

Lichamelijke Opvoeding

Jaargang 99 - 29 APR. 2011



Topic

Toekomst van het vak

Atletiek als schoolsport

Gym's'Cool

Het bouwen van accommodaties

Nummer

4

 KVLO

→ BRUGGEN SLAAN TUSSEN LICHAMELIJKE OPVOEDING EN JEUGDSPOORT?



AAN DE SLAG MET BADMINTON

De badminton sport is al menig jaar een Olympische sport en wordt op grote schaal beoefend binnen honderden verenigingen. Maar ook binnen het onderwijs neemt badminton een belangrijke plek in. Met de juiste materialen, die vele scholen al in bezit hebben, kunnen voor elk kind diverse leuke en uitdagende oefenvormen neergezet worden. Daardoor is de sport laagdrempelig en ideaal om op elk niveau binnen zowel het onderwijs als de vereniging beoefend te worden.

In Aan de slag met badminton worden bruggen geslagen tussen het bewegingsonderwijs op de basisschool en het voortgezet onderwijs, alsmede tussen het bewegingsonderwijs en de badmintonvereniging. Daarmee biedt het zowel docenten, trainers als studenten lichamelijke opvoeding een breed arsenaal aan oefenvormen en geeft het

handige tips en trucs om de badmintonlessen nog aantrekkelijker te maken.

Doordat per leeftijdsgroep en per vaardigheidsniveau spel- en oefenvormen worden beschreven ontstaat voor de lezer een duidelijk herkenbare leerlijn. Daarnaast wordt in het laatste hoofdstuk aandacht besteed aan zaken als de spelregels en diverse toernooi- en wedstrijdvormen. Hierdoor is Aan de slag met badminton een ideaal boekwerk voor iedereen die meer wil weten van de sport en kinderen met nog meer plezier aan deze sport of dit spel wil laten deelnemen.

Hans Beckers is docent aan het CIOS Sittard/Venlo en Fontys Sporthogeschool.

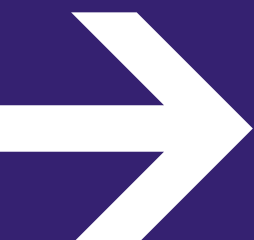
Maurits van Tubergen Lotgering is badminton-trainer en beleidsadviseur sport in de gemeente Haarlemmermeer.

AAN DE SLAG MET BADMINTON



ISBN: 9789072335500

Prijs: € 14,90 incl. btw



Inhoud:

TOPIC

Toekomst van het vak

Hoe ziet de toekomst van ons leergebied eruit? Ontwikkelingen buiten en binnen het onderwijs zullen daarop grote invloed hebben. In de teksten 'Human movement & sports' en 'Denken over morgen' wordt een mogelijke richting geschetst. Ook in het heden vinden toekomstgerichte ontwikkelingen plaats. Zie daarvoor 'De onderzoekende professional' en 'Bewegen en gezondheid in de praktijk'.

06 | Human movement & sports de toekomst?! / *Hilde Bax en Mark Jan Mulder*

09 | Denken over morgen, de rol van docenten en leerlingen / *Mark Jan Mulder en Hilde Bax*

12 | Onderzoekende sportprofessionals in de Groningse wijk / *Jim Weistra, Valesca van Dijk en Mark Jan Mulder*

28 | Bewegen en gezondheid in de praktijk / *Ivo Dokman*



En verder

40 | **Gym's'Cool** / *Berend Brouwer en Ger van Mossel*

18 | Gymleraar: beroep in een nieuw jasje / *Ellen Smit*

36 | Sportaanbod voor het onderwijs / *Jorg Radstake*

38 | 'Schoolatletiek verlaagt drempel om te gaan sporten' / *Dorien van der Burg*

40 | Gym's'Cool, een digitale tool voor vaksecties LO / *Berend Brouwer en Ger van Mossel*

44 | 'Het gezicht in de wijk' / *Jan Hardeman*

48 | Het bouwen van een gymnastieklocatie: een spanningsveld (1) / *Len van Rijn en Hans Dijkhoff*

51 | Ter nagedachtenis aan prof. dr. Henk Pijning / *Adri Vermeer*



PRAKTIJK

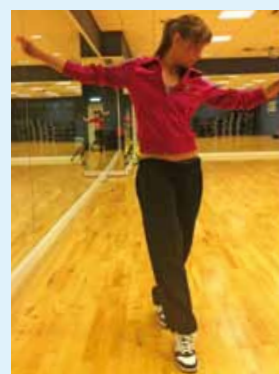
24 | **Schoolgaande atletiekverenigingen** /

Dorien van der Burg

24 | Schoolgaande atletiekverenigingen / *Dorien van der Burg*

28 | Bewegen en gezondheid in de praktijk / *Ivo Dokman*

32 | Zumbaworkout (3) / *Sentini Grunberg*



RUBRIEK

20 | **Schoolsport**

05 | Eerste pagina

17 | VMBO in beweging

20 | Schoolsport

21 | Schoolsport / *Inschrijving KVLO Golf Trophée*

22 | (KV)LO en recht

35 | Boeken

47 | Column, *Mery Graal*

53 | Scholing

54 | (KV)LO-nieuws

KVLOweb.nl

FOTO OMSLAG: ANITA RIEMERSMA

PRAKTIJKCOVER: ANITA RIEMERSMA

→ KWALITEIT VAN BEWEGEN & SPORT OP SCHOOL

EEN SPIEGEL VOOR DE VAKWERELD



Hilde Bax levert met de studie 'De samenleving over de kwaliteit van bewegen & sport op school' uitgebreide informatie van de landelijke overheid, maatschappelijke organisaties en inwoners van Nederland over de denkbeelden en wensen met betrekking tot b&s op school. Zowel documentenanalyse als onderzoek met behulp van vragenlijsten leverde opinies over belangrijke doelstellingen, het onderwijsaanbod en de deskundigheid van de leraar. Uit de resultaten blijkt dat de groepen die de samenleving vertegenwoordigen veel belang hechten aan de bijdrage die het leergebied kan leveren aan brede maatschappijrelevante doelen, zoals het stimuleren van een gezonde levensstijl, verleggen van persoonlijke grenzen, samenwerken en omgaan met waarden en normen. Binnen de vakwereld is de gangbare visie, dat b&s een leergebied is net als andere vakken op school. De nadruk ligt op het verwerven van een meervoudige deelnamebekwaamheid door leerlingen in sport en bewegingssituaties.

Wat kan de vakwereld doen met de denkbeelden en verwachtingen uit de samenleving, zonder voorbij te gaan aan de eigenheid van het leergebied? Een uitweg kan gevonden worden door het vinden van een hedendaagse doel-middel-rationaliteit. Hiervoor is geen trendbreuk nodig. Wel zal er expliciet gezocht moeten worden naar mogelijkheden om vakoverstijgende doelen en algemene maatschappelijke waarden te integreren in de lessen b&s.

Het proefschrift is een spiegel van de samenleving voor de vakwereld. Vertegenwoordigers zoals, leraren, opleiders, vakdidactici en beleidsmedewerkers worden uitgenodigd mogelijkheden te zoeken die recht doen aan hun gedachtegoed en de verwachtingen voor b&s die heersen in de samenleving. De studie daagt studenten van lerarenopleidingen aan de ALO's en Sporthogescholen uit hun visie op de taakstellingen voor het leergebied te gaan bepalen.

DE SAMENLEVING OVER DE KWALITEIT VAN BEWEGEN & SPORT OP SCHOOL



€14,90 incl. btw

ISBN: 9789072335524

Te bestellen via www.janluitingfonds.nl



Bewegen en innovatie

"Er is één belangrijke biologische reden om kinderen dagelijks bewegingsonderwijs te geven. De mens kreeg in zijn evolutie de aanleg voor het meest veelzijdige bewegingsgedrag van alle diersoorten: gaan, lopen, sprinten, springen, schoppen, zwemmen, worstelen, klimmen, klauteren, slingeren, werpen, vangen, stoten en dragen. Elk onderdeel van ons lichaam is geselecteerd om dit gedrag zo goed mogelijk, gecombineerd, gevarieerd en intensief, uit te voeren. Dit vormt het fundament voor alle takken van sport en een actieve leefstijl. Zo zitten wij genetisch in elkaar. Dat moet ontwikkeld worden!"

Aldus gymleraar en bioloog dr. Petrus Bult. En die ontwikkeling kan op een heleboel manieren gestimuleerd en begeleid worden, ook met nieuwe technologieën, bijvoorbeeld de Wii van Nintendo. Goed te gebruiken in aanvulling op

de traditionele stabiliteitstraining, balanceer- en coördinatieoefeningen. De huidige generatie spelcomputers is afgestapt van het gebruik van alleen de handen. Bewegingen moeten 'gamelijke' worden uitgevoerd voor een goed resultaat. Dan is een spel spelen via de computer zinvol, ook in een niet-therapeutische omgeving. Een voorbeeld uit de praktijk, een 'good practise'. Justin, die een spina bifida heeft en klompvoeten is elf jaar en al lang in therapie. De puberteit is begonnen en de motivatie om te oefenen neemt af. Voor hem is naar nieuwe uitdagingen gezocht en met het balance bord van de Wii en de uitgekende spelen en oefeningen is er een geheel nieuwe beweegwereld voor hem ontstaan. Verbluffend om al na een drietal weken de verbeterde coördinatie en het gecombineerd uitvoeren van bewegingen te zien, iets dat Justin zelf ook ervaart. Nu komt de vertaling naar het dagelijks leven, bewust worden van het feit dat je de bewegingen kunt uitvoeren. Zijn plezier in bewegen is toegenomen en de Wii is een goede aanvulling gebleken. Hij traint nu ook in een fitness en beweegcentrum. De jongeren en ouderen die vaak aanwezig zijn als Justin traint, kijken met bewondering hoe hij beweegt en wat hij kan. Sowieso ben ik een groot voorstander van zoveel mogelijke integratie tussen handicap en niet-handicap en tussen jong en oud. In Finland is een mooi voorbeeld van een sportaanpak waarbij jongeren en ouderen op hetzelfde tijdstip trainen in dezelfde ruimte maar ieder op zijn eigen manier.

Je beseft je eens te meer wat een geweldig vakgebied we hebben en welke mogelijkheden je hebt om beweeggedrag te stimuleren en te beïnvloeden. Het zoeken naar nieuwe wegen, ideeën kan wat mij betreft nog veel intensiever plaatsvinden. Innovatie en technologische vernieuwingen in ons vakgebied komen nog te sporadisch voor. Wat bijvoorbeeld te denken van het gebruik van de iPad? Het betekent ook durven en kiezen voor vernieuwing en verandering. Het gymlokaal uit de jaren '70 van de vorige eeuw is niet meer onze werkplaats. Toch worden nog steeds de 'dozen' van 12x21x5.50 meter gebouwd met 12 touwen, 12 ringen en klauterramen. Niemand heeft mij nog kunnen uitleggen waarop deze maten en aantallen op zijn gebaseerd. Bemoei je vooral met nieuwbouw, maar ook met renovaties van sportaccommodaties. Denk mee met de architect en gebruiker. Geef aan dat lichamelijke opvoeding en sport heel goed samen kunnen gaan in één accommodatie (zie ook het artikel over gymzalen bouwen elders in dit blad). Ook het buiten lesgeven zou meer ontwikkeld kunnen worden. Natuurlijk, weersafhankelijk maar maken we voldoende gebruik van de velden en de verharde buitenaccommodaties? Vandaar ook mijn oproep op de laatste pagina om tekeningen, foto's van de oudste gymzalen in Nederland. Ik pleit daarom voor meer aandacht voor de bouw en inrichting van accommodaties voor lichamelijke opvoeding en sport; te beginnen in de opleidingen. O ja, ik ben geïnteresseerd in de toepassingen van spelcomputers en 'tablets' in ons vakgebied!

Jan Rijpstra



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, Lars Borghouts, Jan Faber, Frank Jacobs, Mark Jan Mulder, Chris Mooij, Jorg Radstake en Sebastiaan Platvoet. Redactieadres: KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, e-mail: 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 www.bureauvanvliet.com.
Verschijningsdata 2011: 28 jan., 25 feb., 25 maart, 29 april, 27 mei, 24 juni, 26 aug., 30 sept., 28 okt., 25 nov., 23 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.

Human movement & sports, de toekomst?!

Ruim een jaar geleden is een werkgroep ‘toekomstvisie’ met leden vanuit de SLO, KVLO en ALO’s gestart met speculeren over wenselijke en haalbare mogelijkheden voor ons leergebied op weg naar het jaar 2028. In LO 5 van 2010 verscheen daarover een artikel, ook was er een poll toekomstscenario’s op de site en hebben er twee miniconferenties met experts plaatsgevonden. Tijdens studiedagen waren er workshops en in deze *Lichamelijke Opvoeding* is de toekomst van ons leergebied het topic.

Door: Hilde Bax en Mark Jan Mulder

Onderwijs en samenleving op weg naar het jaar 2028

Naast het gezin heeft het onderwijs als institutie een grote verantwoordelijkheid bij het opvoeden van kinderen. In de 21^{ste} eeuw wordt van de school in toenemende mate verwacht dat zij aandacht heeft voor het ontplooiën van talenten, het toerusten van jeugdigen voor deelname aan de pluriforme samenleving en dat ze zorg draagt voor de voorbereiding op de latere beroepsuitoefening. Dat geldt voor het onderwijs in het algemeen, maar zeker ook voor het leergebied human movement & sports (hm&s)¹.

Het artikel start met een vijftal algemene ontwikkelingen in de samenleving, te weten: individualisering, intensivering, informalisering, informatisering en internationalisering (CPB & SCP, 2000) en de betekenis daarvan voor het leergebied hm&s. Vervolgens worden enkele mogelijke invullingen voor het leergebied hm&s nader uitgewerkt.

Individualisering

De samenleving is geïndividualiseerd. Positief is dat mensen steeds meer de persoonlijke verantwoordelijkheid willen nemen voor hun werk- en leefomgeving. Individualisering zien we ook in het vrijetijdsgebied van sporten en bewegen². Er is een toenemende belangstelling voor sporten waarbij zowel het moment als de plaats zelf kan worden gekozen. Verder valt op dat jongeren, maar ook volwassenen, vaker veranderen van sportactiviteit.

‘I want it **here** and
I want it **now!**’

Ook het leergebied hm&s krijgt te maken met de gevolgen van het credo van ‘I want it here, and I want it now’.

Intensivering

Onder intensivering wordt verstaan dat mensen willen beleven en gaan voor piekervaringen. ‘Living life to the max’ is het motto van de post-moderne tijd. Van de ict wordt verwacht dat zij dit mogelijk maakt. Computers worden steeds kleiner, kwalitatief beter en veelzijdiger. Mensen stellen hoge eisen aan de beleving en willen inzet van veel middelen om dat te bereiken. Het motto ‘living life to the max’ sluit goed aan bij beleving en plezier dat leerlingen verwachten van de lessen hm&s.

Informalising

Informalising duidt op het veranderen van gezagsverhoudingen. Er is sprake van onthierarchisering van de samenleving en menselijke verhoudingen worden meer gelijk. Het gezag van de docent hm&s is niet langer vanzelfsprekend.

Informatisering

De vergaande informatisering leidt ertoe dat van alles zichtbaar, transparant, meetbaar en communicabel is. Specificaties, dossiers, werkprocessen, overeenkomsten, controles etc. worden opgeslagen in elektronische databases met krachtige zoekmachines en systemen voor relatiebeheer. Sociale media spelen een steeds belangrijker rol, ook in het leven van kinderen. Ict komt met grote snelheid de scholen in en werpt de vraag op hoe de mogelijkheden te gebruiken bij de vormgeving van het onderwijs. Deze vraag geldt natuurlijk ook voor het leergebied hm&s.

Internationalisering

De vijfde en waarschijnlijk belangrijkste trend is de internationalisering of globalisering. De groei hiervan valt grotendeels toe te schrijven aan de komst van internet. Organisaties worden mondiaal en grenzen vervagen. Het onderwijs richt zich op ontwikkelingen uit de (internationale) samenleving. Voor hm&s groeit de keuze van bewegingsactiviteiten door nieuwe media en YouTube enorm. Blijven het vooral de spelsporten of wordt er meer ruimte gemaakt voor allerlei bewegingsactiviteiten op muziek zoals capoeira, zumba,





Stemresultaat

Geef uw stem voor de toekomst van LO
230 geldige stemmen

De lichamelijke opvoeding van kinderen:	<input type="checkbox"/>
Wegwijs in bewegingscultuur:	<input type="checkbox"/>
Nederland in de top 10:	<input type="checkbox"/>
Speelruimte geven:	<input type="checkbox"/>
Een gezonde en actieve leefstijl:	<input type="checkbox"/>
Iedereen doet mee dor bewegen:	<input type="checkbox"/>

De op de website georganiseerde stemming voor LO laat zien dat de voorkeuren van KVLO-leden die hebben gereageerd liggen bij de pedagogische, toerustings- en gezondheidsfunctie van ons vak. Hoewel niet als wetenschappelijk opgezette enquête bedoeld, ondersteunt het de beschrijving van de, door een groot aantal deskundigen beschreven, kern van het leergebied.

combat en aerobics? De docent h&ms op school zal fungeren als gids en filter bij het introduceren van leerlingen in de wereld van sport en bewegen. Wat verandert en wat blijft gelijk?

Met de algemene maatschappelijke tendensen en de geschetste ontwikkelingen in het onderwijs en rondom het leergebied, zoals aandacht voor kernvakken, het werken in beweegteams, de brede school et cetera (Van Berkel & Brouwer, 2010) in ons achterhoofd, worden enkele toekomstverwachtingen nader belicht.

Uitgangspunt van de lessen h&ms is en blijft dat jeugdigen, vanuit een pedagogisch perspectief, (meer) bekwaam raken voor deelname aan sport en bewegingssituaties. In de school dient sprake te zijn van een pedagogisch, didactisch verantwoord en veilig leef- en leerklimaat. Daarnaast wordt vanuit de samenleving veelvuldig aandacht gevraagd voor een gezonde en actieve leefstijl.

Sinds de komst van de kerndoelen en de eindtermen voor h&ms in de jaren tachtig en negentig van de 20^e eeuw is een groot deel van de vakwereld blijvend van mening dat h&ms een leergebied is. In het leergebied h&ms gaat het zowel om de ontplooiing van persoonlijk bewegingsgedrag als om het toerusten voor de pluriforme bewegingscultuur. Het gaat om beter leren bewegen en sporten, leren samen bewegen, bewegen leren regelen en leren over bewegen, samengevat in het begrip 'meervoudige deelnamebekwaamheid' (Faber, 1989, 2001; Stegeman, 2000, 2007). De leerlingen leren kiezen voor bewegen en sport in verschillende contexten en leren naast de rol van bewegeer ook

andere rollen te vervullen. Bewegingsactiviteiten brengen met zich mee dat kinderen verantwoording voor elkaar moeten nemen, rekening leren houden met elkaars mogelijkheden en ze bieden tal van mogelijkheden voor het maken van keuzes.

Sinds de eeuwwisseling is de school en h&ms in het kader van maatschappelijke kwesties aanzienlijk belangrijker geworden. Volgens de samenleving is h&ms een leergebied dat bij uitstek ook geschikt blijkt om in te zetten voor vakoverstijgende doelen (Bax, 2010). Het kan een bijdrage leveren aan sociale vaardigheden, integratie, zelfontplooiing, welbevinden, aan de norm gezond bewegen³ en in bewegingssituaties leren jeugdigen hun grenzen verkennen en verleggen. De poll toekomstscenario's die in het voorjaar 2010 door 230 mensen, waaronder veel leraren h&ms, is ingevuld maakt zichtbaar dat de hoogste scores zijn voor de scenario's 'lichamelijke opvoeding van kinderen', 'wegwijs in de bewegingscultuur' en 'een gezonde en actieve leefstijl'. Het is een kunst om maatschappelijk relevante doelen een plaats te geven in de lessen zonder voorbij te gaan aan het intrinsieke belang van het h&ms.

Het leergebied human movement & sports in 2028

In de lessen h&ms gaat het om specifieke vormen van menselijk gedrag, om activiteiten waarbij bewegen gethematiseerd wordt. Leerlingen nemen meestal deel in de rol van bewegeer, maar vaak ook vanuit andere rollen (Faber 1989, 2001). Jeugdigen 'leren beter deelnemen aan sport en bewegingssituaties'.

In de 21^e eeuw zal de diversiteit verder toenemen en scholen zullen, vanuit hun pedagogische opdracht, vergaande mogelijkheden krijgen om zich te profileren. Kleur bekennen als school en in h&ms maakt dat de school zich helderder zal presenteren naar de buitenwereld. Met de schets van vier profielen, te weten: gezondheid, topsport, persoonlijke vorming en diversiteit, worden mogelijke invullingen voor de toekomst van h&ms beschreven.

