

100 JAAR

Lichamelijke

Opvoeding

Jaargang 100 - 24 feb. 2012



**Topic:  
Nationale  
Sport Week**

Be Sports-Minded

Vakdocent als  
sportloopbaancoach

Recordpoging KVLO 150

Nummer

2



**GET TOGETHER AND WIN**  
HET NIEUWE ERIMA COLLECTIEBOEK 2012  
IS VERKRIJGBAAR!

[www.erima.nl](http://www.erima.nl)

**erima**  
SPORTSWEAR SINCE 1900

**huski reizen**  
Wandelen, varen & zwemmen

Avontuurlijk!  
**ZEILEN**

- Huski: gespecialiseerd in groepsreizen voor scholen
- professionele instructeurs

**op de FRIESE meren**

**VAARDIGHEDEN**

- zelfstandig- én samenwerken
- eigen eten inkopen met budget
- grenzen verleggen
- improviseren

én  
**een SUPERLEUKE week!!**

**WWW.HUSKI.NL**

**HUSKI ORGANISEERT OOK JEUGDKAMPEN IN DE ZOMERVAKANTIE!**

# Be Sports-Minded

**De nieuwe lesmethode voor Beweging, Sport en Maatschappij**

- ▶ voor havo en vwo
- ▶ ideale mix tussen internet en boeken.

Ontwikkeld door ervaren docenten die vanaf de basis betrokken zijn bij BSM!

**Interesse?**  
Ga naar [www.besportsminded.nl](http://www.besportsminded.nl) voor meer informatie of meld u aan voor de nieuwsbrief via [marketing@edu-actief.nl](mailto:marketing@edu-actief.nl).

Kom donderdag 22 maart naar de studiedag 'Beweging, Sport en Maatschappij' in Bergen op Zoom om kennis te maken met **Be Sports-Minded**.

Be Sports-Minded is een uitgave van: **edu-actief**  
Uitgeverij, training en diensten



# Inhoud:

## TOPIC

### Topic Nationale Sport Week

Al voor de negende keer wordt in de maand april de Nationale Sport Week (NSW) gehouden. Dit keer is de aftrap in Enschede en de sluiting in Arnhem. Voor de KVLO is die week een belangrijke in het kader van het jubileum en de recordpoging die we gaan ondernemen om zoveel mogelijk jeugd in beweging te krijgen. Daar is de KVLO voor opgericht en we steunen met de actie het Jeugd sportfonds. Daarnaast laat Landstede zien hoe zij in de NSW extra sportief bezig zal zijn.

- 06 | Samen sport promoten / *Nancy Alders*
- 08 | Recordpoging voor 150-jarig bestaan KVLO / *Anna Kieftenburg*
- 10 | Landstede vestigingen sportief verbinden tijdens de Nationale Sport Week / *Goos Kartsen*
- 30 | Actief aan de slag met de Olympische Spelen / *Nancy Alders*



## En verder

- 11 | De vakdocent als sportloopbaancoach / *Gert van Driel*
- 14 | Een nieuwe naam: FvOv / *Jilles Veenstra*
- 34 | Be sportsminded / *Dennis Witsiers*
- 38 | Etniciteit, de sportmedia en lichamelijke opvoeding / *Jacco van Sterkenburg*
- 44 | NOC\*NSF Sport Conventie in teken van 'Jeugd en Sport'



## PRAKTIJK

- 18 | Judo als spel / *Jan Middelkamp*
- 22 | Basketbal: 'aanvallen in motion' in het voortgezet onderwijs (2) / *Ivo van der Spek*
- 26 | Zwaaien in de les LO (1) / *Maarten Massink*
- 30 | Actief aan de slag met de Olympische Spelen / *Nancy Alders*



## RUBRIEK

- 05 | Eerste pagina
- 16 | (KV)LO en recht
- 33 | VMBO in beweging
- 42 | Boeken
- 43 | Mery Graal
- 46 | Scholing
- 47 | (KV)LO-nieuws

KVLOweb.nl

## TRENOMAT SCHEIDINGSWANDEN



De jongste generatie zaalscheidingen  
Trenomat Acoustic®

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



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

**ROCKS n RIVERS**  
OUTDOOR & EVENEMENTEN

Survival dagen  
Survival kampen  
Wintersport kampen

**SNOWBREAKS.NL**  
BY ROCKS n RIVERS

www.rocks-n-rivers.nl / www.snowbreaks.nl



Ik collecteer voor mijn kleindochter, zij heeft een pacemaker.

**Voor wie collecteer jij?**  
Hartweek: 15 t/m 21 april 2012

**wordnucollectant.nl**  
070 - 315 56 83



# Physical Education en Physical Activity

Op de laatst gehouden bestuursvergadering van het Europese verband van organisaties in de lichamelijke opvoeding kwam uit verschillende landen de melding dat het onderscheid tussen Physical Education (PE) en Physical Activity (PA) aan het vervagen was. In Nederland zie ik dit soms ook ontstaan, bijvoorbeeld met het nieuwe beleidsprogramma Sport en bewegen in de wijken van het ministerie van VWS. Het instellen van sportbuurtcoaches moet het bewegen en sporten in de wijken stimuleren en ook de relatie tussen onderwijs en sportvereniging versterken. Op zich is daar niets mis mee en er is ook een fikse bedrag door het ministerie beschikbaar gesteld maar ik zie een paar mogelijke gevolgen waar niet van te voren over is nagedacht. De sportbuurtcoaches kunnen heel breed worden ingezet, bijvoorbeeld ook in de kinderopvang en het welzijnswerk. Daar is op zich niets mis mee maar het accent wordt gelegd op de fysieke activiteit (PA) en het aanbieden van activiteiten en niet zozeer op de opvoedende waarde (PE). Voor je het weet gaat de PA de PE overvleugelen en komt ook in het onderwijs de opvoedende waarde van de lichamelijke opvoeding in het geding. Het is juist daarom dat in de nieuwe koers van onze vereniging de pedagogische context een zware nadruk heeft gekregen. En wij richten ons niet alleen op het bewegingsonderwijs in de school, maar bemoeien ons, in het belang van het lerende kind, ook met de kwaliteit van het bewegen rondom de school en de professionals die zich daarmee bezighouden. Denk aan sportbuurtcoaches (combinatiefunctionarissen die meestal tevens vakleerkrachten zijn) die de verbinding moeten maken tussen de school en de sport (in de buurt) en leraarondersteuners op mbo-niveau. De PE moet leidend zijn en niet de PA.

## 6 maart Arena Amsterdam

Elk kind moet het onderwijs kunnen volgen dat bij hem past. Passend Onderwijs is hier een mooie term voor en vorig jaar zijn hierover veel discussies gevoerd. Die hebben uiteindelijk geleid tot een nieuw beleid waarin meer kinderen met een beperking, die nu naar het speciaal onderwijs gaan, in het reguliere onderwijs een plekje moeten krijgen. Tegelijk moet er 300 miljoen euro worden bezuinigd. Het is ons gebleken de maatregelen grote gevolgen hebben. De voorgestelde bezuinigingen raken leerlingen, leraren en ouders hard. De zorg voor leerlingen die extra hulp nodig hebben zal ernstig worden verschaald. Daardoor wordt de taak van de leraar verzwaaard en dit is contra-productief ten aanzien van de doelstellingen van het kabinet. Dat verwacht met name ook extra resultaten met de betere leerlingen. Het is om deze reden dat er is beloven om op 6 maart te gaan staken. De KVLO roept haar leden op om mee te doen. Passend Onderwijs als nieuw beleid is goed maar er is te weinig naar de gevolgen gekeken. Dat rechtvaardigt dat er opnieuw naar de plannen en de uitvoering wordt gekeken.

## Record

In het super sportjaar 2012 zullen veel records gebroken gaan worden. Wij willen in het kader van ons 150-jarig bestaan daar ook een bijdrage aan leveren en dit koppelen aan een goed doel: Het Jeugd sportfonds. Wij bereiken met ons vak in het PO, VO en mbo ruim drie miljoen leerlingen en het zou geweldig zijn als heel veel leerlingen (en ik hoop meer dan een miljoen) de 'Doede360' zouden uitvoeren. Het is een uitdagende, makkelijk uit te voeren activiteit op stimulerende muziek. De komende weken zal het televisieprogramma Het Klokhuis regelmatig aandacht besteden aan de 'Doede360'. Wij rekenen ook op jullie medewerking (zie ook pagina 8) om de leerlingen in beweging te krijgen!

**Jan Rijpstra**

**Doe mee met ons wereldrecord en klik op [www.doede360.nl](http://www.doede360.nl)**

COLOFON

**Lichamelijke opvoeding**

is een uitgave van de Koninklijke Vereniging van Leraren Lichamelijke Opvoeding (KVLO)

Redactie: Hans Dijkhoff (hoofdredacteur) Maarten Massink (praktijkredacteur) Jacqueline Tangelder (redactiemedewerkster) Redactieraad: Hilde Bax, Marianne van Bussel, Peter Barendse, Jan Faber, Frank Jacobs, Liesbeth Jans, Mark Jan Mulder, Chris Mooij (VZ), Jorg Radstake en Sebastiaan Platvoet. Redactieadres: KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, e-mail: [redactie@kvlo.nl](mailto:redactie@kvlo.nl). Abonnement Lichamelijke Opvoeding: Jaarabonnement € 60,- (buitenland € 80,-) Losse nummers € 5,- (excl. verzendkosten)  
Handelsadvertenties: Bureau Van Vliet BV, Passage 13-21, Postbus 20, 2040 AA Zandvoort, fax: 023 571 7680 e-mail: [zandvoort@bureauvanvliet.com](mailto:zandvoort@bureauvanvliet.com) [www.bureauvanvliet.com](http://www.bureauvanvliet.com).  
Verschijningsdata 2012: 27 jan., 24 feb., 30 mrt, 27 april, 25 mei, 29 juni, 31 aug., 28 sep., 26 okt., 30 nov., 21 dec. Druk: Drukkerij Ten Brink Meppel, Postbus 41, 7940 AA Meppel. Tel.: 0522 855 111. Vormgeving+Opmaak: FIZZ reclame+communicatie, Stationsweg 44a, 7941 HC Meppel. Tel.: 0522 246 162. 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. Wij hebben dit magazine met uiterste zorg samengesteld. Wij hebben daarbij steeds getracht mogelijke rechthebbenden te achterhalen. Indien u onverhoopt meent rechten te kunnen doen gelden, dan verzoeken wij u dit kenbaar te maken bij de redactie.

# Samen sport promoten

## Organiseer extra sportactiviteiten tijdens de Nationale Sport Week

Van 21 tot en met 28 april 2012 vindt de negende editie van de Nationale Sport Week plaats. Een week boordevol sport- en beweegactiviteiten. Voor de gymleraren hét moment om nog meer aandacht voor het belang van voldoende bewegen en sport in en rondom de school te vragen. Bijvoorbeeld door het organiseren van een Fakkelloop of het samen met lokale verenigingen deelnemen aan of organiseren van een brede sportkennismaking.

Door: Nancy Alders

**H**et blijkt dat slechts 30 procent van de kinderen minimaal één uur per dag beweegt. En dat is zorgelijk, want een goede dagelijkse hoeveelheid beweging is niet alleen goed voor de studieresultaten en de motoriek. Ook ter voorkoming van overgewicht en obesitas is sport en bewegen het beste medicijn. Maar ook voor de toekomst -en zelfs, met het oog op de Olympische Spelen- is het belangrijk aandacht te vragen voor sport. Immers, de jeugd van nu, zijn onze topsporters van de toekomst!

### Doel

De Nationale Sport Week heeft als doel te laten zien hoe gezond maar vooral hoe leuk sporten is. Echter, het voornaamste doel is de sportparticipatie verhogen. Een missie die ook Olympisch Vuur 2028 volop steunt, die als doel heeft met de verbindende kracht van sport en de magie van de Spelen, van Nederland een topland te maken. Daarom hebben Olympisch Vuur 2028 en de Nationale Sport Week de Fakkelloop in het leven geroepen. Een sportieve activiteit die de mogelijkheid biedt kinderen meer te weten te laten komen over de Olympische en Paralympische Spelen en ze daarnaast volop in beweging te brengen. De Fakkelloop kan eenvoudig in de sportles worden geïntegreerd en is daardoor niet alleen leerzaam maar vooral ook actief en leuk!

### Organiseer een Fakkelloop tijdens de sportles

Tijdens de Fakkelloop worden de symboliek van het Olympisch Vuur en de fakkel gecombineerd

met sportief bewegen. Vorig jaar werd de Fakkelloop voor het eerst door diverse gemeenten met een eigen Sportweek ingezet. Vele gemeenten openen namelijk al de lokale Sportweek met het ontsteken van het 'Olympisch Vuur'. Door er een Fakkelloop aan te koppelen, zorg je voor een sportieve aanvulling. De gemeente Zutphen bijvoorbeeld deed dat in samenwerking met het lokale onderwijs. Zij openden de lokale Sportweek door het vuur te laten ontsteken door de burgemeester. Deze stak daarmee op een sportveld de fakkels van drie leerlingen van diverse scholen aan. Deze brachten de fakkel al rennend naar hun school, gevolgd door vele enthousiaste medeleerlingen. En zo openden ook de leerlingen van de drie scholen op symbolische en sportieve wijze een week lang sporten en bewegen op hun school.

### Informatiepakket en Olympische les

De precieze invulling van de Fakkelloop is aan de organisatie. In Zutphen was de gemeente de initiatiefnemer, maar dat kan ook de school of de gymleraar zijn. Wordt er binnen je gemeente ook een lokale Sportweek georganiseerd? Dan kan er samenwerking worden gezocht met de gemeente om de officiële opening met een fakkelloop een Olympisch en sportief actief tintje te geven. Samen met jouw klas, of wellicht de hele school! Om je te helpen met het opzetten van een Fakkelloop heeft de Nationale Sport Week en Olympisch Vuur 2028 gezamenlijk een informatiepakket samengesteld. Het pakket helpt je bij het maken van een plan van aanpak, de voorbereiding en de uitvoering. Daarnaast kunnen diverse promotiematerialen besteld worden. En, meld je als school de Fakkelloop aan, dan krijgt de school bovendien een Olympische les aangeboden waarin over de geschiedenis van het Olympisch Vuur wordt verteld. Deze les kan gemakkelijk in de geschiedenis- of aardrijkskundeles geïntegreerd worden. Meer informatie over het informatiepakket vind je op [www.nationalesportweek.nl](http://www.nationalesportweek.nl).

### Organiseer extra sportactiviteiten tijdens de Nationale Sport Week

De Fakkelloop is natuurlijk een bijzondere en leuke manier om sport extra onder de aandacht te brengen. Maar, er zijn natuurlijk nog tal van andere sportactiviteiten die tijdens de Nationale Sport Week kunnen worden georganiseerd. Bijvoorbeeld in nauwe samenwerking met de lokale sportverenigingen. De Nationale Sport Week is namelijk voor sportverenigingen hét moment om te laten zien wat ze te bieden hebben en de



Laat de spelen  
maar beginnen

drempel te verlagen voor mensen om een sportvereniging binnen te stappen. Tijdens de week zetten zij dan ook massaal de deuren open, organiseren zij clinics, proeflessen en toernooien. Daarnaast brengen de sportverenigingen vaak bezoeken aan scholen, of organiseren zij op de vereniging extra lessen voor scholen. Ter inspiratie hieronder enkele voorbeelden van sportactiviteiten die je kunt organiseren tijdens de Nationale Sport Week:

- organiseer iedere ochtend een warming-up
- stel elke schooldag in het teken van een andere sport(tak), bijvoorbeeld 'Dag van de balsport', 'Dag van de buitensport' of 'Dag van de vechtsport'
- thematiseer een sportles met aandacht aan de Nationale Sport Week
- regel tijdens de sportles een clinic met een bekende (lokale) topsporter of sporttalent
- organiseer samen met de lokale sportverenigingen een sportmarkt op het sportplein, waarbij de diverse sporten uit te proberen zijn
- houd een verkiezing van sportheld, of -heldin van de school
- bedenk samen met de sportvereniging activiteiten voor de naschoolse opvang
- laat leerlingen meehelpen aan de lokale Sportweek als maatschappelijke stage.

Elke docent die houdt van sporten en bewegen en dit vol enthousiasme wil overbrengen aan zijn leerlingen kan tijdens de Nationale Sport Week extra aandacht vragen voor de sport. Maak gebruik van bovenstaande tips en kijk of er binnen jouw gemeente een lokale Sportweek wordt georganiseerd. Verken de mogelijkheden tot samenwerken en

NOC\*NSF organiseert dit jaar van zaterdag 21 tot en met zaterdag 28 april voor de negende keer de Nationale Sport Week. Doel van de week is de promotie van sport in de breedste zin van het woord. Honderden sportaanbieders verspreid over het land organiseren sportactiviteiten. Een laagdrempelige manier voor sportliefhebbers om kennis te maken met (nieuwe) sporten. In 2011 werden maar liefst 5.000 sportactiviteiten georganiseerd door verschillende sportaanbieders waarvan ruim 200 scholen. Aan de activiteiten deden in totaal meer dan 700.000 mensen mee. 130 gemeenten organiseerden een lokale Sportweek.

ga samen sport promoten. Grijp de Nationale Sport Week aan om je leerlingen te bereiken én te raken met sport!

### Sportactiviteiten aanmelden

Als gymleraar weet je als geen ander hoe heerlijk sporten en bewegen is en hoe leuk het is om samen te sporten. Laat daarom ook anderen zien wat je als school voor sportactiviteiten organiseert. Meld daarom je sportevenement aan op [www.nationalesportweek.nl](http://www.nationalesportweek.nl). Bovendien kun je via het aanmeldsysteem ook spandoeken bestellen, zodat jouw sportactiviteit ook nog eens extra goed zichtbaar is. Daarnaast vind je op de website verschillende communicatiemiddelen om je sportactiviteiten nog meer onder de aandacht te brengen. Doe je mee? ◀

nationale  
sport  Week

21 t/m 28 april 2012 | [www.nationalesportweek.nl](http://www.nationalesportweek.nl)

De Nationale Sport Week is een initiatief van:



Contact:

[nancy@eenenalders.nl](mailto:nancy@eenenalders.nl)

# Recordpoging voor 150-jarig bestaan KVLO

In het kader van het 150-jarig bestaan van de KVLO, zullen er vele sportieve activiteiten worden georganiseerd, maar het hoogtepunt zal zeker de recordpoging zijn tijdens de Nationale Sport Week 2012. De KVLO doet de recordpoging in nauwe samenwerking met het NOC\*NSF dat in 2012 100 jaar bestaat. "We gaan proberen gedurende de sportweek zoveel mogelijk schoolgaande jongeren in beweging te krijgen. Daar zijn we 150 jaar geleden tenslotte ook voor opgericht!" aldus Cees Klaassen.

Door: Anna Kieftenburg

**D**e recordpoging tijdens de Nationale Sport Week van 21 tot 28 april is een onderdeel van de feestelijke viering van het jubileum. Cees Klaassen vertelt: "We willen zoveel mogelijk schoolgaande jongeren gelijktijdig in beweging krijgen. We hebben hiervoor een speciale beweging bedacht, de 360." We hopen met deze speciale sprong veel plezier uit te stralen en de betekenis van bewegingsonderwijs landelijk onder de aandacht te brengen. Wij denken dat we met behulp van al onze leden heel veel kinderen in beweging kunnen krijgen en een geweldig record kunnen neerzetten. Wat deze sprong precies inhoudt is op 16 februari op het Sport Plein in Enschede bekend gemaakt, daar heeft de kick-off van de landelijke campagne plaatsgevonden.

In aanloop naar de Nationale Sport Week zal het Klokhuis vanaf 13 februari tien afleveringen uitzenden die gewijd zijn aan diverse thema's rond bewegen en sport. Deze reeks Sportlabs zal op 23 april worden afgesloten met een elfde aflevering die speciaal in het teken staat van de recordpoging om zoveel mogelijk jongeren tegelijk te laten bewegen. De KVLO heeft de thema's van de Klokhuisuitzendingen verrijkt met extra leerstof voor de gymlessen in het basisonderwijs.

## Sprong naar de toekomst

De recordpoging is naast een onderdeel van onze jubileumviering ook een stimulans voor ons streven naar voldoende en goed bewegingsonderwijs. Jan Rijpstra heeft het al eerder gezegd: "Anno 2012

hebben we bijna 10.000 aangesloten vakleerkrachten, mensen die zich met hart en ziel inzetten voor het bewegingsonderwijs. Wij zijn de oudste en grootste lerarenvereniging en hebben een achterban om trots op te zijn. Wij richten ons op de toekomst." Een toekomst waarin bewegen een belangrijkere plaats in onze samenleving heeft en in het bijzonder voor kinderen.

Want zoals in onze laatste ledenvergadering is besloten, is 2012 ook het jaar waarin de KVLO een nieuwe koers vaart. Met de nieuwe koers grijpen wij terug op het maatschappelijke ideaal waarvoor de KVLO is opgericht, namelijk dat het voor alle kinderen mogelijk moet zijn om te leren goed te bewegen.



Het doede360-  
logo

HOME NIEUWS OVER DE 360 FILM JE MOVIE LEER DE DANS MEER DE AAN WANNEER EN WAAR HET WERLDCRECORD KOM IN ACTIE DE GAME

Gino Pietermaai, Bokoeram & FS Green - Doe De 360

KVLO

NOC - NSF

HET KLOK HUIS

DOE DE 360

Welkom op doede360.nl! Hier vind je alles wat je wilt weten over de Doede360!

