwerk in wintersport
www.grevink.nl
klik op "aktie" voor de nieuwste aanbiedingen,
Verstuur uw offerteaanvraag via de homepage

Voor een offerte of brochure bel:
Tel: 0341-460180
Fax: 0341-431888
Email info@grevink.nl

GREVINK reizen
wintersportreizen voor groepen!

IS ELKE SECTIE EEN LERENDE SECTIE? (4)

Naar aanleiding van een workshop die Kees Faber enige tijd geleden heeft gegeven wordt in enkele artikelen een aantal stellingen uitgewerkt. In deze aflevering stelling 3. ***Door: Kees Faber***

Stelling: Leren is communiceren

De eerste twee stellingen gaan over het individueel leren van mensen. In mijn ogen de basis voor een lerende organisatie, een leer-school. Een lerende organisatie is ondenkbaar met mensen die niet hun verantwoordelijkheid (voor werk en leren) nemen, die niet dicht staan bij hun ervaringen (om daar ook weer afstand van te kunnen nemen) en die werken en leren niet zien als een en hetzelfde proces. Maar, er dient ook een stap gezet te worden naar het collectief leren, in een team of sectie, een afdeling of locatie. Een sectie of team kan vergeleken worden met een vloot van scheepjes; elk scheepje heeft een eigen koers, maar in totaal moet er wel sprake zijn van een vloot die samen ergens heen gaat. Een perspectief. Collectief leren vereist verbinding tussen collega's op het niveau van een team en op hogere niveaus (afdeling bijvoorbeeld). Collectief leren staat of valt met een waarachtige communicatie tussen mensen die in contact staan met hun eigen ervaringen, verwachtingen, motieven en ambitie. Ze moeten elkaar met andere woorden leren kennen, althans - daar komt ie weer - elkaars mentale modellen. Als mensen zich baseren op de inschatting van wat anderen van hen verwachten ('hij zal wel...'), dan wordt de dialoog gebaseerd op drijfzand: wat de betrokkene zegt, is geen reflectie op wat hij echt denkt en voelt, maar op veronderstellingen.

Mensen zijn constant bezig om gegevens uit hun omgeving betekenis te verlenen. Neem nu het hier en nu. U zit allemaal op dit moment naar mijn verhaal te luisteren, maar u zit er allemaal op een andere manier. U verleent persoonlijke betekenis aan dit verhaal en de context waarin we samen zitten:

- de een zit aan een probleem thuis te denken en alles gaat langs hem heen
- een ander haalt de krenten uit de pap (zit te zappen), terwijl een derde juist gespitst is op de rode draad
- iemand is vooral geïnteresseerd in wat direct bruikbaar is voor zijn werk en iemand anders stelt zichzelf vooral veel vragen
- weer iemand anders wacht op de praktijkworkshops en kijkt vooral naar mijn kleding of schoenen.

Kortom, iedereen maakt een eigen verhaal over deze situatie. Die unieke interpretatie die ieder mens van de wereld heeft, kan belemmerend werken op de communicatie. We begrijpen elkaar soms niet; we moeten echt ons best doen om te begrijpen wat een ander bedoelt. Deze diversiteit heeft ook voordelen, omdat het de mogelijkheid biedt om nieuwe inzichten en ideeën te genereren. Het maakt ons creatief en intelligent, het daagt uit tot leren. Dat lukt alleen als we moeite doen om de ander te begrijpen, hoe haaks een betekenisverlening van iemand ook staat op die van jou. Zoals reflecteren de centrale vaardigheid is voor individueel leren, zijn luisteren, vragen stellen en feedback hanteren de centrale vaardigheden voor collectief leren. Er is meer nodig om de stap van individueel naar collectief leren te zetten, maar het begint met een open en duidelijke communicatie tussen collega's. En dat is vaak al moeilijk genoeg.

Ik geef regelmatig intervisietrainingen in het onderwijs en wat me opvalt is dat heel veel leraren (of managers) het moeilijk vinden om zich daadwerkelijk te verdiepen in de denk- en ervaringswereld van de ander. Wat zie ik gebeuren als iemand zijn werkervaring, vaak een problematische werkervaring op tafel legt.