Gezondheid en school

Binnen dit profiel zal de school met betrekking tot h&ms veel aandacht geven aan het maken van bewuste keuzes ten aanzien van een gezonde >>

Contact: Hilde Bax, Mark Jan Mulder

h.h.t.bax@hva.nl, m.j.mulder@pl.hanze.nl

en actieve leefstijl. Hm&s zal zich richten op een 'lifelong activity'. Het is belangrijk dat er een grote verscheidenheid is in het aanbod van cardio- en krachtactiviteiten. De nadruk zal daarbij vooral gericht zijn op het leren over gezond bewegen en niet op de kwantiteit daarvan. Het leergebied zal met gezondheidseducatie uitgebreid worden. 'No drills, but learning about lifetime skills'. De kernpunten van de docent hm&s zijn een gezonde en actieve leefstijl, vitaal werknemerschap en bewegingsstimulering.

Topsport en school

De docent hm&s zal binnen dit profiel een voortrekkersrol innemen om een cultuuromslag te bewerkstelligen rondom sport waarin excelleren mag. Jeugdigen worden uitgedaagd om het beste uit zichzelf en anderen te halen, om respect te hebben voor zichzelf, anderen, de conventies in de sport en voor de omgeving. De docent zal functioneren als scouting staff en coach met als belangrijkste doel talentherkenning en talentontwikkeling. Leerlingvolgsystemen zullen een belangrijke rol vervullen. Op de basisschool wordt een brede basis gelegd in fundamentele motorische vaardigheden om zo de leerlingen meer bewegingsbekwaam te maken. In de onderbouw van het VO zijn er mogelijkheden om sociaal-emotionele en cognitieve vaardigheden te (blijven) ontwikkelen. Binnen de lessen kunnen de leerlingen kiezen voor een eigen sport(activiteit) waarbinnen ze hun vaardigheden verder kunnen ontwikkelen.

De docent hm&s heeft oog voor de begeleiding van zowel toptalent, prestatief gemotiveerde breedtesporters als recreatieve bewegers. De leerling zal steeds meer verantwoordelijk worden voor zijn eigen ontwikkeling en de keuzes die daarbij horen.

Persoonlijke vorming en school

Binnen dit profiel staat het oog hebben voor alle leerlingen binnen een veilige leeromgeving centraal. Maatwerk, daar gaat het om. Het accent ligt op de

persoonlijke ontwikkeling waarbij de vindrijkheid van kinderen goede kansen krijgt. De leeromgevingen moeten divers zijn. De docent hm&s gaat de dialoog aan met ieder kind door te luisteren, zich te verplaatsen in het kind, kinderen een spiegel voor te houden en gaat zo nodig de confrontatie aan. Vanuit dit gegeven stelt de docent vragen (met nadruk op de dialoog) om de leervraag en motivatie van ieder kind te expliciteren. Kinderen krijgen in groepen les die ingedeeld worden naar niveau en interesses. Het is belangrijk dat jonge kinderen een breed aanbod krijgen zodat ze later kunnen en leren kiezen. De lessen hm&s zijn gericht op beleven van leerresultaten, succeservaringen, uitdagingen en het grenzen verleggen. De unieke bewegingsontwikkeling vindt plaats in samenhang met andere kinderen.

Diversiteit en school

In dit profiel staat de docent nadrukkelijk open voor verschillen tussen kinderen. Het waarden van de kwaliteiten van een ieder en daarmee op een respectvolle manier omgaan staat centraal. De docent is deskundig om te kijken welke activiteiten passend, uitdagend en betekenisvol zijn voor de doelgroep. Dit ligt erg aan de context. De verschijningsvorm van de activiteit vraagt om een binnen- en een buitenschools aanbod. Duurzame beleving en vooral het bewegingscompetenter worden staan centraal. De leerlingen leren hoe ze met de diversiteit van de bewegingscultuur om kunnen gaan. Het pedagogisch karakter van de lessen hm&s is onmisbaar. Bij de ervaringswereld en de motieven van leerlingen om te sporten en te bewegen vanuit verschillende achtergronden en culturen wordt aansluiting gezocht (Pardon, 2008).

De zomer van 2028

Wat zal de toekomst voor hm&s brengen? Tot 2028 duurt nog ruim vijftien jaar en er is meer onzeker dan zeker over de inrichting en vormgeving van hm&s als kernvak binnen alle typen van onderwijs. En gaat Nederland werkelijk opteren voor de zomerspelen van 2028? Plannen maken voor een goede toekomst en werken aan de kwaliteit van ons leergebied is een mooie uitdaging.

Referenties

- Bax, H. (2010). *De samenleving over de kwaliteit van bewegen & sport op school, een spiegel voor de vakwereld*. Zeist: Jan Luiting Fonds.
- Berkel, M. & Brouwer, B. (2010). Bewegingsonderwijs in 2028. *Lichamelijke Opvoeding*, 98(5), 10-14.
- CPB & SCP (2000). *Trends, dilemma's en beleid: essays over ontwikkelingen op langere termijn*. Den Haag: CPB/SCP.
- Faber, K. (1989, 2001). *Bewegingsonderwijs op maat*. Baarn: Bekadidakt, HB-uitgevers.
- Pardon, E. (2008). Verschijningsvormen van sport en bewegen als basis. *Lichamelijke Opvoeding*, 96 (3), 37-39.
- Stegeman, H. (2000). *Belang van bewegingsonderwijs, over legitimatie en algemene doelstellingen van het schoolvak lichamelijke opvoeding*. Zeist: Jan Luiting Fonds.
- Stegeman, H. (2007). Het vakconcept, bekwaam maken voor deelname aan de bewegingscultuur. In: Brouwer, B. (red.), *Basisdocument bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs*. Zeist: Jan Luiting Fonds.

De werkgroep toekomstvisie bestaat uit Marco van Berkel en Berend Brouwer (SLO), Ardan Aldershof, Gertjan van Dokkum en Mark Jan Mulder (ALO's), Hilde Bax en Jacob Nienhuis (KVLO) ◀

Noten

- 1 Tijdens de verschillende discussies is de naam van het leergebied aan de orde geweest. Er is gekozen voor human movement & sports (hm&s) als overkoepelend begrip voor het leergebied in de school. De samenleving is internationaal geïntereerd en het is de verwachting dat het Angelsaksische taalgebruik nog verder toe zal nemen.
- 2 In dit artikel wordt het vrijetijdsgedrag waarin sporten en/of bewegen centraal staan aangeduid met 'sport en bewegingssituaties'.
- 3 Volgens de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) dient iedere volwassene in totaal minimaal 30 minuten matige intensieve lichamelijke activiteit te hebben op tenminste vijf dagen van de week. Voor kinderen en jeugdigen tot 18 jaar is dat 60 minuten per dag, waarbij de lichamelijke activiteit tenminste twee dagen per week gericht moet zijn op het verbeteren of handhaven van de lichamelijke fitheid.



Living life to the max

Denken over morgen, de rol van docenten en leerlingen

Dromen over de toekomst van ons vak mag, moet zelfs. De kern van de ontwikkelingen waarmee ons leergebied te maken krijgt, zoals geschetst in het artikel *'human movement en sports de toekomst!?'* geeft een dubbel beeld.

Door: Mark Jan Mulder en Hilde Bax

Aan de ene kant zijn er vele ontwikkelingen en kansen waarop sportleraren in kunnen gaan, aan de andere kant blijft, vanuit de eigen kracht gedacht, de kern van ons leergebied de meervoudige deelnamebewaamheid van leerlingen in sport- en bewegings-situaties. Wat is de consequentie voor het gedrag van docenten en leerlingen in de nabije of verdere toekomst? Opvallend is dat een gezonde en actieve leefstijl en de zelfbepalende, netwerkende en kritische leerlingen nadrukkelijk meer in de aandacht staan in het leergebied. Dat de maatschappij in een hoog tempo informatiseert, individualiseert, intensiveert, informaliseert en internationaliseert is duidelijk. Dat dit gevolgen heeft voor hoe kinderen zich gaan gedragen, wat ouders van de school verwachten en wat wij van het leergebied verwachten ook. De werkgroep 'toekomstvisie' schetst na een beschrijving van de kern van ons leergebied vier profielen die alle een manier schetsen hoe met die ontwikkelingen om te gaan. Onder de noemer *Gezondheid en school, Topsport en school, Persoonlijke vorming en school en Diversiteit en school* worden reeds doorkijkjes gegeven naar invullingen van human movement and sports (hm&s).



FOTOS: ANITA RIEMERSMA

Geven van keuzemomenten..
Reflectie op keuze

Maar wat als ik als docent nú al wil werken aan een 'toekomstproof' invulling van hm&s? Doorredenerend vanuit de blijvende kern met een sterk veranderende omgeving: hoe kunnen we nu al rekening houden met de kinderen van morgen? Wat betekenen bovengenoemde ontwikkelingen voor docenten en leerlingen? Uit de geschetste ontwikkelingen, de scenarioconferenties en de feedback van deelnemers komen de volgende beelden voor docent en leerling naar voren. De consequenties voor programma en organisatie volgen in een later stadium.

De docent is zich er goed van bewust dat onderwijzen ook altijd tegelijkertijd een opvoedend onderwijzen is. Dat stelt hoge morele eisen aan de betrokken docent. De docent van de toekomst blijft daarmee de competente, zichzelf steeds verbeterende professional, maar weet dat zijn professionele expertise in grote mate bepaald wordt door het bezitten en uitdragen van professionele waarden en overtuigingen.

De docent als gids

De docent is een positief identificatiemodel, een voorbeeld voor de leerlingen die bij het zoeken naar hun eigen persoonlijkheid behoefte hebben aan ijkpunten met betrekking tot sportiviteit, fair play en een actieve leefstijl. De docent is een begeleider bij de introductie in de sport- en bewegingsituaties, kenmerkend voor de internationale en Nederlandse bewegingscultuur. Hij kent de veranderende bewegingscultuur en is bij uitstek geschikt om leerlingen van alle niveaus van bewegen de kennis, inzicht en vaardigheden bij te brengen om met plezier deel te nemen aan bewegingsituaties. >>

Contact: Hilde Bax, Mark Jan Mulder

h.h.t.bax@hva.nl, m.j.mulder@pl.hanze.nl



Leerling als regelaar

De docent als teamspeler

De docent werkt samen met anderen. Samenwerking met collega's binnen en buiten de school en met vertegenwoordigers en aanbieders van sport- en bewegingssituaties buiten de school. Samen zorgen zij voor een gevarieerd aanbod voor de leerlingen, zodat de

leerlingen vijf keer in de week uitgebreid kunnen bewegen en sporten. Daarom zal de docent ook ondernemend zijn en open staan voor ontwikkelingen en kansen in de omgeving.

De docent als filter

De docent is een begeleider bij de introductie in de sport- en bewegingssituaties, kenmerkend voor de Nederlandse bewegingscultuur. Deze introductie kent zowel een ontplooiings- als een toerustingsaspect. Leerlingen leren hun eigen mogelijkheden en interesses ontwikkelen en kennen. Tegelijkertijd leren ze deelnemen aan de bewegingscultuur. De docent maakt keuzes uit het enorme aanbod aan sport- en bewegingssituaties. De docent filtert sport- en bewegingssituaties die voor zijn leerlingen geschikt zijn.

Droom of schrikbeeld; een dag uit het leven van Daan in 2016:

De wekker gaat af, het is 06.30 uur en Daan staat op. Hij is 17 jaar en zit op het vwo in Amsterdam en volgt het schoolprogramma: sports, health and innovations. Iedere leerling moet de laatste twee jaar van zijn schoolloopbaan een programma volgen en zelfstandig vormgeven binnen een groot keuzepakket. Hij wordt hierbij ondersteund door een persoonlijke loopbaancoach die goed kijkt waar de talenten van de scholieren liggen om zich maximaal fysiek, cognitief, sociaal-emotioneel en spiritueel te ontwikkelen. De zelf ontwikkelde programma's zijn nauw afgestemd op specifieke beroepsopleidingen of wetenschappelijke opleidingen. Het is 22 april 2016 en Nederland brengt binnenkort het bid uit voor de Olympische Spelen 2028. Daan is zeer geïnteresseerd want als toekomstig bewegingswetenschapper ziet hij veel kansen als Nederland de zomerspelen toegewezen krijgt.

De docent als grenzensteller

In het onderwijs van 2028 staat zelfverantwoordelijkheid van de leerling centraal. In een geseculariseerde, geïndividualiseerde en pluriforme samenleving zijn traditionele waarden en vaste handelingsalternatieven nog maar beperkt voor handen. De leerling zoekt naar identiteit. Het handelen van de docent kenmerkt zich door het geven van verantwoordelijkheid, keuzemomenten en reflectie op deze keuze. Maar de docent zal meer sturend handelen wanneer leerlingen moeite hebben met verantwoordelijkheid nemen of het moeilijk vinden om te kiezen. Onderwijs is daarmee steeds een 'gesprek' tussen leerling en docent. De docent dient uiteindelijk als grenzensteller.

De leerling als architect van eigen leerproces

De leerling is steeds meer de architect van zijn eigen leerproces. Na schooltijd zijn er tal van mogelijkheden om aan sport en bewegen te doen en dat kan bovendien in allerlei verschijningsvormen (trainen, plezier, showen, gezondheid). Tijdens de lessen zijn er ook veel keuzemogelijkheden. De intrinsieke motivatie is belangrijk. De toename van keuzemogelijkheden vraagt een meer actieve en zelfbewuste houding van de leerling. De leerling krijgt de ruimte, binnen bepaalde kaders, zijn eigen bewegingsontwikkeling ter hand te nemen.

De leerling als regelaar

Zoals de leerling meer de architect van zijn eigen leerproces wordt, zo krijgt hij ook een toenemende rol in het leerproces van anderen. Dit betekent dat de leerling naast deelnemer ook organisator, coach en regulator is. Deze ontwikkeling is al langer zichtbaar en zal verder doorgaan. Het is de bedoeling dat leerlingen zich idealiter ontwikkelen als kritische, verantwoordelijke, creatieve en nieuwsgierige burgers met een positieve grondhouding ten opzichte van bewegen in de ruimste zin van het woord.

De leerling als teamspeler

Naast de toenemende verantwoordelijkheid voor de individuele bewegingsontwikkeling blijft de leerling in de les h&S een teamspeler. Het samen bewegen is voor een leerling misschien wel belangrijker dan ooit. Juist door het toegenomen

Nog een beeld van de toekomst van Daan:

Daan rent vijf km naar de fietsstalling waar zijn supersnelle racefiets staat. Deze is gesponsord door de Vrije Universiteit van Amsterdam die hem een plek garandeert binnen de opleiding bewegingswetenschappen. Vervolgens fietst hij 40 km naar het zwembad waar hij snel zijn zwempak met sensoren aantrekt om 40 banen borstcrawl te trekken. Ondertussen zit zijn trainer al achter de video-opnames om aan de hand van de sensoren op het pak een bewegingsanalyse te maken. Daan stapt de sportzaal in waar hij met nog zes jongens en acht meisjes een mindfulness-programma volgt. Daan merkt dat dit hem een goede balans geeft in zijn snelle leven.

men zelfbewustzijn wordt er ook meer gevraagd van het inlevende vermogen van de leerling. Voortdurend moeten belangen afgewogen worden en op elkaar afgestemd. Het leergebied h&S is nu eenmaal een unieke speelplaats voor het leren bewegen met anderen. Daarbij leert een leerling omgaan met verschillen in talenten, interesses en belangen.

De docent is zich er goed van bewust dat onderwijzen ook altijd tegelijkertijd een **opvoedend** onderwijzen is

Werken aan morgen begint nu

Zoals in de inleiding gezegd: dromen over een mooie toekomst mag en moet. Het is niet alleen maar leuk om na te denken over later. Naast het inspringen op vele externe ontwikkelingen is een interne, brede, vakinhoudelijke oriëntatie belangrijk. Wij wensen dat in de nabije toekomst h&S alom is erkend als kernvak. De lessen worden in alle schooltypen verzorgd door uiterst bekwame en gemotiveerde vakdocenten en er is een dagelijks sport- en beweegaanbod. De campagne '3+2=een fit idee' die startte in 2010 is daarmee in de toekomst gemeengoed geworden.

Alle leerlingen krijgen wekelijks drie lessen h&S in het curriculum en op school zijn er iedere dag sportactiviteiten na schooltijd en in de pauzes. Er wordt samengewerkt met sportverenigingen en aanbieders van sport en bewegen in sportteams. De accommodaties zijn eigentijds en worden zowel overdag als 's avonds intensief gebruikt. Bij deze de uitnodiging om mee te dromen; stuur jouw reactie svp naar de redactie (redactie@kvlo.nl).

Referenties

- Bax, H. (2010). *De samenleving over de kwaliteit van bewegen & sport op school, een spiegel voor de vakwereld*. Zeist: Jan Luiting Fonds.
- Berkel, M. & Brouwer, B. (2010). Bewegingsonderwijs in 2028. *Lichamelijke Opvoeding*, 98(5), 10-14.
- CPB & SCP (2000). *Trends, dilemma's en beleid: essays over ontwikkelingen op langere termijn*. Den Haag: CPB/SCP.
- Faber, K. (1989, 2001). *Bewegingsonderwijs op maat*. Baarn: Bekadidakt, HB-uitgevers.
- Pardon, E. (2008). Verschijningsvormen van sport en bewegen als basis. *Lichamelijke Opvoeding*, 96 (3), 37-39.
- Stegeman, H. (2000). *Belang van bewegingsonderwijs, over legitimatie en algemene doelstellingen van het schoolvak lichamelijke opvoeding*. Zeist: Jan Luiting Fonds.
- Stegeman, H. (2007). Het vakconcept: bekwaam maken voor deelname aan de bewegingscultuur. In: Brouwer, B. (red.), *Basisdocument bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs*. Zeist: Jan Luiting Fonds.

De werkgroep toekomstvisie bestaat uit Marco van Berkel en Berend Brouwer (SLO), Ardan Aldershof, Gertjan van Dokkum en Mark Jan Mulder (ALO's), Hilde Bax en Jacob Nienhuis (KVLO) ◀

Onderzoekende sportprofessionals in de Groningse wijk

In dit artikel kijken we naar de docent LO die wordt ingezet op meerdere terreinen. Naast onderwijs zien we gemeenten maar ook sportservicebureaus en particulieren als opdrachtgever. Kortom de taak van de docent verandert. Hoe wordt daar in Groningen mee omgegaan?

Door: Jim Weistra, Valesca van Dijk en Mark Jan Mulder

De taak van de docent LO in het basisonderwijs is al jaren aan het veranderen. Er is, onder invloed van verschillende regelingen, steeds meer behoefte aan brede vakdocenten die de verbinding tussen buurt, onderwijs en sport kunnen leggen. De taak en verantwoordelijkheid van de docent LO verandert; niet alleen het opvoeden door middel van beter leren bewegen en het voorbereiden op deelname aan de bewegingscultuur staat centraal. Ook het bijdragen als sportprofessional aan maatschappelijke doelen op gemeentelijk en wijkniveau wordt, op dit moment, steeds belangrijker. Als gevolg hiervan zien we dat vooral jonge collega's (zij starten met name in deze nieuwe functies) steeds vaker te maken hebben met andere opdrachtgevers. Niet de schoolleiding heeft een vraag of een opdracht, maar gemeenten, sportraden en particulieren komen met projecten. Vaak zijn deze projecten gericht op het oplossen van problemen waarin sportdeelname wordt gezien als een middel.

Teams van sportprofessionals

Omdat de schaal van deze projecten vaak groot is (schooloverstijgend, wijk- of stadsdeel breed), operen de verschillende sportprofessionals vaak in teams. O.a. in Groningen worden deze teams sportteams genoemd. De samenstelling kan per wijk en project verschillen, maar in dergelijke teams

treffen we een flinke diversiteit aan sportprofessionals: (brede) vakleerkracht LO, sportmanagers, sportactiviteiten begeleiders en trainers, buurtsportwerkers en steeds vaker ook beweeg- en leefstijladviseurs. Daarbij werken ervaren bekwaame sportprofessionals op m.n. bachelorniveau samen met sportprofessionals op mbo-niveau en met hbo- en mbo-studenten die nog in opleiding zijn.

Er zijn in het land inmiddels veel initiatieven met *sportteams*, die zich expliciet bezighouden met dit soort projecten en de bijbehorende maatschappelijke doelstellingen. Deze teams kunnen, onder de vlag van sport en bewegen, en vanuit hun verschillende achtergronden en opleidingen, kiezen uit een enorme variatie aan interventies middels activiteiten en acties die door hen kunnen worden ontwikkeld en uitgevoerd. Enkele voorbeelden uit de vele mogelijkheden: vrije sportinstuiven, schoolsportverenigingen, sportcursussen, themaweken, clinics, the sky is the limit! Maar op basis waarvan worden deze keuzes gemaakt? Natuurlijk speelt de eigen visie op wat belangrijk is een belangrijke rol, maar de opdrachtgever heeft hier zeker wat in de melk te brokkelen. De opdrachtgever verwacht vaak dat de interventies een aantoonbare bijdrage leveren aan de gestelde beleidsdoelen waarvoor de middelen van het project beschikbaar zijn gesteld. Wie betaalt, die bepaalt uiteindelijk. De

Vaak zijn deze **projecten** gericht op het oplossen van problemen waarin sportdeelname wordt gezien als een middel

voortzetting van de financiering van projecten en interventies wordt mede bepaald door het beeld van de opdrachtgever over de mate waarin de doelen worden behaald en de mate waarin dit efficiënt gebeurt. Vanuit opdrachtgevers (gemeenten) groeit de behoefte daarom aan zowel monitoring van activiteiten (aanbod) en deelnemers (hoeveel en achtergrondkenmerken), alswel aan kennis en inzicht over interventies en activiteiten die werkelijk bijdragen aan het behalen van de doelen van de opdrachtgever. In het ideale geval sluiten de doelen van de opdrachtgever naadloos aan op wat het sportteam in de wijk onderneemt op basis van de door de professionals gesignaleerde behoefte in de wijk. De visie van de professionals ligt dan in dezelfde lijn als het beeld van de opdrachtgever.