Doede360 is een waanzinnige dans op de muziek van Gino Pietermaai, Bokoeram en FS Green. Deze dans is speciaal gemaakt om zo veel mogelijk jongeren in beweging te krijgen. Tijdens de Nationale Sport Week, van 21 tot en met 28 april, willen wij met zo veel mogelijk jongeren in Nederland de Doede360 doen. **DANS JIJ DOK MEE?**

Wil jij een ontmoeting winnen met een BNeR? **STUUR JOUW DOEDE360 IN!**

DOE DE 360 VOOR HET JEUGDSPORTFONDS

2458 KINDEREN DOEN AL MEE!

DOWNLOADS

t f H

Printscreen van de site [www.doede360.nl](http://www.doede360.nl)

Daarom wordt er aan de recordpoging ook een inzamelactie gekoppeld voor het Jeugdsportfonds. Het fonds zet zich in voor een grote groep kinderen die niet kunnen sporten door het ontbreken van financiële middelen van hun ouders. De missie van het Jeugdsportfonds is dan ook dat alle kinderen moeten kunnen sporten. In 2011 heeft het Jeugdsportfonds al aan 18.839 kinderen een sportkans kunnen aanbieden. Het zou een geweldig cadeau zijn voor ons jubileum als wij ervoor zouden kunnen zorgen dat er in 2012 nog meer kinderen kunnen genieten van een sport. En als er een club is die kinderen in beweging kan krijgen dan zijn wij het wel!

## Meedoen aan de recordpoging

16 Februari is de actie losgebarsten, niet alleen op het Sportplein Enschede maar ook online.

Je hebt een speciale nieuwsbrief ontvangen over de 360, hoe deze beweging eruit ziet, met wie we samenwerken en wat jullie kunnen doen om te helpen dit record tot een succes te maken! Ook de speciale website: [www.doede360.nl](http://www.doede360.nl) waar meer informatie over de deelname aan de recordpoging en de mogelijkheid het Jeugdsportfonds te sponsoren te vinden is, is in de lucht. Samen met jouw leerlingen deelnemen aan een wereldrecord is een geweldige manier om de band met en het plezier in lichamelijke opvoeding te versterken! Dus kijk op de site en schrijf je in om mee te doen met de 360! ◀

Contact:

[anna.kieftenburg@kvlo.nl](mailto:anna.kieftenburg@kvlo.nl)

# Landstede vestigingen sportief verbinden tijdens de Nationale Sport Week

In de Nationale Sport Week laten veel onderwijsinstellingen zich van hun sportiefste kant zien. Er wordt van alles georganiseerd. In dit artikel een voorbeeld hoe de Landstede Groep zich manifesteert tijdens de week van 21 tot 28 april.

Door: Goos Karsten

**D**e Landstede Groep kent een strategische verankering van het thema Sport. Zowel in de vorige strategienota als in de huidige (2010-2015) heeft Sport de positie van een profielkenmerk. Naast optimaal decentraal, midden in de samenleving en ondernemend geven deze vier profielkenmerken een gezicht aan de organisatie. Behalve de genoemde profielkenmerken hebben in de huidige strategienota de thema's vakmanschap, verantwoordelijkheid en verbinding een nadrukkelijke plaats gekregen.

## Operationeel

Een uitvloeisel van deze strategische koers is onder andere Bewegen en Sport voor studenten; intern inmiddels drie schooljaren bekend onder de merknaam: Fit & Sportief. In tegenstelling tot primair en voortgezet onderwijs is bewegen in het mbo niet verplicht, de MBO Raad (Platform Bewegen en Sport) maakt zich sterk voor deze structurele verankering. Zolang dit niet het geval is bekostigen mbo-instellingen het onderdeel bewegen en sport volledig uit eigen middelen. Een van de redenen waarom Landstede investeert in sport is het verbindende karakter. Tijdens de Nationale Sportweek (NSW) gaan we Fit & Sportief letterlijk ook een verbindende rol geven. De verschillende Landstede mbo-onderwijsvestigingen in Harderwijk, Raalte en Zwolle komen in deze week namelijk met een gezamenlijk dagprogramma.

In het kader van de NSW zal op dinsdag 24 april Fit & Sportief op alle vestigingen het thema van de dag zijn. De sportcoördinatoren (coördineren en realiseren het beweegaanbod per vestiging) van de verschillende locaties organiseren die dag



samen met de daar gehuisveste opleidingsteams een sportief-actief dagprogramma. Tijdens de NSW zal het bruisen van activiteiten waarbij er plaats is voor alle BOL-studenten.

## Estafette

Naast de activiteiten op de eigen locatie worden vestigingen sportief verbonden door het organiseren van een estafette tussen de verschillende vestigingen. Daar waar studenten van verschillende locaties elkaar normaal niet treffen is dat 24 april wel het geval. Delegaties van iedere locatie, afkomstig van verschillende opleidingen, gaan met elkaar de sportieve uitdaging aan. Op sportieve wijze overbruggen studenten de afstand tussen Harderwijk en Zwolle en tussen Raalte en Zwolle. Op deze wijze geeft Landstede vanuit de programmalijn Fit & Sportief vorm aan het instellingsbrede thema verbinding.

## Leren in de praktijk

Om alle activiteiten voor te bereiden en uit te voeren spelen niet alleen de zeven sportcoördinatoren een belangrijke rol, maar worden ook studenten betrokken. De verbindende estafetteactiviteit fungeert als opdracht voor een vierdejaars student Sport & Bewegen (SB), die het vervolgens gebruikt als Proeve van Bekwaamheid (tentamen). Vanuit de SB-opleidingsinhoud beschreven in kerntaak 4: 'coördineren en uitvoeren van een SB-project', is hij 'eigenaar' van deze activiteit.

Vierentwintig april zal een dag worden waarop het profielkenmerk Sport en de programmalijn Fit & Sportief stralen op en tussen de locaties. Het thema verbinding uit de strategienota koppelen we nadrukkelijk aan het profielkenmerk Sport en daarmee de programmalijn Fit & Sportief.

Goos Karsten is lid van het Landstede Team Sport. ◀

Contact:

[gkarsten@landstede.nl](mailto:gkarsten@landstede.nl)



# De vakdocent *als sportloopbaancoach*

## Maatwerk bij het zoeken naar passend sportaanbod voor leerlingen van het vmbo

In dit verslag krijgen we kijk op een kleinschalig onderzoek dat in Zwolle en Zetten is gehouden om te kijken wat redenen zijn waarom sportdeelname in het voortgezet onderwijs terugloopt.

Door: Gert van Driel

**D**e cijfers liegen er niet om. In het voortgezet onderwijs geven jongeren minder prioriteit aan sport en verliezen ze hun binding met de georganiseerde sport. In het vmbo is de sportparticipatie erg laag. Allerlei sportoriëntatieprogramma's zijn er nog onvoldoende in geslaagd om de sportdeelname van deze groep structureel te verhogen. De vakdocent ziet alle jongeren gedurende de hele periode dat ze op het voortgezet onderwijs zitten, ook de groep die de binding met sport heeft verloren, dreigt te verliezen of zelfs helemaal niet sport. Met de pilot 'vakdocent als sportloopbaancoach'. hebben NOC\*NSF en KVLO in het schooljaar 2010-2011 op twee scholen voor voortgezet onderwijs getoetst wat de rol van de vakdocent kan zijn en wat hij nodig heeft om als sportloopbaancoach jongeren te enthousiasmeren voor een leven lang sport. Met als beoogd effect:

- stoppen met sport tijdig te signaleren en alternatief te bieden
- sport beter in te passen in veranderende tijdsindeling van jongeren
- jongeren betrekken bij en verantwoordelijk maken voor (aanpassen) sportaanbod
- andere vormen van binden met sport realiseren.

De betrokken scholen zijn de vmbo bovenbouwlocatie TalentStad te Zwolle, en de vmbo onderbouw van het Hendrik Piersoncollege te Zetten.

### Leerlingenenquête

Om inzicht te krijgen in de sportdeelname van de leerlingen is een enquête opgesteld die leerlingen indeelt in vier groepen:

- 1 Wel lid van een sportvereniging en betrokken bij die vereniging. Gevaar van uitval te verwaarlozen.
- 2 Wel lid van een sportvereniging maar niet zo betrokken. Geven aan het niet heel erg naar hun zin te hebben op de club. Gevaar van uitval aanwezig.
- 3 Geen lid van een sportvereniging maar wel gemotiveerde beweging. Zou misschien wel willen sporten maar ergens ligt een oorzaak waarom dat niet lukt. >>



FOTO: MICHEL KRUISWIJK

- 4 Geen lid van een sportvereniging en ongemotiveerde beweger. Heeft geen behoefte om op zoek te gaan naar een geschikte sportvereniging.

In Zwolle hebben in totaal 36 leerlingen de enquête ingevuld. Veertien leerlingen zijn lid van een sportvereniging, 22 niet. Van deze 22 geven zeven leerlingen aan wel te willen sporten.

In Zetten hebben 45 leerlingen de enquête ingevuld. 28 leerlingen zijn lid van een sportvereniging, zeventien niet.

## Tweetal casussen binnen het project

(de gebruikte namen zijn fictief)

### Meisje

#### Situatie

Leerling Sabine is een moslimmeisje en draagt een hoofddoek. In de gymlessen doet ze actief mee en maakt ze plezier. De hoofddoek is voor de gymlessen geen beperking. Uit de enquête komt dat Sabine niet zo vaak sport. Ze zou wel graag via school in contact komen met sportverenigingen.

#### Gesprek

Tijdens het gesprek vraag ik Sabine waarom ze geen lid is van een sportvereniging. Ze vertelt dat haar hoofddoek een te grote barrière vormt om te gaan sporten. Dit komt niet overeen met het beeld uit de gymlessen. Op de vraag wat ze zou doen als er geen beperkingen waren om te sporten begint ze te stralen en antwoordt ze meteen: "ik zou op een voetbalclub willen."

#### Eventuele oplossing

Via een telefonisch gesprek met de KNVB word ik attent gemaakt op het bestaan van de sporthoofddoek. Bij recreatieve sporters zou het dragen van een hoofddoek geen enkel probleem moeten zijn. Ik krijg binnen tien minuten een folder opgestuurd waarin het sporten voor allochtone meiden aangemoedigd wordt. Naast het dragen van een hoofddoek in het veld zijn er misschien nog meer belemmeringen. Zo vormt misschien het douchen na het sporten een probleem. Ook zal er gesport worden in een omgeving waar veelal jongens/mannen aanwezig zijn. Wat in dit geval naast de hoofddoek nog meer belemmeringen zijn is nog niet helemaal duidelijk. Een oplossing zou zijn om in gesprek te komen met de ouders over de mogelijkheden voor een lidmaatschap bij de voetbalvereniging. Voor een sportloopbaancoach interessant om te kijken of er meiden op Zwolse voetbalclubs zijn met gelijke problematiek.

### Jongens

#### Situatie

Een hoop jongens die de enquête invullen geven aan geen lid te zijn van een sportclub, maar wel interesse te hebben in fitness.

#### Gesprek

Tijdens de gesprekken blijkt een hoop jongens thuis krachttraining te doen. Deze jongens gaven allemaal aan behoefte te hebben aan begeleiding, en aan een accommodatie met meer mogelijkheden. Een lidmaatschap bij de fitness is echter vaak te duur.

#### Oplossing

Deze situatie biedt de mogelijkheid om met een enkele interventie veel jongeren aan het sporten te krijgen. De jongeren gaven aan een accommodatie met meer mogelijkheden nodig te hebben om beter te kunnen trainen. Ook professionele hulp zou gewenst zijn. Een mooie oplossing zou zijn om op school een krachtthoek in te richten. De jongeren kunnen hier aansluitend op hun schooltijden trainen. Op vaste momenten in de week kunnen ze professionele begeleiding krijgen door een LO-docent. Samen onderzoeken wat goede trainingsschema's zouden zijn is voor jongeren een mooi leerproces. Ook kunnen de leerlingen betrokken worden bij het meten van behaalde resultaten. De leerlingen kunnen zelf verantwoordelijk gemaakt worden voor hun krachtthoek. Hoe wordt er omgegaan met de materialen en hoe zorgen we voor een sfeer waarin iedereen optimaal kan trainen? Voor enthousiaste vmbo-leerlingen zou dit een mooie leerervaring zijn.

De gegevens uit de enquête maken het mogelijk om gericht met de leerlingen in gesprek te gaan. In Zetten zijn de groeps gesprekken klassikaal, en dus met alle leerlingen gevoerd.

In Zwolle zijn de groeps gesprekken gevoerd met de leerlingen uit groep drie en vier (niet lid van een sportvereniging). Gesprekken vonden plaats met vijf leerlingen en twee docenten, waaronder de vakdocent.

## Groepsgesprekken met leerlingen

In de gesprekken is het sportgedrag van de leerlingen besproken. Waarom haken ze af? En een minstens zo belangrijke vraag is: Hebben ze interesse in een passend aanbod? Na vier gesprekken met in totaal 22 leerlingen is in Zwolle geconcludeerd dat voor zeker vijftien leerlingen geldt dat ze behoefte hadden aan hulp bij het vinden van een sportaanbod. Voor deze leerlingen kunnen vervolgotrajecten gestart worden.

Uit de groeps gesprekken met de leerlingen in Zwolle is een aantal belangrijke redenen voor het niet sporten naar voren gekomen:

- het financiële aspect is voor sommige leerlingen een belemmering om lid te worden van een sportvereniging
- culturele factoren waardoor met name allochtone meiden geen lid worden van een sportvereniging (het al dan niet dragen van een hoofddoek, gemengd sporten, etc.)
- gebrek aan de juiste/voldoende informatie maakt dat leerlingen niet weten welke mogelijkheden tot sporten er zijn. Hierdoor is de juiste sport nog niet gevonden
- het niet kunnen voldoen aan de sociaal- maatschappelijke wensen die een club stelt. Leerlingen verwoordden dit als niet altijd goed kunnen opschieten met trainers en medespelers.

Uit de groeps gesprekken in Zetten kwam naar voren dat leerlingen wel meer willen sporten:

- als het maar op en tijdens school kan plaatsvinden
- de sport door iemand van buiten zou moeten worden gegeven
- de sport liefst structureel op een vast tijdstip kan plaatsvinden
- zelf regelen en organiseren ook leuk is voor de minder gemotiveerde sporters
- om de wensen van klasgenoten voor sportaanbod te blijven volgen digitale oplossing: 'its learning' gebruikt kan worden.

## Vervolgotrajecten

In vervolgotrajecten moet gekeken worden hoe passend sportaanbod aangeboden gaat worden aan de leerlingen. In schooljaar 2010-2011





zijn er nog geen concrete vervolgtrajecten gestart. In het schooljaar 2011-2012 zet Talentstad Zwolle de opgedane ervaringen door (enquête, groepsgesprekken en organiseren vervolgtrajecten). In Zetten is nog geen besluit genomen hoe een vervolg wordt gegeven aan de opgedane ervaringen.

### Beschouwing

Het kunnen coachen van leerlingen in de zoektocht naar een voor hun passende sport start met inzicht in het buitenschoolse sport- en beweggedrag van de leerlingen. In de pilot is de meeste tijd gaan zitten in het bepalen welke vragen we daarvoor minimaal willen stellen en dit vervolgens vertalen naar een digitale tool. Schriftelijk invullen en verwerken zoals in Zetten is gebeurd is te tijdrovend. Door het inzicht in de sportloopbaan van leerlingen is het ook mogelijk te differentiëren en gericht aandacht te geven aan de groep die nog niet sport, dreigt te stopen of al is gestopt.

- Omdat in de groepsgesprekken gevoelige onderwerpen aan bod (kunnen) komen, is een veilig klimaat noodzakelijk. De samenstelling van de groepen is daarom erg belangrijk. Mochten er twee of drie dominante leerlingen zijn die absoluut niet willen sporten bestaat het risico dat ze de rest van de leerlingen in deze gedachte meentrekken.

- Samen met leerlingen op zoek gaan naar passend sportaanbod vraagt van de vakdocent als sportloopbaancoach ook inzicht in de lokale c.q. regionale sportkaart.
- NOC\*NSF zal met de nieuwe Sportagenda 2013-2016 extra focus leggen op kansrijke doelgroepen in het kader van sportparticipatie. Leerlingen in het VO zijn een kansrijke doelgroep.
- De vakdocent in de rol van sportloopbaancoach past ook in de lijn van het nieuwe beroepsprofiel leraar lichamelijke opvoeding van de KVLO.
- NOC\*NSF en KVLO zullen de opgedane ervaringen in deze pilot vertalen naar een passend vervolg en op die manier een positieve bijdrage leveren aan een leven lang plezier in sport en bewegen.

*Het pilotproject is begeleid en uitgevoerd door:*

*Gert van Driel, opleidingscoördinator Windesheim*

*Ruben Boot, vakdocent bewegingsonderwijs Hendrik Piersoncollege Zwolle ( tot schooljaar 2011-2011)*

*Jan Wit, docent SDV & bewegingsonderwijs. Topsportcoördinator Talentstad te Zwolle*

*Michiel Kruijswijk, docent bewegingsonderwijs Carolus Clusius College te Zwolle.*

*Gerda Op het Veld, adviseur jeugd, sport en onderwijs NOC\*NSF* ◀

Contact:

[g.van.driel@windesheim.nl](mailto:g.van.driel@windesheim.nl)

# Elf onderwijsvakorganisaties waaronder de KVLO bundelen hun krachten onder een nieuwe naam: FvOv

Bij *Lichamelijke Opvoeding 1* zat een flyer van de FvOv om jullie alvast op de hoogte te brengen. In dit artikel wordt uitgelegd hoe de organisatie in elkaar steekt, maar ook hoe ze zelf weer onderdeel is van grotere gehelen.



Door: Jilles Veenstra

**D**e Federatie Onderwijsbonden CMHF/MHP opereert vanaf 1 januari onder een nieuwe naam: FvOv oftewel de Federatie van Onderwijsvakorganisaties. Elf vakorganisaties bundelen daarmee hun krachten in één slagvaardige organisatie. “De FvOv vormt hiermee een unieke combinatie van vakinhoudelijke kennis en belangenbehartiging op het gebied van arbeidsvoorwaarden”, aldus voorzitter Jilles Veenstra.

## De FvOv behartigt jouw belangen

De FvOv vertegenwoordigt onderwijspersoneel in alle onderwijssectoren. Wij behartigen jouw belangen als lid van de FvOv/KVLO op zowel arbeidsvoorwaardelijk als vakinhoudelijk gebied. De FvOv onderhandelt over de cao's in de verschillende onderwijssectoren.

Naast de collectieve belangenbehartiging bieden de vakorganisaties binnen de FvOv op toegankelijke wijze ondersteuning en rechtsbijstand bij zaken die betrekking hebben op je onderwijsbaan. Uiteraard zijn alle aangesloten vakorganisaties bij uitstek dé vraagbaak voor vakinhoudelijke vragen, betrokken bij onderwijs- en curriculumontwikkeling en deskundig op het gebied van na- en bijscholing.

## Samenwerken: meer invloed

Onderwijsbond FvOv vertegenwoordigt bijna 30.000 leden. De FvOv valt onder de CMHF: Centrale van Middelbare en Hogere Functionarissen bij Overheid, Onderwijs, Bedrijven en Instellingen (met in totaal 57.000 leden). De CMHF zit voor ons in de pensioenkamer en het bestuur van ABP. Op haar beurt is de CMHF aangesloten bij de MHP, vakcentrale voor middengroepen en hoger personeel. De MHP neemt

deel aan de gesprekken tussen sociale partners in bijvoorbeeld de Sociaal-Economische Raad en de Stichting van de Arbeid over werkgelegenheid, pensioenen en sociale zekerheid.

## In goed overleg zaken doen

Wij streven naar gelijkwaardige verhoudingen tussen werkgever en werknemer en hebben de kracht van het argument hoog in het vaandel staan. In principe proberen we conflicten te vermijden door in goed overleg zaken te doen. Zowel aan de overlegtafel (collectieve zaken) als bij individuele problemen. Uiteraard combineren wij de kracht van het argument indien nodig met daadkracht.

## Overleg over jouw arbeidsvoorwaarden

### Cao-trajecten

De FvOv neemt deel aan het arbeidsvoorwaardenoverleg in de sectoren





PO, VO, mbo en hbo. Samen met je individuele arbeidsovereenkomst bepaalt de cao de voorwaarden waaronder je jouw werk verricht.

### Onderhandelingspartners

Samen met de overige onderwijsvakbonden onderhandelen we met:

- het Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschappen en de PO-Raad over het primair onderwijs
- de VO-raad over het voortgezet onderwijs
- de MBO Raad over de bve-sector
- de HBO-raad over het hoger beroepsonderwijs.

Wanneer we met de andere partijen tot een akkoord zijn gekomen over een nieuwe cao, leggen we dit als een onderhandelaarsakkoord voor aan jou en de andere leden. Wanneer onze leden en die van de andere betrokken vakbonden hiermee instemmen, kan het onderhandelaarsakkoord worden omgezet in een definitief akkoord en vervolgens in een nieuwe cao.

### Overleg bij je werkgever

Naast het overleg over de sectorcao's voeren we ook lokaal overleg op basis van de cao met de verschillende onderwijsinstellingen afzonderlijk. Onderwerpen zijn dan onder andere: mogelijke afwijkingen van de cao, rechtspositionele consequenties van reorganisatie en fusie en sociale plannen. Onze onderhandelaars stellen leden die traceerbaar zijn bij deze werkgevers op de hoogte van het overleg en raadplegen hen over afspraken die ze willen maken met de werkgever.

Informatie: [www.fvov.nl](http://www.fvov.nl) ◀

Contact:

[jilles.veenstra@kvlo.nl](mailto:jilles.veenstra@kvlo.nl)



# Bezuinigingen en bewegingsonderwijs in het PO

Er bereiken ons regelmatig vragen over de komende bezuinigingen in het primair onderwijs en de gevolgen daarvan voor de vakleerkracht. We zetten hieronder de juridische uitgangspunten van gedwongen ontslag bij formatietekorten uiteen.

Door: mr. Sandra Roelofsen

In het voortraject van bezuinigingen en de gevolgen daarvan kun je veel baat hebben bij goed overleg met de werkgever: geef het belang aan van kwalitatief goed bewegingsonderwijs en overleg over de manier waarop dat kostenneutraal kan worden georganiseerd op scholen. Voor meer informatie hierover kijk op de website voor een uitgebreide versie van dit artikel of vraag informatie bij de beleidsmedewerker primair onderwijs KVLO (Miriam Appelman).