Het kan gebeuren dat een collega (vaak met de beste bedoelingen):

- precies uitlegt hoe die ander dat moet aanpakken: 'weet je wat ik altijd doe? Werkt perfect!' En zo iemand is teleurgesteld als zijn collega dat niet meteen overneemt
- zijn eigen ervaringen inbrengt en het gesprek overneemt: 'dat heb ik vorige week ook gehad; ik heb toen meteen....'; de ander valt helemaal stil

Oogcontact is ook communicatie



FOTO: ANITA RIEMERSMA

- iemand de schuld geeft: 'dat ligt aan het management', of 'die leerlingen van tegenwoordig, daar kun je ook niets mee'; nee, maar zijn collega kan er ook niets mee. Zijn probleem wordt niet kleiner als je weet wie de schuld heeft
- komt met relativeringen in de geest van 'oh, die leerling zit bij iedereen te klieren, maak je niet druk; lekker weekend morgen, maandag zie je het allemaal weer heel anders'.

Allemaal voorbeelden van niet lerende vormen van communicatie omdat de betekenisverlening van de leraar in kwestie geen ruimte krijgt. Het is razend moeilijk, zeker als je zelf dat probleem niet hebt of kent, om je te verplaatsen in het denken en voelen van de ander. En toch is dat de enige manier om hem verder te helpen.
Als er meerdere mensen betrokken zijn bij zo'n gesprek (en dat is vaak zo bij intervisie) dan ontstaat ook nog het gevaar dat er een discussie ontstaat: iemand moet gelijk krijgen, er is maar een waarheid, het wordt een soort wedstrijd, het gaat om winnen of verliezen. Maar ook om leren?

Veel leraren zijn betere zenders dan ontvangers; het is veel moeilijker om goed naar iemand te luisteren en te kijken dan om snel te oordelen en een oplossing te bieden. Dit terwijl we weten dat die oplossing 99 van de 100 keer niet helpt. Daadwerkelijke interesse, verdiepende vragen stellen, goede feedback geven: het is er niet vanzelfsprekend, het moet geleerd worden (training, begeleiding). Leren leren, niet alleen voor leerlingen, ook voor leraren.

Correspondentie: c.j.faber@pl.hanze.nl

R AFDELINGEN

DE NOORDER

Noorderskireis
Datum: 13 tot 22 februari 2009
Verdere informatie: *http://members.home.nl/hjorna/noorderskireis.htm*

GELRE

Vervangingsbank
Edwin van Gastel
Sportbedrijf Arnhem, Broerenstraat 53, 6802 EG Arnhem
Tel.: 026 377 5630, Mail: *Edwin.van.gastel@arnhem.nl*

R SCHOLING

STUDIEDAG TRENDSPORTEN IN NIJMEGEN

In een uniek samenwerkingsverband tussen de HAN, KVLO, SLO en NISB is de studiedag voor trendsporten 8 oktober op de HAN tot stand gekomen. Het is een gecombineerde dag voor de bovenbouw van het PO en het hele VO. Kijk op ***kvlostudiedagen.nl*** voor de inhoud van de workshops en voor inschrijven. De locatie is het Universitair Sportcentrum, Heyendaalseweg 141 6525 AJ Nijmegen. ***De inschrijftermijn is verlengd tot 15 september.***

STUDIEDAG BO

Op woensdag 5 november vindt de jaarlijkse studiedag voor het basisonderwijs plaats op de Hogeschool voor sportstudies (HIS) in Groningen. Het thema is een nieuwe manier om zinvolle ontwikkelen in het basisonderwijs betekenisvol te maken. Het programma staat al enige tijd op de site *kvlostudiedagen.nl*. De workshopbeschrijvingen en het inschrijfformulier treft u daar ook aan.