Vraag is in hoeverre deze sportprofessionals zelf ook de behoefte voelen om hun handelen (o.a. keuzes in het aanbod en interventies) te baseren op kennis van wat werkt. Een zuiver *evidence based* benadering (handelen gebaseerd op wetenschappelijk verzamelde kennis over doelmatigheid en doeltreffendheid ervan) is wellicht (nog) een brug te ver, maar een *practice based* benadering (zie kader) lijkt op dit moment wel degelijk binnen handbereik. Als je voor dit laatste kiest, heb je geen sluitend 'bewijs' voor de mate waarin je handelen als professional werkt, maar kun je wel beter uitleggen aan derden waarom je doet wat je doet en je kunt doelmatiger en efficiënter je tijd en de toegewezen middelen inzetten. Dat zou voor een professional toch ook beter moeten voelen? Wij verwachten het in ieder geval wel van onze afgestudeerden en moedigen een nieuwsgierige, onderzoekende houding daarom aan. De boodschap aan studenten is daarbij: sta regelmatig stil bij je handelen in relatie tot de doelstellingen, houd in de gaten wat werkt in je praktijk en vertaal dat naar je handelen door dat voortdurend aan te scherpen en te verbeteren.

Bslim en praktijkgericht onderzoek combinatiefunctionaris in Groningen

In 2009 kreeg de Hanzehogeschool Groningen, *Instituut voor Sportstudies* (hierna HIS genoemd), de opdracht van de Gemeente Groningen (dienst OCSW), om in drie *Bslim* (*achterstands*)wijken te experimenteren met drie *proeftuinprojecten* in het kader van het concept *combinatiefuncties*. De gemeente gaf deze opdracht om kennis te (laten) ontwikkelen door het *lectorat Sportwetenschap* van het HIS, die kan bijdragen aan een gedegen advies over de stadsbrede invulling van deze functies.

In deze drie proeftuinprojecten zijn sindsdien sportteams actief. Deze sportteams werden op innovatieve wijze ingevuld; HIS-opleiders werden actief in de wijk samen met 2e, 3e en 4e jaars SGM- en ALO-studenten van het HIS. Dit construct werd ondergebracht >>

Bslim

In navolging van het succesvolle beleid in de gemeente Groningen rondom *Vensterscholen*, werd in 2007 gestart met het project *Bslim*. *Bslim* staat voor: *Buurtgerichte Sportieve Leefstijl Interventie Methode*. *Bslim* wil oproepen tot een gezonde en sportieve leefstijl, vandaar de link in de naamgeving met 'slim zijn' en 'fit zijn'. Het gaat in Groningen wat betreft het beleid en aanbod van sport en bewegen onder andere om een samenwerking tussen sportprofessionals die werkzaam zijn bij: de *Stichting Maatschappelijk Juridische Dienstverlening (MJD)*, het Huis voor de Sport Groningen, sportverenigingen, naschoolse opvang en de basisscholen. Deze instanties werken grotendeels onder de regie van de gemeente Groningen samen onder de naam *Bslim*. Het project *Bslim* wordt uitgevoerd in negen (gecombineerde) Groningse wijken.

Contact:

j.s.r.weistra@pl.hanze.nl

Practice based evidence

Korte beschrijving en vergelijking met evidence practice en empirisch wetenschappelijk onderzoek.

Schema:

Ad hoc benadering (ik doe iets)

Intuïtieve benadering (ik doe wat ik denk dat werkt)

Practice based benadering (systematisch verzamelde praktijkkennis)

Evidence based practice (systematisch verzameld bewijs van wat werkt in de praktijk)

Empirisch wetenschappelijk bewijs (wetenschappelijk bewezen (causale) relaties tussen oorzaken en gevolgen, interventies en effecten).

binnen de al bestaande Bslim-structuur (zie kader). In samenwerking met de verschillende Bslim-partners die ook op het gebied van sport en bewegen werken, hebben de HIS sportteams in de wijken bijgedragen aan de gemeentelijke Bslim-doelstellingen. Het sportteam acteert hierbij in het kader van het combinatiefunctionarisbeleid maar daarbij staat niet zozeer één combinatiefunctionaris centraal, juist het gecoördineerd construct van samenwerkende professionals geeft invulling aan dit beleid.

Onderzoek CF Groningen:

Probleemstelling:

De gemeente Groningen heeft nog onvolledige inzicht in de wijze waarop zij de combinatiefuncties (organisatie en functieprofiel) het beste vorm kan geven teneinde de sportstimulering in de gemeente te optimaliseren.

Doelstellingen:

Het formuleren van een advies voor de gemeente Groningen op grond waarvan zij een beslissing kan nemen met betrekking tot inzet van combinatiefuncties teneinde sportstimulering in de gemeente te optimaliseren.

Het ontwikkelen van een monitor om de output (activiteiten en participatie) van de inzet van de combinatiefunctie in kaart te brengen.

Het onderzoek, dat is uitgevoerd onder leiding van Jim Weistra (hogeschooldocent HIS en onderzoeker binnen het Lectoraat Sportwetenschap), is *praktijkgericht* en grotendeels *kwalitatief* van opzet. Dit betekent dat bij de uitvoering van het onderzoek vooral het doorgronden van de professionele praktijk centraal stond, ten behoeve van het

leveren van bijdragen aan het verbeteren van die praktijk. Het onderzoek is opgebouwd uit meerdere deelonderzoeken die deels werden uitgevoerd door studenten. Op deze wijze wordt een bijdrage geleverd aan het opleiden van *kenniswerkers* in de sport die in staat zijn activiteiten en beleid voor te bereiden, uit te voeren en te evalueren m.b.v. onderzoek, met als doel het stimuleren van sport en bewegen in achterstandswijken. Aan het onderzoek is daarnaast bijgedragen door de professionals in de wijk en docent-onderzoekers van het Instituut voor Sportstudies van de Hanzehogeschool.

Wenselijkheid embedded practice based researcher

In het onderzoek werd gebruikgemaakt van verschillende onderzoeksmethoden. Er werden o.a. interviews afgenomen met de verschillende partners in en rondom het sportteam, zowel individueel als in groepen van samenwerkende professionals. Wat daarbij opviel was dat met name de groepsinterviews (focusgroep interviews) niet alleen de onderzoekers interessante informatie opleverde, maar dat het interview juist ook voor de samenwerkende partners van toegevoegde waarde was. Doordat er tijd werd genomen om systematisch stil te staan bij elkaars waarnemingen, opvattingen en gevoelens over het werk en elkaar, leverde dit een directe winst op voor dat werk. Dat klinkt wellicht als een open deur, maar blijktbaar wordt er in de dynamische en drukke praktijk niet vaak gelegenheid gevonden of gecreëerd om op deze manier over het werk en de samenwerking met elkaar, in gesprek te gaan. Een van de aanbevelingen van het onderzoek is dan ook om in het vervolg van Bslim, Bslim2, dit soort meetings regelmatig te laten plaatsvinden onder leiding van een *embedded practice based researcher*. Deze onderzoeker is onderdeel van het sportteam en verricht actieonderzoek waarbij de resultaten worden teruggekoppeld en besproken in deze meetings.

Uit de focusinterviews werd verder helder dat een belangrijke succesfactor voor een geslaagd sportstimuleringsbeleid in de wijk weleens de combinatie van de inzet van een sportteam met de langdurige inzet van de (brede) vakleerkracht LO zou kunnen zijn. Deze sportprofessional die na een aantal jaren geworteld is in de wijk, is betrokken bij zowel het binnen- als buitenschoolse sportaanbod en bij de beleidsontwikkeling en -implementatie. Hij of zij kan beschouwd worden als de spin in het web die vooral zelf actief sportlessen en sportaanbod verzorgt, maar er tevens ook voor zorgt dat er afstemming is met de andere partners in de wijk. Het zal duidelijk zijn dat een dergelijk brede functie een breed opgeleide sportprofessionaliteit vraagt die verder gaat dan het profiel van een docent LO in het basisonderwijs! Wat betreft de omvang van een dergelijke job valt eerder aan een fulltime dan een deeltijdfunctie te denken, zeker als wijkbreed (en dus op meerdere scholen in de wijk) wordt gewerkt.

Naast de verschillende interviews werden er vragenlijsten over de invloed van het buitenschoolse- en binnenschoolse sportaanbod op de eigen sportdeelname uitgezet onder leerlingen uit groep 7 van de scholen in deze wijken. Ook werd het beleid zoals bedoeld vergeleken met de mate waarin de professionals dit beleid laten meespelen in de ontwikkeling van de verschillende interventies. Dit laatste werd deels door middel van



Invloed van vriendjes

inhoudsanalyse (literatuuronderzoek) en gesprekken met sportprofessionals naar aanleiding van het ontwikkelde sportaanbod gedaan. Ten slotte werden er gesprekken gevoerd met alle verenigingen in de drie wijken waar het onderzoek plaats vond. In dit deel van het onderzoek stond de mate waarin de verenigingen als *maatschappelijk sterke sportvereniging* opereren centraal. Daarbij werd gekeken naar de feitelijke huidige situatie, maar ook naar de bereidwilligheid van verenigingsbestuurders om hun vereniging in deze richting te ontwikkelen.

Invloed van vriendjes

Uit het vragenlijstonderzoek onder leerlingen uit groep 7 blijkt dat deze leerlingen in hun keuzegedrag met betrekking tot het wel of niet lid worden van een sportvereniging, niet zo zeer door een vakleerkracht LO of het buitenschoolse aanbod worden beïnvloed, maar veel meer door de keuzes en meningen van vriendjes, de invloed van ouders en de keuzes die broertjes en zusjes maken met betrekking tot sport. In de adviezen wordt op basis hiervan gesteld dat de tussen- en naschoolse activiteiten weliswaar een belangrijkere rol kunnen spelen in de keuze van de kinderen om lid te worden van een sportvereniging mits de vriendjes en vriendinnetjes die al wel lid zijn van sportverenigingen, ingezet worden bij het sportstimuleringsbeleid. Dit zou bijvoorbeeld kunnen in de functie van sportpromotor; de leerling als 'verenigingsambassadeur'. Leerlingen die deze functie vervullen kunnen medeleerlingen

enthousiasmeren voor de sport en actief uitnodigen om vrijblijvend deel te nemen aan open trainingen.

(Maatschappelijk) betrokken sportverenigingen

Tevens zouden de sportverenigingen in en om de wijken nog meer en structureel betrokken moeten en kunnen worden bij het tussen- en naschoolse sportaanbod, bijvoorbeeld door middel van het opzetten van *satellietverenigingen* die in hun aanbod aansluiten op de schooltijden en die trainingen in of bij de school organiseren. Een satellietvereniging heeft het karakter van een filiaal van een of meer sportverenigingen. In het onderzoek werd ook duidelijk dat verenigingsbestuurders onvoldoende zicht hebben op de praktische mogelijkheden om zich te ontwikkelen tot maatschappelijke sterke. Men wil wel, maar ziet vaak niet zien hoe. De sportprofessionals (in het bijzonder sportmanagers) uit de sportteams kunnen hierin een consulterende en faciliterende rol vervullen met een aanzienlijke kans op succes. Sportverenigingen zouden dus met de

juiste interventies een belangrijke maatschappelijke rol kunnen spelen in deze wijken. De rol die een gemeente hierin kan spelen is niet te onderschatten; als subsidieverstrekker en ontwikkelaar/beheerder van de sportinfrastructuur doet de gemeente vaak erg veel voor sportverenigingen, maar vragen zij hiervoor weinig terug van verenigingen die op dit gebied niet 'hun eigen broek ophouden'. Zo bezien is het ook in ogen van sportbestuurders een normale zaak dat de sportvereniging een maatschappelijke rol op zich neemt in de wijk.

Actiegericht onderzoek door docent-onderzoekers in Groningen; een toekomstperspectief?

Zoals eerder in dit artikel al duidelijk werd zal in Groningen het Bslim-beleid worden voortgezet, zij het in een deels andere taakverdeling en opzet. Het aantal sportprofessionals wordt teruggebracht en (docent)-onderzoekers zullen als *embedded practice*

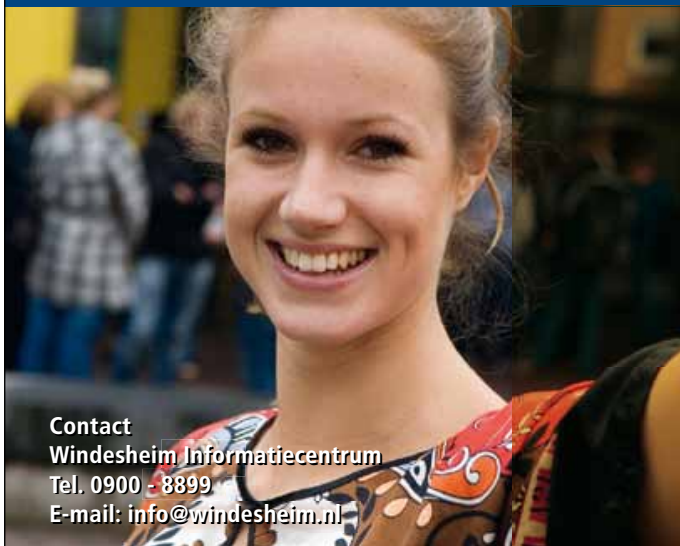
based researchers een rol gaan vervullen in de sportteams. De rol die zij daarbij gaan vervullen zou daarbij weleens exemplarisch kunnen zijn voor de toekomst van de docent LO in het basisonderwijs.

Wat ons betreft ligt deze in een multidisciplinaire samenwerking met andere sportprofessionals in de wijk in combinatie met een eigen brede sportprofessionaliteit. Onderdeel van dit laatste is een onderzoekende houding waarbij een practice base benadering centraal staat. Het lijkt ons gewenst dat de docent LO geworteld is in de wijk en een scope heeft die verder reikt dan de eigen school; een wijkgebonden sportprofessional dus. Een praktijkgerichte onderzoekende houding kan hem of haar helpen efficiënte en doelmatige keuzes te maken in zijn professionele handelen dat ten dienste staat van de ouders en kinderen in de wijk.

Valesca van Dijk, Mark Jan Mulder en Jim Weistra zijn docent-onderzoeker aan de Hanzehogeschool Groningen, Instituut voor Sportstudies(HIS).

Binnen het HIS worden o.a. de bacheloropleidingen ALO en SGM aangeboden en wordt praktijkgericht onderzoek gedaan (o.a. naar 'stimulering van sport en bewegen') vanuit het lectoraat Sportwetenschap. ◀

Bij- en nascholing Sport en Bewegen



Contact
Windesheim Informatiecentrum
Tel. 0900 - 8899
E-mail: info@windesheim.nl

Als professional op het gebied van bewegingsonderwijs kunt u bij Windesheim kiezen uit een ruim aanbod van bij- en nascholingscursussen. Een van die cursussen is Motorische Remedial Teaching (MRT).

MRT basiscursus en verdiepcursus

De basiscursus richt zich op het omgaan met verschillen tussen leerlingen en het bieden van speciale leerlingenzorg in het bewegingsonderwijs. Aansluitend op uw eigen praktijk biedt de cursus ondersteuning in het opzetten en/of uitbouwen van MRT binnen uw eigen school. In de verdiepcursus worden onderwerpen als motorisch leren, leerlingvolgsystemen en passend bewegingsonderwijs verder uitgewerkt. Daarnaast begeleiden wij u bij het uitvoeren van een praktijkonderzoek naar keuze.

Nieuwsgierig naar ons aanbod?

Kijk voor alle bij- en nascholingscursussen en meer informatie op onze website: www.windesheim.nl ▶ Post-hbo en cursussen ▶ Sport en bewegen.



het gebeurt op windesheim

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



erima
SPORTSWEAR SINCE 1900

Bestel nu de ERIMA
catalogus 2011!

GET TOGETHER AND WIN
www.erima.nl

De tien do's om vmbo'ers in beweging te krijgen

Ook ik heb het laatste half jaar gesurft op de social mediawave. Niet dat ik berichten twitter, zoals: "Ik zit nu op mijn stoel omdathetkan". Nee... Hoewel ik af en toe een 'tweetje' plaats, ben ik meer van de grappige filmpjes, goede blogs (gratis tip: Luuk Koelman), vrienden volgen op facebook en een profiel bijhouden op LinkedIn. Op dit moment begeef ik me trouwens in de social medialuwte, maar digitaal kletsen blijf ik erg leuk vinden. Die ene grappige tweet, dat hilarisch filmpje of geniale blog maken mijn dag. Naast alleen leuk, vind ik social media ook erg handig. Vooral om laagdrempelig kennis te delen. Via verschillende kanalen ben ik in de loop der tijd toch op een aantal handige tips gestuit. Voor mijn werk als regiocoach is dat zeker een meerwaarde. Ik noem bijvoorbeeld de gratis leefstijldag of prijsvraag voor een gezonde schoolkantine waar ik op werd geattendeerd.

Laatst was ik op zoek naar informatie over social media voor organisaties. Al googelend kwam ik op vele pagina's met de do's en don'ts van tweettweet. Na het lezen van een aantal pagina's moest ik denken aan alle do's en don'ts die zijn ingebracht in de kennisnetwerken van 'VMBO in Beweging'. In die paar uur dat de sportcoördinatoren bij elkaar zitten, levert dit al meer op dan maanden van digitaal geneuzel. Bij deze brainstormsessies, discussies en evaluaties komen in korte tijd gigantisch veel ideeën naar boven om de inactieve vmbo'ers in beweging te krijgen. Alleen al in de oprichting van deze kennisnetwerken, waar bijna 80 vmbo-scholen in hebben plaatsgenomen, toont 'VMBO in Beweging' zijn meerwaarde. Nu het project een jaar verder is, zijn er al vele goede ideeën ontstaan rondom het in beweging krijgen van onze vmbo-scholieren. Een mooi moment om eens een aantal do's op een rijtje te zetten.

- 1 *Effectmeting.* Handig voor het creëren van draagvlak en het snoeren van de sceptische monden.
- 2 *Maak ouders bewuster.* De ouderavonden, open dagen en nieuwsbrieven zijn hiervoor geschikt.
- 3 *Maak een uitdagend plein!* Google eens: 'piano staircase'.
- 4 *Motiveer het individu.* De poster op het prikbord helpt wel, maar trek de inactieve scholier over de streep in een gesprek.
- 5 *Introduceer de sportvereniging in de les.* Haal die leuke danslerares eerst in de les, de stap naar het naschools aanbod is nu veel sneller gemaakt.
- 6 *Sportprojecten onder PTA's wegzetten.* Wanneer het deel uitmaakt van het lesprogramma, is wegbezuinigen een stuk lastiger.
- 7 *Gezonde schoolkantine.* Broodje kroket is wel lekker, maar het gezonde leefstijlproject komt hierdoor minder sterk uit de verf.
- 8 *Leerlingenparticipatie.* Een WhoZnexter staat altijd garant voor extra enthousiasme bij zijn klasgenoten.
- 9 *Promoot je project.* Lees mijn vorige verhaal 'Verspreiding van 'het' virus moet doorgaan'.
- 10 *Docenten actief maken.* Ook voor scholieren geldt: 'monkey see, monkey do.'

Hoewel ik er vast nog een aantal vergeet, lijkt mij dit een aardige start. De komende tijd verwacht ik nog veel meer van dit soort goede ideeën te horen. Misschien moet ik op twitter een *trending topic* in het leven roepen. Zoiets als #vmbosport-idee? ◀

Arnold Bronkhorst – regiocoach Oost en Noord



HANS DIJKHOFF

Over de streep

Gymleraar: beroep in een nieuw jasje

Interview met Hans Mackaaij

In 2010 bestond de Academie voor Lichamelijke Opvoeding (ALO) 85 jaar en dit jaar viert de Amsterdamse afdeling van de KVLO haar 140-jarig bestaan. Een mooi moment om de ALO anno nu te laten zien. 'Wij leiden op tot gymleraar met een plus.'

Door: Ellen Smit

D"De focus van de ALO ligt op het behalen van een onderwijsbevoegdheid, het opleiden tot een goede docent lichamelijke opvoeding. Maar dat is niet meer genoeg", aldus opleidingsmanager Hans Mackaaij. Door de groeiende landelijke erkenning van het maatschappelijk én economisch belang van sport krijgt de docent LO steeds meer een verbindende rol tussen de buurt, het onderwijs en de georganiseerde sport. "We gaan voor een gymleraar met een plus. Zo is er voor talentvolle tweede- en derdejaars studenten een speciaal excellentieprogramma en kun je minoren volgen. Tijdens de major word je gymleraar, tijdens de minor kun je een dikke plus zetten op die gymleraar."