## Juridische uitgangspunten

In de cao primair onderwijs bestaan twee mogelijkheden tot 'gedwongen' ontslag bij bezuinigingen. Dat zijn ontslagbeleid (artikel 10.4 cao PO) en werkgelegenheidsbeleid (artikel 10.2 cao PO). Het bestuur moet hier een keuze tussen maken en deze keuze ter instemming voorleggen aan de personeelgeleding van de GMR. Voordat het zover is kan er per school geprobeerd worden mensen te herplaatsen. Dit gebeurt soms door middel van een frictielijst. Vraag in die situatie om inzage in de lijst en vraag naar de motivatie om je op die lijst te plaatsen. Benadruk je belangen; bedenk dat op grond van artikel 10.6 cao PO de werkgever je kan overplaatsen zonder je instemming als er sprake is van formatietekort of bijvoorbeeld in door de werkgever met name genoemde zwaarwichtige omstandigheden.

Is voor *ontslagbeleid* gekozen, dan geldt de afvloeiingslijst, zoals die altijd al bestond en die per categorie werknemers (Op, OOP, directie) is ingedeeld. Er komt dan geen sociaal plan. Het bestuur legt het bestuursformatieplan ter instemming voor aan de PGMR. Daarin staat dan ook hoeveel fte in het rddf (het risicodragend deel van de formatie) wordt gezet. Het schooljaar daarop vindt dan ontslag plaats op basis van de bestaande afvloeiingsregeling. Vraag naar de afvloeiingslijst als dit beleid bij jouw werkgever geldt en vraag naar de uitgangspunten (first in-last out).

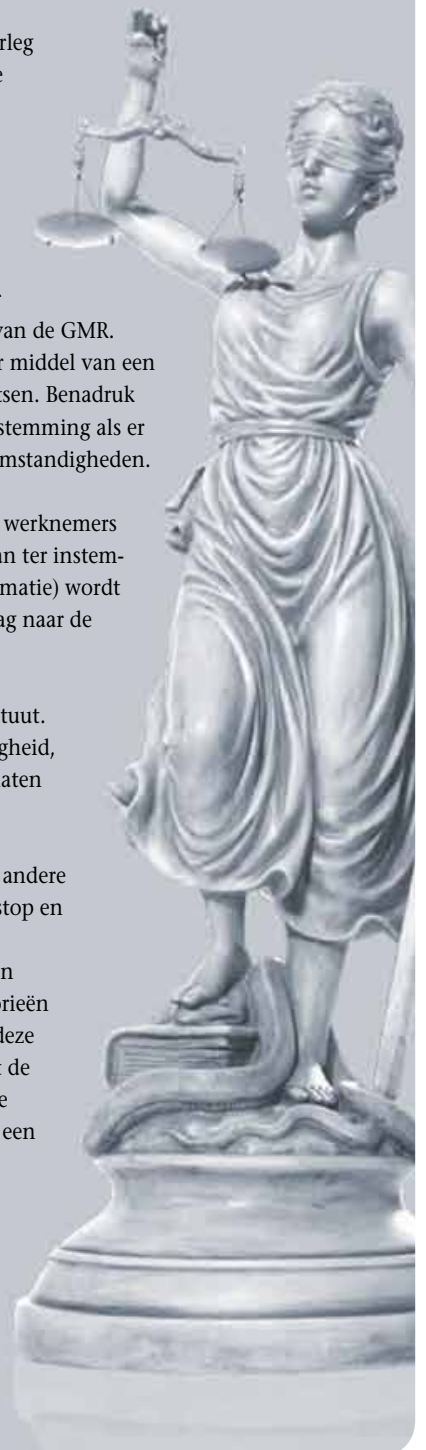
Als gekozen is voor *werkgelegenheidsbeleid*, leggen de vakbonden en het bestuur dit vast in een sociaal statuut. Onderdeel hiervan is het sociaal plan. In het statuut wordt overeengekomen dat in geval van boventaligheid, het bestuur zo spoedig mogelijk contact opneemt met de vakbonden om het sociaal plan in werking te laten gaan.

Het sociaal plan kent twee fases van gemiddeld vijftien maanden per fase.

In de eerste fase wordt gekeken of er personeel is dat via scholing, detachering of outplacement aan een andere baan binnen of buiten het bestuur geholpen kan worden. Tevens ontstaat er dan ook vaak een vacaturestop en wordt een mobiliteitscentrum ingericht.

In de tweede fase wordt bekeken of er nog een probleem is en zo ja, hoe groot dat probleem is. Er worden objectieve afvloeiingscriteria afgesproken. Daarbij kan het personeel worden ingedeeld in leeftijdscategorieën waar vervolgens per categorie ontslag plaatsvindt. Dit is het zogenoemde afspiegelingsbeginsel. Ook in deze fase worden alle mogelijke instrumenten ter voorkoming van ontslag ingezet. Bij een reorganisatie heeft de GMR een adviesbevoegdheid. Hier geldt: als er een vermoeden is dat er ontslag kan plaatsvinden door de reorganisatie, dan is het overleg weer tussen de vakbonden en het bestuur in het DGO en wordt er weer een sociaal plan afgesproken.

Krijg je ondanks en na goed overleg en uitgebreide lobby voor goed bewegingsonderwijs toch een besluit op papier dat kan leiden tot ontslag, neem dan contact op met de juristen van de KVLO. Heb je vragen over deze of andere zaken op rechtspositioneel gebied dan kun je je wenden tot de juridische afdeling van de KVLO, te bereiken per e-mail: [juristen@kvlo.nl](mailto:juristen@kvlo.nl) en op telefoonnummer 030 693 7678. ◀





# Praktijk katern



**Judo** als spel

**Basketbal: 'aanvallen in motion'** in het voortgezet onderwijs (2)

**Zwaaien** in de les LO (1)

**Actief aan de slag** met de Olympische Spelen

# JUDO als spel

*Kort geleden verscheen de tweede druk van het boek 'Judo als spel', uitgegeven door het Jan Luiting Fonds. Het boek is tamelijk uniek in zijn soort. De spelbenadering biedt zowel voor judoverenigingen als het bewegingsonderwijs goede mogelijkheden om kinderen op een boeiende wijze in judo te introduceren. Dit artikel maakt je bekend met de kernelementen van het judo als spel.*

**Door: Jan Middelkamp**

Het boek beschrijft judo als spel en plaatst het kind daarbij in het middelpunt. Op zich lijkt dit weinig revolutionair. En het klopt dat velen in de judopraktijk het spel en het kind centraal zetten. Echter, als het om judo-boeken gaat, dan overheerst toch vaak het opsommen en beschrijven van technieken en wordt er over kinderen en hun spelplezier slechts mondjesmaat of in het geheel niet gesproken. In het judospel draait het voor kinderen en jeugdigen om twee hoofdproblemen: balans verstoren en controleren.

## Substantieel of relationeel?

Zomaar een judosituatie: Paul zit op handen en knieën en Bianca zit er geknield naast. Bianca probeert Paul op z'n rug te krijgen door tegen de linker zijkant van zijn romp te duwen. Paul reageert hierop door met z'n rechterarm en rechterbeen een steunpunt te maken. Bianca probeert vervolgens Paul's rechterarm weg te halen. Dit lukt, met als gevolg dat Paul op zijn rug komt te liggen. Op het moment dat Bianca Paul probeert vast te leggen, draait Paul snel op zijn buik.

### Substantieel bekeken

Deze judosituatie kan op verschillende manieren worden bekeken. In een eerste visie worden lichamen en bewegingen van beide judoka's van de (nabije) omgeving geïsoleerd. Ze worden met andere woorden substantieel in het vizier genomen, hetgeen kortweg betekent: 'iets' wat op zichzelf staat. Paul verzet met zijn rechterarm, Bianca haalt Paul's rechterarm weg, enzovoort. De bewegingen van de

judoka's worden hier in termen van lichaamsbewegingen benoemd. Binnen het judo is een substantiële visie terug te vinden in de beschrijving van gestandaardiseerde, ideaaltypische technieken. Een techniek als een schouderworp wordt in algemeen geldende termen precies omschreven. Het maakt dan niet uit of de techniek wordt uitgevoerd door een grote of een kleine judoka, door een recreant of een topsporter: allen maken dezelfde worp. Het is voorts geen enkel bezwaar om een beweging onafhankelijk van een situatie te oefenen. Het zou zelfs zonder partner kunnen.

### Relationeel bekeken

Een andere visie op bewegen benadrukt juist sterk de relatie tussen de beweging en zijn omgeving en beschrijft deze relatie ook uitgebreid. In deze relationele visie is een judoka onlosmakelijk verbonden met de bewegings-

situatie. Hij of zij treedt binnen een actuele situatie betekenisverlenend op. Dat Paul zijn rechterarm en rechterbeen plaatst nadat Bianca hem tegen zijn linker zijkant heeft geduwd, dient te worden begrepen vanuit de achterliggende spelbedoeling. Bij grondjudo gaat het namelijk om het uit evenwicht brengen van de ander ten opzichte van het zelf in evenwicht blijven en het controleren van de ander ten opzichte van het zelf niet gecontroleerd worden. Als Paul geen steunpunt plaatst, dan zal hij zijn evenwicht verliezen en vervolgens op zijn rug komen te liggen waarna Bianca hem in een controle kan nemen. Dit is juist hetgeen Paul moet voorkomen.

### Praktische gevolgen van bewegingsvisies

Algemeen geldende (precieze) omschrijvingen van ideaaltypische judotechnieken betekent strikt genomen dat ze door iedereen, op elk moment op eenzelfde wijze moeten worden uitgevoerd. Dit brengt beperkte veranderingsmogelijkheden met zich mee. Het individu moet zich ondergeschikt maken aan de nauw omschreven uitvoering. Een meer contextgebonden beschrijving geeft juist mogelijkheden voor het individu om een handeling zelf in te vullen, afhankelijk van een actuele situatie. De mogelijkheden tot differentiëren nemen hierdoor toe. Door een situatie te veranderen dient ook de uitvoering van bijvoorbeeld een heupworp te worden aangepast. Het aanpassen van de judosituatie kan behulpzaam zijn bij het op een juist niveau aanspreken van (beginnende) judoka's.

Een ander gevolg van een relationele zienswijze is dat gestandaar-



Tekening 1



Tekening 2



Tekening 5



Tekening 6



diseerde technieken worden gerelativeerd. Ze worden als oplossingen gezien. Hierdoor wordt een grotere keuzevrijheid gecreëerd. Als een techniek niet goed ligt bij een judoka, dan hoeft deze dus niet per se te worden gebruikt. Het gaat tenslotte om de oplossing en niet om het instrument. Ook hierdoor wordt tegemoetgekomen aan de mogelijkheden en wensen van een individu.

### Techniek- of spelgeoriënteerd?

*“Iets bijleren, ja, dat is wel interessant, maar dat vind ik niet echt leuk. (...) Ja, ik vind uh, ik vind wedstrijdes leuker als technieken leren” (Sander 10 jaar).* Uit het citaat van Sander kan worden opgemaakt dat ook kinderen min of meer een onderscheid zien tussen techniekgeoriënteerd en spelgeoriënteerd judo.

#### Techniekgeoriënteerd judo

Het judo-onderwijs in Nederland wordt sinds de oprichting gedomineerd door systemen, methoden, indelingen en leerplannen zoals die van Gokyo, Kawaishi, Koizumi en Geesink. In het bijzonder qua methodiek wordt binnen deze ‘formules’ een sterke nadruk gelegd op standaardisering. Judotechnieken worden in een (relatief) vaste volgorde geplaatst. Het voordeel hiervan is dat het grote arsenaal aan trucs overzichtelijk wordt gemaakt. De structuur biedt judoleraren duidelijke handvatten bij het aanleren van complexe judobewegingen. Nadeel is dat ze verstarrend kunnen werken. Het oog voor een specifieke situatie kan worden verloren, hetgeen juist binnen

het judospel cruciaal is. Hier moeten judoka's namelijk inspelen op snel wisselende situaties, waarbij creativiteit noodzakelijk is.

#### Spelgeoriënteerd judo

Bij spelgeoriënteerd judo is de gebruikswaarde van gestandaardiseerde methodische volgorden beperkt, omdat hier zoals gezegd per spelsituatie een passende techniek moet worden aangeboden. Dit betekent niet dat binnen spelgeoriënteerd judo geen authentieke judotechnieken worden gebruikt. Zeker wel: veel technieken zijn uiterst effectieve mogelijkheden om een ander uit balans te halen of te controleren. Het gaat meer om de volgorde waarin het één en ander wordt aangeboden. Een techniek dient te worden afgestemd op de situatie en niet andersom.

### Spelproblemen, spelregels en speelmogelijkheden

Binnen het judospel staan twee spelproblemen centraal:

- 1 het uit balans brengen van de ander zodat deze valt (vanuit stand) of kantelt (vanuit een grondpositie) ten opzichte van het voorkomen zelf uit balans te worden gebracht
- 2 het vastleggen en vasthouden (controleren) van de ander ten opzichte van het zelf losblijven en loskomen.

Het eerste spelprobleem kan kortweg worden aangeduid als ‘balansverstoren en balansbe-

houden’, terwijl het tweede spelprobleem zich kernachtig laat typeren als ‘controleren en los-zijn’. De spelproblemen hebben een tweeledig karakter. Er komen tegengestelde belangen in naar voren. Bijvoorbeeld: Paul wil Bianca uit balans brengen, terwijl Bianca juist haar balans wil bewaren. De aanwezigheid van een tegenovergesteld doel is een essentieel kenmerk. Bij het judo als spel wordt gestreefd naar het aanbieden van situaties, waarin de spelproblemen door de judoka's oproepbaar zijn. Er moet kunnen worden gescoord! Dit betekent dat een spelsituatie mogelijkheden moet bieden tot balansverstoren en balanshouden en/of tot controleren en ‘los-zijn’. Indien judoka's kansen tot het verstoren van de balans van de ander bij herhaling niet herkennen, laat staan kunnen realiseren, dan kan de situatie als te complex worden betiteld. Er dient dan een aanpassing te worden gemaakt.

#### Spelregels

In het verlengde van de spelproblemen ligt het speldeel. Het uiteindelijke speldeel is afhankelijk van de gestelde spelregels. Met de spelproblemen als uitgangspunt en de eis dat deze herkenbaar en op termijn realiseerbaar moeten zijn, worden de regels ondergeschikt gemaakt aan de spelproblemen. Hierin ligt een verschilpunt met de judosport, waarbij juist de regels als uitgangspunt worden genomen. Bij een judospel zijn regels noodzakelijk om twee redenen: veiligheid en herkennen en oplossen van spelproblemen. »

Tekening 7



Tekening 10



Tekening 11



Een voorbeeld is de tijd die wordt aangehouden voor het vasthouden van een houdgreep. Bij beginnende judoka's moet deze niet te lang zijn, omdat ze slechts beperkte mogelijkheden kennen om zich te bevrijden. Als de tijd op dertig seconden is gesteld, worden initiatieven om zichzelf te bevrijden vaak al na enkele seconden gestaakt, simpelweg omdat de onderman geen concrete speelmogelijkheden beheerst om eruit te komen. De resterende tijd wordt gevuld met liggen en wachten. Wanneer de tijd is vastgesteld op bijvoorbeeld vijf seconden, ontstaat er vaak wel een echte spanning van: 'kom ik er wel of niet uit?' en 'kan ik hem wel of niet vasthouden?'

#### Speelmogelijkheden

Om de spelproblemen op te lossen en het speldoel te bereiken is een groot aantal speelmogelijkheden voorhanden. Het begrip speelmogelijkheid is breder dan de term techniek, welke in veel judoboeken rechtlijnig wordt gedefinieerd. Onder de noemer speelmogelijkheden vallen alle initiatieven van de judoka gericht op het oplossen van de spelproblemen. Dit houdt in dat het tussen de benen nemen van de ander, om maar iets te noemen, ook als een speelmogelijkheid wordt gezien. Omdat het bij het judospel in de kern gaat om het oplossen van spelproblemen, maakt het in principe niet uit welke speelmogelijkheden hiervoor worden ingezet. De ideaaltypische technieken, perfect gedemonstreerd door deskundigen, worden hierdoor sterk gerelativeerd.

#### Volgorderegels bij het judospel

Om tegemoet te kunnen komen aan de eis dat de spelproblemen herkenbaar en realiseerbaar moeten zijn, worden vier volgorderegels ingezet waarmee spelsituaties makkelijker of moeilijker kunnen worden gemaakt:

- 1 van gescheiden functies naar wisselend initiatief
- 2 van weinig weerstand naar veel weerstand
- 3 van enkelvoudige naar meervoudige balansverstoringen
- 4 van labiele positie naar stabiele positie.

Een volgorderegule behoort nooit geïsoleerd te worden bekeken. Er is altijd een samenspel met de andere regels. De wijze waarop alle regels zijn ingericht, bepaalt de complexiteit van een situatie. De volgorderegels die hier worden geformuleerd dekken niet het volledige judospel. Niet alle factoren zijn namelijk in regels onder te brengen. Dit is ook niet wenselijk, omdat dit op een zeker moment weer ten koste gaat van het overzicht.

#### Speelmogelijkheden

Het judospel kent een veelheid aan speelmogelijkheden. Dit zijn in principe alle initiatieven gericht op het oplossen van de twee spelproblemen. Hieronder worden de belangrijkste actiemogelijkheden benoemd en op een rijtje gezet.

#### Twee basisposities

Bij het grondjudo worden omwille van de

overzichtelijkheid twee fictieve basisposities onderscheiden. Het innemen van deze basisposities staat in dienst van het oplossen van de spelproblemen en wordt daarom ook gezien als een speelmogelijkheid.

Positie 1: de ene judoka zit op handen en knieën of ligt op z'n buik en de ander zit ernaast of ervoor (tekening 1).

Positie 2: de ene judoka ligt op de rug en de ander zit op twee knieën tussen zijn of haar benen in (tekening 2).

Degene die op de rug ligt bij positie 2 wordt ook wel de onderman genoemd. De ander is dan vanzelfsprekend de bovenman. Bij positie 1 is degene die op handen en knieën zit de onderman. Bovenman en onderman kunnen in het judospel allebei initiatieven nemen, zowel aanvallend als verdedigend.

#### Twee manieren van balansverstoren

Er worden grofweg twee manieren van balansverstoren onderscheiden.

Enkelvoudig: een initiatief tot het verstoren van de balans van de ander leidt direct tot het omkantelen (vanuit een grondpositie) of het vallen (vanuit stand).

Meervoudig: een eerste poging tot balansverstoren, de ander kan vallen of omkantelen, wordt voorkomen. Deze eerste actie wordt onmiddellijk gevolgd (kan door beide judoka's) door een tweede actie (of later zelfs door een derde), die alsnog leidt tot het vallen of omkantelen. Voorwaarde om te kunnen spre-

ken van een meervoudige balansverstoring is, dat het tweede initiatief tot balansverstoren volgt, voordat de ander volledig zijn of haar balans heeft hersteld.

Een meervoudige balansverstoring kan dus een combinatie zijn van twee initiatieven door dezelfde persoon. Het kan echter ook betekenen dat een actie van de één door de ander wordt overgenomen.

#### *Twee reactiemogelijkheden*

Er kunnen twee initiatieven worden benoemd als reactie op een poging tot balansverstoren door de ander.

*Blokkeren: hiermee wordt bedoeld het pareren van een balansverstoring van de ander door tegen de richting van deze balansverstoring in te gaan, met als doel het handhaven van het evenwicht.*

*Ontwijken: in tegenstelling tot blokkeren, wordt bij ontwijken de richting van de balansverstoring gevolgd door mee te draaien.*

In het grondjudo is blokkeren gelijk aan het plaatsen van een steunpunt. Het is misschien beter in dit geval te spreken van een 'dominant steunpunt', omdat er vrijwel altijd meerdere zijn. Zou dit steunpunt niet worden geplaatst, dan is er direct sprake van een balansverstoring.

Door jezelf afhankelijk te maken van het steunpunt, worden mogelijkheden tot verplaatsen beperkt. Er moet namelijk eerst een nieuwe balanspositie worden gevormd, om niet afhankelijk te zijn van het ene steunpunt. Pas dan kunnen zelf weer initiatieven worden ondernomen tot balansverstoren.

Tussenoplossingen als het plaatsen van een steunpunt, worden bij ontwijken vermeden door direct na een balansverstoring te zoeken naar volledig balansherstel, waardoor de mogelijkheid wordt gecreëerd om onmiddellijk zelf tot een (meervoudige) balansverstoring over te gaan. Het ontwijken lijkt dus voordelen te hebben boven het blokkeren. Bij judo op de grond is passeren tenslotte een typisch initiatief van de bovenman in positie 2. Door de benen te passeren kan in deze situatie een controle (houdgreep) worden aangelegd.

### **Praktijksituatie: 'een bulldozer'**

#### *Opstelling*

Paul zit op ellebogen en knieën en Bianca zit ernaast.

#### *Oprichting*

Bianca pakt met één hand de knie en met de andere hand de onderarm van Paul (tekening 5). Door met beide armen te trekken en met de borst te duwen, wordt Paul omgekeerd en op zijn rug gelegd. Dit is een bulldozer (tekening 5). Bianca legt vervolgens een houdgreep aan (bijvoorbeeld yoko shiho gatame). Als zij een teken geeft, krijgt Paul vijf tellen om zich te bevrijden (tekening 6).

#### *Begeleiden*

Er is sprake van een houdgreep als Paul met zijn rug op de mat ligt en Bianca hem controleert, zodat hij niet zomaar op zijn buik kan draaien of kan gaan staan. Tevens moeten beide benen van Bianca vrij zijn. Dat wil zeggen, ze mogen niet door Paul's benen zijn ingeklemd. Bij het kantelen is het belangrijk dat Bianca met haar borst contact houdt met de zijkant van Paul's lichaam. Let ook goed op de wijze waarop Bianca hem vastpakt.