CURSUS EHBO

Op 11 en 18 november 2008 wordt een basiscursus 'Levensreddend handelen voor docenten LO' gegeven op het bureau van de KVLO in Zeist. Cursustijden zijn van 14.00-20.00 uur. Meer informatie kunt u vinden op *www.kvlo.nl/scholing*. Opgave via *corry.dijkstra@kvlo.nl*

STUDIEDAG PRAKTIJKONDERWIJS

De studiedag Praktijkonderwijs wordt op 26 november in Rijssen gehouden. Gastheer zijn Scholengemeenschap Reggesteyn en netwerk Enschede.
Titel: 'Kijk op ieder kind'.
Deze dag staat de leerling centraal met handvatten voor goed bewegingsonderwijs. We willen specifiek ingaan op pedagogische en didactische aspecten binnen de lessen bewegingsonderwijs, passend bij de leerlingen in het praktijkonderwijs. Wat beweegt ze en wat hebben docenten bewegingsonderwijs nodig om dit te stimuleren? Vooral het uitwisselen van ervaringen zal veel aan bod komen. De inschrijving start na verschijning van dit blad.
Voor de inhoud van het programma en een beschrijving van de workshops zie: *www.kvlostudiedagen.nl*



LERARENBEURS VOOR SCHOLING

Het ministerie van OCW heeft in het kader van het Actieplan LeerKracht vanaf dit cursusjaar een 'Lerarenbeurs voor scholing' beschikbaar gesteld voor bevoegde docenten. Docenten kunnen die beurs aanvragen als zij hun professionele niveau willen verhogen, hun vakkennis willen verbreden of zich willen specialiseren. De beurs vergoedt les- en collegegeld, studiemiddelen, reiskosten en vervangingskosten. De Lerarenbeurs kan aangevraagd worden bij de Informatie Beheer Groep (IB-Groep). Een leraar kan eenmaal in zijn onderwijsloopbaan gebruikmaken van de beurs. De belangstelling voor deze beurs was dit jaar groter dan de subsidietoekenning. Mocht u voor studiejaar 2008-2009 niet meer in aanmerking zijn gekomen dan kunt u vanaf 1 juni 2009 opnieuw aanvragen voor het studiejaar 2009-2010. Beurzen worden toegekend op volgorde van binnenkomst.

PASSEND ONDERWIJS

De gezamenlijke vakorganisaties (AOb, CMHF en CNV-O) hebben de Tweede Kamer in een brief laten weten dat integrale invoering van passend onderwijs in 2011 niet haalbaar is. Docenten en ouders zijn nog amper betrokken bij de nieuwe opzet van regionaal samenwerkende zorgnetwerken. Voorgesteld wordt op onderdelen te temporiseren, en de budgetfinanciering aan te passen.
Van 22 september tot 3 november vindt er een tiental regionale conferenties plaats met veel informatieve workshops in het kader van passend onderwijs.
Deelnamekosten: 90 euro. Zie homepage *www.kvlo.nl*.

STERKE STIJGING SPECIAAL ONDERWIJS

De laatste twaalf jaar is het aantal kinderen dat naar het speciaal onderwijs gaat bijna verdubbeld. Uit cijfers van het CBS blijkt dat het VSO met 250 procent groeide naar 28 duizend leerlingen. Maar ook het speciaal basisonderwijs steeg met 55 procent naar ruim 36 duizend leerlingen. Kinderen met ernstige ontwikkelstoornissen gaan vaker naar de cluster 4-scholen. Opvallend is dat er veel meer jongens dan meisjes op dit type speciaal onderwijs zitten. Het CBS kan geen duidelijke verklaring geven voor de groei. Het zou iets te maken kunnen hebben met grotere toegankelijkheid door het verlagen van financiële drempels.

WEBSITE COMBINATIEFUNCTIES

Sinds 20 juni is de website *www.combinatiefuncties.nl* in de lucht. De informatieve website biedt ondersteuning bij de invoering van de combinatiefuncties. De algemene ondersteuning bestaat uit verschillende documenten zoals de bestuurlijke afspraken over de *Impuls brede scholen*, presentaties en goede voorbeelden van de eerste tranchegemeenten. Ook voor de sectorale ondersteuning vanuit het onderwijs, de sport of cultuur kunt u op de website terecht. Op onze website vindt u onder de balk onderwijs ook informatie over combinatiefuncties. De KVLO richt zich in het bijzonder op combivakdocenten, lobossers en beweegteams.

ZITTENDE VAKLEERKRACHT ALS COMBINATIEFUNCTIONARIS

Ook een bestaande reeds gefinancierde (deeltijd)functie als vakleerkracht kan veranderen in een nieuwe structurele combinatiefunctie. De nieuwe financiering betreft dan de uitbreiding van de functie tot een combinatiefunctionaris. Alleen de uitbreiding telt mee in de nieuw te investeren 2500 fte's.