De ALO biedt drie minoren aan: Zorg, Sport en Research. Niet voor niets onderwerpen gerelateerd aan maatschappelijke ontwikkelingen. Hans: "Wij gaan mee met onze tijd. Sport en bewegen zit in de lift. Denk aan het lichamenlijk belang van sport, maar ook aan het psychische effect. Zeker bij jonge mensen draagt bewegen bij aan het lekker in je vel zitten. In een team leer je bijvoorbeeld discipline en je zelfvertrouwen groeit als je steeds beter wordt. Even heel kort door de bocht: als je gek bent van sport blijf je van de drugs af."

Congres

Ook organisatorische kwaliteiten krijgen meer aandacht binnen de opleiding. Bij het nieuwe vak Eventmanagement combineren tweedejaarsstudenten theorie én praktijk. Een goede testcase is het congres '(A)LO Anno Nu' dat de ALO en de AGOV op 14 oktober gezamenlijk organiseren. "Wij hebben altijd goede contacten gehad met de AGOV", zegt Hans. "Toen voorzitter Peter Sniijders Blok met het voorstel kwam om het jubileum van de AGOV en dat van de ALO gezamenlijk te vieren, hebben we dan ook ja gezegd. Dit is ook een kans om onszelf te laten zien in ons nieuwe jasje." Tijdens het congres staat de ALO in het verleden, het heden en de toekomst centraal. Studenten worden actief bij dit congres

betrokken. Ze helpen met de logistiek en de voorbereidingen. "We willen nieuwe ideeën delen, contact houden met het werkveld en de band met alumni aanhalen. Hun netwerk schept kansen op de arbeidsmarkt. Het vak LO wordt immers door samenwerking tussen opleiding en het werkveld verder ontwikkeld."

Ook actief in de sport

Nu de ALO verder kijkt dan de opleiding tot gymleraar, openbaren zich nieuwe mogelijkheden. Opvallend voorbeeld is de eis aan iedere student om in het derde jaar een sportlicentie naar keuze te halen. Doel: het pedagogisch gehalte van het sportkader verhogen. Bewust wordt hiermee ook de scheiding tussen lichamelijke opvoeding en sport losgelaten. De rol van de docent LO is de laatste jaren enorm veranderd.

Steeds vaker doet de docent ook 'zaken' met de sportwereld en moet dus ook weet hebben van de sportinfrastructuur. Hans: "Bovendien hoorde je bij

[De rol van de docent LO is de laatste jaren enorm veranderd]

de instroom steeds vaker de opmerking: ik wil geen leraar worden, maar ik heb wel veel met sport, ik wil voetbaltrainer worden".

In de praktijk blijkt dat een lerarenopleiding vanwege de pedagogische/didactische component de beste basis biedt voor een carrière als coach, dus waarom geen licentie afgeven? De ALO ging samenwerkingsverbanden aan, voor voetbal met het Cios en voor bijvoorbeeld fitness en racketsporten met de opleiding Sport, Management & Ondernemen. "En we hebben afspraken gemaakt met acht grote sportbonden. Maar ook als studenten kiezen voor een kleinere sport zoals paardrijden, is dat mogelijk. Wij zijn blij met de samenwerking, maar de bonden zijn dat ook. Wij nemen hen natuurlijk ook werk uit handen."





DIMMY OUIJHOEK

Kenniskring

De verbinding tussen theorie en praktijk blijft voor studenten een moeilijk aspect. Zo moet een gymleraar naast doelen stellen en deze beargumenteren ook de resultaten kunnen onderbouwen. Waarom is bewegen en sport bijvoorbeeld belangrijk en hoe meet je resultaten? Praktijkgericht onderzoek wordt steeds belangrijker. Hans: "We zijn geen universiteit maar ook geen mbo." De kenniskring, die bestaat uit tien docenten en een lector, begeleidt studenten bij hun afstudeeronderzoek. "De kennis die vergaard wordt, wordt gebundeld en in publicaties en lezingen gedeeld met onze partners. Ik ben bezig om een paar keer per jaar een avond voor hen te organiseren waarin plaats is voor een lezing, een borrel, maar ook zelf sporten." Zo dragen ALO-studenten tijdens hun studie al bij aan de verdere ontwikkeling van het vak.

Vlieguren

Wat zeker niet verandert, is het belang van de stages, één van de belangrijkste pijlers van de opleiding. "Vlieguren maken" noemt Hans dat. Wel werkt de ALO aan het verbeteren van de contacten. "Sinds een jaar hebben we een stagebureau dat de contacten voor de stage regelt. Zo zijn er met diverse scholen en mbo-instellingen convenanten getekend. Deze stap is een grote verbetering. Want we willen samen met de stage-instellingen werken aan een goede

beeldvorming over een kwalitatief goede stage. We gaan nu overal langs. De beoordeling van stagebegeleiders telt. Elke klacht zien we als een gratis advies. We willen hier naartoe: als de stage goed is, leidt dat tot een baan..."

Dag/avondvariant

Een van de laatste nieuwe ontwikkelingen is de start van een dag/avondvariant. "We hebben de laatste jaren gemerkt dat een groeiend aantal volwassenen alsnog een opleiding aan de ALO wil volgen. Mensen met werkervaring en een Cios, mbo Sport en Bewegen of Pabo-diploma op zak, maar ook fysio- en ergotherapeuten of bewegingswetenschappers, kunnen zich bij ons sinds september 2010 in twee tot drie jaar bij- of omscholen tot eerstegraads leraar lichamelijke opvoeding. Zo dragen we ook bij aan de professionaliteit van diegenen die soms wel al in het werkveld actief zijn, maar nog niet als bevoegd docent. Dat zien we als opleiding als onze plicht." ◀

Voor meer informatie over het congres '(A)LO Anno Nu' en de reünie kijk je op www.hva.nl/alo-congres-reunie of op www.kvloweb.nl

Contact:

r.c.de.waal@hva.nl

Eerste sportactieve basisschool in Groningen

De Brederoschool is voor de komende drie jaar gecertificeerd tot 'sportactieve basisschool' en is daarmee de eerste in de provincie Groningen. Ongeveer 120 scholen PO zijn momenteel gecertificeerd in Nederland. Om voor certificering van de KVLO en NOC*NSF in aanmerking te komen moet een basisschool een vragenlijst invullen. Op basis van de antwoorden wordt bepaald of de school voldoet aan de gestelde criteria. Dat dit goed te doen is, lees je in onderstaand artikel. En je krijgt er ook nog gratis een hoop positieve publiciteit bij. Sportactieve school ook iets voor jouw school?

Door: Guus Klein Lankhorst

Waarom is de Bredero gecertificeerd?

De Bredero doet meer dan enkel het geven van de voorgeschreven lessen lichamelijke opvoeding. Alle leraren hebben de bevoegdheid om gym te geven, de groepen 3, 6, 7 en 8 krijgen een uur per week les van een vakleerkracht LO. De groepen 4 en 5 krijgen een uur per week schoolzwemmen. Er is samenwerking met de aanbieders van bewegingsactiviteiten buiten de school. Zo doen ze mee aan de 4 Mijl van Groningen, de plantsoenloop, schoolzwemkampioenschap (de Bredero werd eerste!) en het schoolvoetbaltoernooi. De school heeft een sportief

ingericht schoolplein met mooie toestellen ('Van schoolplein tot speelplaats' in *Lichamelijke Opvoeding* 1, pag. 12, 2009). Tenslotte is er een (naschools) aanbod van beweeg- en sportactiviteiten waaraan leerlingen op niveau en naar interesse kunnen deelnemen. Zo worden er trainingen georganiseerd voor de 4 Mijl, zijn er schaaklessen op school en zijn er meerdere sportdagen.

Uit de schoolkrant

Er is regelmatig in de klas gewerkt met de kalender van 'De klas beweegt' en deze kalender blijven ze het hele jaar door gebruiken.



Sportproject

Voor de krokusvakantie zijn de leerlingen begonnen aan het sportproject en heeft iedere klas een eigen vlag gemaakt en een groepsyll bedacht. Direct na de krokusvakantie, hebben ze een mooie opening gehad waarbij iedere groep zijn vlag liet zien en zijn yell liet horen. Ook kregen ze Zumba-les van dansleraar José uit Bedum. Daarna hebben ze zich gestort op de muurkrant, die uiteindelijk resulteerde in een hele mooie sportbrochure. Iedere groep heeft een sportclinic, een workshop, een excursie of iets dergelijks gedaan. Sommige groepen gaan dit binnenkort nog doen. Daarnaast hebben ze regelmatig extra bewogen met de kinderen door regelmatig even een kwartiertje naar buiten te gaan en bijvoorbeeld een partijtje voetbal te spelen, een estafette te doen of iets anders sportiefs.

Groep 3a van juf Yvonne

Deze groep had schaatsen gekozen en de kinderen hebben op woensdag 16 maart schaatsles gehad. Jesper schrijft hierover: "we zijn bij kardinges en we hebben de pinquin gedaan en we deden de ijsbeer en we mochten ook op de slee en ik was ook twee keer gevallen en ik wil nog een keer en we moesten ook naar de overkant". Willemijn heeft ook een verhaal geschreven: "we hebben geschaatst en les gekregen. Het was leuk maar ik ben wel gevallen au. maar het was wel leuk. we moesten ook als pinquin. op het laatst ging juf ons duwen, roann en ik".

Voetbalclinic groep 7 en 8

Dinsdag hebben de groepen 7 en 8 een voetbalclinic gehad. Deze clinic werd gegeven door studenten van het Johan Cruijff College, een school voor jonge topsporters.

Tot slot hebben was er een spectaculaire afsluiting van het sportproject met Erwin Koeman en de wethouder Sport van de gemeente Groningen Frank de Vries. Erwin Koeman heeft het certificaat 'Sportactieve School' uitgereikt aan de leerlingenraad en vervolgens vond de aftrap van de sponsorloop plaats. Erwin en 30 leerlingen (twee uit iedere groep) liepen een ererondje, enthousiast aangemoedigd door alle aanwezigen. Daarna startte de sponsorloop; de groepen 1/2 liepen over een binnenparcours op het plein en daarna gingen de groepen 3 t/m 8 een groot parcours (500 meter) door het park lopen. Er waren veel mensen om de kinderen aan te moedigen en dit stimuleerde de kinderen erg. Veel kinderen hebben vijf of meer rondjes gelopen.



Groep 3b van juf Mireille

Magda schrijft het volgende over de sluiting: "Erwin Koeman kwam en mijn mama en mijn papa kwaamen ook en ik dee 5 rontjes. daarna was ik moe en toen ging ik koek eten en ranja drinken". Leonie vertelt: "het was warm. ik heb 7 rontjes gerent. ik heb 3 beekers water oofer me heengegoijt en daarna kreegen we koek en ranja. en nog één cadeautje. het was heel leuk en daarna hade we het heel heet". Amina schrijft: "het was leuk. het leukste was dat de kleuturs haifijf deden, gaaf. mama zag het filmpju. op het laatst kreeg ik koek en drinken".

's Avonds was de Sportactieve Bredero te zien bij TV-Noord, OOG-TV en te horen bij Radio Noord. En donderdag stond er een artikel in het Dagblad van het Noorden.

Ten slotte

Hopelijk is het duidelijk geworden dat het voor veel meer scholen haalbaar is om gecertificeerd te worden tot 'sportactieve school'.

Mocht u meer informatie willen kijk dan op:

www.kvloschoolsport.nl. ◀



Inschrijving KVLO Golf Trophée zaterdag 18 juni 2011

Op zaterdag 18 juni vindt de twaalfde editie van de KVLO Golf Trophée plaats op de golfbaan Scherpenbergh in Apeldoorn. 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'. De afdeling die minimaal met twee leden deelneemt doet mee in de strijd om deze bokaal. De inschrijving is geopend en loopt tot 1 juni 2011. Inschrijven kan alleen via de website www.kvlo.nl.--> kalender--> alles--> 18 juni

Voor vragen of meer informatie:

ton.winkels@kvlo.nl

twan.belgers@kvlo.nl

aldorpman@planet.nl



Een vergaand wetsvoorstel over onderwijstijd en vakantie in het VO

Minister Marja van Bijsterveldt heeft op 12 februari jl. een voor docenten in het VO vergaand wetsvoorstel ingediend bij de Tweede Kamer. Het wetsvoorstel bevat onder meer een nieuwe regeling voor de onderwijstijd in het voortgezet onderwijs (inclusief het praktijkonderwijs) en een aanpassing van de zomervakantie voor het voortgezet onderwijs van zeven naar zes weken.

Door: mr. Sandra Roelofsen

M

Motivering wetsvoorstel

Leerlingen hebben recht op voldoende lesuren van goede kwaliteit. In het wetsvoorstel is opgenomen dat leerlingen minimaal 1000 klokuren les per jaar moeten krijgen. De kwaliteit van de lessen wordt in het wetsvoorstel bewaakt door ouders en leerlingen meer invloed te geven op de kwalitatieve invulling van het onderwijs. De kwantitatieve invulling wordt bewaakt door van de huidige *zeven* naar *zes* weken zomervakantie over te stappen in het voortgezet onderwijs. Er komt (volgens het wetsvoorstel) meer tijd beschikbaar voor het geven van onderwijs: de zomervakantie wordt met één week bekort en het aantal dagen rondom de zomervakantie, waarop geen les wordt gegeven, moet beperkt worden tot vijf dagen. Tevens stelt de wet leraren en schoolleiders in staat om eigen professionele keuzes te maken ten aanzien van de inrichting van het onderwijs. Leerlingen en ouders (volgens de toelichting de ervaringsdeskundigen bij uitstek) krijgen een rol bij de vormgeving van het onderwijsprogramma. Via de medezeggenschap moeten zij instemmen met de kwalitatieve invulling van het onderwijs en met zaken als planning, roostervrije dagen en vakanties. Dat verhoogt de betrokkenheid bij het onderwijs en bovendien wordt hiermee voorkomen dat leerlingen lessen als nutteloos ervaren (de zgn. ophokuren).

Gevolgen

De kern van het voorstel is dat de zomervakantie voor het VO via de wet bekort wordt tot zes weken, de leerlingen hiervoor vijf dagen in ruil krijgen (*wat blijft er dan over van het argument dat er meer tijd beschikbaar is voor onderwijs geven...? Per saldo blijven er immers even veel dagen voor onderwijs over*), drie vakantieweken worden centraal geregeld (twee weken kerst- en een week meivakantie), twee vakantieweken decentraal, vier feestdagen buiten de vakanties (*dat betekent dat er een aantal per jaar verschillende feestdagen niet tot de vakantie wordt gerekend!*) en vijf dagen voor opstart en afronden van schooljaar. Het grote nadeel zit 'm voor leraren in het VO in de verkorting van de zomervakantie met een week. Op de voor leerlingen vijf vrij in te roosteren vrije dagen in het schooljaar moeten de leraren wel beschikbaar zijn voor bijvoorbeeld overleggen, vergaderingen of een studiedag. Het is volgens het wetsvoorstel aan werkgevers en werknemers om over de invulling van deze dagen afspraken te maken.

Opvatting KVLO/vakbonden

In een tijd waarin er geen geld voor een loonstijging lijkt te zijn (nullijn voor de overheidssector) en het lerarentekort in de komende jaren steeds groter zal worden, vinden de onderwijsbonden dit een onbegrijpelijk voorstel. De vakantie van het personeel in het voortgezet onderwijs is een CAO-onderwerp dat we niet meer met de minister maar met de VO-raad bespreken. De bonden zullen er daarom alles aan doen om de omvang van het verlof op hetzelfde niveau te houden. Volgens ons is het met een schooljaar van 40 weken goed mogelijk om 38 volledige lesweken te geven, waardoor al voldoende onderwijstijd ontstaat. Strooien met vijf roostervrije dagen voor leerlingen werkt verrommeling van het schooljaar alleen maar in de hand.

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: irp@kvlo.nl en op telefoonnummer 030 693 7678. ◀





Praktijk katern

**Schoolgaande
atletiekverenigingen**

**Bewegen en gezondheid
in de praktijk**

Zumba workout (3)

Schoolgaande atletiek- verenigingen

In de Lichamelijke Opvoeding van april 2010 beschreef projectleider Jorg Radstake het project Sportaanbod voor het onderwijs met in deze LO een update op pag. 36. Doelstelling van het project is meer jongeren te laten sporten en bewegen door een goede samenwerking tussen sport en onderwijs te realiseren. De Atletiekunie is één van de negentien participerende sportbonden in het project. Het afgelopen jaar heeft de Atletiekunie in het kader van dit project onder andere gewerkt aan het ontwikkelen van materiaal om atletiekverenigingen te ondersteunen om met scholen samen te werken. In dit artikel een korte toelichting op dit materiaal.

Door: Dorien van der Burg

Doelstelling

De Atletiekunie heeft als doelstelling dat 85 verenigingen schoolactief worden. Dat betekent concreet dat 85 atletiekverenigingen voor gemiddeld 40 uur op jaarbasis een sportaanbod voor het onderwijs verzorgen. Hiervan dient minimaal een kwart voor, tijdens of direct aansluitend op de schooltijden plaats te vinden.

Eind 2009 heeft de Atletiekunie een nulmeting gedaan om te bepalen hoeveel en welke verenigingen reeds op de één of andere wijze samenwerken met het onderwijs. Op grond van deze uitkomsten heeft de Atletiekunie geconcludeerd dat er al veel atletiekverenigingen samenwerken met scholen. Ter ondersteuning van de verenigingen die al samenwerken en/of in de toekomst (meer) willen samenwerken, heeft de Atletiekunie een aantal praktische middelen ontwikkeld.

Samenwerking met scholen

De Atletiekunie heeft een boekje ontwikkeld voor de samenwerking met scholen. Hierin staat een stappenplan waarin tips&tools voor de samenwerking zijn opgenomen. Verder zijn er onder andere het afgelopen jaar twee lessenmappen ontwikkeld om atletiekverenigingen te ondersteunen, één voor het basisonderwijs en één voor het voortgezet

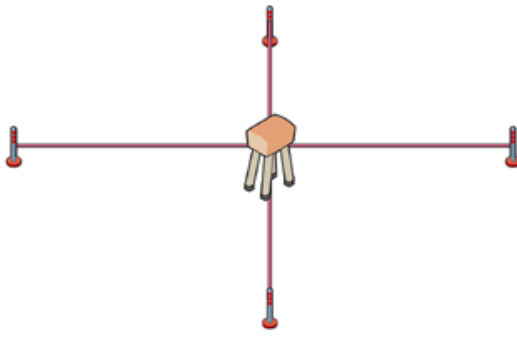


ANITA RIEMERSMA

Verspringen met aanloop vanaf banken

Lesthema: Springen 2

Groep 5 – 6

	Inhoud	Didactische tips	Organisatie
Inleiding (10 minuten)	Vakkenloop Met behulp van elastieken is de zaal in vier kwarten verdeeld. • Kinderen lopen rond en springen steeds over het elastiek. • Bij ieder elastiek een andere (spring) opdracht. Welke groep is het eerste klaar?	<ul style="list-style-type: none"> • Al het materiaal van te voren klaarzetten. Centreer het materiaal in het midden, zodat er buitenom gelopen kan worden. • Zet het materiaal uit zodat ieder kind op eigen niveau kan meedoen. • Geef drie van de vier groepen een eigen kleur lintje. 	
	Materiaal	<ul style="list-style-type: none"> • 1 bok • 2 elastieken 	

Lesvoorbeeld 1: springen

onderwijs. Beide lessenmappen bestaan uit vijf delen. In het eerste deel wordt informatie gegeven over het onderwijs in het algemeen en het bewegingsonderwijs in het bijzonder. Het stappenplan voor een schoolactieve vereniging, zoals dat eerder door de Atletiekunie is ontwikkeld, vormt het tweede deel. Het derde deel bestaat uit achtergrondinformatie over de actuele projecten van de Atletiekunie, die zich richten op het onderwijs. In het vierde deel staat ondersteunende informatie over schoolspordagen en schoolatletiekdagen. Er worden algemene organisatorische tips gegeven en er is een aantal concrete voorbeelden van activiteiten te vinden. Ook zijn er kant-en-klare instructiekaarten te vinden. In het vijfde en tevens grootste deel van de lessenmap staat een groot aantal voorbeeldlessen voor de verschillende atletiekonderdelen uitgewerkt. In het basisonderwijs zijn deze lessen uitgewerkt voor groep 1 en 2, groep 3 en 4, groep 5 en 6 en groep 7 en 8. In het voortgezet onderwijs wordt onderscheid gemaakt tussen de onderbouw en de bovenbouw. Al deze lessen zijn gekoppeld aan de bestaande projecten van de Atletiekunie. Voor deze lessen is een inleidende tekst te vinden met daarin algemene didactische en organisatorische wenken voor het verzorgen van lessen in het onderwijs.

De Atletiekunie heeft twee accountmanagers in dienst die op allerlei vlakken de

atletiekverenigingen kunnen ondersteunen en adviseren, zo ook in samenwerking met scholen. Zij kunnen helpen bij een structurele samenwerking met scholen.