#### *Veranderen*

Dezelfde situatie kan op verschillende manieren moeilijker worden gemaakt. Allereerst door de weerstand op te voeren, in het bijzonder het moment waarop weerstand wordt geboden. In eerste instantie kan ervoor worden gekozen dat Paul weerstand mag bieden als Bianca een houdgreep heeft aangelegd. Het wordt voor Bianca enigszins moeilijker, als Paul reeds mag proberen te ontsnappen als hij met de rug op de mat komt te liggen. Hij moet zich dus nog wel laten omkantelen. In deze situatie wordt vooral de overgang van een balansverstoring naar een controle geproblematiseerd. Het vraagt nog meer van Bianca als Paul zich al mag verzetten als zij hem aanraakt.

Een andere manier om deze situatie moeilijker te maken, is door de balanspositie van Paul aan te passen. Het uitvoeren van een bulldozer als hij op zijn buik ligt, is complexer. Mede omdat het vastpakken moeilijker wordt (tekening 7).

### **Praktijksituatie: 'een schaar'**

#### *Opstelling*

Paul ligt op z'n rug en Bianca zit op twee knieën tussen zijn benen in (tekening 2).

#### *Oprichting*

Paul draait op zijn linkerzij, tegelijkertijd brengt hij zijn rechterbeen voor Bianca's buik (tekening 10).

Paul kantelt Bianca om met een 'schaar', en maakt een houdgreep waarbij hij of boven op Bianca komt te zitten (tate shiho gatame), of naast Bianca komt te liggen (kesa gatame). Als Paul een teken geeft, heeft Bianca vijf tellen om los te komen (tekening 11).

#### *Begeleiden*

De moeilijkheid bij een schaar is primair het positie kiezen. Paul moet op zijn linkerzij draaien en tegelijkertijd enige afstand nemen van Bianca. Alleen dan kan het rechterbeen voorlangs worden gebracht. Bij het draaien op z'n zij komt Paul's heup van de mat. Dit is alleen mogelijk als beide voeten op de mat staan. Positie kiezen met de voeten van de mat is hier vrijwel niet mogelijk. Bij de uitvoering van een schaar moet Paul duidelijk een balansverstoring maken door Bianca met zijn armen naar voren te trekken.

#### *Veranderen*

Deze situatie kan moeilijker worden gemaakt door een moment van verzet geven in te bouwen. Eerst komt dit moment pas als een houdgreep is gerealiseerd, later reeds tijdens het omkantelen.

### **Tot slot**

Zoals uit dit artikel blijkt, is binnen het judospel een hoofdrol weggelegd voor twee spelproblemen:

- 1 balansverstoren en balansbehouden
- 2 controleren en los-zijn.

Vier volgorderegels vervullen een belangrijke bijrol. In het gelijknamige boek worden bovenstaande onderwerpen uiteraard aanzienlijk uitgebreid besproken. Bovendien worden enkele belevingsthema's vanuit de visie van jeugdigen onder de loep genomen, met aandacht voor de methodisch-didactische consequenties. In de drie praktijkhoofdstukken komen achtereenvolgens 'judospel op de grond', 'judospel staand' en 'judospel voor groepen' aan bod. Besloten wordt met een voorbeeldprogramma voor zes judolesen. In talrijke fraaie illustraties laten Paul en Bianca uitmuntende voorbeelden zien en hopelijk doen hun voorbeelden vele kinderen volgen. ◀■

Bij de tekeningen is de nummering uit het boek *Judo als Spel* aangehouden.

Contact:

jan@hddgroup.com

# Basketbal: 'aanvallen in motion'

## in het voortgezet onderwijs (2)

*In Lichamelijke Opvoeding 2 van 2011 hebben we je een beeld geschetst van 'Five-Out in motion offense'. Dit eenvoudige spelsysteem zou oplossingen kunnen bieden om ruimte en beweging in evenwicht te brengen tijdens de basketballes. Het afgelopen jaar hebben speldocenten van de Haagse Academie voor Lichamelijke Opvoeding en tien docenten LO basketbalactiviteiten uitprobeerde die gebaseerd zijn op de spelprincipes van het 'aanvallen in motion'.*

Door: Ivo van der Spek



FOTOS: HANS DIJKHOF

Verdedigen

In dit artikel gaan we in op onze bevindingen van een mogelijke leerlijn waarop 'basketbal-in-motion' methodisch-didactisch kan worden aangeboden in de praktijk van voortgezet onderwijs. Allereerst worden de basisvoorwaarden voor het 'aanvallen in motion' besproken. Vervolgens komen dynamische oefenvormen aan bod en sluit dit artikel af met vereenvoudigde vormen van 'Three-out in motion'.

### 'Aanvallen-in-motion' implementeren in het curriculum

Hoe en wanneer het 'aanvallen in motion' in het curriculum onderwezen kan worden, is waarschijnlijk van vele factoren afhankelijk. Er is gekozen om leerlingen eerst handig te laten worden in de basketbalbasisvaardigheden van het duel één tegen één. Hierna is vermoedelijk de kans groter

om de principes van het samenspelend 'aanvallen in motion' succesvol aan te leren.

### Voorwaarde voor 'aanvallen in motion'

Het duel één tegen één vanuit triple threat is een voorwaarde voor 'aanvallen in motion'. Leerlingen die een basketbal in handen krijgen gaan van nature direct dribbelen. Tijdens een partijtje drie tegen drie is dit jammer genoeg niet verstandig om te doen. De leerlingen zullen moeten leren om na het ontvangen van de bal direct te pivoteren naar de uitgangshouding met 'je gezicht naar de basket' (of 'je gezicht naar je verdediger') en tegelijkertijd de bal te beschermen bij de heup. Rechtshandigen pivoteren hierbij meestal op het rechterbeen om een gemakkelijke dribbelstart beginnend met het linkerbeen te kunnen maken. Hierna moeten ze geïnstrueerd worden om minimaal twee seconden te gebruiken om op drie manieren dreigend te zijn in het duel één tegen één. Veel coaches noemen dit de 'Triple Threat Position' (TTP). Leerlingen leren dan passeren met behulp van schijn-dribbelstarts (uitstappen en tegelijk armen omlaag brengen), schijn-schoten (bal snel boven je voorhoofd

brengen en net doen of je gaat schieten) en schijn-passes.

De oefenspelvorm *één tegen één* met een partij ongebonden speler leent zich uitstekend om (als scheidsrechter) de loopspelregels toe te passen en de spelregels met betrekking tot persoonlijke fouten. Zodra de leerlingen gelijkwaardige partners hebben uitgekozen, luidt de opdracht voor de balbezitter: maak na een schijnactie een dribbelstart als de verdediger binnen armlengte staat of doe een set-shot als de verdediger verder weg staat. De verdediger heeft de opdracht om man-to-man te verdedigen en dus de positie tussen aanvaller en basket in te nemen. De verdediger oefent om op armlengte te verdedigen tijdens de TTP en binnen armlengte na de dribbel om zoveel mogelijk de balbezitter het pivoteren te beletten.

Essentieel is dat leerlingen in het eindspel (drie tegen drie of twee tegen twee met een partij ongebonden speler) elke bal ontvangen binnen voor hun haalbare schotafstanden. Tijdens het eindspel moet de docent laten merken waar het hem om gaat, en dat is: 'ga eerst het duel *één tegen één* aan en als dat niet lukt, maak dan oogcontact om te laten zien dat je wilt over spelen'.

Zie videobeelden van dergelijke praktijksituaties op: <http://www.youtube.com/watch?v=CJd73Ey01IQ>

### Dynamische oefenvormen

De hieronder staande oefenvormen maken het mogelijk om fundamentele speltactieken van 'aanvallen in motion', zoals het scheppen van ruimte en het gebruiken van de ruimte veelvuldig te toe te passen.

### Basisspel: 'aanbieden, passen en balbezit houden'

#### Leerdoelen

Passen, vangen, pivoteren, balbeschermen en loskomen van je verdediger.

#### Organisatie:

- zes tot acht leerlingen per vierkant van ± 6m bij 6m
- bij zestallen niet in een vierkant maar in een driehoek spelen.

#### Opdracht balbezittende partij:

- zo lang mogelijk balbezit houden
- je mag één keer stuiten om de passlijn te openen of om de vijfsecondenregel niet te overtreden. Pas dus op voor een zinloze dribbel, maak eerst schijn-dribbelstarts of schijnpasses!
- je bent verplicht twee seconden te wachten voordat je gaat dribbelen (triple threat), passen mag wel zo snel mogelijk
- je mag alleen achter lijnen van het vierkant de bal ontvangen
- gebruikt de chest-pass (in de breedte), de bounce-pass (in de diepte) en de overhead-pass als je na je dribbel binnen armlengte verdedigd wordt
- geef uitsluitend strakke passes met twee handen aan elkaar; dus geen boogballen.

#### Opdracht verdedigers:

- verdedig man-to-man
- op één pass afstand van de balbezitter moet je de balbezitter kunnen zien en je directe tegenstander (dit heet 'denial stance')
- als de aanvaller die voor je staat, de bal na zijn stuit vastpakt, dan spring je zo snel mogelijk naar voren binnen armlengte van je tegenstander om hem het pivoteren te beletten.

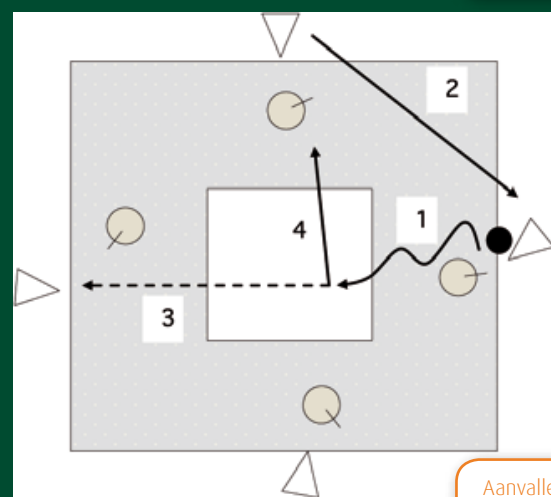
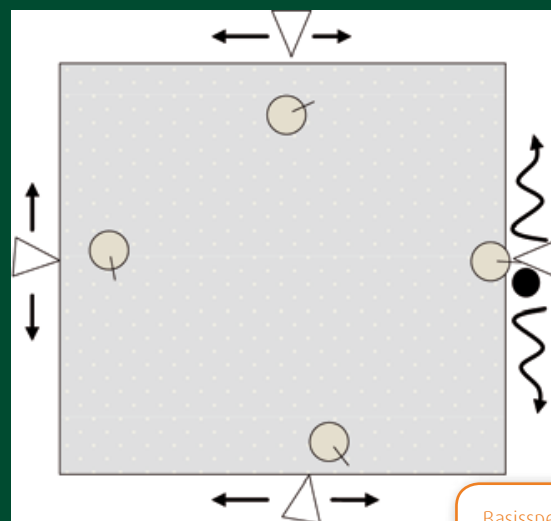
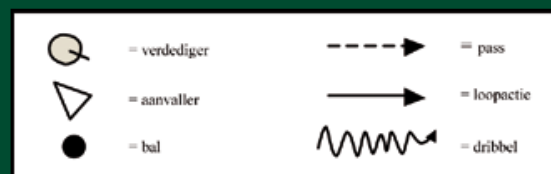
#### Differentiatie:

- alle spelers van de balbezittende partij hebben beschermd balbezit achter hun lijn. Bij leerlingen die er zelf voor hebben gekozen om een (extra) lintje om te doen, mag de bal uit de handen gepakt worden zonder aangeraakt te worden
- speel vier tegen twee, vier tegen drie en eventueel vier tegen vier.

### Uitbouw basisspel: 'aanvallen in motion'

#### Leerdoel

Insnijden van de open ruimte met bal.



#### Opdracht balbezittende partij:

- val nu ook de open ruimte (het vierkant) met de bal aan. De aanvallers scoren een punt als een speler het vierkant in dribbelt.
- ga eerst het duel aan om in het vierkant te komen. Als dat niet lukt, maak dan oogcontact om te laten zien dat je wilt over spelen.

#### Opdracht verdedigers

Idem als het basisspel.

#### Link naar videobeelden

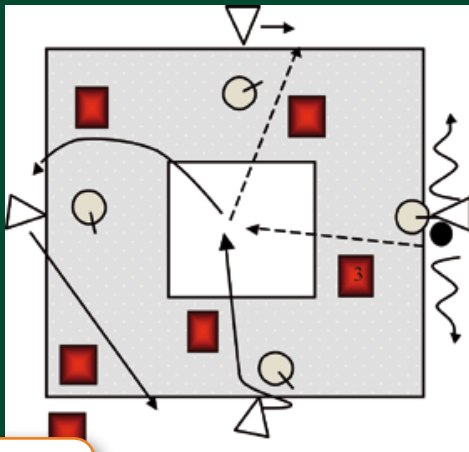
<http://www.youtube.com/watch?v=JMjhuZrBuBo>

#### Scenario van de tekening

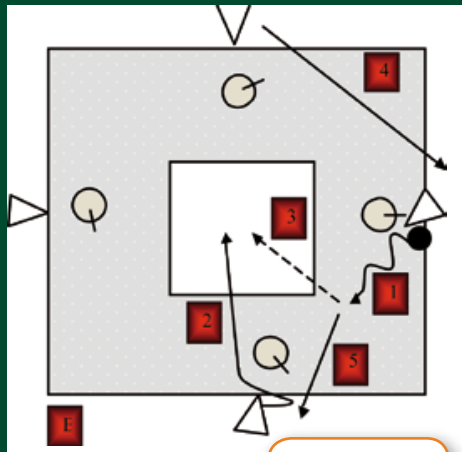
Nadat de balbezitter een schijnpass of schijn-dribbelstart heeft gemaakt, dribbelt hij naar het midden (1). Hierdoor valt een positie >>

Contact:

[i.m.vdspek@hhs.nl](mailto:i.m.vdspek@hhs.nl)



Tekenning A



Tekenning B

weg en wordt opgevuld door een medespeler (2). De bal wordt overgespeeld (3) en de lege positie wordt opgevuld (4).

### Uitbouw 'aanvallen in motion' 1: aanvallen van de ruimte zonder bal

#### Leerdoel

Insnijden zonder bal, herkennen van over gespeeld zijn en positie overnemen.

#### Organisatie

Het vierkant in het midden aangeven door krijt of (stukjes) tape.

#### Opdracht balbezittende partij:

- val de open ruimte aan (het vierkant) zonder bal. De aanvallers scoren een punt als een speler de bal vangt in het vierkant
- er mag nu onbeperkt gedribbeld worden langs de zijlijnen (maar geen 'second dribbels')
- snij in richting het vierkant, maar alleen als je oogcontact hebt met de balbezitter
- pass niet geforceerd en te snel de insnijdende speler aan. De insnijdende speler is vaak moeilijk te bereiken, een pass naar

deze speler leidt vaak al snel tot balverlies. Heb geduld en geef een extra pass in de breedte als je er niet zeker van bent dat je hem aan kan passen.

#### Opdracht verdedigers

Idem als het basisspel.

#### Scenario van de tekening A

De insnijactie (1) naar het midden doet de speler, omdat hij oogcontact heeft met de balbezitter en hij in de passlijn verdedigd wordt of niet los kan komen van zijn verdediger (met andere woorden: de aanvaller is overspeeld). Om snelheid in de aanval te houden, vult de dichtstbijzijnde speler de wegvallende positie op van de insnijdende speler (2).

Vaak is deze speler hierdoor direct aanspeelbaar. De balbezitter (bounce)passt de speler aan in het vierkant (3). De bal wordt door hem

afgespeeld (4) en vervolgens vult hij de vrijkomende positie op (5).

#### Scenario van tekening B

Wanneer een dribbelactie naar het midden niet lukt, dan zal de dribbel moeten worden doorgezet naar een andere zijde van het vierkant (1). De speler aan die zijde zal een (backdoor) insnijactie moeten maken naar het midden om plaats te maken (2). De balbezitter zet de dribbelactie door naar de zijlijn of (bounce)passt de insnijdende

speler aan (3). Daarna moeten de spelers de 'open posities' opvullen (4 en 5).

#### Link naar videobeelden

<http://www.youtube.com/watch?v=rT1YU4SLL9Q>

### Uitbouw 'aanvallen in motion' 2

Speel het volledige spel met basket en eventueel ook met de bucket (driesecondenregel).

#### Organisatie

Wissel na vier keer aanvallen de verdedigers en de aanvallers.

#### Opdracht balbezittende partij:

- je mag alleen scoren vanuit het vierkant in de bucket: na je dribbelactie of nadat je bent aangepast. Dus geen afstands-schoten.
- ontvang de bal aan de zijde van je (eventueel denkbeeldige) vierkant, zo sta je direct in triple threat en houd je de ruimte onder de basket open.

#### Scenario van de tekening (aanvallen in motion)

In de tekening wordt drie tegen drie gespeeld. Hierdoor wordt het eenvoudiger om na het insnijden een lege zijde op te vullen. Wanneer de verdedigers alleen het vierkant verdedigen en niet de aanvallers, zal het schot van buiten het vierkant geïntroduceerd moeten worden.

#### Link naar videobeelden

<http://www.youtube.com/watch?v=zaLa3oDDI34>

### Vereenvoudigde versie

'Three-out in motion' met vier positie-plekken op out-posities

Tijdens de meeste basketbalpartijtjes in de gymles ontstaat er vaak een natuurlijke neiging van (te veel) acties richting de basket. Daarnaast zullen er leerlingen onvoor-



Klaar om in te snijden zonder bal



spelbaar zijn in hun spelgedrag door een onduidelijke taakverdeling binnen het team. De bedoeling van het 'aanvallen in motion' is dat tijdens een basketbalspel ruimte en beweging evenwichtiger zullen verlopen als spelers van elkaar weten waar iedereen naartoe gaat, want als iemand wegloupt, ontstaat er ruimte. Om structuur in het spel aan te brengen, maken we vier plekken op de outposities (in-posities liggen tegen de bucketlijnen aan) die leerlingen na een insnijdende loopactie moeten opvullen. De positie-plekken (de vijf ovaal in de tekeningen) houden het veld groot voor insnijdende acties, maar liggen wel op haalbare schotafstanden.

### Vereenvoudigde versie van 'Three-out in motion'

#### Organisatie:

- de vijf plekken aangeven door krijt of (stukjes) tape
- speel eerst *zonder* recht van aanval en met het pilonnen-en-blokjes-tel-systeem: vijf pilonnen voor vijf doelpogingen (een pilon gaat om na elke doelpoging) en vijf blokjes (bij elke score gaat er een blokje om). Wissel van functie na vijf keer aanvallen.

#### Opdracht balbezittende partij:

- je moet na je pass insnijden naar het midden van de bucket. Dus niet insnijden als je geen pass hebt gegeven
- vul na het insnijden een lege plek op als je de bal niet terugontvangen hebt
- je mag niet buiten de drie-puntslijn komen en om de bal vragen (dus altijd de bal ontvangen op haalbare schotafstanden; triple threat)
- dreigt er iemand naar een plek te lopen waar al iemand is, dan zal deze moeten wegloupen en een lege plek moeten gaan opvullen
- speel met je gezicht naar de verdedigers
- als je als insnijdende speler een pass niet binnen twee seconden krijgt in de bucket, loop dan door naar een lege plek.

#### Opdracht verdedigers:

- verdedig 'man to man'
- op één pass afstand van de balbezitter: zorgen dat je de balbezitter kan zien en je directe tegenstander ('denial stance')
- als de aanvaller die voor je staat de bal na zijn stuit vastpakt, dan spring je zo snel mogelijk naar voren binnen armlengte van je tegenstander om hem het pivote-rent te beletten.

#### Scenario van de tekeningen

In tekening A snijdt de speler na zijn pass de bucket in en loopt daarbij achter zijn verdediger langs. Hij heeft de bal na twee seconden niet teruggekregen of terug kunnen krijgen, daarom loopt hij door naar een vrije plek.

In tekening B snijdt de speler na zijn pass de bucket in en loopt daarna per ongeluk niet naar de vrije plek, maar naar een plek die al bezet is. Dit is geen probleem! Sterker nog: als de speler die er al stond de wegvallende positie opvult, is hij hierdoor vaak direct aanspeelbaar.

#### Uitbouw:

- dribbelen mag alleen naar een andere 'plek'. Als daar een medespeler staat dan moet deze insnijden (en bij niet ontvangen van de bal een open plek opzoeken)
- ook 'overspeelde' spelers op één pass afstand en met oogcontact met de balbezitter mogen insnijden.

#### Vereenvoudiging:

- twee tegen twee met een partij ongebonden speler
- leerlingen hebben beschermd balbezit in de ovaal
- speel 'Three-out in motion' zonder dribbels.

#### Link naar videobeelden

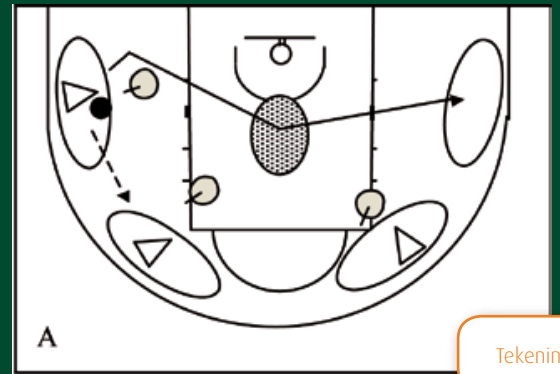
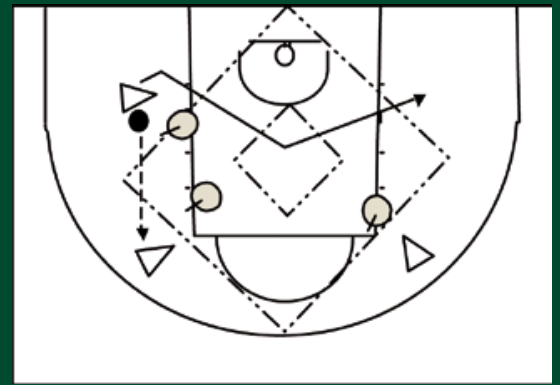
<http://www.youtube.com/watch?v=bUuwruB7dso>

#### Nog enkele hyperlinks naar videobeelden van 'aanvallen in motion'

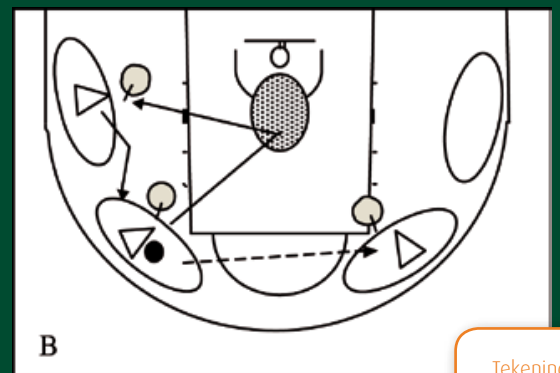
5-Out in motion, USA College dames: <http://www.youtube.com/watch?v=owc7Xxzq86k>  
5-Out in motion, tweedejaarsstudenten op Halo: <http://www.youtube.com/watch?v=lv1r91AWRUI>

#### Tot slot

De spelsectie van de Haagse Academie blijft geïnteresseerd in de toepassing van 'aanvallen in motion' en dus in je ervaringen en suggesties. De ervaringen kunnen worden gecorrespondeerd met de auteurs.