AFSLUITING ALLIANTIE S&S

Op woensdagmiddag 8 oktober vindt de slotbijeenkomst plaats van de Alliantie School & Sport te Madurodam. Er wordt teruggekeken op drie jaar Alliantie en vooruit gekeken naar onder meer de combinatiefuncties. De nieuwe beleidsvoornemens van de ministeries van OCW en VWS op onderwijs en sport zullen worden gepresenteerd. De nieuwe brochure 'Bewegingsonderwijs in het Primair onderwijs' zal ter gelegenheid hiervan officieel worden aangeboden. De brochure is ontwikkeld in een samenwerkingsverband van KVLO, AVS en SLO.

KVLO-CONTRIBUTIE VERREKENEN MET BRUTOLOON

Ook dit kalenderjaar is het voor KVLO-leden met een werkverband in het onderwijs mogelijk om de KVLO-contributie te verrekenen met het brutoloon. Anders dan in andere jaren ontvangt u dit jaar van de KVLO een verklaring omtrent de door u betaalde contributie. Na invulling van het formulier kunt u dit bij uw werkgever inleveren. De verklaring wordt meegestuurd met LO 11 (verschijningsdatum 3 oktober).

NATIONALE SPORTWEKEN 2009

De Stichting Nationale Sportweek gaat in 2009 twee Nationale Sportweken organiseren. Met een zomer en een wintereditie moeten nog meer mensen gaan sporten en bewegen. Vorig jaar waren er 2500 activiteiten en hebben 400.000 mensen meegedaan aan sportactiviteiten. De zomereditie valt in de week van 18 tot en met 24 april 2009.

AFSCHEIDSSYMPOSIUM HARRY STEGEMAN

Dr. Harry Stegeman zal per 1 november zijn loopbaan beëindigen vanwege het bereiken van de pensioengerechtigde leeftijd. Ter gelegenheid hiervan organiseren de organisaties waar hij aan verbonden is, te weten Hogeschool Windesheim, het Mulierinstituut en de KVLO, gezamenlijk een afscheidssymposium. Dit vindt plaats op 27 november op Hogeschool Windesheim. Nadere informatie volgt zo spoedig mogelijk.



Je VIP wil hier op een rondvaartboot stappen

Weet jij wat je te doen staat?

De dag is van minuut tot minuut doorgesproken. Alle routes en locaties zijn bekend. En dan besluit je VIP ineens om een toeristisch uitstapje te maken. Welke keuzes maak je dan? Is het veilig of niet? Volg je de planning of de wensen van je VIP? Hoe ga je met omstanders om? Als persoonsbeveiliger moet je in elke situatie weten wat je te doen staat. Dat vraagt veel van je flexibiliteit, inschattingsvermogen en daadkracht. En van je sociale vaardigheden. Want je moet een gesprek met de premier kunnen voeren, maar ook met meneer hierboven. Denk jij dat je dat in je hebt? En spreekt een loopbaan bij de politie je aan? Heb je daarbij een goede conditie, minimaal een mavo D, havo of mbo-diploma en vijf jaar werkervaring? Dan ben jij straks misschien wel verantwoordelijk voor de veiligheid van politici, diplomaten en leden van de koninklijke familie. Een voorproefje? Kijk op www.wordpersoonsbeveiliger.nl.

www.wordpersoonsbeveiliger.nl

POLITIE
Korps landelijke politiediensten
Dienst Koninklijke en Diplomatieke Beveiliging

LIFE FITNESS VERPLAATSBARE CIRCUITTRAINING IN GYMZAAL

Het team Lichamelijke Opvoeding van het Plein College St. Joris in Eindhoven had nog een deel budget over, te investeren in de sectie. Er werd nagedacht over een klimwand, maar ze kozen uiteindelijk voor het aanschaffen van fitnessapparatuur van Life Fitness. "Een goede investering waar wij als docenten, maar ook de leerlingen superblij mee zijn", toont LO-sectievoorzitter Erwin Maas.