Aansluiten bij behoefte van jongeren

Belangrijk uitgangspunt voor het sportaanbod in het project is dat het aansluit op de behoefte van jongeren en dat het daarnaast ook jongeren aanspreekt die nog onvoldoende sporten of (nog) geen lid zijn van een sportvereniging. Dat sluit goed aan bij de jeugdfilosofie van de Atletiekunie, waarin het spelende, actieve en presterende kind zelf de norm is. De Atletiekunie kiest daarbij voor een speelsprestatieve aanpak van de atletiek, waarbij het speelse deel bij toenemende leeftijd minder wordt en het prestatieve deel groter. De essentie van de atletiek (hoger, sneller en verder) moet daarbij wel overeind blijven.

De voorbeelden voor schoolatletiekdagen en de voorbeeldlessen zijn gebaseerd op de voor het onderwijs bekende beweegsleutels (verbeteren van bewegen, reguleren van bewegen en beleven van bewegen). Ook het intensiveren en het differentiëren zijn als criteria bij de ontwikkeling meegenomen, omdat de klassen op school groter zijn, evenals de verschillen tussen leerlingen, vergeleken met de trainingsgroepen bij een atletiekvereniging. Het voert te ver om in dit artikel de hele

didactische toelichting op te nemen, ter illustratie geven we enkele voorbeelden. Onder het kopje 'intensiveren' staat bijvoorbeeld te lezen: 'Vraag je bijvoorbeeld af hoe belangrijk het is dat centimeters en tienden van seconden nauwkeurig gemeten worden. Natuurlijk: bij atletiek gaat het om sneller, hoger en verder, maar dat kan ook op eenvoudigere manieren gemeten worden. Dat levert tijdwinst op.' Onder 'beleving' staat bijvoorbeeld: 'Wedstrijdvormpjes passen goed binnen de essentie van atletiek en zorgen over het algemeen voor veel beleving. Maar het vergelijken met andere leerlingen pakt echter maar voor een paar leerlingen goed uit. Vaak zijn dat nog dezelfde leerlingen ook. Aan de andere kant: een wedstrijdje doen waarbij je al bij voorbaat weet dat je wint, gaat ook snel vervelen'.

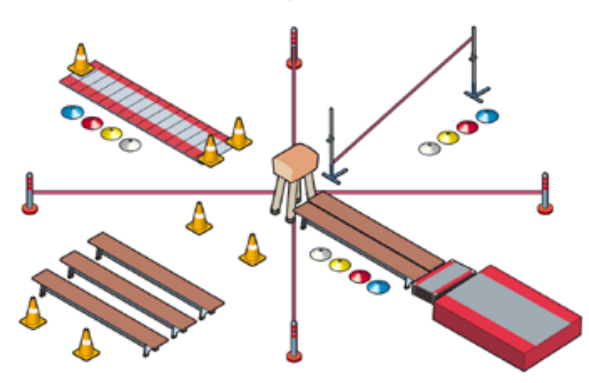
Voorbeelden van instructiekaarten

Tot slot van dit artikel een voorbeeld van de kern van een les die uitgewerkt is voor het basisonderwijs (groep 5 -6) en een drietal instructiekaarten te gebruiken voor lessen of spordagen in het voortgezet onderwijs. Vanaf nu zijn veel van de atletiekverenigingen schoolgaand! Neem gerust contact op met een vereniging in de buurt om te bespreken wat de vereniging voor de school kan betekenen.

Voor meer informatie over het project en de ontwikkelde materialen kijk op www.jeugdathletiek.nl bij schoolatletiekprojecten. >>

Contact:

dorien.vandenburg@atletiekunie.nl of 026-4834800

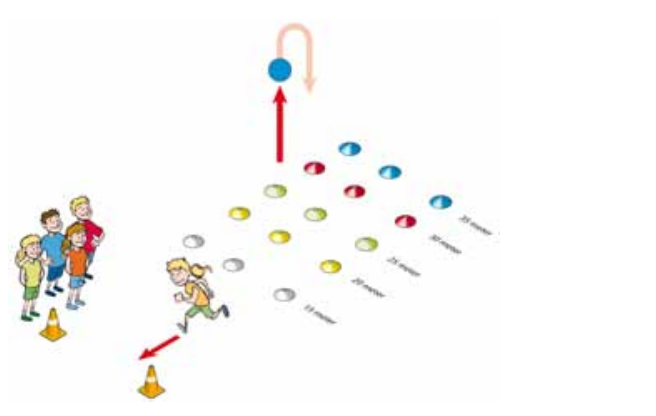
	Inhoud	Didactische tips	Organisatie
<p>Kern (25 minuten)</p>	<p>Groepsmeerkamp springen In ieder kwart van de zaal wordt een springsituatie ingericht.</p> <p>Eerst krijgen kinderen kort de tijd om de situaties te verkennen.</p> <p>Daarna krijgen ze per station vier minuten om zo veel mogelijk punten te scoren.</p> <p>De stations:</p> <ol style="list-style-type: none"> Meersprongen uit stand (vijf loopsprongen). <ul style="list-style-type: none"> Gekleurde dopjes geven punten aan Doorlopen tot oranje pylon, dan mag de volgende Schaar- of schotse sprong <ul style="list-style-type: none"> Touw hangt scheef; laagste hoogte is één punt, één na laagste twee enz. (hoogste is vijf) Verspringen op dikke mat vanaf twee banken Speedjumping <ul style="list-style-type: none"> Spring zo snel mogelijk over banken heen. Tik de volgende aan. Iedere ronde = vijf punten <p>Welke groep scoort de meeste punten?</p>	<ul style="list-style-type: none"> Gebruik bij stations dezelfde groepen als bij de inleiding. Gebruik daarvoor de lintjes. Geef door het neerleggen van lintjes ook aan welk station een groep gaat doen. Scoreformulieren in de bijlage. Schrijf op het bord het scoreprincipe met de gekleurde dopjes: <ul style="list-style-type: none"> voor wit = één punt over wit = twee punten over geel = drie punten over rood = vier punten over blauw = vijf punten Geblesseerd kind telt de punten. Als er geen geblesseerde kinderen zijn, dan iedere ronde een ander kind uit de groep. Controleer de uitvoering en moedig kinderen aan. Maak na afloop de winnaar bekend. Breng het zo dat iedereen een winnaar is. 	
			<p>Lesvoorbeeld 2: springen (vervolg)</p>
			<p>Materiaal</p> <ul style="list-style-type: none"> 4 pennen 4 scoreformulieren 3x 4 kleuren dopjes 7 pylonen 5 matjes 1 lange mat 2 hoogspringpalen 3 elastics 1 dikke mat 4 banken

Riscosprint **L1**

- De loper die aan de beurt is neemt de bal mee naar een pylon.
- Iedere loper maakt zelf de beslissing welke loopafstand hij kiest.
- Hoe verder de afstand, hoe meer punten er te verdienen zijn.
- De loper gooit de bal zo hoog mogelijk omhoog en sprint zo snel mogelijk naar de finish.
- Passeert hij de finish voor de bal de grond raakt, dan krijgt hij de punten. Is de bal eerder op de grond dan scoort hij geen punten.

Hoeveel punten kan jullie groep halen?

Organisatie **Materiaal**



- 2 pylonen
- 1 bal
- 5 hoedjes (5 kleuren)

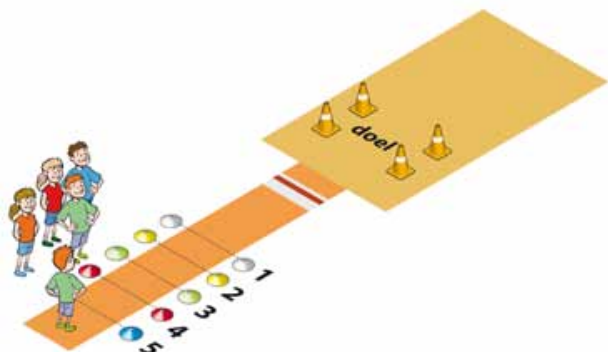
Lesvoorbeeld 3: lopen

Hinkstapspringen met risico

S8

- Iedere leerling gaat hinkstapspringen met een korte aanloop.
- Er zijn verschillende afzetlijnen, van waarachter je kunt springen.
- Hoe verder de afzetlijn verwijderd is van het doel, hoe meer punten je krijgt.
- Je kiest zelf de afzetlijn, maar denk er aan: als je het doel niet haalt scoor je geen punten.
- Hark op tijd de zandbak.

Hoeveel punten scoren jullie als groep?

Organisatie**Materiaal**

- 4 pylonen
- Hark
- 10 hoedjes (5 kleuren)

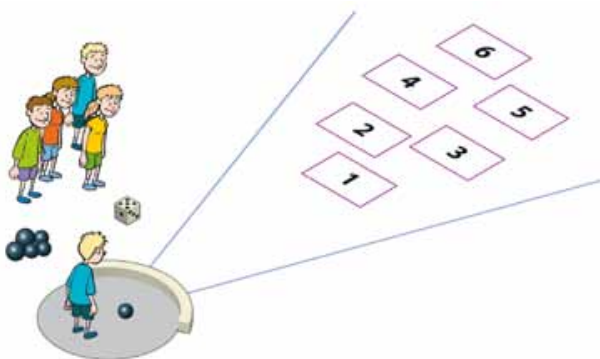
Lesvoorbeeld 4: springen (vervolg)

Dobbelstoten

W1

- Je hebt zes kogels van verschillende gewichten tot je beschikking.
- In het veld zijn zes vakken met zes getallen.
- Iemand gooit met de dobbelsteen.
- Het aantal ogen bepaalt in welk vak gestoten moet worden.
- Lukt het, dan scoren jullie het aantal punten waar het vak voor staat.
- Jullie bepalen zelf wie, met welke kogel, gaat stoten.
- Per ronde moet iedereen aan de beurt komen.
- Kogels mogen tussendoor niet teruggehaald worden.

Hoeveel punten dobbelen en stoten jullie bij elkaar?

Organisatie**Materiaal**

- Materiaal om vakken te maken
- Zes kogels (2x 2 kg.; 3x 3 kg.; 1x 4 kg.)

Lesvoorbeeld 5: werpen

Bewegen en gezondheid in de praktijk

Een bedreiging of kansrijk voor het bewegingsonderwijs?

Voor het platform bewegen en sport van de MBO Raad heeft FitalSports een theorie- en een praktijklessenreeks ontwikkeld met als doel om studenten meer bewust te maken van het thema gezondheid en een bijdrage te leveren aan een blijvende gedragsverandering. Het ontwikkelde programma is met een beperkt aantal aanpassingen ook prima toepasbaar binnen het voortgezet onderwijs.

Door: Ivo Dokman

Kenmerkend voor de theorie en praktijk is dat de lessen interactief zijn en aansluiten bij de belevingswereld van studenten/leerlingen zonder met het belerende vingertje te wijzen. Een goede combinatie tussen theorielessen en praktijk lijkt succesvol. Hoogst waarschijnlijk wordt middels een subsidie (effectiviteit van interventies) onderzoek gedaan naar de effecten en opbrengsten. Binnen het praktijkdeel zal 95% van de les bestaan uit het reguliere beweegprogramma, en kan er in de 5% resterende tijd de link gelegd worden naar relevante thema's en bieden eenvoudige en praktische leskaarten de mogelijkheid om bepaalde aspecten te verduidelijken of wachtende studenten/leerlingen op een constructieve wijze bij de les te betrekken.

Bedreiging of kans

Voor ons is het geen vraag meer *of*, maar alleen nog *op welke wijze* gezondheid binnen ons vak een plek zal krijgen. De maatschappelijke problematiek ten aanzien van bewegingsarmoede en overgewicht 'groeit' nog steeds en neemt steeds ernstigere vormen aan. Uit een recentelijk uitgebracht rapport van TNO wat betreft de leefstijl van MBO-studenten (Bernards, Maart 2011) blijkt het volgende:

- 35% voldeed aan de Norm Gezond Bewegen
- bijna een derde rookt
- gemiddelde alcoholconsumptie 5,1 glazen per week
- 80% zat buiten schooltijd meer dan twee per dag achter een computer en/of tv

- 28% at voldoende fruit
- 14% had overgewicht en 4% obesitas
- 23% had een te grote buikomtrek.

Net als de toenemende gedrags- en opvoedingsproblematiek, zal ook de problematiek voortkomend uit gezondheid gerelateerde onderwerpen steeds meer een gegeven zijn waar je binnen je lessen mee om zal moeten gaan.

Reacties van de mbo-studenten

In het voorjaar van 2010 heeft er een pilot plaatsgevonden van de theorielessenreeks (verzorging niveau 3 leerjaar 1). De reacties van de studenten waren erg positief; leuk, leerzaam, uitdagend, afwisselend. Er werd wel aangegeven dat het inhoudelijk redelijk complex was. In de evaluatie hebben we toen besloten om naast deze complexere versie (geschikt voor niveau 3/4 en opleidingen Sport & Bewegen) ook een eenvoudiger versie te maken. De pilot van de praktijklessenreeks heeft in dit huidige cursusjaar plaatsgevonden (voertuigentechniek en administratie niveau 3/4 leerjaar 1). De reacties van de studenten waren behoorlijk positief: leerzaam, geen negatief effect op het basketballen zelf. Wel bleek hier de wenselijkheid een link te kunnen leggen tussen de theorie en de praktijk. Op deze manier kan de student leren waarom het belangrijk is om te bewegen. De thema's en de leskaarten zijn daarbij een prima uitgangspunt om theorie en praktijk te koppelen.

Opzet lessenreeksen

De meest optimale variant van de theorie- en praktijklessenreeks is de combinatie tussen theorie- en praktijklessen na elkaar in de week. In deze opzet kan er eenvoudig verwezen worden tussen beide lessenreeksen. Een goede combinatie kan zijn dat een LO-er met affiniteit beide modules geeft of dat er een goede afstemming is tussen een biologie/gezondheidsdeskundige en een LO-er. De opzet ziet er dan als volgt uit voor vier weken; eerst theorie en later in de week praktijk.

Theorielessen

Het gaat om vier theorielessen van 90 minuten. De onderwerpen zijn:

- Bewegen en Gezondheid
- Bewegen en Inspanning
- Bewegen en Training
- Bewegen en Voeding.

De theorielessen kenmerken zich door:

- veel afwisseling tussen instructie en uitleg van de docent
- actieve werkvormen
- (uitdagende) filmpjes en foto's
- aansluiten bij belevingswereld met voorbeelden
- interactief
- uitdagend en prikkelend en niet met het belerende vingertje.

Hiernaast en verderop staat een aantal voorbeelden uit de theorielessenreeks om een indruk te geven.



Bewegen en Gezondheid

Toelichting werkvorm 1:

- Verzamel individueel positieve en negatieve beelden.
- Wissel in tweetallen uit.
- Maak per tweetal vier post-it briefjes die voor jullie het belangrijkste zijn (twee positief en twee negatief).
- Plak deze op een flap-over.

Items	Wat is het	positief	negatief
Gezondheid			
Fitheid			
Gezonde leefstijl			

www.fitalsports.nl

1 Actieve werkvormen

Gezond bewegen?

- ▣ Bewegen is meer dan sport alleen!
- ▣ Bewegen = ook algemeen dagelijks leven
- ▣ Sport = bijzondere invulling van bewegen
- ▣ bewegnorm → De Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB)
- ▣ algemeen advies omtrent bewegen (inclusief sport) en gezondheid.
- ▣ opvolging leidt tot algemene gezondheidswinst en terugdringing van gezondheidsrisico's

www.fitalsports.nl

2 Prikkelende en extreme filmpjes. Relativering en positionering van 'gezond bewegen'.

Bewegen en Gezondheid

hart = pomp

bloedsomloop = weggennet

longen = blaasbalg

www.fitalsports.nl

3 Vergelijkingen om de complexiteit toch 'eenvoudig' uit te kunnen leggen

Welke activiteiten horen bij elkaar als je kijkt naar het type inspanning?

www.fitalsports.nl

4 Toepassing van de theorie in een actieve werkvorm

Bewegen en Training

vergelijkingen

Fosfaten "kerosine" 100 meter

Koolhydraten anaeroob "benzine" 800 meter

Koolhydraten aeroob/ Vetten "diesel" > 5 km

www.fitalsports.nl

5 Vergelijkingen om de complexiteit toch 'eenvoudig' uit te kunnen leggen

Grondmotorische eigenschappen

▣ Trainen = doel-gericht oefenen

```

    graph TD
      Training[Training] --- Lichamelijk[Lichamelijk prestatievermogen]
      Training --- Techniek[Techniek]
      Training --- Tactiek[Tactiek]
      Training --- Mentaal[Mentaal aspect]
      Lichamelijk --- Kracht[Kracht]
      Lichamelijk --- Snelheid[Snelheid]
      Lichamelijk --- Uithoudings[Uithoudingsvermogen]
      Lichamelijk --- Lenigheid[Lenigheid]
      Lichamelijk --- Coördinatie[Coördinatie]
      Kracht --- Grondmotorisch[Grondmotorische eigenschappen]
      Snelheid --- Grondmotorisch
      Uithoudings --- Grondmotorisch
      Lenigheid --- Grondmotorisch
      Coördinatie --- Grondmotorisch
    
```

www.fitalsports.nl

6 Schematisch overzicht van het begrip 'trainen'

Werkopdracht 2:

Wat bepaalt hoe zwaar een training is (en daarmee indirect het doel)?

Beschrijf je laatste training of langdurige inspanning?

Hoe had je deze zwaarder of lichter had kunnen maken?

Welke **grondeigenschappen** werden in deze training/ inspanning nadrukkelijk aangesproken?

www.fitalSports.nl

7 Koppelen aan eigen ervaring

Trainingsonderdelen

Omvang = mate van inspanning x lengte v.d. training

duurtraining



Een aaneengesloten blok
Eventueel wisselende
intensiteit

intervaltraining



Aantal series
Aantal herhalingen
(invulling van de) pauze tijd

www.fitalSports.nl

8 Theorie toelichten aan de hand van herkenbare voorbeelden

Bewegen en Voeding

Werkopdracht 1:

Zet de volgende activiteiten in volgorde van een heel klein energieverbruik naar zeer groot energieverbruik.

activiteit	Volgorde nr	intensiteit	Afvallen ja/ nee
Winkelen			
Stofzuigen			
Krachttraining			
Gamen			
Sportief wandelen (7 km/h)			
5 km schaatsen (Sven Kramer)			
Toerfietsen (20 km/h)			
Voetbalwedstrijd			

• Waaruit blijkt dat de intensiteit hoger is?

• Van welke activiteit denk je dat je het meeste zult afvallen?

www.fitalSports.nl

9 Praktijkopdrachten met herkenbare activiteiten

Nederlanders eten

- ▣ Teveel energie (calorieën)
- ▣ Te weinig koolhydraten
- ▣ Teveel (verzadigd) vet
- ▣ Teveel eiwit
- ▣ Te weinig voedingsvezel
- ▣ Teveel Natrium (zout)

Met als gevolg welvaartsziekten zoals:

- Hart- en vaatziekten
- Hoge bloeddruk
- Overgewicht
- Diabetes mellitus
- Obstipatie

www.fitalSports.nl

10 Feiten om zaken inzichtelijk te maken

Een gezonde voeding is de basis



- ▣ Groente en fruit
- ▣ Brood, granen, aardappelen, rijst, pasta, peulvruchten
- ▣ Zuivel, vlees, vis, ei, vleesvervanger
- ▣ Vetten en olie
- ▣ Drinken

Sauzen, snacks, snoep, koek, gebak??

www.fitalSports.nl

11 Dit kennen ze, maar niet met het belerende vingertje wijzen!!

Werkopdracht slot: geef antwoord op 5 stellingen over de hele reeks.

Maak teams bestaande uit drietallen

Spelprincipe volgens:

Petje op (= één arm omhoog):

Petje af (= beide armen gekruist voor de borst):

www.fitalSports.nl

12 In een spelvorm nagaan of ze de stof en de theorie begrepen hebben

Praktijk

Les	Basketbal	Thema uit de theorie
	Toelichting en algemene introductie op gezondheid	
1	Passing + Lay-up	Bloedsomloop en Energiesystemen
2	Dribbelen + Schot	Voeding
3	Verdedigingstactiek	Training
4	Begeleiden van spel (toernooi)	Gezondheid (beweegnorm)

Er is een compleet uitgewerkte basketbal-lesserieks beschikbaar. Uiteraard kan een zelfde opzet gemaakt worden voor andere activiteiten en is dit niet gebonden aan alleen basketbal. De principes zijn goed toepasbaar.

Kenmerken zijn:

- basketballen staat centraal (95%) van de tijd
- eenvoudige koppeling naar de theorie door de leskaarten
- ervaringsgericht (zelf ervaren van de theoretische onderwerpen)
- beschreven interventies om de theorie te versterken
- eenvoudige opdrachtkaarten voor bijvoorbeeld wachtende studenten / leerlingen.

Voorbeeld uit een activiteitenbeschrijving van een les waarbij je op groepsniveau kan 'spelen' met de intensiteit.

Zie voor beschrijving aanpassingen en voorbeeld praktijkopdracht voor de wachtende leerling de site kvloweb.nl

Met dank aan Deltion College Zwolle, haar LO-docenten en studenten.