Tekening A



Tekening B

Met dank aan het Netwerk VO van de Haagse Academie voor Lichamelijke Opvoeding:

- Akbaba en M. Vonk van het Ypenburg Lyceum
- M. Vis en I. Donkersloot van het Aloysius College
- J. Griffioen, N. Stam van het Hofstad Lyceum
- J. Sebel en D. Kila van het Seghbroek College
- S. Zwartjes en B. Hoppzak van het Rijswijks Lyceum
- A. van de Kooi van De Goudse Waarden

De spelsectie van de Haagse Academie voor Lichamelijke Opvoeding:

Hans van Ekdom, Hein van Heek, Ad Heijkooop en Ivo van der Spek ◀■

# Zwaaien

## in de les LO (1)

*Zwaaien is een uitdagend onderdeel van de LO-les. Zwaaien kan schommelend, in hang of in steun waarbij gebruik gemaakt wordt van touwen, ringen, trapeze en rekstok. Daarbij gaat het om het 'in zwaai komen' en 'de zwaai vergroten'. In combinatie met aanspringen en afspringen (al dan niet met draaien) wordt het nog spannender. In dit artikel gaat het om trapeze-zwaaien, schommelend, in steun en in hang. Een aantal activiteiten zijn ontleend aan het 'Basisdocument bewegingsonderwijs voor het voortgezet onderwijs' waarvan binnenkort de tweede druk verschijnt.*

Door: Maarten Massink

Zwaaien heeft iets spannends door het (blijven) loskomen van de grond. Daarmee wordt het een uitdagend spel met de zwaartekracht. Hoe veel/vaak/ver kan ik los (blijven) komen van de grond? Dat kan hangend aan de handen gebeuren, of schommelend (zittend/staand), of steunend op de handen. Dit loskomen van de grond kan letterlijk en figuurlijk soms een enorme vlucht nemen bij leerlingen. Deze sensatie maakt dat ze dit willen blijven herhalen tot de handen er soms pijn van doen.

Het is belangrijk leerlingen hierbij aan te spreken op hun vaardigheidsniveau. In dit artikel worden vormen van zwaaien besproken waarbij leerlingen op verschillende deelnameniveaus worden uitgedaagd. Het is belangrijk leerlingen steeds kennis te laten maken met de zone van de naaste ontwikkeling (Lev Vygotski). Ze worden uitgedaagd het volgende stapje te maken in het leerproces.

## Schommelen

Het eenvoudigste is het schommelend zwaaien. Er is geen druk of trek aan de handen. Voor leerlingen met veel gewicht/overgewicht is dit soms de enige manier om iets van zwaaien te beleven omdat ze te zwaar zijn een zwaai hangend of steunend aan de handen te onderhouden.

### 1 Schommelen en zelf zwaai onderhouden met trapeze

#### Arrangement

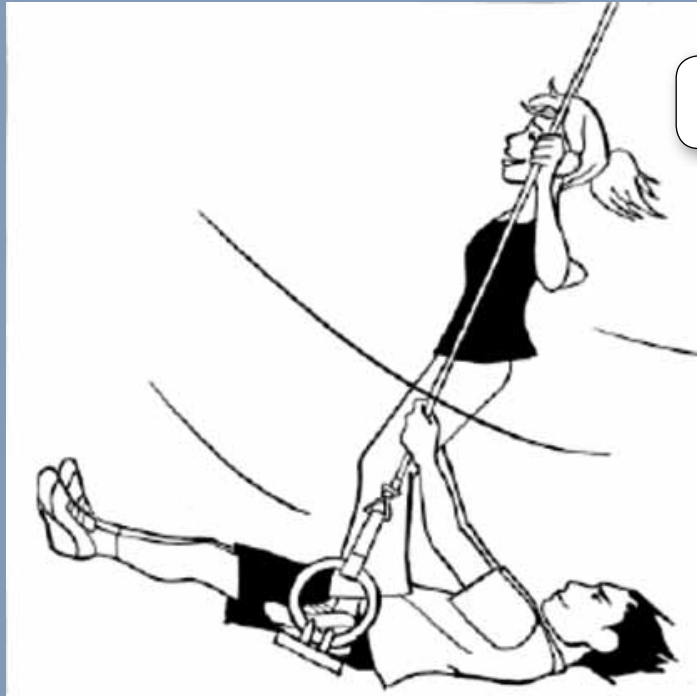
Trapeze op dijhoogte, turnmatjes onder het ophangpunt.

#### Opdracht

Probeer door afzet met voeten, en gebruik van het lichaam, de zwaai in gang te zetten, te vergroten en te onderhouden. Zelf afremmen en rustig afstappen.

#### Uitbreiding

Door het plaatsnemen van een landingsmat kan er worden afgesprongen in de voorzwaai. Vergroot je zwaai zodanig dat je met ruime boog kunt afspringen in de voorzwaai. Bij de landing twee hulpverleners die de landing zeker maken.



Tekening 1:  
Samen schommelen

### 2 Schommelen op trapeze met opduwen

#### Arrangement

Trapeze op maaghoogte. Drie kastdelen als vertrekvlak voor de duwers. Een matje voor de kast. Een schommelaar en drie duwers.

#### Opdracht

Ga zitten op de schommel. De eerste duwer trekt de stok naar achteren en laat los. Duw daarna tot de duwer op de kast bij de stok kan. Spring als duwer mee omhoog, blijf hangen en land op het matje. De duwers volgen elkaar zonder tussenzwaai op.

#### Uitbreiding

Ook hier kan na het plaatsnemen van een landingsmat worden afgesprongen in de voorzwaai. Zet twee hulpverleners bij de landing die de landing zeker maken wanneer nodig. Door de hogere schommel en de grotere zwaai geeft dit meer uitdaging en spanning.

### 3 Samen schommelen op de trapeze

#### Arrangement

Trapeze op maaghoogte. Twee schommelaars. Eén duwer. Landingsmat en twee hulpverleners bij de landing.

#### Opdracht

Maak viertallen. Ga met zijn tweeën op de schommel. Eén zit en de ander staat. De duwer trekt de stok een klein stukje naar achteren en laat los. Probeer daarna met z'n tweeën de zwaai te vergroten. Na ongeveer zeven zwaaien spring je één voor één af op de landingsmat: eerst degene die zit, daarna gaat de ander zitten en springt af. Twee hulpverleners zeker maken de landing. (<http://www.youtube.com/watch?v=is43nUJrFj8&feature=youtu.be>, zie [kvloweb.nl](http://www.kvloweb.nl))

#### Uitbreiding

Spring af over een lijn of een opgehouden stok. Geef zelf de hoogte aan.

### 4 Samen schommelend opstappen, zitten, afspringen en zwaai onderhouden

(Referentie: Basisdocument bewegingsonderwijs voortgezet onderwijs)

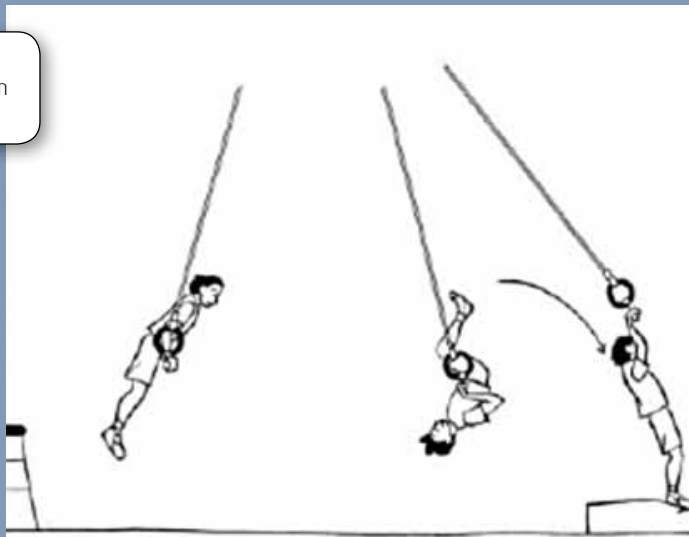
#### Arrangement

Kast ter hoogte van de achterzwaai van de trapeze. Landingsmat ter hoogte van het afspringpunt in de voorzwaai. Trapeze op hoogte van de kast (in de achterzwaai) vanwege opstappen vanaf kast. >>

Contact:

[m.massink1@upcmail.nl](mailto:m.massink1@upcmail.nl)

Tekening 2:  
Trapezesteunzwaaien en  
voorover duikelen



#### Opdracht

De eerste leerling stapt op de trapeze vanaf de kast in de achterzwaai en gaat zitten. In de achterzwaai stapt een tweede leerling erbij op. In de voorzwaai springt de zittende leerling af. De staande leerling gaat zitten. In de achterzwaai stapt een nieuwe leerling op vanaf de kast. Enzovoort.

#### Uitbreiding

Probeer met elkaar de trapezeschommel op gang te houden en iedere voorzwaai een (zittende) leerling af te laten springen en in de achterzwaai een leerling op te laten stappen. Wie kan de trapezeschommel het langst aan de gang houden/de meeste zwaaien laten maken?

### Steunend zwaaien

Het steunzwaaien is moeilijker dan het schommelen. Het steunen op de handen aan de trapeze levert een meer labiel evenwicht op dan het zittend of staand schommelen. Leerlingen moeten eerst steunend het evenwicht leren vinden voordat er gezwaaid kan worden. Dit is een extra uitdaging. Als het evenwicht gevonden is, is steunen voor leerlingen die wat zwaarder zijn makkelijker vol te houden dan zwaaien in hang waarbij het lichaamsgewicht meer eisen stelt aan de knijpkracht van de leerlingen.

### 1 Trapezesteunzwaaien vanaf de grond en vooroverduikelend afspringen

#### Arrangement

Trapeze op borsthoogte. Drie turnmatjes onder het ophangpunt.

#### Opdracht

- Spring op tot steun en probeer uit te strekken waarbij je gewicht op handen steunt en niet op je buik. Spring af door de stok licht van je af te duwen. Als je landt vang je de stok op.
- Als dit goed gaat, neem je volgende keer een klein aanloopje en je springt onder het ophangpunt op tot steun. Blijf steunen en spring in de tweede voorzwaai af tot stand door de stok weg te duwen. Vang de trapezestok op.
- Als je goed kunt steunen op de stok probeer je de volgende keer of je kunt afspringen met voorover duikelen zonder zwaai. Probeer zachtjes (gecontroleerd) te landen onder de stok.
- Vervolgens probeer je of je voorover kunt duikelen na opspringen tot zwaai. Wacht tot de tweede voorzwaai en duikel voorover gecontroleerd af. Probeer of je kan blijven staan in de landing en de stok vasthouden. Dit lukt door op het goede moment in de voorzwaai voorover te duikelen. Twee leerlingen helpen bij de afsprong.

#### Uitbreiding

Door snel voorover te duikelen kun je de stok loslaten in de landing.

### 2 Trapezesteunzwaaien vanaf een verhoging en vooroverduikelend afspringen

#### Arrangement

Bank (kast) als vertrekvlak circa twee meter achter het ophangpunt. Twee turnmatjes en aansluitend een landingsmat. Twee hulpverleners bij de afsprong. Trapeze op borsthoogte als leerling op kast staat.

#### Opdracht

Ga op de bank staan, kom tot steun en zwaai naar voren. Duikel in de tweede voorzwaai naar voorover en land op de mat.

#### Uitbreiding

Als het goed gaat probeer je of je vanaf de kast kan starten om meer zwaai mee te nemen. In de afsprong kun je proberen met een (ruime) boog af te zweven. Land tot stand en in balans. Door schuin naar achteren op te springen vanaf de kast kun je meer zwaai meenemen.

(<http://www.youtube.com/watch?v=ZqznXICQ9v4&feature=youtu.be>, zie [kvloweb.nl](http://www.kvloweb.nl))

### 3 Trapezesteunzwaaien vanaf minitrampoline en vooroverduikelend afspringen

#### Arrangement

Minitrampoline als vertrekvlak circa twee meter achter het ophangpunt. Twee turnmatjes en aansluitend een landingsmat. Trapeze op iets hoger dan borsthoogte als leerling op minitrampoline staat.

#### Opdracht

- Na opveren in de minitrampoline opspringen tot steun. In de tweede voorzwaai afspringen op de landingsmat en de stok van je af duwen.
- Als het opspringen goed gaat en de balans er is kun je proberen af te springen met vooroverduikelen. Hierbij staan twee hulpverleners bij de landing.

#### Uitbreiding

Probeer ook hier of je met een ruime boog kunt afzweven bij het vooroverduikelen.

#### 4 Trapezeleunzwaaien na borstwaarts om en vooroverduikelend afspringen

##### Arrangement

Zie situatie 3.

##### Opdracht

Maak na opveren in de minitrampoline borstwaarts om aan de trapeze tot steun. Duikel in de tweede voorzwaai voorover af op de landingsmat. Hierbij staan twee hulpverleners.

##### Uitbreiding

Na borstwaarts om tot steun wachten tot de achterzwaai, daar afspringen in de minitrampoline en direct weer borstwaarts om maken tot steun. Probeer of je zo drie keer borstwaarts om kan maken en vervolgens in de voorzwaai voorover duikelen tot stand.

Maak borstwaarts om na starten vanaf de kast als vertrekvlak (als in situatie 2) en duikel in de tweede voorzwaai voorover af.

(<http://www.youtube.com/watch?v=d1REkItjW3A&feature=youtu.be>, zie [kvloweb.nl](http://www.kvloweb.nl))

#### Hangzwaaien

Hangzwaaien is makkelijker qua evenwicht. Het zwaartepunt is immers onder het aan-

grijpingspunt. Maar het vergt meer (knijp) kracht van leerlingen als ze de zwaai langer willen onderhouden. Het tijdig afspringen is belangrijk. Het aanspringen naar een zwaaiende trapeze is een uitdagende activiteit.

#### 1 Trapezehangzwaaien met starten vanaf de grond

Leerlingen dienen eerst vertrouwen te krijgen in het hangen aan de trapeze. Ze moeten eerst ontdekken of ze in staat zijn hun lichaamsgewicht te kunnen houden qua knijpkracht in de handen.

##### Arrangement

Trapeze op reikhoogte. Onder het ophangpunt drie tummmatten in de zwaairichting.

##### Opdracht

Pak de trapeze en probeer met een kleine afzet zwaai te maken en af te springen in de tweede voorzwaai.

#### 2 Trapezehangzwaaien met starten vanaf verhoging

##### Arrangement

Trapeze op reikhoogte als je op de verhoging (bank of kast) staat. Onder het ophangpunt drie matten. Als je start vanaf de kast, dan een landingsmat bij de landingsplaats.

##### Opdracht

Ga op de verhoging staan. Pak de stok vast en hang met 'lange' armen aan de stok. Stap van de kast af door in de knieën te buigen. Maak een zwaai met 'lange' armen. In de voorzwaai afspringen tot stand.

##### Uitbreiding

Hang de trapeze iets hoger dan reikhoogte. Zodat je moet aanspringen om de stok te pakken.

(<http://www.youtube.com/watch?v=H1UgjCFnLBY&feature=youtu.be>, zie [kvloweb.nl](http://www.kvloweb.nl))

#### 3 Trapezehangzwaaien met starten vanaf een minitrampoline

##### Arrangement

Minitrampoline ruim twee meter van de plaats recht onder het ophangpunt. Trapeze op aanspringhoogte vanuit de minitrampoline gerekend. Direct achter de trampoline

een landingsmat. Daarachter een tweede landingsmat als landingsplaats. Voor de minitrampoline een kast. Twee lintjes aan de trapeze.

##### Opdracht

- Na veren in de minitrampoline aanspringen naar de trapeze die wordt vastgehouden door twee leerlingen bij de lintjes. Afspringen direct in de voorzwaai.
- Daarna aanspringen naar een zwaaiende trapeze. Hierbij komt het aan op timing. Spring als de trapeze naar je toe komt.
- Nu starten vanaf de kast. Inspringen in de minitrampoline en aanspringen naar een trapeze die wordt opgehouden met lintjes.
- Vervolgens zelf timen door te springen vanaf kast in de minitrampoline naar een zwaaiende trapeze.
- Nu de kast wegzetten en aanspringen via de minitrampoline na een aanloop en inspringen in de minitrampoline. (<http://www.youtube.com/watch?v=bFdt0YlsMVg&feature=youtu.be>, zie [kvloweb.nl](http://www.kvloweb.nl))

##### Uitbreiding

Voor degenen die nog verder willen is het een uitdaging proberen te komen tot een handen- en knieënhang na de aansprong tot strekhang om vervolgens verder achterover te duikelen via ruggelingshang. Nog moeilijker is het om vanuit strekhang te komen tot een borstwaartsom tot steun in de zwaaiende trapeze gevolgd door voorover duikelen tot stand in de voorzwaai.

(<http://www.youtube.com/watch?v=bNqtpb078x4&feature=youtu.be>, zie [kvloweb.nl](http://www.kvloweb.nl))

Beelden van uitvoeringen van activiteiten gebaseerd op het basisdocument zijn te zien op de site van de SLO: <http://bewegingsonderwijs.slo.nl/voortgezet/onderbouw/video/>

##### Literatuur:

(2007), Ten Brinke, G., *Basisdocument bewegingsonderwijs* voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs. Zeist, Jan Luiting Fonds

Tekeningen: Sanne Miltenburg ◀



# Actief aan de slag met de Olympische Spelen

## NOC\*NSF en Olympisch Stadion introduceren het IK.JIJ.WIJ.-programma

*IK.JIJ.WIJ. is het nieuwe educatieve programma van het NOC\*NSF en het Olympisch Stadion Amsterdam. Al jaren ontwikkelen zij samen lespakketten voor de basisscholen in het kader van de Olympische Spelen. Het programma omvat de drie Olympische kernwaarden excelleren, respect en vriendschap, die in uiteenlopende lessen educatief belicht worden.*

**Door: Nancy Alders**

Vanaf 16 januari is het Olympisch lespakket 'London 2012', als onderdeel van het IK.JIJ.WIJ.-programma, digitaal beschikbaar gesteld via de website [www.noc-nsf.nl/educatie](http://www.noc-nsf.nl/educatie). Naast het Olympisch lespakket zijn hier ook sportlessen en de musical START te vinden. Alle items die de kracht van de Spelen optimaal benutten.

### IK.JIJ.WIJ.

De kernwaarden excelleren, respect en vriendschap, oftewel IK.JIJ.WIJ. sluiten

naadloos aan bij de Olympische waarden. Zo staat IK voor het beste uit jezelf halen, oftewel excelleren. JIJ staat voor respect voor jezelf, maar ook voor anderen. En WIJ staat voor vriendschappen die door wederzijds respect ontstaan. Fabienne van Leeuwen, projectleider Olympische Educatie: "Wij vinden het belangrijk de basisschoolleerlingen iets mee te geven over de Olympische Spelen, maar vooral door de leerlingen uit te dagen iets te vinden over de Spelen én

over zichzelf. Daarom hebben wij in het Olympisch lespakket 'London 2012' de drie Olympische kernwaarden centraal gesteld. Kernwaarden die bovendien goed inpasbaar zijn in de kerndoelen die worden gesteld aan de docenten."

### Olympisch lespakket 'London 2012'

Over een paar maanden is het zover, dan starten de Olympische Spelen in Londen.



**Les 1, 2 en 3, station 1)**  
**Schiet het doel om!**  
 Op school, groep 7-8, groep van 30 leerlingen

**Doel**

- Recht staan en de beweging afmaken
- Het doeltje omschieten

**Organisatie**

- Kinderen werken in tweetallen.
- Ieder tweetal heeft een eigen doel.
- Een kind kijkt, terwijl het andere kind schiet (2 pijlen).

**Arrangement / materialen**

- 5 bogen / 4 pijlen per boog
- 5 doelen
- Schietlijn (lijn op de grond of een bank)
- Wachtlijn (lijn op de grond)

**Schiet het doel om!**

- Het kind met de boog schiet twee pijlen.
- Het kind zonder boog wacht en coacht.
- De trainer geeft (met een fluitje) aan wanneer er geschoten mag worden en wanneer er pijlen gehaald mogen worden.
- Als de pijlen gehaald worden, mag de boog niet uitgetrokken worden.