Het Plein College St. Joris staat bekend als een school die intensief met 'sport' bezig is. Naast het feit dat ze een LOOT-school zijn met topsportende leerlingen uit de omgeving, maakt de school zich sterk voor leerlingen die 'sport-minded' zijn, zonder topsportambities. Onder de 1500 leerlingen die de school telt (VMBO-T, HAVO, VWO) zitten 250 leerlingen in speciale sportklassen. "Deze klassen hebben een extra uur LO in de week en ze nemen eens per maand deel aan een sportclinic zoals waterskiën, wandklimmen of snowboarden", legt Erwin Maas uit. Maas is al zeven jaar als docent verbonden aan het college en is sectievoorzitter voor de zeven docenten Lichamelijke Opvoeding.

INVESTERING TERUGVERDIENEN

Toen er vorig jaar budget vrijkwam voor de sectie LO, konden de docenten een voorstel doen bij de schoolleiding voor invulling hiervan. Een doordachte investering waar de school op korte en lange termijn iets aan heeft en die zichzelf terugverdiend was het doel. "In eerste instantie hebben we gekeken naar een klimwand, maar met onze vijfmeter hoge wanden in de gymzalen, was dat geen rendabele optie", vertelt Maas. De sectieleider en zijn collega's bekeken de optie van het oude 'fitnesshok' en de mogelijkheid voor fitnessapparatuur. "Het hok werd gebruikt voor opslag en er stond wat oude apparatuur. Het is echter te klein om daar een fitnessruimte van te maken", beschrijft Maas.

MAKKELIJK VERPLAATSBAAR

Na marktonderzoek via onder andere internet kwamen de docenten in gesprek met Life Fitness. "De Circuit Series krachttoestellen zijn gebruiksvriendelijk, veilig, effectief, mooi vormgegeven en van hoge kwaliteit. Omdat ze werken met een elastische weerstandsband, heb je geen last van het lawaai en de onveiligheid van losse gewichten", motiveert Maas. De leverancier van professionele fitnessapparatuur keek samen met Maas naar de mogelijkheden. Life Fitness kan bij hun uitgebreide serie professionele fitnessapparaten de zogenaamde Wheel Kit leveren. "Dat is voor ons ideaal, aangezien de apparatuur niet log is en zeer eenvoudig te verplaatsen met deze Wheel Kit. Binnen tien minuten hebben we de tien verschillende krachttoestellen vanuit het fitnesshok uitgestald in circuitvorm in de gymzaal of teruggezet", benadrukt Maas het belang van de verplaatsbare toestellen. "We hebben immers geen extra ruimte waarin we een permanente fitnesszaal kunnen creëren."

PROFESSIONEEL ADVIES

Maas en zijn collega's ontvingen advies en hulp van het team van Life Fitness. "Het contact verloopt erg goed. Onze contactpersoon is overigens een oud-leerling, maar dat is toeval", glimlacht Maas. Hij is vooral te spreken over de actieve manier van meedenken en meekijken naar de mogelijkheden. "We hebben samen gekeken welke ruimte er was, welk budget en welke apparaten voor ons het meeste nut hebben. Life Fitness heeft een duidelijke presentatie en plan van aanpak gemaakt en ondersteunde ons in de gesprekken met de schoolleiding." Inmiddels staan er sinds dit schooljaar een tiental krachtapparaten welke in circuitvorm worden neergezet. "Wij vullen de les daarnaast aan met cardiovasculaire oefeningen die we elke keer veranderen. Zo houden we het voor de leerlingen afwisselend en aantrekkelijk", illustreert Maas.

FITNESS HOORT ERBIJ

Fitness is een steeds belangrijker vorm van beweging en is steeds vaker een onderdeel bij Lichamelijke Opvoeding. Het Plein College St. Joris had fitness ook voor de aanschaf van eigen apparatuur al in haar lespakket zitten: "We hadden een overeenkomst met een nabijgelegen fitnesscentrum. Daar maakten we tegen een bepaald tarief wekelijks gebruik van hun apparatuur". Naast het feit dat de aanschaf van de fitnessapparatuur de school geld scheelt, heeft het volgens Maas nog een ander voordeel. "Het is ook een kwestie van logistiek. De leerlingen hoeven nu niet van het schoolterrein af en dat scheelt tijd en coördinatie", ervaart de docent.

LifeFitness
lifefitness.com
t 0180 64 66 66 e marketing.benelux@lifefitness.com