Bart van den Bosch (Themaleider Gezondheid MBO Raad) Jan Wiegers (docent LO Deltion College Zwolle) en Ivo Dokman (FitalSports). ◀

Leskaart: verschillende aspecten van trainen

Voorbeeld leskaart om de praktijkles basketbal te starten. De verwijzing naar de theorieles is daarbij belangrijk, waardoor je dit kort kan houden (veel basketballen).

Activiteit: Basketbal 1 **Thema: Training**

Introductie: Wat is trainen? In deze les besteden we aandacht aan wat trainen inhoudt. Bij het woord trainen denk je misschien als eerste aan onderstaande afbeeldingen, maar trainen bevat meer dan alleen het ontwikkelen van kracht.

Trainen = Aanpassing aan eerdere prikkel



Zonder training

Na gerichte en goede krachttraining (langere periode!!)



Heel veel van dezelfde spieren trainen!!!



Heel lang je spieren niet gebruikt!!!

Activiteit: Basketbal 1 **Thema: Training**

Introductie: Onderstaande afbeelding laat de verschillende onderdelen zien die je kunt trainen. Welke onderstaande onderdelen kom je vandaag tegen in de basketballes?

Trainen = doelgericht oefenen

Training

Lichamelijk prestatievermogen

Techniek

Tactiek

Mentaal aspect

Kracht

Snelheid

Uithoudingsvermogen

Lenigheid

Coördinatie

}

Grondmotorische eigenschappen

Bron: Momee, Jongert en v.d. Poel. Pag. 135

Activiteit: Basketbal 1 **Thema: Training**

Opdracht: We gaan zo een lay up-spel spelen. Aan welke onderdelen wordt aandacht besteed?

Techniek – Tactiek – Mentaal



Techniek



Tactiek



Mentaal

Welk nummer hoort bij welk begrip.

1. Dit kan je trainen door bijvoorbeeld vaak de lay up te oefenen.
2. Dit kan je trainen door steeds weer te proberen je zenuwen de baas te blijven.
3. Dit kan je trainen door steeds opnieuw het positie spelletje te spelen.

Zumba workout (3)

Cumbia als afsluiting van je Zumbales

In deze KVLO Zumbareeks leer je de basisstappen van een aantal dansstijlen uit Zumba. In de vorige twee delen hebben we de dansstijlen merengue en salsa behandeld. In dit laatste deel van de reeks gaan we de basisstappen van de cumbia leren met de bijbehorende variaties. De cumbia is een rustige en elegante dansstijl en is ideaal om je les mee af te sluiten.

Door: Sentini Grunberg

Cumbia

In dit artikel worden drie basisstappen van de cumbia behandeld zoals de Zumba company deze onderscheidt, namelijk de *basis cumbia*, *sleepy leg* en de *sugar cane*. De cumbia dans je op een 1-2 ritme net als bij de merengue. Het verschil tussen cumbia en merengue is dat de 1-2 maat bij cumbia een langzamer ritme heeft, terwijl de merengue een snel ritme heeft. Een muzieknummer dat je kunt gebruiken voor je cumbia choreografie is *Colegialo* van de Latijns Amerikaanse formatie *Calo*.

Cumbia basisstap 1: de basis cumbia

1 Basis cumbia. Je begint met je benen bij elkaar. Stap met één been naar voren en naar achteren op de maat van de muziek, terwijl je andere been op een plek blijft staan. Het bovenlichaam is naar voren gericht en draait dus niet mee met de stappen die je maakt. Je start met je rechterbeen en stapt op tel één naar voren en op tel twee naar achteren. Dit herhaal je een aantal keer terwijl je linkerbeen op één plek blijft staan. Terwijl je rechterbeen naar voor en achter stapt, beweegt je rechterheup mee naar voren en naar achteren. Je armen bewegen op een natuurlijke manier mee terwijl je de beweging maakt. Vervolgens herhaal je de stap met je linkerbeen terwijl je rechterbeen op dezelfde plek blijft staan.



2 Fitnessvariatie bovenbeen. Wanneer je met je rechterbeen naar voren stapt, duw je de hiel in de grond en zak je licht door je knieën. Wanneer je been weer naar achteren stapt kom je met je lichaam weer omhoog. Hierdoor krijg je meer dynamiek in de bewe-

- 1 Basisstap 1 basiscumbia deel 1
- 2 Basisstap 1 basiscumbia deel 2
- 3 Basisstap 1 richtingsvariatie opzij

ging door het hoog-laag effect. Je traint de beenspieren. Dit herhaal je een aantal keren met je rechterbeen en vervolgens wissel je om naar je linkerbeen.

3 Richtingvariatie basisstap opzij.

Terwijl je met je rechterbeen van voor naar achter stapt gebruik je jouw linkerbeen om jezelf naar links te verplaatsen. Als het ware stap je met je rechterbeen naar voren en stap je kruislings over je linkerbeen. Daarna stap je met je linkerbeen opzij naar links en stapt je rechterbeen weer naar achter. Het komt erop neer dat tussen de stappen die je met je rechterbeen naar voor en achter maakt, je met je linkerbeen naar links stapt om naar de linkerkant van de ruimte te bewegen. Ditzelfde herhaal je met het gebruik van je rechterbeen om naar de rechterkant van de ruimte te verplaatsten terwijl je linkerbeen naar voor en achter stapt.

Cumbia basisstap 2: Sleepy leg

1 Sleepy leg. Je stapt met je rechterbeen

naar rechts terwijl je jouw linker been met een soepele slide beweging meesleept alsof je linkerbeen een lui been is. Terwijl je stapt houd je de armen losjes gespreid op schouderhoogte. Deze beweging doe je vier tellen lang. Bij elke tel maak je een stap met je rechterbeen, dus je maakt in totaal vier stappen. Herhaal ditzelfde met je linkerbeen.

2 Draaibeweging. Wanneer je de cumbia sleepy leg beweging maakt, en je dus met je rechterbeen vier tellen naar rechts stapt, dan maak je een draai naar rechts door met je linkerbeen vier stappen te maken terwijl je jouw bovenlichaam naar rechts draait. Je rechterbeen staat hierbij op één plek en fungeert als de as waar je omheen draait. Hetzelfde herhaal je met links.

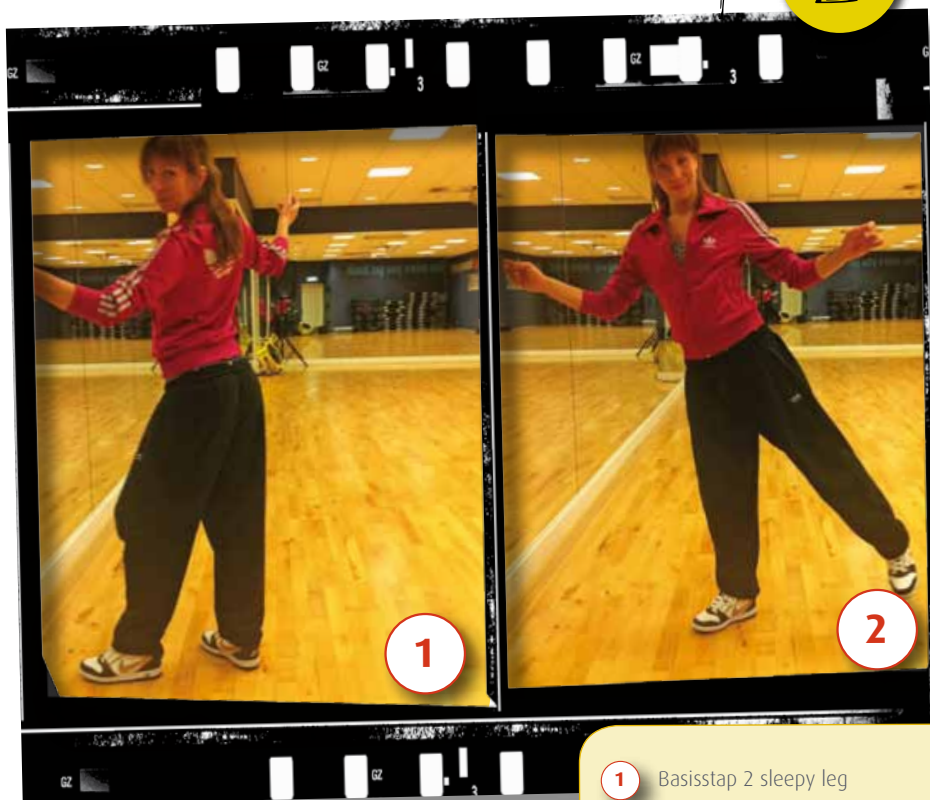
Cumbia basisstap 3: Sugar cane

1 Basis stap sugar cane. Deze stap is een variatie op de eerste stap uit de basis cumbia. Stap met één been naar voor en achter op de maat van de muziek terwijl de richting van

jouw bovenlichaam mee beweegt. Dus als je met je rechterbeen naar achter stapt draait je bovenlichaam mee naar rechts, wanneer je met je rechterbeen naar voren stapt draait je bovenlichaam naar links. Je handen plaats je in je in zij terwijl je deze beweging maakt. Dit herhaal je een aantal keer terwijl je linkerbeen op dezelfde plek blijft staan.

2 Armvariatie sugar cane. Wanneer je met je rechterbeen naar voren stapt zwaai je de rechterarm mee naar beneden tot op kniehoogte. Tegelijkertijd zak je lichtjes door je knieën. Wanneer je met je rechterbeen naar achteren stapt kom je weer rechtop te staan en zwaai je de rechterarm omhoog tot boven je hoofd. Dit herhaal je een aantal keer waarna je van been wisselt.

3 Fitnessvariatie squat. Wanneer je met je rechterbeen naar voren stapt zak je diep door je knieën waardoor je een squatbeweging maakt. Hiermee train je de beenspieren. Tegelijkertijd zwaait jouw rechterarm mee >>



Basisstap 2

- 1 Basisstap 2 sleepy leg
- 2 Basisstap 2 draaibeweging

Contact:

info@inmovement.nl

Basisstap 3



- 1 Basisstap 3 armvariatie
- 2 Basisstap 3 fitnessvariatie

naar beneden. Wanneer je met je rechterbeen weer naar achteren stapt kom je omhoog en zwaait je rechterarm mee tot over je hoofd.

Dit waren de drie basisstappen voor de cumbia volgens Zumba. Je hebt de basis cumbia, *sleepy leg* en de *sugar cane* geleerd. Bij elke basisstap zijn er variaties of elementen toegevoegd zoals armen, fitness of richting. Met de drie basisstappen, de bijbehorende variaties en eigen aanpassingen kan je diverse cumbia choreografieën maken voor je Zumba workout.

Tips en trucs voor een dynamische Zumbales

Aangezien dit het laatste deel van de KVLO Zumbareeks is willen we je nog een aantal tips meegeven om je Zumba les dynamisch en 'fun' te maken!

Tip 1: dans met volle overgave

De dansbewegingen van Zumba zijn simpel en makkelijk te volgen. Daarom is het enorm van belang dat je als docent met veel power en enthousiasme de moves uitvoert. Hierdoor krijg je de leerlingen makkelijker mee en heb je zelf ook een goede workout!

Tip 2: maak je eigen choreografieën

De basisstijlen merengue, salsa en cumbia zijn uitgelegd in deze driedelige Zumbareeks. Met deze dansstijlen en de bijbehorende variaties kun je een hele Zumbales in elkaar zetten. Je kunt zelf variëren met de bewegingen die je het leukst vindt. Wees creatief en bedenk je eigen moves. Wanneer je zelf dansbewegingen creëert kan je vol overtuiging lesgeven doordat je dansbewegingen maakt die het beste bij jou passen.

Tip 3: zorg voor een goede lesopbouw

De Zumbales dient zodanig opgebouwd te worden dat per muzieknummer de nadruk ligt op een paar spiergroepen die uitvoerig getraind worden in een bepaalde dansstijl. Zorg ervoor dat je intensieve dansstijlen (zoals merengue) afwisselt met minder intensieve dansstijlen (zoals cumbia). Wanneer jouw Zumbales een doordachte opbouw heeft dan is deze goed vol te houden en verhoog je het plezier!

Tip 4: breng variatie in je Zumbales

Wanneer je een Zumbales hebt samengesteld kun je deze les een aantal keer herhalen. Als je jouw Zumbaworkout drie keer met een frequentie van één keer per week herhaalt

dan kennen de leerlingen de danspassen uiteindelijk goed genoeg om deze met meer overtuiging uit te voeren zodat het een echte fitnessworkout wordt. Tevens hebben leerlingen die voor het eerst kennismaken met Zumba even de tijd nodig om over de schaamte voor het dansen heen te komen. Na een paar lessen is dat vaak al stukken minder en doen de leerlingen goed mee. Mocht je de Zumbales een langere periode dan drie weken geven dan kan je een aantal choreografieën en muzieknummers vervangen door nieuwe choreografieën vanuit dvd's van de Zumba company of zelfgemaakte choreografieën. Hierdoor houd je het voor jezelf als docent een uitdaging en hebben de leerlingen ook iets nieuws om zich in vast te bijten. Heel veel succes!

Wil je graag meer tips en uitleg over Zumba? En ben je benieuwd naar de laatste basisstijl van Zumba genaamd Reggeaton? Ga dan naar www.inmovement.nl

Sentini Grunberg is mede-eigenaar van InMovement www.inmovement.nl ◀



Groepslessen MRT

Zorg voor beweging

Marcel Hooning en Wim Kaandorp

Elsevier, Amsterdam (2011)

Prijs € 69,95



Ieder kind heeft het recht goed en plezierig te kunnen bewegen. Nu lopen sommige kinderen achter met hun motoriek waardoor voor hen het bewegen minder plezierig en goed is dan zou mogen worden verwacht. Met hulp van de inhoud van dit boek kan daaraan wat worden gedaan. In heldere taal met goed uit te voeren oefeningen wordt aan kinderen die extra hulp behoeven een bewegingsaanbod gedaan.

Juist omdat men op school bang is deze zorg uit te besteden, is dit boek op de markt gebracht. De auteurs hebben vanuit hun praktijk ruime ervaring met kinderen met een bewegingsachterstand. Deze ervaringen zijn nu aan het papier toevertrouwd. Hiermee hopen ze dat de kinderen op school kunnen worden geholpen hun achterstanden in te lopen.

Het boek bestaat uit drie delen: de docentenhandleiding, de lessen en de oefenkaarten van de week.

Het spreekt voor zich dat in de handleiding de bedoeling van de auteurs duidelijk wordt. Basis zijn elf (motorische) ontwikkelingsgebieden die de auteurs onderscheiden. Ik noem daarvan symmetrie, dissociatie, oog-handcoördinatie, bewegingsgevoel, angst om te bewegen en het sociaal-emotionele aspect van het bewegen.

Het tweede deel bestaat uit de leskaarten. In iedere les worden vijf onderdelen benoemd: organisatie, lesbeschrijving, niveaubeschrijving, differentiatie en de oefening van de week. De kaarten zijn van stevig materiaal en kunnen worden uitgeklaapt (liggend A3-formaat). De vijf genoemde onderdelen zijn daarop helder uitgewerkt en worden ondersteund door tekeningen en foto's.

Het derde deel zijn de oefenkaarten. Daarop staat in eenvoudige taal

wat je moet doen plus differentiaties naar makkelijker en moeilijker. De onderwerpen zijn weer de bovengenoemde ontwikkelingsgebieden. Kopieën worden aan de kinderen meegegeven om op een vast tijdstip thuis te oefenen. Doel is automatisering van de bewegingen. Alles is geordend in een stevige ringband zodat het materiaal per les kan worden uitgenomen.

Groepslessen MRT is een welkome aanvulling voor leerkrachten werkzaam in het basisonderwijs. Het zal zijn weg naar de gebruikers, ondanks de prijs, zeker vinden.

Het organiseren van wedstrijden en spelen

J.G. Wedel

8^e druk, herziene editie 2010

De Vrieseborch (onderdeel De fontein/Tirion, Baarn)



De eerste uitgave van dit boek verscheen bijna vijftig (50!) jaar geleden. Sindsdien is er heel wat gebeurd op het gebied van bewegen en sport. Ook de wijze waarop toernooien en andere competities worden georganiseerd heeft heel wat verandering ondergaan. In dit naslagwerk vind je alle denkbare vormen van organisatie gebundeld. De aloude uitdagings-, afval- en poulesystemen, maar ook wat er komt kijken bij het organiseren van een evenement. Alle zaken waarop je dient te letten of het nu ploegen of individuen betreft passeren de revue. Survivalactiviteiten worden tot in details beschreven, van de aanvraag over een terrein te mogen beschikken tot aan de samenstelling van puntentabellen op basis van waarschijnlijkheidsberekening.

In elke sectie LO zou een exemplaar in de boekenkast moeten staan.

Hans Dijkhoff

Sportaanbod voor het onderwijs

Ondersteuningsconcepten van sportbonden voor schoolactieve verenigingen

Precies een jaar geleden werden in een publicatie in dit vakblad (LO 4, april 2010) de contouren van het (deel)project 'Sportaanbod voor het onderwijs' (uit het beleidskader sport, bewegen en onderwijs) geschetst. Doel van dit project is om 'kansrijke' sportverenigingen en scholen te laten samenwerken met als doel samen sportaanbod aan te bieden. De 19 deelnemende sportbonden ondersteunen hun sportverenigingen hierbij. Inmiddels zijn er grote stappen gemaakt op weg naar de doelstelling van 1500 schoolactieve verenigingen in 2012. Maar er liggen op nog veel meer plaatsen in het onderwijs kansen! In dit nummer ook voorbeelden van dit project.

Door: Jorg Radstake



Verbinding school&sport

Om meer jongeren te laten sporten en bewegen is een structurele verbinding tussen sport en onderwijs van belang. Niet alleen in het kader van de lichamelijke fitheid, maar ook om een leven lang te genieten van sport! In het onderwijs betekent dat niet alleen les van een professional met als doel het ontwikkelen van brede motorische vaardigheden. Ook een brede sportoriëntatie (startend vanaf minimaal de bovenbouw van het primair onderwijs en gedurende de gehele voortgezet onderwijsperiode) is van belang, met minimaal twee keer per jaar een kennismaking met een nieuwe sport en twee keer per jaar kennismaken met sporten bij een vereniging. Positieve ervaringen op het gebied van sport op jonge leeftijd kunnen namelijk bijdragen aan een hernieuwde sportkeuze en -participatie op latere leeftijd. Dit om te voorkomen dat jongeren stoppen met sport!

Ondersteuningsconcepten

Inmiddels nemen negentien sportbonden actief deel aan het project 'Sportaanbod voor het onderwijs' en hebben alle een slim sportconcept ontwikkeld om meer kinderen aan het sporten te krijgen en te

houden. Daarnaast zijn er natuurlijk ook nog enkele sportbonden die niet deelnemen aan dit project maar toch relaties aangaan met scholen/het onderwijs. Uitgangspunt van deze concepten is dat (school)actieve verenigingen deze concepten adopteren en gaan samenwerken met scholen. NOC*NSF ondersteunt de sportbonden hierbij. Deze sportconcepten – globaal bestaande vanuit les – en materiaalpakketten, het inzetten en faciliteren van deskundig (verenigings)kader tot extra verenigingsondersteuning – staan per sportbond uitgewerkt op www.nocnsf.nl/sportenonderwijs.

Schoolactieve verenigingen zijn in staat om ...

- aanbod te verzorgen voor minimaal 20 contacturen op jaarbasis
- dat aansluit bij hetgeen in de onderwijssetting aangeboden wordt
- voor, tijdens of direct na lestijden
- en (bij voorkeur) verzorgd wordt in de 'schoolse setting'
- door deskundig (verenigings)kader.





Resultaten

Momenteel zijn er al ruim 600 schoolactieve verenigingen in beeld en daarnaast hebben we een beeld van een nog groter aantal, dat al enige vorm van samenwerking met het onderwijs heeft. Deze zijn door één of meerdere filters (provincie en/of plaats en/of sport) aan te brengen via de database op bovengenoemde website oproepbaar. Op deze wijze trachten we je op een eenvoudige wijze inzicht te geven in de verenigingen op lokaal niveau, die van meerwaarde (kunnen) zijn bij het realiseren van een passend sportaanbod voor je leerlingen. Natuurlijk is de database (nog) niet volledig, maar dit zijn wel de verenigingen (schoolactief of schoolgeoriënteerd), die bij de sportbonden in beeld zijn en zodoende ook gebruik (kunnen) maken van de specifieke, slimme sportconcepten.

Kansen voor jouw school

Sporten levert niet alleen een belangrijke bijdrage aan de motorische ontwikkeling, maar heeft ook een positief effect op de cognitieve ontwikkeling. Helaas is nog niet overal het belang van een structureel sportaanbod op en direct na school geland. Tegelijkertijd excelleren steeds meer scholen voor primair en voortgezet onderwijs met een uitgebreid sport- en beweegaanbod (dit wordt bijvoorbeeld bevestigd door het groeiende aantal sportactieve scholen, een samenwerking van KVLO, NISB en NOC*NSF). Niet alleen door een (duale) vakleerkracht of combinatiefunctionaris die een binnen-schools lesprogramma met sportoriëntatie heeft ontwikkeld, maar juist door een aanvullend sportprogramma dat samen met lokale sportverenigingen wordt neergezet. Nu worden de verenigingen, waarmee je wenst samen te werken ondersteund door hun sport-

bond om daadwerkelijk in staat te zijn een aanbod te verzorgen, die uitgaat van het kind/de leerling of zoals de sport zegt 'de sportconsument'. Zonde als de verenigingen waarmee je samenwerkt, deze ondersteuning niet ontvangt!