**DE BOOG MAG NOOIT OP IEMAND GERICHT WORDEN!**



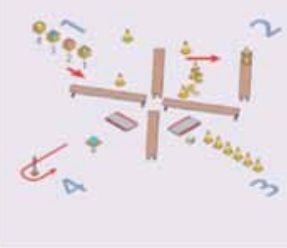


LOOPT HET?	TIPS (ORGANISATIE)
Is de bedoeling niet duidelijk?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plak met schilderstape twee lijntjes op de grond, waardoor kinderen meteen de juiste houding aannemen.</li> <li>• Doe het nog eens voor.</li> </ul>
Is er een oneven aantal kinderen?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Een van de kinderen krijgt het fluitje en zorgt voor de veiligheid.</li> </ul>
LUKT HET BIJNA?	TIPS (STAPJE TERUG)
Valt de pijl van de boog?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laat kind hand wat lager op de pees zetten.</li> <li>• Kijk of het kind de boog recht heeft.</li> <li>• Doe het nog eens voor.</li> </ul>
De leerling mist het doel steeds.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zet de trapezium/kast met het doel dichterbij.</li> <li>• Maak de doel groter (bv. een omgekeerde pylon).</li> </ul>
LUKT HET GOED?	TIPS (UITBOUW)
De leerling schiet vaak raak.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vergroot de afstand tot het doel.</li> <li>• Maak het doel kleiner.</li> </ul>
LEEFT HET?	TIPS (VARIATIES)
Zijn de kinderen uitgekeken op de oefening?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laat ze de score bijhouden: welk tweetal raakt als eerste 6 doelen?</li> <li>• Laat ze voor tweede les een doeltje van thuis meenemen (sterk materiaal dat niet snel kapot kan).</li> <li>• Introduceer tijdsdruk (bijvoorbeeld: 20 seconden per pijl).</li> </ul>



Duizenden topsporters, waaronder ook vele Nederlanders, strijden daar wekenlang om een medaille. Met het Olympisch lespakket 'London 2012' wordt op een actieve manier een kijkje genomen achter de schermen in de wereld van de Spelen in het algemeen en de Olympische Spelen 2012 in Londen in het bijzonder.

Het Olympisch lespakket 'London 2012' is nog praktischer dan vorige edities. De lespakketten zijn geschikt voor alle groepen in het basisonderwijs en worden volledig kosteloos beschikbaar gesteld via [www.noc-nsf.nl/educatie](http://www.noc-nsf.nl/educatie). Het lespakket bestaat uit verschillende modules voor de groepen 1 tot en met 4, groep 5 en 6 en groep 7 en 8. De modules zijn onafhankelijk van elkaar te gebruiken. Voor de groepen 1 tot en met 4 bestaan de modules uit spelletjes, kleurplaten, knutselopdrachten en video's. De andere groepen krijgen voornamelijk sociaal-maatschappelijke vraagstukken en opdrachten voorgeschoteld die aansluiten op de vakken Engels, aardrijkskunde, geschiedenis en handvaardigheid. Daarnaast >>

Leathema Sprinten 3: Teamsprint		Groep 5 - 6	
<b>Inleiding (10 minuten)</b>	<p><b>Schaduwspelen</b> Kinderen staan in tweetallen verspreid over de zaal. Nummer 2 volgt zo dicht mogelijk nummer 1, zonder te raken.</p> <p><b>Materiaal</b> N.v.t.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Na 20 seconden wisselen</li> <li>• Variatie: trainer geeft teken, kinderen maken om halve draai en de ander begint volgende.</li> </ul>	
<b>Kern (25 minuten)</b>	<p><b>Teamsprint</b> Er zijn vier teams en vier stations. Op welke station heeft een team 5 minuten om zo veel mogelijk punten te scoren.</p> <p>1. <b>Ballen met spiegel</b> Er staan vier dozen met daarin ballen. De dichtstbijzijnde doos = 1 punt, de doos die het verste weg staat = 4 punten. Een kind komt zelf bij welke doos het gaat staan. Het hoofd de ballen omhoog en laat hem vallen. Is het kind eerder terug dan de ballen dan scoort het punten voor de groep.</p> <p>2. <b>Spindubbelten</b> Ieder team heeft 10 pylonen en 20 termballen. Het eerste kind van iedere groep loopt met een pylon naar de bank en zet de pylon op de bank. Dan gaat de volgende. Als alle pylonen op de bank staan, mag de groep proberen de pylonen er af te gooien. De tijd begint bij het einde van de laatste pylon die er afgegooid is, levert 10 punten op.</p> <p>3. <b>Dubbelspel</b> Ieder kind krijgt maar pylon 4 bomen of dobbelen. Als het kind komt om te dubbelen krijgt het maar de 'gegooide' pylon. Iedere keer dat een kind terug is, levert 1 punt op.</p> <p>4. <b>Plaatjespel</b> In iedere ronde lopen 4 kinderen. Er liggen 4 kaartjes op verschillende afstanden. In de kaartjes ligt een blokje. De dichtstbijzijnde kaartje = 1 punt, de kaartje die het verste weg ligt = 4 punten. Alle kinderen krijgen een 4 seconden om het blokje te halen en terug over de lijn te brengen. Vervolgt.</p> <p><b>aantal punten dat de groep waard is:</b></p> <p><b>Materiaal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 5 banken</li> <li>• 4 dozen</li> <li>• 12 termballen</li> <li>• 10 kleine pylonen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zet materiaal voor de les klaar</li> <li>• Hou de score bij op een bordje of op een bord dat in de zaal aanwezig is.</li> </ul>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 20 termballen</li> <li>• kartband</li> <li>• 1 matje</li> <li>• 4 kaartjes</li> <li>• 4 blokjes</li> </ul>		

Contact:

[nancy@eenenalders.nl](mailto:nancy@eenenalders.nl)



Boogschieten op school

staat er ook volop informatie op de website voor het houden en maken van een Olympische spreekbeurt.

### Sportlessen van de sportbonden

De leerlingen kunnen met het Olympisch lespakket de Olympische Spelen ook sportief beleven. Want, welke sporten beoefenen

de Olympische topsporters zoal? Veertien sportbonden stellen daarom speciaal voor het basisonderwijs enkele kant-en-klare sportlessen uit die met het onderwijs ontwikkelde sportkennismakingsmappen beschikbaar. Het is voor het eerst dat ook de sportlessen van de sportbonden zijn opgenomen in het Olympisch lespakket. Fabienne: "De toevoe-

ging van deze sportlessen is een uitgelezen mogelijkheid voor de leraren lichamelijke opvoeding om hun leerlingen op een actieve manier te betrekken bij de Olympische Spelen. Zij kunnen zo op een laagdrempelige manier kennismaken met een groot aantal Olympische sporten en deze sporten ook echt beleven!"

De Hockeybond bijvoorbeeld komt voor de groepen 3 en 4 met het lesprogramma 'Funkey', waarbij 'fun' in goed leren bewegen centraal staat. Zo is er een les waarbij hockeytechniek, balvaardigheid en knotschockey op een speelse manier wordt bijgebracht. Maar ook voor de groepen 5 en 6 zijn er sportieve hockeylessen ontwikkeld. De Nederlandse Handboogbond heeft voor groep 7 en 8 diverse lessen ontwikkeld om kinderen op een veilige manier kennis te laten maken met de Olympische handboogsport. Handboogschieten is goed voor de hand-oog-coördinatie en de motoriek. Een goede reden dus om de leerlingen kennis te laten maken met een van de oudste Olympische sporten!

De Atletiekunie pakt het weer anders aan. Deze bond richt zich specifiek op jeugdathletiek en speciaal voor het onderwijs heeft de Atletiekunie een lessenmap samengesteld ter ondersteuning van de gymlessen op school. Hierin staan atletieklessen, voorbeelden van schoolathletiekdagen en instructiekaarten. Kijk op de website voor het complete aanbod van de sportbonden.

### Musical START

Naast het Olympische lespakket 'London 2012' en de sportlessen is er ook de musical START, speciaal voor groep 8. Want voor deze laatste groep van de basisschool is een musical een leuke en gebruikelijke manier om de basisschooltijd op een feestelijke manier af te sluiten. Speciaal voor NOC\*NSF en het Olympisch Stadion ontwikkelde de bekende musical- en liedjesproducent Benny Vreden daarom de musical START. In deze musical met een Olympisch thema beleven de sporters en inwoners van een Olympisch dorp spannende tijden, wanneer het Olympisch Vuur verdwenen is. Een vrolijke musical waarin van alles misgaat, maar gelukkig uiteindelijk weer alles goed komt. De musical maakt onderdeel uit van het IK,JIJ,WIJ.-programma. Meer informatie op [www.bennyvreden.nl](http://www.bennyvreden.nl).

Wil je als school of als leraar lichamelijke opvoeding ook actief aan de slag met het Olympisch lespakket 'London 2012' of met ander Olympisch materiaal? Ga dan naar [www.noc-nsf.nl/educatie](http://www.noc-nsf.nl/educatie). ◀



# Bewegen om de juiste redenen

Met ingang van dit nieuwe jaar besef ik dat het project 'vmbo in beweging' in de laatste fase terechtgekomen is. De eindmeting staat dit voorjaar op het programma. Daarna is het belangrijk dat er een goede verankering plaatsvindt. Het zou eeuwig zonde zijn wanneer goedlopende activiteiten straks de prullenmand ingaan. Wat wel en niet voortgezet wordt hangt vooral af van intern draagvlak. Is de directie bereid je te steunen? Zien de collega's het nut ervan in? Zijn leerlingen enthousiast? Vergeet ook de invloed van een orgaan als de medezeggenschapsraad niet. Maar wat als jouw project op de tocht staat? Kun je critici ervan overtuigen dat het belangrijk is dat kinderen op school voldoende beweging krijgen? Voor diegene die nog op zoek is naar wat munitie kan ik hier wellicht wat voorzetjes geven. Maar voordat het wetenschappelijke en minder wetenschappelijke arsenaal uit de kelder wordt gehaald, wil ik eerst een misvatting de wereld uithelpen.



Door: Arnold Bronkhorst - Regiocoach Noord en Oost

**E**en reden die ik vaak hoor is dat een dagelijkse portie beweging de totale zorgkosten doen drukken. Het lijkt inderdaad een logische redenering: bij te weinig beweging als kind, heb je later meer kans op leefstijlziekten en maak je veel zorgkosten. Bij voldoende beweging krijg je hier geen last van en maak je dus minder zorgkosten. Kortom wanneer iedereen voldoende beweegt dalen de totale zorgkosten. Dat klinkt mooi, maar is helaas niet juist. Economen berekenden zelfs dat de totale zorgkosten stijgen door een gezonde leefstijl! Raar maar waar. De grootste zorgkosten worden gemaakt wanneer je op hoge leeftijd bent. Gezonde mensen leven langer, maken hierdoor over het algemeen meer zorgkosten en zijn dus gemiddeld genomen duurder dan onze ongezonde vrienden, die over het algemeen minder oud worden. Dit fenomeen wordt ook wel *uitstelgeneeskunde* genoemd.

Goed, dat is uit de wereld. Wat zijn naar mijn mening dan wel goede redenen? Gelukkig is hier behoorlijk veel informatie over te vinden. Zo leert een korte zoektocht mij dat mensen die voldoende bewegen actiever kunnen deelnemen aan de maatschappij; niet vaak ziek zijn; langer kunnen werken (wel handig met die verhoogde pensioenleef-

tijd); gelukkiger (dansers schijnen het meest happy te zijn) en slimmer zijn (was getekend prof. dr. C. Visscher). Dit is natuurlijk allemaal niet niks, maar het zijn allemaal logische gevolgen van voldoende beweging. Dé vraag die wat mij betreft mag worden gesteld is echter: *Waarom laten we jongeren dagelijks zoveel zitten?* We zorgen toch ook dat de jeugd voldoende slaapt en eet? Met andere woorden, voldoende beweging hoort bij een normale en dus gezonde ontwikkeling.

In april van dit jaar wordt duidelijk wat er met het landelijke platform sport, bewegen en onderwijs gaat gebeuren. Dat er een 2.0-versie komt lijkt al wel duidelijk, maar hoe en welke projecten doorgang vinden is nog de vraag. Ik mag toch hopen dat projecten als 'vmbo in beweging' doorgaan en zelfs uitgebreid worden. Iedereen gunt jongeren toch een gezonde ontwikkeling? Of klinken die lagere zorgkosten beter? In dat geval... ◀

# Be Sports-Minded

Be Sports-Minded is de nieuwe methode voor BSM, die volledig aansluit bij alle eindtermen van BSM en gericht is op gedifferentieerd onderwijs. Het is de opvolger van het boek *Time Out* en katernen van Edu'Actief en is uitgebreid naar alle theoretische domeinen. De methode is gebaseerd op actuele kennis over de domeinen regelen, gezondheid, samenleving en onderzoeken. De nieuwe methode is geschreven door vijf docenten met jarenlange ervaring in het geven van lessen BSM.

Door: Dennis Witsiers

Vanuit de BSM-netwerken kwam vaak het geluid dat docenten het moeilijk vinden om op een juiste manier de theorie van BSM aan te bieden. Docenten LO zijn immers opgeleid om een praktijkvak te geven. Met de komst van LO2 en daarna BSM moesten docenten theorie gaan geven en bijbehorende toetsen ontwikkelen. Uit de netwerkwerkbijeenkomsten bleek dat de docenten BSM daar moeite mee hadden. Met name het zoeken naar

de leerstof, die aansluit bij de eindtermen en ook nog het gewenste havo- of vwo-niveau heeft, levert de nodige hoofdbrekens op. En als zij dan de juiste inhoud gevonden hebben, hoe gaan ze het dan aanbieden en toetsen?

## Wat is geschikt?

Dat zijn ook zaken waar wij, als docenten BSM, intensief mee bezig

zijn geweest. Gedurende de afgelopen jaren zijn we op zoek gegaan naar geschikte inhoud, leerstof, opdrachten en didactische werkvormen voor het theoretische aspect van BSM. Dat heeft onder andere geresulteerd in de toetsvoorbeelden die vorig jaar aan alle BSM-scholen zijn verstrekt. De doelen daarvan zijn om BSM-docenten houvast en richting te geven en om BSM landelijk op hetzelfde niveau te krijgen. Vanuit dit enthousiasme zijn we door Edu'Actief benaderd om een methode te schrijven die aansluit bij alle theoretische achtergronden van BSM. Twee jaar lang zijn we elke maand bij elkaar gekomen. We zijn gestart om een gedeelde visie op BSM te krijgen om vervolgens vanuit die visie de hoofdstukken en opdrachten te gaan schrijven voor het boek.

## Boek en website

De lesmethode Be Sports-Minded bestaat uit twee delen: een

### Doel organiseren

- Praktische opdracht organiseren bewegingsactiviteit
- Toernooien, sportdag of sportieve activiteiten

### Leeractiviteiten

- Verdiepen in kennis over organisatievormen
- De juiste organisatievorm (en kiezen bij doelgroep, leren kiezen en toepassen aangeleerde generieke vaardigheden) (communiceren, samenwerken, analyseren, probleem oplossen, methodisch handelen, zelfstandig leren)

### Omvang

- Kleine organisatieopdracht bij PO's bewegen
- Sportdag organiseren = 20 uur studielast

### Samenwerking

- Taakverdeling: supervisor - spelleider - scheidsrechter

### Begeleiding

- Docent BSM

### Beoordeling

- Cijfer = 40% voorbereiding + 60% uitvoering
- Weging 10% bij BSM





boek en een website. Beide worden ondersteund door een docentenhandleiding. Deze handleiding voor docenten is er niet omdat de methode ingewikkeld is, maar om de docenten handvatten en keuzemogelijkheden te geven met het aanbieden van de leerstof en de praktische opdrachten. Vanuit de landelijke BSM-netwerken bleek hier behoefte aan te zijn.

In het boek wordt alle nodige theorie van BSM beschreven. Zowel de docent die start met het geven van BSM als de ervaren docent BSM zal deze methode kunnen gebruiken als een referentie voor het inhoudelijk niveau van BSM voor zowel havo als vwo. Voor de BSM-leerling wordt de wereld achter sport en bewegen in begrijpelijke taal en met duidelijke opdrachten aangeboden. De kennis is gebaseerd op recente literatuur, relevante en actuele ontwikkelingen en informatie uit de wetenschap. Op basis van de domeinen Bewegen & Regelen, Bewegen & Gezondheid en Bewegen & Samenleving is er een duidelijke hoofdstukindeling gemaakt waarin alle eindtermen systematisch aan bod komen. Bovendien is er een apart hoofdstuk, dat gericht is op het maken van de Onderzoeksopdracht voor vwo-leerlingen. Alle onderwerpen zijn, vanuit onze visie, in een logische opbouw beschreven. Hiernaast is de indeling van het boek te zien.

## 1 Bewegen & Gezondheid

- 1.1 Gezonde leefstijl
- 1.2 Warming-up en Cooling down
- 1.3 Bewegingsapparaat
- 1.4 Blessurepreventie en -behandeling.
- 1.5 Voeding
- 1.6 Testen van Fitheid
- 1.7 Verbeteren van de fitheid

## 2 Bewegen & Regelen

- 2.1 Communicatie
- 2.2 Begeleiden
- 2.3 Lesgeven
- 2.4 Organiseren

## 3 Bewegen & Samenleving

- 3.1 Toekomstoriëntatie
- 3.3 Geschiedenis van S&B
- 3.2 Bewegingscultuur
- 3.4 Organisatie van S&B
- 3.5 Toekomst S&B

## 4 Bewegen & Wetenschap

- 4.1 Onderzoek en Ontwerp >>

Contact:

[d.witsiers@fontys.nl](mailto:d.witsiers@fontys.nl)



Op zich is dit niets nieuws. Het bijzondere aan deze methode is dat het boek wordt ondersteund door een website, waar onder andere alle opdrachten op staan voor de leerlingen. De ambitie is om de informatie op de site, naast een printversie, ook volledig digitaal aan te bieden. In de laatst genoemde versie kan de website direct aansluiten bij een ELO (Electronische Leeromgeving) zoals It's Learning of TeleTop zodat leerling kunnen werken met bijvoorbeeld een digitaal portfolio. Maar wellicht belangrijker is nog dat de website ervoor zorgt dat de methode voor elk niveau en op een zelf te bepalen volgorde gebruikt kan worden.

Zo zal bijvoorbeeld het onderdeel 'Lesgeven' op elke school op een ander niveau gestart worden. Op sommige scholen maken de leerlingen vanaf de brugklas al kennis met zelf lesgeven en op andere scholen wordt hier in de bovenbouw een start mee gemaakt. Deze verschillende beginsituatie verlangt dus een gedifferentieerd instap-niveau.

Daarnaast kiest elke docent BSM op zijn of haar school een bepaalde volgorde van het aanbieden van de stof. Wat op de ene school in havo-4 aan bod komt, wordt op andere scholen pas in vwo-5 aangeboden. Ook dit vraagt een eigen en aangepaste benadering. Hoewel de methode vrij logisch is opgebouwd, geeft je dit de mogelijkheid een onderwerp naar eigen inzicht aan te bieden op een moment dat bij

jouw vakwerkplan en PTA past. De methode is namelijk te gebruiken voor zowel havo-4 en -5 als vwo-4, -5 en -6.

Alle opdrachten zijn geschreven vanuit de opbouw volgens zes logische stappen. Dit is een systematische manier om leerlingen vaardigheden aan te leren die ze nodig hebben voor het maken van opdrachten. Nu en in de toekomst. De zes stappen bestaan uit de volgende onderdelen, die bij elke grote opdracht terugkomen:

- 1 Taak: analyseren en het probleem vaststellen
- 2 Zoeken: informatie of materialen zoeken
- 3 Informatie verwerven en selecteren
- 4 Informatie verwerken
- 5 Resultaten presenteren
- 6 Evalueren.

Hieronder is een voorbeeld te zien van een Praktijk Opdracht gebaseerd op de zes stappen.

Buiten het aanleren van bovengenoemde vaardigheden, zal de leerling elke fase moeten reflecteren op zijn of haar eigen leerproces. Pas dan maakt de leerling een bewuste leerproces door en heeft BSM een aantoonbare toegevoegde waarde voor de ontwikkeling van de leer-

ling met het oog op het hoger beroepsonderwijs of wetenschappelijk onderwijs.

Op de website vindt de leerling niet alleen de bovengenoemde opdrachten die aansluiten bij de theorie uit het boek, maar ook alle beoordelingscriteria, voor elke paragraaf diagnostische toetsvragen, links naar interessante websites en foto-, film en instructiemateriaal. Daarnaast vindt de docent er alle relevante informatie om gericht en doelbewust met deze methode te werken.

Be Sports-Minded is vanaf eind maart 2012 beschikbaar, zodat de methode in schooljaar 2012-2013 al bruikbaar is voor BSM-leerlingen en -docenten. Wanneer overwogen wordt deze methode te gaan gebruiken in cursus 2012-2013, dan is het verstandig om op tijd met de schoolleiding hierover te communiceren. Door de maatregel van de 'gratis schoolboeken' zal vroegtijdig een plek binnen de boekenlijst gereserveerd moeten worden. De kosten van deze methode bedragen rond de € 40,- per leerling. En zoals eerder beschreven is Be Sports-Minded bruikbaar voor alle jaren, die de leerlingen BSM volgen. Voor

een havo-leerling is dat € 20,- per jaar. Voor een vwo-leerling nog minder.

Met de methode Be Sports-Minded wordt BSM op een verantwoorde inspirerend wijze aangeboden. Alle theoretische domeinen van BSM komen uitgebreid aan bod. De BSM-docent kan zich concentreren op het overbrengen van de inhoud van het boek. De website geeft daarbij een optimale ondersteuning.

Op de BSM-studiedag op 22 maart 2012 in Bergen op Zoom zal de methode officieel gepresenteerd worden. Vanaf dat moment zullen we workshops geven die het complete gebruik van deze methode inzichtelijk maken.

Namens de schrijvers Koen Anthoni, Wessel van de Kamp, Oscar Linde, Eric Swinkels.

Dennis Witsiers ◀



# Etniciteit, de sportmedia en lichamelijke opvoeding

Het is een onderwerp waarover je eigenlijk niet nadenkt, hoe je in je taalgebruik een bepaalde richting uitgaat als het gekleurde sporters betreft. Toch blijkt dat zo te zijn, getuige het onderzoek dat hier wordt aangehaald. De emotie speelt hier een belangrijke rol. Interessant is te zien in hoeverre zich dat vertaalt naar ons vak.