Meer informatie

Via de website www.nocnsf.nl/sportenonderwijs kun je zich laten inspireren en vind je alle informatie over het project 'Sportaanbod voor het onderwijs' en de kansen die het project jou, jouw school en uiteraard de leerlingen biedt. Op deze site vind je onder meer:

- een overzicht van alle (ondersteunende) slimme sportconcepten van de deelnemende sportbonden
- een actueel overzicht van alle schoolactieve sportverenigingen (complete database)
- een contactformulier voor het maken van een afspraak met één van de sportbonden
- inspirerende best practices (zie beschreven voorbeeld van een atletiekvereniging elders in dit blad).

Graag daag ik je uit om in gesprek te gaan met lokale verenigingen, een sportbond of de gemeente om te kijken op welke manier jij en/of jouw school een bijdrage kan leveren om de sportparticipatie bij de leerlingen van je school verder te vergroten!

Over de auteur

*Jorg Radstake is als opleidingsdocent (Lichamelijke Opvoeding) aan Calo Windesheim voor een periode van drie jaar (gedeeltelijk) gedetacheerd en als projectleider sport en onderwijs binnen NOC*NSF en verantwoordelijk voor het project 'Sportaanbod voor het onderwijs'. Dit is één van de (deel)projecten van het beleidskader sport, bewegen en onderwijs (zie www.sportbewegenenonderwijs.nl). ◀*

Contact:

Jorg.Radstake@noc-nsf.nl

'Schoolatletiek verlaagt drempel om te gaan sporten'



ARNHEM - De Atletiekunie is al langere tijd bezig met programma's voor het basisonderwijs. Geen wonder dat de bond graag meedoet aan het project 'Sportaanbod voor het onderwijs'. Zo kan men bijvoorbeeld '1K Runaway', de Sprint Challenge en 'IRun2BFit' nóg beter onder de aandacht brengen en verenigingen ondersteunen om (ook) schoolactief te worden.

Door: Dorien van der Burg

Met onze bestaande jeugdprogramma's focussen we ons natuurlijk al jaren op de doelgroep scholieren, maar dankzij het nieuwe subsidieprogramma kunnen we verenigingen nóg gericht helpen om het atletiekaanbod structureel in het onderwijs te verankeren", vertelt Dorien van der Burg, bij de Atletiekunie verantwoordelijk voor schoolatletiek. "Wij stimuleren de samenwerking tussen verenigingen en scholen op allerlei fronten. Als bond ondersteunen wij de verenigingen met advies op maat en bovendien kunnen wij benodigde materialen beschikbaar stellen. Zo kunnen zij verschillende activiteiten of evenementen zelf organiseren en uitvoeren, met in 2011 een financiële ondersteuning voor de samenwerking met scholen. Daarnaast kunnen ook scholen zelf bij ons aankloppen, dan brengen wij hen in contact met een atletiekvereniging in de buurt."

Voortgezet onderwijs

Voor het voortgezet onderwijs heeft de Atletiekunie de Sprint

Challenge ontwikkeld en de Stichting IRun2BFit heeft het IRun2BFit op poten gezet en werkt hierin samen met de Atletiekunie. Bij de Sprint Challenge wordt in een tijdsbestek van twee á drie uur kennism gemaakt met verschillende sprintvormen, zoals de 100 meter en de estafette. De jongeren worden geïnstrueerd en krijgen de gelegenheid om te oefenen, waarna er een kleine competitie plaatsvindt met een prijsuitreiking. Voor het organiseren van een Sprint Challenge kan een vereniging bij de Atletiekunie kosteloos een pakket afnemen, bestaande uit onder meer T-shirts, lanyards en prijzen. "Voor het inhuren van een elektronisch tijdmeet- en startreactiesnelheid-apparaat of een DJ voor de muzikale omlistung, kunnen verenigingen bij ons ook een subsidie aanvragen", vertelt Dorien van der Burg.

Is de Sprint Challenge vooral leuk om te doen, IRun2BFit maakt jongeren van het voortgezet onderwijs meer bewust van het effect van bewegen en een gezonde leefstijl op hun gezondheid en fitheid, en laat hen dit op een plezierige manier in de praktijk ervaren. De tien weken van IRun2BFit staan in het teken van de ontwikkeling van de leefstijl. Jongeren ontdekken hoe hoog hun hartslag is als ze rennen, wat een goede conditie met energieniveau doet, wat ze wel of niet moeten eten, hoe belangrijk vochtinname is en of ze liever buiten of binnen bewegen.

Basisonderwijs

Een van de concrete projecten die de Atletiekunie aanbiedt voor verenigingen die met het basisonderwijs aan de slag willen, is 'Fun in Athletics'. Verenigingen hebben dan de mogelijkheid om in de wintermaanden en op de momenten dat de atletiekbaan door weersomstandigheden niet beschikbaar is, afgeleide vormen van de reguliere atletiektraining voort te zetten in een sporthal of gymzaal. Voor basisscholen biedt het programma een aangename afwisseling en uitbreiding op de reguliere oefenstof en mogelijkheden om op een eenvoudige manier kennis te maken met de atletieksport. Dorien van der Burg: "Naast complete pakketten zijn de materialen ook los te bestellen. Als ondersteuning op het Fun In Athletics materiaal zijn er een dvd, een handleiding, lessenboek, juryhandleiding en scorekaarten beschikbaar. Ook is er in een aantal regio's een Fun In Athletics scholierencompetitie opgezet,

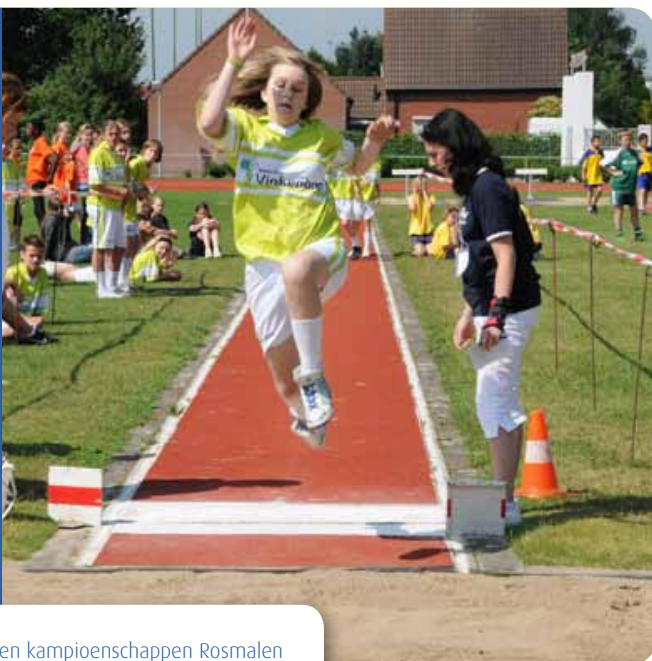


FOTO: JACK WAGHELE

Scholieren kampioenschappen Rosmalen



die wordt georganiseerd door een vereniging in samenwerking met scholen”.

“We kunnen ook helpen bij de opzet en organisatie van een schoolatletiekdag, met een officieel diploma Schoolatletiek of diploma Cross Country als bekroning voor iedere deelnemer. Steeds meer scholen maken in hun rooster plaats voor de schoolatletiekdag. De leerlingen staan bijna altijd te trappelen om mee te doen.” Een andere activiteit voor het basisonderwijs is de 1K Runaway, een leuke hardloophwedstrijd voor kinderen in de leeftijd van 7 t/m 12 jaar over exact één kilometer. Dorien van der Burg: “De 1K Runaway is een onderdeel bij verschillende loopevenementen. Iedereen mag hier aan meedoen, je hoeft geen lid te zijn van een vereniging. Een atletiekvereniging kan ook op kleine schaal een 1K Runaway organiseren. Dit kan de vereniging doen voor de eigen jeugdleden, maar ook in samenwerking met een of meerdere basisscholen in de buurt. Met behulp van een vlot lesboek kunnen kinderen eenvoudig worden voorbereid op het lopen van die 1.000 meter”.

Schoolatletiekcompetitie

Atletiekverenigingen kunnen voor basisscholen ook een scholierencompetitie organiseren, met in sommige regio's een regionale finale. Het Diplomaprogramma van de Atletiekunie kan hieraan worden gekoppeld en tevens kan er door de verenigingen bij de bond subsidie worden aangevraagd. Een groep verenigingen verenigd in de Werkgroep Schoolatletiek van de Regio West-Brabant (bij de Atletiekunie bekend als Regio 12) maakt hier al jaren dankbaar gebruik van. “Vanaf 1981 wordt er al in West-Brabant elk jaar een atletiektoernooi gehouden voor basisscholen. Dit was destijds een initiatief van het Brabants Nieuwsblad en de Rabobank, die ook heel lang samen het evenement als hoofdsponsors hebben ondersteund.

Talenten

Door de opzet van de schoolatletiekcompetitie (alleen de drie beste deelnemers van elke school tellen mee voor het eindklassement) kunnen ook kleinere scholen met minder kinderen meedoen. “Daarmee leggen we de drempel om kennis te maken met atletiek



De steeple bak



zo laag mogelijk”, zegt Van der Burg. “Andere voordelen van onze schoolcompetitie is dat we toch ook de nodige ‘verborgen’ talenten ontdekken. Tijdens de voorrondes en de finaledag houden vertegenwoordigers van de verenigingen alle deelnemers nauwlettend in de gaten. Bij opvallende prestaties worden deze kinderen extra gestimuleerd om lid te worden van de club en zich verder te bekwamen in één of meerdere onderdelen van de atletieksport. Zo zijn er al verschillende Nederlandse kampioenen bij de junioren voortgekomen uit onze schoolsportkampioenschappen. Maar daarnaast zijn er ook genoeg kinderen lid geworden van een van onze verenigingen omdat ze het gewoon leuk vonden om op recreatief niveau, maar toch georganiseerd, aan sport te gaan doen. Hetzelfde geldt voor ouders die door de schoolatletiekcompetitie zijn geïnspireerd om (weer) actief te worden of vrijwilligerswerk bij een van de clubs te gaan doen!”

Voor meer info over Jeugdathletiek en school of Schoolatletiek in West-Brabant kijk je op kvloweb.nl.

Foto's: Jack Machielse ◀

Contact:

dorien.vanderburg@atletiekunie.nl

Gym's'cool, een digitale tool voor vaksecties LO

De SLO heeft een digitale webenquête ontwikkeld voor vaksecties lichamelijke opvoeding in het voortgezet onderwijs. Vier scholen uit het voortgezet onderwijs hebben gedurende twee jaar als pilot de webenquête Gym's'cool bij leerlingen uit klas 1 en klas 3 uitgetoetst. Vanaf dit schooljaar bestaat ook voor andere scholen uit het voortgezet onderwijs de mogelijkheid om deel te nemen aan Gym's'cool. Kijk voor meer informatie op www.slo.nl/gymscooldemo.

Door: Berend Brouwer en Ger van Mossel

E "Een professionele vaksectie kan dit onderzoek goed inzetten voor verdere ontwikkeling"
"De resultaten zijn soms wel confronterend"

Wat is Gym's'cool?

Gym's'cool is een eenvoudig af te nemen webenquête onder leerlingen en docenten lichamelijke opvoeding aan het einde van het schooljaar. Via Gym's'cool krijg je inzicht in hoe je leerlingen de lessen bewegingsonderwijs waarderen en hoe hun beweeg- en sportgedrag is in hun vrije tijd. De gegevens van de leerlingen worden steeds vergeleken met gegevens van andere scholen (de zgn. benchmark), en waar dat interessante inzichten oplevert, aangevuld met gegevens uit de docentenvragenlijst.

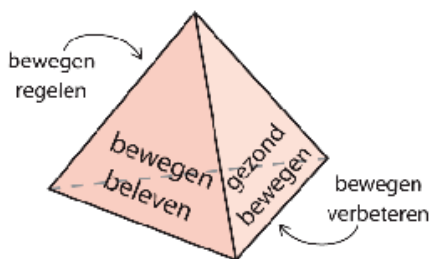
Waarom meedoen aan Gym's'cool?

Op grond van de resultaten kun je bijvoorbeeld met de vaksectie lichamelijke opvoeding achter het volgende komen.

- Wat vinden de leerlingen van het huidige programma LO?
- Wat zijn de verschillen in waardering tussen jongens en meisjes, leerjaar 1 en 3 en onderwijstypen?
- Wat is de deelname van de leerlingen aan on- en georganiseerde sport?
- Aan welke naschoolse sport hebben de leerlingen behoefte?
- Welke beweegmotieven vinden de leerlingen belangrijk?

Waaruit bestaat Gym's'cool?

Leerlingen uit klas 1 en klas 3 vullen aan het eind van het schooljaar per klas in een computerlokaal een digitale webenquête in. Dit vergt



Vier sleutels voor kwaliteit

De resultaten uit de webenquête zijn inhoudelijk onder te verdelen in leerlingkenmerken aan de ene kant en kwaliteitskenmerken van LO aan de andere kant.

Leerlingfactoren	Kwaliteitskenmerken LO
<ul style="list-style-type: none"> ● geslacht, leerjaar en type onderwijs ● sportdeelname ● motieven om te bewegen en te sporten ● bewegingsvaardigheid 	<ul style="list-style-type: none"> ● De opvatting van leerlingen over hun docent LO ['nice and good'] ● De kwaliteitsleutels voor LO ● Bewegen verbeteren ● Bewegen regelen ● Gezond bewegen ● Bewegen beleven ● De waardering van leerlingen over LO

enige organisatie van de school. De docenten LO doen dat op een eigen gekozen moment. Nadat alle leerlingen en docenten de webenquête hebben ingevuld, krijg je een schoolrapportage. Bovendien krijg je een powerpoint-document met alle 47 tabellen. Je kunt dit document gebruiken bij een bespreking van de schoolrapportage tijdens een vaksectieoverleg of bijvoorbeeld bij een presentatie naar collega's.

Schoolrapportage

De schoolrapportage biedt zicht op wat de leerlingen vinden van de gerealiseerde kwaliteit van de lessen LO. Als referentiekader gelden de vier kwaliteits sleutels uit het Basisdocument Bewegingsonderwijs voor onderbouw van het VO: bewegen beleven, bewegen verbeteren, bewegen regelen en gezond bewegen. Het gebruik van het basisdocument is geen voorwaarde om Gym's'school af te nemen.

Voorbeelden van enkele resultaten uit de pilot

In de schoolrapportage staan 47 tabellen met resultaten. Hieronder geven we aantal voorbeelden. De pilotschool wordt vergeleken met een kleine benchmark van vier pilotscholen. Aan deze benchmark kunnen geen representatieve conclusies worden verbonden.

Aan de leerlingen zijn diverse vragen gesteld over hun sportdeelname in de afgelopen twaalf maanden. Hieronder zie je een voorbeeld van tabel 1 uit één van de schoolrapportages met het gemiddelde aantal sporten in de afgelopen twaalf maanden. In tabel 2 staan de tien meest beoefende on- en georganiseerde sporten van één van de pilotscholen en van de benchmark. Een ander belangrijk resultaat is dat de school het aantal leerlingen met één of meerdere zwemdiploma's krijgt teruggerapporteerd. Van de benchmark heeft 94 procent van de leerlingen één of meerdere zwemdiploma's.

In de webenquête worden vijf uitspraken voorgelegd over school-sport. Tabel 4 is een voorbeeld uit een van de schoolrapportages met



FOTO: ANITA REEMERSMA

het aantal procenten van leerlingen dat met een uitspraak eens of helemaal eens is.

Tabel 12 uit de schoolrapportage is een voorbeeld met het oordeel van jongens en meisjes over hun 'eigen beleefde' bewegingsvaardigheid. Bij de vier pilotscholen zijn jongens positiever over hun eigen >>

	School			Benchmark		
	klas 1	klas 3	totaal	klas 1	klas 3	totaal
Georganiseerde sporten	1,3	1,1	1,2	1,3	1,3	1,3
Ongeorganiseerde sporten	3,6	2,7	3,1	2,9	2,3	2,6

Tabel 1. Gemiddeld aantal sporten in de afgelopen twaalf maanden

School	Benchmark
voetbal (veld)	voetbal (veld)
voetbal (straat, panna)	voetbal (straat, panna)
basketbal	hardlopen/joggen/trimmen
tennis	tennis
fitness (cardio/kracht)	fitness (cardio/kracht)
zwemmen (banen)	danssport (jazzdans, streetdans, capoeira etc)
voetbal (zaal, futsal)	zwemmen (banen)
hardlopen/joggen/trimmen	basketbal
badminton	badminton
danssport (jazzdans, streetdans, capoeira etc)	tafeltennis

Tabel 2. De tien meest beoefende sporten

Contact:

g.vanmossel@slo.nl, b.brouwer@slo.nl

		School	Benchmark
School sport	Op mijn school kan ik na schooltijd leuke sporten doen	62	36
	Ik vind dat er bij ons op school voldoende beweeg en sportactiviteiten worden georganiseerd	63	54
	De school stimuleert mij tot bewegen en sport	51	42
	Ik zou willen dat de school meer naschoolse sporten aanbiedt	30	26
	Ik zou vaker aan naschoolse sport willen meedoen op school	32	23

Tabel 4. In hoeverre kloppen de volgende uitspraken voor jou? (percentage (helemaal) mee eens)

	School		Benchmark	
	jongens	meisjes	jongens	meisjes
Bewegingsvaardigheid	3,8	3,3	4,0	3,2

Tabel 12. Eigen gemiddelde bewegingsvaardigheid: verschillen tussen jongens en meisjes (schaal 1 - 6)



Naschoolse activiteiten

bewegingsvaardigheid dan meisjes. Op de betreffende pilotschool zijn de verschillen tussen jongens en meisjes kleiner dan in de benchmark.

Aan de leerlingen wordt ook gevraagd welke activiteitsgebieden volgens hen te weinig, in voldoende mate of te veel aan bod komen tijdens de lessen LO. Dezelfde vraag is tevens aan de docenten LO gesteld. In tabel 18 van de schoolrapportage ziet u het resultaat van één pilotschool. Over de alternatieve activiteiten zijn de leerlingen en docenten het redelijk eens.

Tot slot geven we in tabel 38 en 39 een voorbeeld met resultaten over de waardering van leerlingen uit respectievelijk klas 1/3 en vmbo/avo over LO. Zowel op de pilotschool als in de benchmark neemt de waardering over LO in klas 3 af (tabel 38). In tabel 39 zien we dat de waardering van de vmbo-leerlingen van de pilotschool beduidend lager is dan de waardering van de vmbo-leerlingen uit de benchmark.

Formuleren van verbeterpunten

De SLO heeft aansluitend aan de verspreiding van de schoolrapportages een adviesbijeenkomst verzorgd op de pilotscholen. Tijdens de adviesbijeenkomst werden de opvallendste resultaten besproken en gezocht naar mogelijke verklaringen. De adviesbijeenkomsten werden door de docenten LO als zeer inspirerend ervaren. Tijdens de bijeenkomsten formuleerden de vaksecties een aantal verbeterpunten voor het volgende schooljaar. Voorbeelden van gekozen verbeterpunten zijn:

- meer rekenschap geven aan beweegmotieven van meisjes
- invoeren van meerdere keuzemogelijkheden in het programma van klas 3
- opnemen van op fitheid gerichte activiteiten in het programma
- minder belang hechten aan het verbeteren van bepaalde bewegingsvaardigheden bij vmbo, maar meer op het 'bewegen beleven' door de leerlingen.

		leerlingen			docenten LO		
		te weinig	in voldoende mate	te veel	te weinig	in voldoende mate	te veel
reguliere activiteiten	Spel	14	68	18	0	100	0
	Turnen	28	60	11	0	100	0
	Atletiek	26	62	12	0	100	0
alternatieve activiteiten	Zelfverdediging	63	30	6	67	33	0
	Bewegen op muziek	45	40	14	44	56	0
	Zwemmen	68	28	4	89	11	0
	Fitness-activiteiten	60	34	6	56	44	0
	Andere activiteiten	38	50	12	67	33	0

Tabel 18. Welke activiteiten komen volgens de leerlingen en docenten LO te weinig, in voldoende mate of te veel aan bod tijdens de gymlessen? (%)

		School		Benchmark	
		klas 1	klas 3	klas 1	klas 3
Gymles	Ik ga graag naar de gymles	69	54	68	59
	Ik vind gym leuk	72	60	72	64
	Ik ben tevreden over de gymlessen	65	51	64	57

Tabel 38. In hoeverre kloppen de volgende uitspraken voor jou? Verschillen tussen klas 1 en 3 (percentage (helemaal) mee eens)

		School		Benchmark	
		vmbo	avo	vmbo	avo
Gymles	Ik ga graag naar de gymles	51	65	63	64
	Ik vind gym leuk	56	70	68	69
	Ik ben tevreden over de gymlessen	49	61	59	62

Tabel 39. In hoeverre kloppen de volgende uitspraken voor jou? Verschillen tussen vmbo en avo (percentage (helemaal) mee eens)

Een docent LO over Gym's'cool

"Het afnemen van de enquête is goed te doen. De schoolrapportage is goed bruikbaar om de kwaliteit van LO te verbeteren. Een 'professionele' vaksectie zal dit onderzoek goed kunnen inzetten voor verdere ontwikkeling. Ik vond de resultaten soms ook wel confronterend! Wij zijn bijvoorbeeld als vaksectie LO er nog eens duidelijk op gewezen dat wij nog eens goed moeten nadenken over onze houding en onze lessen. De meest opvallende resultaten bij ons waren verder:

- * twee procent van de leerlingen heeft geen zwemdiploma
- * meisjes waarden LO beduidend lager dan jongens
- * onze zaal en het veld zijn prima in orde
- * wij hebben inderdaad geen goed ingericht schoolplein om te bewegen en te sporten. Het staat nu op een prioriteitenlijstje bij de directie!"