Door: **Jacco van Sterkenburg**

In dit artikel bespreek ik de voornaamste resultaten van mijn promotieonderzoek. Daarin heb ik onderzocht 1) hoe Nederlandse voetbalcommentatoren betekenis geven aan etniciteit in voetbal en 2) hoe mediagebruikers van Nederlandse en Surinaamse afkomst betekenis geven aan etniciteit in sport. Resultaten laten zien dat Nederlands voetbalcommentaar bepaalde etnische onderscheiden en stereotypen bevestigt, en andere onderscheiden juist ontkracht. Wat de mediagebruikers betreft; hun vertogen (een afgerond stuk beschouwend proza, waarin een auteur een meestal persoonlijk of moraliserend standpunt inneemt ten opzichte van een bepaald onderwerp) komen voor een belangrijk deel overeen met heersende globale stereotypen over zwarte en witte sporters. Ik laat in dit artikel tevens zien dat de vertogen van de sportmedia niet op zichzelf staan, maar ook in andere institutionele contexten gereproduceerd worden. Daarbij richt ik mijn aandacht met name op het vak lichamelijke opvoeding waarvan we uit buitenlands onderzoek weten dat het een plek kan zijn waar hegemoniale etnische stereotypen gereproduceerd worden.

## Raciaal taalgebruik

Voetbal kan zeer sterke emoties oproepen. Dit blijkt keer op keer in voetbalstadions waar supporters van nationale of clubelftallen sterk meeleven met hun team. Het toont aan dat sterke groepsbanden en collectieve identiteiten nog bestaan, ook in een tijd van (vermeende) individualisering. Maar ondanks de potentiële kracht van voetbal, en van sport in het algemeen, om een gevoel van collectieve identiteit en verbondenheid te creëren, heeft onderzoek uitgewezen dat competitief voetbal ook een plek is waar racisme en etnische ongelijkheden voorkomen. Sportonderzoekers hebben aangetoond dat het voetbalstadion soms nog steeds een plek is van racistische uitbarstingen, in Nederland maar vaker nog in andere Europese landen zoals Italië. Dit omvat onder andere het maken van oerwoudgeluiden richting zwarte spelers (Van Sterkenburg et al., 2005).

Een geïnstitutionaliseerde en verdektere vorm van raciaal taalgebruik en geracialiseerde uitingen vindt zijn weg via de *sportmedia*. Althans, zo blijkt met name uit buitenlands onderzoek, veelal gedaan in de Verenigde Staten of Groot-Brittannië. Dat onderzoek laat zien dat verborgen etnische/raciale stereotypen en patronen veelvuldig voorkomen in de Engelse of Amerikaanse sportverslaggeving. Zwarte atleten blijken relatief vaak te worden beschreven als atleten die van nature een grote fysieke kracht en/of snelheid hebben (Hylton, 2009). Witte sportprestaties blijken daarentegen minder expliciet benoemd te worden in termen van bovennatuurlijke fysieke kracht, en/of vaker te worden geduid in termen als tactische vaardigheden, trainingsarbeid of doorzettingsvermogen (Rada & Wulfemeyer, 2005). Zoals de Amerikaanse sportsocioloog David Leonard (2004) terecht aangeeft kan de positieve representatie van zwarte atleten als goede atleten niet alleen beschouwd worden als bewondering voor deze atleten aangezien deze representatie tegelijk een scheiding creëert tussen Lichaam en Geest. Zwart wordt daarbij geassocieerd met het (atletische) Lichaam/de Natuur en Wit met de Geest/Civilisatie. Kritische sportsociologen Sabo & Jansen (1996) spreken in dit verband van 'enlightened racism': het succes van zwarte sporters wordt gepresenteerd als acceptabel en haalbaar in sport, maar niet in andere sociale domeinen als de politiek, wetenschap of het bedrijfsleven. Omdat mentale of intellectuele capaciteiten in westerse samenlevingen over het algemeen hoger gewaardeerd worden om een sociaal-maatschappelijke positie te verwerven dan sportieve vaardigheden, houdt een dergelijk vertoog de bestaande machtsverhoudingen in de maatschappij in stand. Daarin is de groep van witte mannen over het algemeen nog steeds te vinden in de meeste invloedrijke posities.

## Nederlandse situatie

De enkele studies die in Nederland zijn gedaan naar sportmedia-vertogen over etniciteit en huidskleur bevestigen de resultaten uit Amerikaans en Brits onderzoek in grote lijnen voor de Nederlandse



situatie. Echter, het onderzoek hiernaar is schaars en de focus lag lang niet altijd op etniciteit, maar bijvoorbeeld op gender (Knoppers & Elling, 1999). Meer systematisch onderzoek is dus nodig, waarbij het essentieel is om oog te hebben voor de specifieke etnische categorisering die in Nederland gebruikelijk zijn. Immers, de Zwart-Wit definitie van etniciteit die in veel Engels en Noord-Amerikaans (en soms Nederlands) onderzoek naar sportcommentaar werd gebruikt, is niet zonder meer van toepassing op Nederland.

In mijn promotieonderzoek naar etniciteit in de Nederlandse sportmedia heb ik een begin gemaakt om deze wetenschappelijke leerme te vullen voor Nederland (2007-2011, Universiteit Utrecht). Dit leek me niet alleen wetenschappelijk, maar ook maatschappelijk relevant, omdat sport en met name voetbal op televisie ook in Nederland erg populair is. Zo kijken wekelijks ruim twee miljoen mensen naar Studio Sport op zondagavond en staan met name voetbalprogramma's

steevast bij de best bekeken programma's op televisie. Bovendien laat voetbal op televisie spelers zien uit allerlei windstreken. Het betekent dat betekenissen over etniciteit via voetbal op televisie vele mensen bereiken. Een belangrijk doel van mijn promotieonderzoek was daarom om na te gaan hoe voetbalcommentatoren op televisie de voetballers van diverse etnische achtergronden beschrijven. Daarbij wilde ik, in tegenstelling tot voorgaand onderzoek op dit gebied, etniciteit niet als Zwart-Wit construct definiëren, maar als een gelaagd construct dat diverse overlappende categorisering kent. Overlappende categorisering in het alledaags Nederlands vertoog rondom etniciteit zijn bijvoorbeeld allochtoon/autochtoon, Nederlands/Marokkaans/Turks/Surinaams/Antilliaans, Zwart/Wit et cetera. Een tweede doel van mijn promotieonderzoek betrof de *receptie* van voetbalcommentaar; hoe interpreteren kijkers van diverse etnische afkomst het commentaar en de beelden nu eigenlijk? Want we kunnen wel veel weten over de dominante representaties van etniciteit >>



in de sportmedia, maar als we niet weten hoe deze representaties geïnterpreteerd worden door het publiek blijft de mogelijke rol van de sportmedia voor ideeën die mensen hebben over etniciteit nog steeds ongewis. Wegens praktische redenen heb ik me wat het receptieonderzoek betreft beperkt tot een explorerende studie ten aanzien van twee etnische publieksgroepen; kijkers van Surinaamse en kijkers van Nederlandse komaf.

### **Voornaamste resultaten**

Mijn onderzoek naar het voetbalcommentaar laat zien dat twee groepen spelers als anders werden beschreven dan de rest van de spelers. In de eerste plaats werden spelers van Surinaamse afkomst relatief vaak beschreven in termen van hun lichamelijke voorkomen of fysieke kwaliteiten. Daarnaast werden Latijns-Amerikaanse spelers relatief vaak *negatief* beschreven als het ging om hun cognitieve/psychologische eigenschappen en vaardigheden. Andere etnische onderscheiden en stereotypen die dominant zijn in de Nederlandse samenleving bleken juist géén rol van betekenis te spelen in het voetbalcommentaar. Zo maakten commentatoren bijvoorbeeld geen onderscheid tussen allochtone en autochtone spelers. Dit laat zien dat het Nederlandse voetbalcommentaar zowel heersende stereotypen kan bevestigen als ontcrachten. De nadruk op de fysiek van voetballers van Surinaamse afkomst vertoont sterke overeenkomsten met eeuwenoude koloniale stereotypen, terwijl de typering van Latijns-Amerikaanse spelers gelijkenissen vertoont met de bestaande, heersende globale stereotypen over deze etnische groep, bijvoorbeeld in films en televisieseries (Román, 2000). Tegelijk blijkt dat voetbalcommentaar *voetbalspecifieke* betekenissen produceert die maatschappelijke categorisering en onderscheiden juist *niet* gebruikt en daarmee uitdaagt, zoals het ‘allochtoon-autochtoon’ onderscheid. Vervolgonderzoek dat ook aandacht geeft aan andere sportprogramma’s en aan de populaire voetbaltalkshows op televisie kan licht werpen op de vraag in hoeverre deze bevindingen ook van toepassing zijn op het bredere scala aan sportgerelateerde uitzendingen in Nederland.

De vraag is vervolgens of dergelijke betekenisgeving de ideeën van *kijkers* helpt te versterken. Uit mijn receptieonderzoek blijkt dat Nederlandse mediagebruikers veelal geglobaliseerde stereotype vertogen gebruiken ten aanzien van zwarte en witte sporters. Mijn voornaamste bevinding was dat beide publieksgroepen in mijn onderzoek (kijkers van Nederlandse en Surinaamse afkomst) een ‘natuurlijk’ fysiek vertoog gebruikten om betekenis te geven aan prestaties van zwarte sporters; zwarte sporters werden met andere woorden *van nature* sneller/sterker geacht dan witte sporters. In relatie tot gender wordt eenzelfde fysiek vertoog gebruikt, maar dan om aan te geven dat mannen van nature sterker zijn dan vrouwen. Hoewel de vertogen van de respondenten van Nederlandse en Surinaamse afkomst voor een belangrijk deel overlapt, laten de bevindingen tevens zien dat mediagebruikers van Surinaamse afkomst soms een alternatief interpretatiekader hanteren. Zo associeerden mediagebruikers van Surinaamse afkomst zwarte sporters soms met ‘inzicht’ en ‘intellect’ terwijl geïnterviewden van Nederlandse afkomst dat niet deden.

### **Geracialiseerde discoursen in een andere context: lichamelijke opvoeding**

Uit mijn resultaten maak ik op dat Nederlandse sportmediavertogen soms op zichzelf staan, maar vaak ook overeenkomsten vertonen met globale, soms eeuwenoude vertogen en stereotypen. Dat is niet verwonderlijk gezien het feit dat sportcommentatoren niet los staan

van de samenleving. Integendeel, zij ‘spreken’ vaak juist door algemeen geldende populaire vertogen (Bruce, 2004). Dat geracialiseerde vertogen ook in andere institutionele contexten dan de sportmedia tot uiting komen blijkt eveneens uit internationale onderzoeken. Onderzoek in Engeland toont bijvoorbeeld aan dat ook *het onderwijs* de stereotype associaties ‘Zwart’ – Fysiek, en ‘Wit’ – Intellect/Werk ethos reproduceert. Dit gebeurt onder andere via leraren lichamelijke opvoeding die stereotypen over sport en etniciteit lang niet altijd kritisch bevragen en soms zelfs expliciet bevestigen in hun les (Azzarito & Harrison, 2008). Het roept de vraag op welke rol de school, en in het bijzonder het vak lichamelijke opvoeding, heeft in het aanleren van een kritische blik onder jongeren ten aanzien van raciale stereotypen die via de sport tot hen komen. Voorbeelden van deze stereotypen zijn de ‘White men can’t jump’-stereotype of het ‘natuurlijke’ fysieke vertoog ten aanzien van zwarte sporters. Deze vraag is des te urgenter als we in ogenschouw nemen dat internalisering van raciale stereotypen rondom sportbeoefening jongeren mogelijk beïnvloedt in hun beleving van het eigen lichaam en sportaspiraties. Jongeren die de raciale stereotypen hebben geïnternaliseerd kunnen bijvoorbeeld ontmoedigd worden bepaalde sporten te doen die volgens de dominante beeldvorming eigenlijk bij andere etnische groepen horen. Zo geven sportsociologen Coakley & Pike (2009) aan dat witte kinderen in de Verenigde Staten niet snel kiezen voor sprint of basketbal als sportbeoefening op school – ook al zijn ze er erg goed in – omdat ze het idee hebben bij voorbaar kansloos te zijn tegen zwarte kinderen die daar genetisch beter geschikt voor zouden zijn. Een Engelse studie van Azzarito & Harrison (2008) geeft eveneens aan dat witte jongens tijdens gymlessen niet vaak kiezen voor basketbal dat voornamelijk door de zwarte jongens van de klas beoefend wordt. Een van de redenen die hiervoor aangedragen wordt door witte *en* zwarte jongens is de ‘White men can’t jump’-stereotype, met andere woorden de overtuiging dat zwarte jongens van nature beter kunnen springen en dunken dan witte jongens. Deze overtuiging werd overigens gedeeld door de leerkracht LO zelf die in de studie werd geïnterviewd. Ook andere etnische stereotypen blijken in de lessen lichamelijke opvoeding gereproduceerd te worden. Zo vonden Millington & Wilson (2010) dat jongens van Aziatische komaf in de lessen LO door hun (Canadese) klasgenoten gezien en behandeld werden als passief en a-sportief. De bevinding reflecteert het dominante (media) vertoog dat Aziaten fysiek minder geschikt zijn voor sport (Coakley & Pike, 2009).

### **Toekomstig onderzoek: interactie tussen vertogen sportmedia en LO**

Echter, ondanks bovenstaande bevindingen is er eigenlijk nog maar weinig bekend over de rol die lichamelijke opvoeding speelt in het al dan niet reproduceren van het geracialiseerde mediavertoog rondom sportcapaciteit. Bovendien zijn bovenstaande bevindingen alle gedaan in de Engelse en Amerikaanse context waar het raciale zwart-wit vertoog sterker aanwezig is dan in Nederland. Tegelijk maakt mijn receptieonderzoek duidelijk dat ook in Nederland etnische stereotypen, zoals bijvoorbeeld rondom de Surinaamse groep, breed gedeeld lijken te worden. Het maakt de vraag zowel maatschappelijk als wetenschappelijk relevant of etnische/raciale stereotypen niet alleen via de sportmedia, maar ook via andere institutionele contexten gereproduceerd worden en hoe dat dan gebeurt. Het onderwijs en in het bijzonder het vak lichamelijke opvoeding verdient hierbij aandacht gezien het bereik bij kinderen en jongeren en de pedagogische context waarin lichamelijke opvoeding ingebed is. Die context maakt het in potentie een plaats bij uitstek om samen met kinderen en jongeren





etnische raciale stereotypen in relatie tot sport kritisch te bevragen en een bepaalde vorm van (sport)mediagelettertheid (sport media literacy) bij te brengen. Om dat te kunnen doen is het wel nodig bewustwording te creëren bij leraren LO zelf over het eigen (onbewuste) gebruik van stereotypen die ze mogelijk meenemen naar de gymles. Immers, gymleraren staan ook niet los van de samenleving en zijn misschien geneigd –net als sportcommentatoren– het hegemoniale (witte) vertoog over etniciteit en sport te gebruiken en bevestigen. Azzarito & Harrison (2008) concludeerden niet voor niets dat ‘the dominant discourse of blacks’ natural athleticism circulating through media in society is embodied not only by young people, but performed also by educators and coaches in schools’ (p. 353). Kritisch bewustzijn van etnische stereotypen onder leerlingen en leraren kan van het vak lichamelijke opvoeding een progressieve pedagogische plek maken waar geracialiseerde stereotypering kritisch wordt bevraagd en blootgelegd als een hardnekkige mythe die (eenduidige) wetenschappelijke onderbouwing mist.

### Referenties

- Azzarito, L., & Harrison, L. (2008). ‘White men can’t jump’: Race, gender and natural athleticism. *International Review for the Sociology of Sport*, 43, 347-364.
- Bruce, T. (2004). Marking the boundaries of the ‘normal’ in televised sports: The play-by-play of race. *Media, Culture & Society*, 26, 861-879.
- Coakley, J., & Pike, E. (2009). *Sports in society: Issues and controversies*. Maidenhead, UK: McGraw-Hill.
- Hylton, K. (2010). How a turn to critical race theory can contribute to our understanding of ‘race’, racism and anti-racism in sport. *International Review for the Sociology of Sport*, 45, 335-354
- Knoppers, A. & Elling, A. (1999). *Gender, etniciteit en de sportmedia: Een inventarisatie van reguliere en Olympische berichtgeving* [Gender, ethnicity and the sport media: An inventory of Olympic and regular coverage]. Utrecht and Tilburg, the Netherlands: Utrecht School of Governance and Leisure Studies.
- Leonard, D. (2004). The next M.J. or the next O.J.? Kobe Bryant, race, and the absurdity of colorblind rhetoric. *Journal of Sport & Social Issues*, 28, 284-313.
- Millington, B. & Wilson, B. (2010). Context masculinities: Media consumption, physical education, and youth identities. *American Behavioral Scientist*, 53, 1669-1688
- Rada, J. A., & Wulfemeyer, K. T. (2005). Color coded: Racial descriptors in television coverage of intercollegiate sports. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 49, 65-85.
- Román, E. (2000). Who exactly is living la vida loca? The legal and political consequences of Latino-Latina ethnic and racial stereotypes in film and other media. *The Journal of Gender, Race and Justice*, 37, 37-68.
- Sabo, D., & Jansen, S. C. (1998). Prometheus unbound: Constructions of masculinity in sports media. In L. Wenner (Ed.) *MediaSport* (pp. 202-220). London: Routledge.
- Van Sterkenburg, J., Janssens, J., & Rijnen, B. (2005). *Football and racism. An inventory of the problems and solutions in eight West European countries in the framework of the Stand Up Speak Up campaign*. Nieuwegein, the Netherlands: Arko Sports Media. ◀

Contact:

[j.c.vansterkenburg@uu.nl](mailto:j.c.vansterkenburg@uu.nl)

# Evalueren om te Leren, toetsen en beoordelen op school

Jos Castelijns, Mien Segers & Katrien Struyven (red)  
 Bussum, Coutinho, 2011  
 ISBN 978 90 469 0253 0

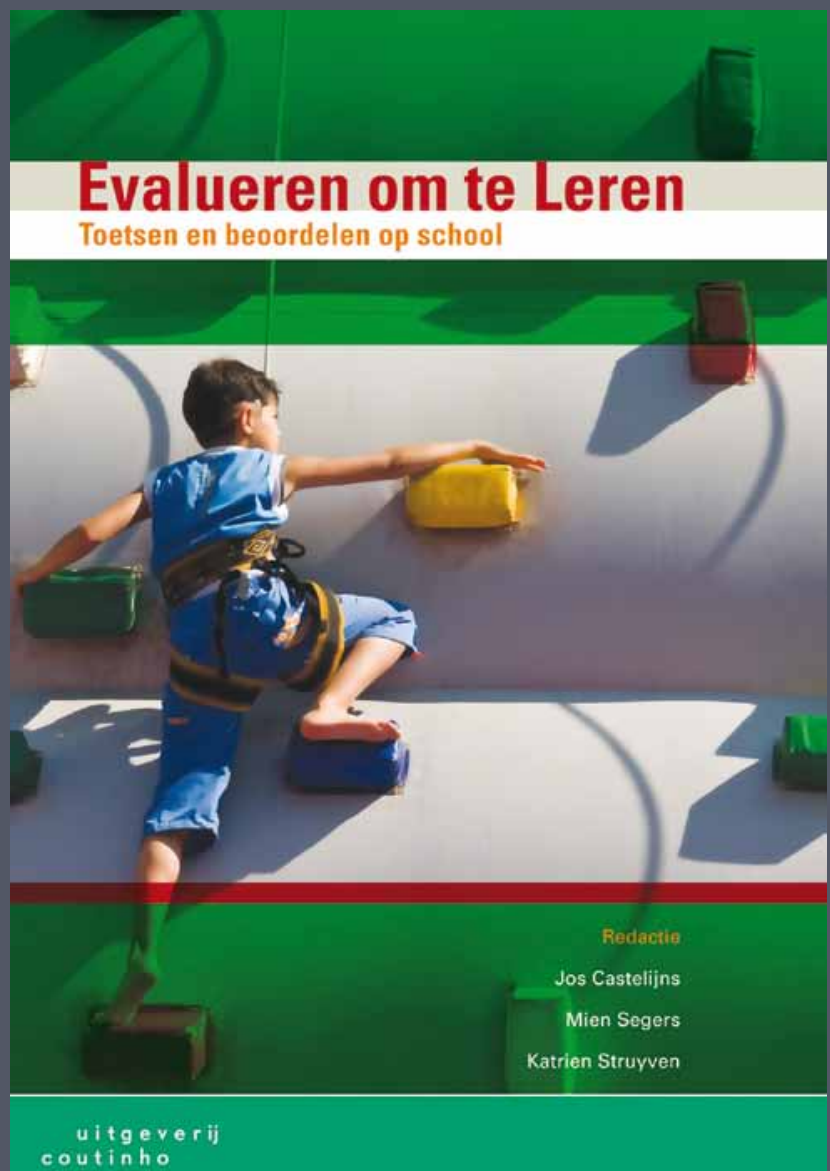
In het boek *Evalueren om te Leren* staat de kwaliteit van de evaluatie centraal, juist omdat dit een belangrijke factor vormt voor goed onderwijs. De aandacht ligt daarbij niet op summatieve vormen (toetsen van leerresultaten) maar juist op formatieve vormen, het volgen en stimuleren van leerprocessen van leerlingen. Het gaat erom dat leerlingen meer inzicht verwerven in hun eigen leerproces en handvatten krijgen om verder te leren.

Het boek is opgebouwd uit drie delen. In het eerste deel komen vier leertheorieën kort aan de orde (behaviorisme, cognitivisme, constructivisme en de evolutionaire benadering), wordt ingegaan op motivatie als een cruciaal construct om leren te verklaren en worden vervolgens de algemene principes van evalueren besproken. In het laatste hoofdstuk van dit deel wordt uitgebreid ingegaan op het concept 'evalueren om te leren'. "Evalueren om te leren is gericht op het bevorderen van leren door gerichte terugkoppeling-informatie aan de leerlingen te geven over het eigen leerproces" (p.63). Evalueren is een onderdeel van de dagelijkse lespraktijk met de bedoeling het leren van de leerlingen te ondersteunen. Leerlingen worden gestimuleerd om mee te denken en te ontdekken wat de volgende stappen in hun leerproces zijn. In deel twee worden allerlei concrete voorbeelden beschreven van manieren waarop 'evalueren om te leren' in de praktijk voorkomt. Deze variëren van feedback, peerevaluatie, zelfreflectie, portfolio, evalueren van projectwerk en continue voortgangsevaluatie. De uitgewerkte voorbeelden zijn levensecht beschreven en hebben betrekking op lessituaties in het basisonderwijs. In het derde deel van het boek worden de voor- en mogelijke nadelen van 'leren om te evalueren' nog een keer samengevat. Benadrukt wordt dat percepties van leraren en leerlingen hieromtrent in elkaars verlengde dienen te liggen. Voor leerlingen is het belangrijk dat zij zich competent, autonoom en zich verbonden voelen met de leraar. Ook de samenwerking met de ouders en het algehele schoolbeleid vormen belangrijke bouwstenen om 'evalueren om te leren' optimaal in te richten.

Hoewel het boek niet specifiek geschreven is voor ons leergebied, lijkt mij de vertaalslag goed mogelijk. Daar waar wij het belangrijk vinden om leerlingen mede verantwoordelijk te maken voor hun leerprocessen met betrekking tot beter leren bewegen, samen leren

bewegen, bewegen leren regelen en leren over bewegen zijn vormen van 'evalueren om te leren' prima in te bouwen binnen lessen bewegen & sport op school. Misschien gebeurt het zelfs al vaak maar kan het wellicht planmatiger. Zeker deel één van het boek, waarin het concept wordt toegelicht, kan ondersteuning en inspiratie geven.

Hilde Bax



Leerlingen willen niet meer douchen. In klas 1 en 2 is het lastig, maar kom je hoger dan is het aantal douchende leerlingen per klas op een hand te tellen en soms komt er zelfs geen hand meer aan te pas. Zijn we zoveel minder hygiënisch geworden ten opzichte van vroeger? Of is er een andere reden waarom de jeugd niet meer onder de waterstraal stapt?

In mijn eigen tijd speelde het ook al. Ik weet nog goed dat ik met enkele van het groepje meiden dat altijd fanatiek meedeed aan de docent vroeg of we mochten douchen. Dat was gelukkig geen probleem. Zo stonden we altijd gillend met z'n vieren te spetteren, want meer meiden douchten er niet. We hadden ook nog eens eigen hokjes, dus hoefde je je over privacy geen zorgen te maken. Heerlijk fris stapten we dan de volgende les in.

# Douchen

Bij veel nieuwbouw zie je dat alleen groepsruimtes worden gemaakt. Juist in een tijd waarin steeds meer allochtone kinderen met het islamitische geloof gaan sporten, is dat een niet wenselijke ontwikkeling. Ik las laatst een heel stuk over dat douchen in de Volkskrant. Daarin stond dat bij de mannen het deel tussen de knie en de navel in het bijzijn van anderen bedekt moet worden. Bij meisjes is het problematischer. Tja als we dan willen dat er meer gaat worden gesport, dan hebben we daar wel een puntje. Moeten we dan overal rekening mee houden? Ja! Als je iets wilt en daar is wat anders als voorwaarde voor nodig, dan zul je eerst aan die voorwaarde moeten voldoen. Als dat betekent dat er aparte douchehokjes moeten komen, dan is dat zo. De sectie LO van een school bij ons in de buurt heeft er

bij de nieuwbouw voor gezorgd dat er douchehokjes werden geplaatst in plaats van de open ruimte. Of het daadwerkelijk scheelt in het aantal kinderen dat zich nat maakt, zal ik toch eens navragen.

## Amerikaans douchen

Op de vraag of het dan stinkt in de klas is het antwoord een beetje dubbel. Dat ligt eraan of je van Axe (in allerlei varianten) of andere deogeuren houdt. Want in plaats van water en zeep gebruikt menig leerling kwistig de spuitbus. Gevolg is dat het wel erg benauwd ruikt in onze kleedkamers. Collega's die langs de gymvleugel (ja een woord dat nog steeds wordt gebruikt) lopen, merken altijd op dat het bij ons altijd 'zo fris ruikt'. Ja aan het eind van de gang zijn de geurtjes al zover vervlogen dat het weer enigszins aangenaam voor de neus is.

Op de hockeyclub wordt door de jeugd ook nauwelijks meer gedoucht. In de buurt zie je veel kinderen in hun clubkleding op fiets of scooter, met de stick in de tas of tussen de benen staand, van en naar het veld rijden of ze worden door ma- of palief gebracht in de dikke terreinwagen. Niet dat ik daar iets tegen heb, tegen terreinwagens. Ik ben dan altijd wel benieuwd wat voor conversatie zich dan afspeelt tijdens een thuisrit. Bij voetbal zal het niet veel anders zijn, op het type auto na misschien. Op een kunstgrasveld krijg je na een sliding in ieder geval geen echt vieze benen meer, hoogstens een schaafplek als het niet nat genoeg is. Maar om terug te keren naar het onderwerp. Het speelt al jaren. We hebben er geen adequate oplossing voor. Als het je stoort, moet je er wat aan doen. De leerlingen stoort het al heel lang niet meer.

Mery Graal



Aparte douches



FOTO: HANS DIJKHOFF

# Eerste editie NOC\*NSF Sport Conventie in teken van 'Jeugd en Sport'

De eerste editie van de NOC\*NSF Sport Conventie staat in het teken van 'Jeugd en Sport'

Het Wilinktheater in Enschede biedt op vrijdag 20 april aanstaande onderdak aan de eerste editie van de NOC\*NSF Sport Conventie. De conventie zal in het teken staan van 'Jeugd en Sport'. Het belooft een inspirerende dag te worden: we hebben immers wat moois te vieren met NOC\*NSF!

In het programma van de conventie komt het onderwerp vitale jeugd uitgebreid aan de orde. Subthema's zijn onder meer pedagogiek (positief coachen), talentontwikkeling, sport op maat en sportinfrastructuur. De presentatie is in handen van Elsemieke Havenga en Hein Vergeer. Ali B zal als hun side kick fungeren. Het programma van de conventie begint in de ochtend met een plenair programma vol inspirerende sprekers als André Bolhuis (voorzitter NOC\*NSF), Roger van Boxtel (oud-minister), Rob Oudkerk (lector en oud-politicus) en Herman Pleij (cultuurhistoricus). In het middagprogramma kun je kiezen uit diverse deelsessies van onder andere Erik van Tijn (talentontdekker in de showbusiness), Paul Verweel (hoogleraar bestuur en organisatiewetenschap) en Brainpower (rapper en kenner van jeugdcultuur).

"De conventie is wat mij betreft het begin van een nieuwe traditie. Een jaarlijkse ontmoetingsdag aan de vooravond van de Nationale Sport Week", zegt Gerard Dielessen, algemeen directeur van NOC\*NSF. "Als sportkoepel willen we graag nieuwe, sterke netwerken ontmoeten en kijken naar samenwerkingsvormen. Daarom kiezen we met de

conventie voor een breder publiek. We nodigen naast onze relaties uit de sportwereld ook andere partijen uit, waaronder het onderwijs. Partijen die direct of indirect te maken hebben met zaken als sport, beweging, opvoeding, talentontwikkeling en gezondheid. Ik hoop dat de conventie een dag wordt van elkaar inspireren, kennis delen en nieuwe ideeën opdoen."

## Sport Feest

Na afloop van de conventie vindt in de avonden het Sport Feest plaats. Dit muzikale spektakel verandert het Muziekcentrum Enschede in een waar 'cirque du sport'. Met optredens van onder andere het Nederlands Symfonie Orkest, Petra Berger, Corpus Acrobatics en Brainpower wordt het gegarandeerd swingen! Laat je verrassen en kom samen met je collega's naar deze betoverende feestavond.

## Sport Dinner

De dag voor de NOC\*NSF Sport Conventie, op donderdag 19 april, staat in het Muziekcentrum Enschede het Sport Dinner op het programma. Tijdens dit culinaire evenement kun je samen met

Olympische kampioenen en topcoaches genieten van bijzondere gerechten. Aan elke tafel zal één topcoach als tafelheer of -dame optreden en als speciale gast een topsporter meenemen! De opbrengst van het Sport Dinner gaat naar het Jeugdsportfonds.

### Elke tiende bezoeker gratis

We hopen dat veel leden van de KVLO zich aan zullen melden. We hebben immers wat te vieren dit jaar, en doen dat graag samen met NOC\*NSF. De wereldrecordpoging ter ere van ons 150-jarig bestaan wordt niet voor niks tijdens de Nationale Sport Week uitgevoerd! Als klap op de vuurpijl krijgt elk tiende lid van de KVLO dat zich inschrijft een gratis toegangskaart voor de conventie. Wij hopen je te mogen verwelkomen in Enschede!

### Meer informatie

Voor nadere informatie en om kaartjes te bestellen kun je terecht op de website <http://www.nocnsfsportconventie.nl/>. Ook kun je contact opnemen met Erik Verbeek van Actorion Communicatie via [erikverbeek@actorion.nl](mailto:erikverbeek@actorion.nl) of 026 443 82 87. ◀



Oud-minister Roger van Boxtel is één van de inspirerende sprekers op de NOC\*NSF Sport Conventie

advertentie

# IJSSTRIJD 2012

## 4 MAART 2012 FLEVONICE

SCHAATS MEE EN GEEF ALLES!  
[WWW.IJSSTRIJD.NL](http://WWW.IJSSTRIJD.NL)

**KNISB**  
**FlevOnice**  
Het coolste pretpark van Nederland!

**NIERSTICHTING**  
GEEFT TOEKOMST.



## CURSUS

# Van start met LO2 op het vmbo

Op donderdag 5 april 2012 van 15.30 – 19.30 uur zal er weer een cursus ‘Van start met LO2 vmbo’ worden gehouden in de cursusruimte van het bureau van de KVLO te Zeist. De cursus is bedoeld voor docenten die LO2 op het vmbo willen invoeren. In de cursus wordt stilgestaan bij de kaders waarbinnen het nieuwe examenvak moet worden ingericht en de ruimte die scholen hebben gekregen om hun programma te realiseren.

**H**et doel van de cursus is een eigen PTA voor LO2 vmbo te maken. Daarin worden de keuzes van de school duidelijk en biedt het een kader om het programma verder te ontwikkelen. Tijdens de cursus worden ook voorbeelden gegeven van verschillende programma's. De cursisten ontvangen een cursusboek met alle relevante informatie over LO2 vmbo en werkopdrachten om het PTA in te richten. De cursus wordt gegeven door Eric Swinkels van SLO. Inschrijven kan bij [pascale.kwee@kvlo.nl](mailto:pascale.kwee@kvlo.nl).

### Landelijke studiedag voortgezet onderwijs 7 juni 2012

Op donderdag 7 juni wordt in samenwerking met de Hogeschool Arnhem Nijmegen de landelijke studiedag voor het voortgezet onderwijs georganiseerd met als thema:

#### “Passie voor bewegen, een heel leven lang”

Willen we dit niet allemaal bereiken met ons mooie vak?

Deze dag zal beginnen met een speciale en bijzondere ontvangst. Het vervolg zal vernieuwend, verrassend en zeer betekenisvol voor je zijn. En als je weer naar huis gaat kun je natuurlijk niet wachten om al het nieuwe direct in de praktijk te brengen.

Hieronder een greep uit de diverse workshops:

- Een verhelderende blik op de zes verschijningsvormen van de ALO Nijmegen? Theorie en praktijk komen hier samen.
- Wordt actief deelnemer en doe mee met; fun sports, bike trial, de streetgame; pelota....geweldige nieuwe activiteiten om mogelijk uw vakwerkplan te verrijken?
- De gedachtegang achter enkele speerpunten van ALO-ISBS-HAN Nijmegen. Beweegmanagement, gezonde leefstijl, talent(h) erkenning en talent ontwikkeling.
- Wat zijn de uitkomsten van het onderzoek van de SLO m.b.t. ons vak in de toekomst? Is LO excellent voor de bovenbouw een nieuwe eyeopener?
- Wat betekent het voor je als er een leerling (of meerdere) in jouw klas zit(ten) met een vorm van autisme. En hoe zit dat met een leerling met een beperking?

- Kunnen we ons vak met de maatschappelijke stage combineren?
- NOC-NSF gaat met jou de DOJO in en het kunstgrasveld op. Voor welke workshop ben jij gemotiveerd?  
*We zien je graag verschijnen op 7 juni in Nijmegen!*

Voor de volledige omschrijving van de workshops en voor het inschrijven kun je terecht op de site van de KVLO [www.kvloscholing.nl](http://www.kvloscholing.nl).

### Scholingen van afdelingen en opleidingsorganisaties

Op de webkalender vind je interessante scholingen en evenementen van de diverse afdelingen en opleidingsorganisaties.

### Digitaal KVLO-portfolio

Meer dan 1200 KVLO-leden zijn lid van het Initiële Register en waarschijnlijk hebben velen voldoende punten gehaald voor toelating in het Beroepsregister. Je kunt via de site [www.kvloregistratie.nl](http://www.kvloregistratie.nl), middels de pagina **meedoen**, gebruikmaken van het stappenplan. Tevens is er op deze site veel informatie over het Register en het portfolio te vinden. Vragen met betrekking tot de registratie kunnen gemaild worden naar [registratie@kvlo.nl](mailto:registratie@kvlo.nl).

Reageren op vakblad-artikelen? Twitter @KVLOnL

Met de mobiele scan van bijgevoegde code kun je rechtstreeks naar scholingspagina van de kvlo. [kvloscholing.nl](http://kvloscholing.nl) ◀



Uitgebreide informatie over alle scholingen/evenementen? Zie de kalender op [www.kvlo.nl](http://www.kvlo.nl)

Inschrijving of een verwijzing daarvoor via [www.kvloscholing.nl](http://www.kvloscholing.nl)

## SPORTBUURTCOACHES

In vier stappen van combinatiefuncties naar sportbuurtcoaches en meer maatschappelijk rendement in wijken en buurten | 24-01-2012

Hoe kun je de verruimde mogelijkheden van de Brede Impuls Combinatiefuncties inzetten voor meer maatschappelijk rendement? Welk proces is nodig om zo snel mogelijk door te stappen naar 120% aan fte's sportbuurtcoaches? Zijn er factoren waardoor het wel mogelijk is aan te haken bij sportbuurtcoaches terwijl dat bij combinatiefuncties nog moeilijk of onmogelijk was? Wij nodigen je uit in vier stappen over te schakelen van combinatiefunctionaris naar sportbuurtcoach.

[Skhxl.nl](http://Skhxl.nl)

## E-MAILADRES IRP VERANDERD

Bij onze juridische afdeling is het vertrouwde adres [irp@kvlo.nl](mailto:irp@kvlo.nl) veranderd in: [juristen@kvlo.nl](mailto:juristen@kvlo.nl).

## Sla je slag

De vier racketsportbonden - KNLTB (tennis), NTTB (tafeltennis), SBN (squash) en BNL (badminton) - hebben, in samenwerking met de Stichting Leerplan Ontwikkeling (SLO), het programma Sla je slag ontwikkeld, ter bevordering van de oog-handcoördinatie. Doelgroep is de vakleerkracht die werkzaam is in de groepen 3 en 4 van het basisonderwijs. Met *Bewegen Samen Regelen* wordt nu aan de uitgave gewerkt. Vanaf april 2012 zullen de activiteiten voor alle gebruikers van *Bewegen Samen Regelen* gratis op de portal te raadplegen zijn!

## Jubileumactie

In de aanloop naar de Nationale Sport Week zal het Klokhuis tien afleveringen uitzenden over diverse thema's rond sport en bewegen. De elfde uitzending wordt gewijd aan de poging om zoveel mogelijk kinderen in beweging te krijgen, mede in het kader van 150 jaar KVLO. De samenwerking is niet alleen met het Klokhuis maar ook met andere jeugdprogramma's van de NTR zoals Z@ppsport, Z@ppelín, School TV en het Jeugdjournaal. Zie de KVLO-site.

## ZET EEN SPEELTUIN KINDEREN IN BEWEGING?

Niet per definitie. Daar is meer voor nodig. Een mooie speeltuin en een groene wijk zijn minder belangrijk voor het beweeggedrag van kinderen dan gedacht.

Waar het dan wel om draait? Om een vriendelijke buurt, verkeersveiligheid en informele speelruimte, zoals stoepen. Onderzoek van promovenda Marie-Jeanne Aarts toont dit aan. Aarts deed onderzoek onder 11.000 ouders en 4.000 kinderen op 42 basisscholen in vier middelgrote steden in Noord-Brabant. Ze betrok hier ook gemeenteambtenaren bij. Uit het onderzoek wordt duidelijk dat veel bewegen en sporten onder meer van de ouders afhangt. Daarnaast is de leefomgeving van belang. Een hechte buurt waar mensen zich veilig voelen, maakt dat kinderen buiten gaan ravotten. Een gemeente die kinderen wil stimuleren om te gaan bewegen, is dus niet klaar met een hippe speeltuin alleen.

*Uit UNTIL 4 van 2011*

## STRIJD OVERGEWICHT WIN JE ALLEEN ALS IEDEREEN MEEDOET

Den Haag - Alleen als het bedrijfsleven en de overheid structureel en lokaal samenwerken, kunnen we de strijd tegen overgewicht winnen. Dit stelde Paul Rosenmöller, voorzitter van het Convenant Gezond Gewicht, op de Nationale Balans Top in Den Haag.

Volgens Rosenmöller laten veel gemeenten en bedrijven al zien dat het mogelijk is om gezond eten en bewegen te bevorderen als er wordt samengewerkt, maar moet dit op veel meer plekken gebeuren. "We zien mooie voorbeelden van publiek-private samenwerking in JOGG-gemeenten als: Rotterdam, Zwolle, Veghel, Amsterdam, Den Haag en Utrecht. Daar werken verschillende bedrijven en organisaties samen om gezond eten en bewegen te stimuleren."

[www.convenantgezondgewicht.nl](http://www.convenantgezondgewicht.nl)

## KVLO GOLFTROPHY 2012

De KVLO Golftrophy wordt dit jaar, net als vorig jaar, gespeeld op de Golf- en Businessclub De Scherpenbergh bij Apeldoorn. Datum: Zaterdag 16 juni. Wij nodigen alle golfende leden van de KVLO, die minimaal in het bezit zijn van het Golfvaardigheidsbewijs, uit om hieraan deel te nemen.

Er zijn prijzen in verschillende categorieën en er wordt binnen deze wedstrijd nog een speciale strijd gestreden om de 'afdelingsbokaal'. Inschrijven kan vanaf 1 april via [www.kvlo.nl](http://www.kvlo.nl). Noteer de datum alvast in je agenda!

# → JUDO ALS SPEL



Judo wordt in hoofdzaak onderwezen in judoverenigingen aan kinderen vanaf ongeveer vijf jaar. Maar ook in het bewegingsonderwijs op scholen, met name in de eerste twee jaren van het voortgezet onderwijs, worden vormen van judo bijgebracht. In *Judo als spel* wordt een brug geslagen tussen jeugdsport en bewegingsonderwijs. Het biedt docenten en studenten lichamelijke opvoeding alsmede judoleraars (in opleiding) een visie en veel praktijksituaties om judo als spel bij kinderen te introduceren. Er wordt dus een brede toegankelijkheid nage-

streefd. Omdat judo door veel kinderen en jongeren 'gewoon voor de gein' wordt beoefend, is er naast het bereiken van leerdoelen veel aandacht voor het creëren van spelplezier. Het perspectief van de judoënde jeugd is hierbij een belangrijk uitgangspunt.

#### Over de auteur

Jan Middelkamp is judoka, leraar lichamelijke opvoeding en bewegingswetenschapper.



€16,<sup>90</sup> incl. btw

ISBN: 978-90-72335-54-8

Te bestellen via [www.janluitingfonds.nl](http://www.janluitingfonds.nl)

janluitingfonds  
LEZEN OVER BEWEGEN

→ In samenwerking met Arko Sports Media

# → BEWEGINGSONDERWIJS AAN ZEER MOEILIK LERENDEN

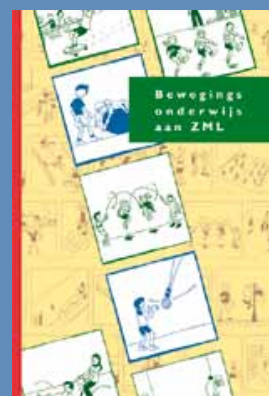


Wat willen we de leerlingen in de lessen bewegingsonderwijs op een school voor zeer moeilijk lerenden (ZML) leren? Welke activiteiten maken de leerprocessen mogelijk en hoe kan de vakleraar hierbij de passende leerhulp geven?

In het Basisdocument Bewegingsonderwijs aan ZML worden 12 leerlijnen beschreven. Deze leerlijnen zijn uitgewerkt in maar liefst 29 bewegingsthema's met daarbinnen activiteiten uitgewerkt naar vijf verschillende niveaus. Op deze wijze worden alle leraren in het ZML-onderwijs in staat gesteld om de juiste

activiteiten te kiezen voor iedere groep met leerlingen tussen de 4 en 18 jaar. Zelfs waar het groepen betreft met een groot onderling niveauverschil. Als extra is er speciale aandacht voor leerlingen met geringe bewegingsmogelijkheden en leerlingen in een rolstoel.

De publicatie Basisdocument Bewegingsonderwijs aan ZML is, mede door de methodisch/didactische uitwerking van de leerlijnen, een onmisbare schakel voor vakleraren op ZML-scholen en studenten in opleiding.



€42,<sup>50</sup> incl. btw

ISBN: 978-90-72335-45-6

Te bestellen via [www.janluitingfonds.nl](http://www.janluitingfonds.nl)

janluitingfonds  
LEZEN OVER BEWEGEN

→ In samenwerking met Arko Sports Media