Nu deelnemen?

Ben je als vaksectie geïnteresseerd in Gym's'cool? Afname vindt eind mei/begin juni plaats in een computerlokaal bij leerlingen uit klas 1 en 3. Iedere leerling krijgt een toelichtende brief met een eigen inlogcode. De afname duurt ongeveer 15 minuten. Na de afname krijgt de school een schoolrapportage met de eigen resultaten en die van de benchmark. Bij deelname van veel scholen vergroot de benchmark. Een extra optie is dat individuele docenten een rapportage opvragen van de resultaten van hun eigen leerlingen. Daarnaast is het mogelijk dat de school een adviesbijeenkomst aanvraagt bij SLO. Tijdens de adviesbijeenkomst vat een medewerker van SLO de belangrijkste resultaten samen en formuleert de vaksectie een aantal vervolgstappen.

Meer informatie

Benieuwd naar 'Gym's'cool, een tool voor vaksecties LO? Op www.slo.nl/gymsooldemo vind je onder andere de webenquête, een voorbeeld van een schoolrapportage, de inlogbrief voor leerlingen en de kosten. ◀

‘Het gezicht in de wijk’

Combinatiefunctionaris onderwijs in Amersfoort

Het schooljaar 2009/2010 is het eerste volledige schooljaar geweest voor de Combinatiefunctionarissen Onderwijs in Amersfoort. Wat heeft de combinatiefunctionaris onderwijs het afgelopen schooljaar in de wijk gedaan? Wat is de betekenis voor de georganiseerde sport geweest? In dit artikel worden successen en valkuilen beschreven. Het geeft een beeld van de richting die de combinatiefunctionaris de komende jaren op moet gaan. Mits de gemeentelijke bezuinigingen worden doorstaan natuurlijk.

Door: Jan Hardeman

Eén jaar praktijk - naschools

De vier Combinatiefunctionarissen Onderwijs (CFO) zijn in het schooljaar 2009/2010 32 uur per week actief in vier zogenaamde ‘prioriteitswijken’ in Amersfoort. De CFO verzorgen vaklessen bewegingsonderwijs op twaalf scholen die zijn aangesloten bij een Amersfoortse Brede Scholen Combinatie (ABC) en organiseren het naschoolse sportaanbod in de wijk. Doelgroep voor die activiteiten zijn alle kinderen uit de wijk tussen de 4 en 12 jaar.

In nauwe samenwerking met de ABC-stuurgroepen, waar alle relevante wijkpartners in zijn vertegenwoordigd worden sportinstuiven, sportcursussen en kennismakingslessen sport voor de groepen 3 t/m 8 in een structureel aanbod georganiseerd.

Samenwerking met sportverenigingen

Naast het structurele aanbod (wekelijkse activiteiten op een vaste plaats, vaste tijd) zijn er in samenwerking met sportverenigingen en sportaanbieders kennismakingslessen/proeftrainingen georganiseerd. De rol van de CFO hierin is helder. Hij legt het contact met de vereniging, organiseert de kennismakingsperiode en zorgt voor de werving op de scholen. Hij neemt de kinderen soms letterlijk aan de hand mee naar de vereniging. De sportclubs hebben laten weten enthousiast te zijn over de manier waarop er samengewerkt wordt. In totaal is met dertien sportverenigingen samengewerkt. Belangrijkste struikelblok is niet zozeer de bereidheid van de vereniging, maar meer de afwezigheid van sportclubs in bepaalde wijken. Het is op zijn minst opmerkelijk te noemen dat juist in de wijken waar het zo belangrijk is, vaak maar weinig sportverenigingen of sportaccommodaties zijn.

Wijkoverstijgend

Dat de CFO een bruggenbouwer is blijkt wel uit het feit dat kinderen uit de verschillende wijken elkaar de afgelopen jaren hebben ontmoet bij diverse activiteiten. Zo maakten kinderen vanuit de wijk Liendert de overstap naar Kruiskamp om daar samen te sporten, kinderen uit Schuilenburg gingen tafeltennissen in Liendert en zwemmen in het Sportfondsenbad. In Kruiskamp ontmoetten kinderen

van verschillende scholen elkaar in de speeltuin of op de Krajicek Playground. Tenslotte kwamen kinderen van alle scholen bij elkaar op het Cruijff Court in het Soesterkwartier voor de stedelijke finales.

Ook heeft de CFO een rol gespeeld als intermediair voor het Jeugdsportfonds, of kinderen doorverwezen naar stedelijke interventieprogramma's zoals Club Extra of Bslim.





“Er is duidelijk sprake van een win-win situatie. De club wordt ondersteund in haar streven om meer maatschappelijk bezig te zijn in de wijk. De CFO zorgt namelijk voor de werving van de kinderen en de ondersteuning van de trainer bij de activiteiten na schooltijd. Daarnaast maken de kinderen en hun ouders kennis met een sportclub die vaak om de hoek is, maar die ze soms niet eens kennen!”
Paul Helvoort, voorzitter tennisvereniging Soesterkwartier

Eén jaar praktijk - onderwijs

Op basisscholen zijn steeds minder leerkrachten die bevoegd zijn om de lessen lichamelijke opvoeding te verzorgen. Het feit dat de CFO als vakleerkracht niet alleen lesgeeft maar ook de structuur van de lessen uitzet, wordt door alle scholen als een grote verbetering ervaren. Leerkrachten worden vaak wel actief betrokken bij de lessen, hetzij als observator van de kinderen, hetzij als ondersteuner bij onderdelen van de les.

Groot voordeel is het feit dat de CFO de leerlingen echt leert kennen. Dit maakt de drempel voor kinderen om na schooltijd naar een activiteit te komen, aanzienlijk lager. De CFO kan gericht kinderen gaan werven, bijvoorbeeld vooral kinderen aanspreken die zich minder laten zien bij naschoolse activiteiten.

“Door de structuur en regels die tijdens de gymlessen worden gehanteerd, merken we dat de kinderen diezelfde regels ook op het plein gaan toepassen. Bovendien werkt het enthousiasme van de vakleerkracht aanstekelijk op de kinderen; ze hebben meer plezier in het bewegen lijkt het.”

Eva Naaijkens, directeur Michielschool(SBO)

Contact:

jhardeman@sro.nl

CFO als onderdeel van het Bewegteam in de wijk

De combinatiefunctionaris is werkzaam bij SRO, de geprivatiseerde dienst Sport, Recreatie en Onderwijsvoorzieningen van de gemeente Amersfoort (www.sro.nl). Voordeel hiervan is dat er nauw kan worden samengewerkt met andere medewerkers die betrokken zijn bij het sporten en bewegen in de wijk.

Samen met de *Combinatiefunctionaris Wijk sport (CFW)*, die zich ook richt op de jongeren van 12 tot 18 jaar, vormt de CFO het Bewegteam van de wijk. Tussen hen vindt afstemming over activiteiten plaats, worden de doelgroepen besproken en soms wordt er gezamenlijk een toernooi georganiseerd. Relevante informatie vanuit verschillende overlegsituaties wordt aan elkaar doorgespeeld.

Met de *Verenigingsadviseur* vindt indien nodig overleg plaats over de sportverenigingen in de wijk. Hoe verloopt de samenwerking? Heeft de vereniging problemen? De CFO heeft contact met de sportverenigingen en gebruikt die contacten ook voor het stellen van vragen over het reilen en zeilen van de club, soms op aangeven van de verenigingsadviseur.

Tenslotte is er ook overleg met de *Coördinator Seniorensport*. Via de contacten met buurthuizen, welzijnsstichting en Stuurgroepen ABC wordt ook het aanbod TopFit (Beweggroepen voor senioren) onder de aandacht gebracht. Eventuele vragen worden doorgespeeld naar de coördinator Seniorensport.

CFO en stedelijke projecten

De combinatiefunctionaris vormt de schakel tussen een aantal stedelijke projecten en de kinderen/gezinnen op school. In zijn rol als vakleerkracht heeft hij een signalerende functie en kan kinderen >>



Lekker schommelen bij MRT

KRIS BERAS

doorverwijzen naar projecten als 'Vette Pret' en ClubExtra. Kinderen die aangeven dat ze niet kunnen sporten omdat er onvoldoende financiële middelen zijn (dit gaat meestal via de leerkracht), kunnen worden geholpen via het Jeugdsportfonds. De CFO is ook intermediair voor dit fonds.

Stedelijke voetbaltoernooien, zoals de Cruiff Court Competitie of het KNVB Straatvoetbaltoernooi worden onder de aandacht gebracht van de kinderen.

Verder is er ondersteuning bij activiteiten van het stedelijke gezonde leefstijlproject 'Bslim', speciale lessen over gezonde leefstijl, ondersteuning bij de Hap-en-Stap-Vierdaagse of andere themadagen van de scholen.

Het aanbod van het stedelijke project Kies je Sport (kennismakingscursussen bij Sportverenigingen) wordt door de CFO op de scholen gepromoot. Ook worden kinderen benaderd om lid te worden van de speciale Sportbuurtclub of Sportbuurtkids. Dit zijn sportgroepen in de wijk die speciaal zijn bedoeld voor kinderen die (nog) niet op een sportvereniging zitten.

Sportzomerkamp

In de eerste week van de Zomervakantie zijn 30 kinderen uit alle prioriteitswijken drie dagen op zomerkamp geweest. Aan het Henschootermeer hebben de kinderen, waarvan de meesten niet op vakantie gingen, allerlei sportieve activiteiten gedaan. Een geweldig kamp, met veel positieve reacties van ouders en kinderen.

Uitdagingen na een jaar CFO

1 Aanbod groep 7&8

Zoals gezegd staat het structurele aanbod als een stevig fundament. In het afgelopen halfjaar is gebleken dat het aantal deelnemers bij activiteiten van groep 7 en 8 wat achterbleef bij de andere groepen. Blijkbaar spreekt een structureel aanbod deze leeftijdsgroep minder aan. Via vragenlijsten wordt dit in schooljaar 2011/2012 onderzocht. Een invulling volgens het Whoznext-concept (leerlingen zélf een activiteit laten organiseren onder leiding van de CFO) en het aanbieden van incidentele activiteiten voor deze groep worden al uitgewerkt.

2 MRT ontwikkelen

Het opstarten van specifieke MRT-(motorische remedial teaching) groepen is een ontwikkeling die al is ingezet. Extra zorg voor de kinderen die dit nodig hebben. Op dit moment wordt er al op sommige scholen in kleine groepjes MRT aangeboden, vanaf februari 2011 wordt dit een structureel aanbod voor alle kinderen die deze extra zorg nodig hebben.

3 Aandacht voor gezonde leefstijl

Op alle scholen wordt de aandacht voor Gezonde Leefstijl (mede door de invloed van het GGD-programma Bslim) groter. Wij vinden dat de CFO hierin een grotere rol kan spelen. In samenwerking met de stuurgroepen en de partners van Bslim zal hij zich gaan inzetten om dit onderwerp op de agenda's van de scholen te krijgen. Een goede mogelijkheid hiervoor biedt het programma 'Lekker Fit', waar een aantal scholen al interesse voor heeft getoond.

4 Bereiken van de doelgroepkinderen

We willen, zoals ook verwoord in de visiedocumenten van de Brede Scholen, vooral die kinderen bereiken die de extra activiteiten écht nodig hebben. Kinderen waarbij sprake is van een achterstand, op welk gebied dan ook. Samen met de ABC Stuurgroepen willen we komen tot een werkwijze waarbij we dit zo kunnen realiseren.

5 Ouders betrekken bij activiteiten

Het streven naar grotere betrokkenheid van de ouders bij de activiteiten, op organisatorisch vlak maar óók als deelnemer (bijvoorbeeld via ouder-peuter gym) wordt ondersteund door de scholen. Ouderparticipatie is van groot belang als een attitudeverandering ten aanzien van sporten, bewegen en gezonde leefstijl wordt nagestreefd.

Tot slot

Afgelopen jaar is gebleken dat de CFO een belangrijke speler is in de wijk. Het enthousiasmeren, het in beweging brengen van de diverse doelgroepen, zorg dragen voor integrale ontmoeting en de samenwerking in de driehoek Buurt - Onderwijs - Sport versterken, wordt door alle partijen als een grote meerwaarde gezien.

Vier combinatiefunctionarissen in het onderwijs hebben in één schooljaar gezorgd voor:

- 48 lessen lichamelijke opvoeding per week op twaalf verschillende scholen
- gemiddeld acht naschoolse activiteiten per week, dat zijn 288 activiteiten per jaar
- dit betekent dat bijna 4.000 kinderen een uur lang hebben gesport bij één van de naschoolse activiteiten
- samenwerking met dertien sportverenigingen en Circus Amersfoort
- acht vakantieactiviteiten in twee verschillende vakanties
- één Sportief zomerkamp voor 30 kinderen die niet op vakantie gaan
- 20 kinderen die via het Jeugdsportfonds bij een sportvereniging terecht zijn gekomen.

Jan Hardeman is Manager Breedtesport (Onderwijs/Senioren/Aangepast Sporten/ Bewegen&Gezondheid) binnen SRO Amersfoort www.sro.nl ◀





Ging laatst bij een groot Nederlands warenhuis naar binnen en zag allemaal mopperende mensen. Wat was het geval? De roltrap deed het niet meer. Gewoon op een verdieping. Het zou wat geweest zijn als het hele systeem was uitgevallen. Iedereen moest een verdieping met de trap, want met het wachten op de lift schoot je helemaal niet op, zulke dikke rijen stonden er. Goh, wat zijn we eigenlijk verwend om geen inspanning te hoeven leveren. En als het dan een keer wel moet, worden we er nog chagrijnig onder ook.

Zo ook bij mijn school. Daar zie je steeds meer ouders hun kind droppen. Er ontstaat iedere ochtend en middag een file van heen-en-weer rijdende ouders die hun kroost komen brengen/ophalen. Hun gezichten staan niet vrolijk als ze moeten wachten. En keren kan niet want het is eenrichtingsverkeer. Van vele leerlingen weet ik dat ze niet meer dan tien fietsminuten van school wonen. Wat is dat toch?

Ligt het aan de huidige jeugd? Ja dat ook, maar ook aan de ouders die het steeds gemakkelijker opnemen. Omdat ze denken zo nog meer rendement uit hun tijd te halen, brengen ze hun kind naar school om daarna direct door te rijden naar hun werk. Maar ook willen ze sneller 'van het gezeur af zijn'. Zo gauw een kind begint te piepen stoppen ze het een speen in de mond, later zetten ze het voor de tv, nog later krijgen de lieverds een gamebox en als het te hard waait brengt ma/palief het kroost naar.....

Hoe kunnen we dat doorbreken? Bewegen belonen is er zo een. En dan bedoel ik geen snoepje of iets van dien aard. Nee het bewegen zelf moet de beloning zijn. Op diverse plaatsen in de wereld heeft men op metrostations de trappen naast de roltrap voorzien van pianotoetsen in het groot. 66 Procent van de metrogangers neemt nu de gewone trap in plaats van de roltrap. Tijdens het lopen kunnen ze een melodietje spelen. Maar zelfs het geluid van de toetsen bij het omhoog/omlaaglopen is al voldoende voor mensen om de trap

te nemen. Een ander initiatief is het maken van muzikale tegels op pleinen. Door het op de verschillende tegels stappen maak je je eigen melodie. Op YouTube vind je allerlei filmpjes die het effect laten zien (voor links zie kvlweb.nl).

Dat bewegen van belang wordt geacht, vinden we gelukkig ook terug in reclame. Een bepaald soort margarine laat vitale mensen zien die liever de trap nemen dan te wachten tot de lift komt. Reclames laten zien dat je van bewegen vrolijker en vitaler wordt. Ook hier loont het bewegen dus!

Steeds vaker wordt de Nederlandse norm voor gezond bewegen aangehaald: een half uur matig intensief bewegen per dag voor volwassenen en een uur voor kinderen. Door het sponsoren van grote sportevenementen proberen multinationals in de food & beveragesector hun imago op te schonen. Naast hun calorieverspreidende producten met veel suikers en vetten komen light- en zero-calorievarianten op de markt.

Steeds vaker wijst onderzoek uit dat meer bewegen van invloed is op de cognitieve prestaties. De wetenschap ondersteunt de waarde daarvan en dus van ons vak steeds meer. Ook vanuit de Overheid zien we steeds meer initiatieven die het bewegen aanmoedigen. Binnenkort gaat de Nationale Sport Week weer van start, met daarin een keur aan mogelijkheden om te bewegen of beweegactiviteiten te ontplooiën. Goede initiatieven, maar zolang we kwaad worden als de roltrap ons niet naar de volgende etage brengt, zit het bewegen nog niet van binnen en dat is iets waaraan we met zijn allen moeten werken.

In mijn werk, maar ook thuis, zet ik mijn beste beentje voor. Je hebt tenslotte een voorbeeldfunctie....

Uitvals- verschijnselen

Mery Graal



Het bouwen van een gymnastieklocatie: een spanningsveld (1)

Het kabinet stimuleert de ontwikkeling van multifunctionele sportaccommodaties. Onder deze noemer vallen zowel de sportvelden, sporthallen, sportzalen en zwembaden, maar ook gymzalen, schoolpleinen, trapveldjes en speelplekken. Bij de ontwikkeling van deze sportaccommodaties dient rekening gehouden te worden met een spanningsveld. Aan de ene kant moet tegemoet gekomen worden aan de doelstellingen van de verschillende gebruikers, zoals kwalitatief goed bewegingsonderwijs, sportbeoefening en/of welzijnswerk. Aan de andere kant moet de bouw betaalbaar zijn. Dit kan door multifunctioneel te bouwen.

Door: Len van Rijn en Hans Dijkhoff

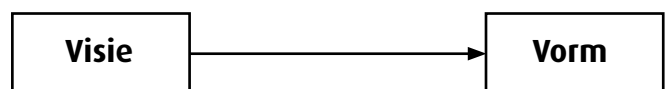
Uit de vragen die de afdeling Huisvesting van de KVLO regelmatig krijgt, blijkt dat docenten LO en andere gebruikers na de bouw van de door hen te gebruiken multifunctionele sportaccommodatie vaak niet tevreden zijn. Er is bijvoorbeeld onvoldoende visie omtrent de complexe combinatie van programmering binnen de accommodaties. Vaak is de oorzaak hiervan dat niet alle gebruikers betrokken zijn geweest bij het bouwproces.

Als er in je werkomgeving nieuwbouw of renovatieplannen zijn, is het van groot belang dat de invloed op het verloop rondom de te bouwen accommodatie voor LO snel en structureel georganiseerd wordt. Dit geldt zeker wanneer de school gebruik gaat maken van een veel omvangrijker multifunctioneel sportcomplex. Juist daarin moet je al op voorhand een samenwerking aangaan met de medegebruikers. Je moet wel oog hebben voor elkaars belangen en daar waar noodzakelijk zijn weloverwogen keuzes noodzakelijk. Juist in de maatschappelijke tendens dat er steeds minder monofunctionele gymzalen maar meer sportcomplexen voor meerdere soorten gebruikers worden gebouwd, is het van belang de specifieke onderwijsnormen rondom beweegaccommodaties te laten doorklinken.

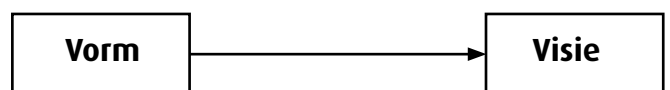
Van visie naar vorm

Om een accommodatie te laten bouwen waarin alle onderwijsrelevante voorzieningen worden meegenomen is de te kiezen werkwijze van 'Visie naar Vorm'. Hierin komen twee zaken aan de orde: 1 de visie op het bewegingsonderwijs dat in de accommodatie geprogrammeerd gaat worden en 2 een visie op de arbo-technische elementen rondom een onderwijswerkplek voor LO. Voor het eerstgenoemde is natuurlijk het vakwerkplan leidend. Bedenk dat dit een mooie gelegenheid is je vakwerkplan in een nieuwbouwsituatie te herzien op de kansen die de nieuwe accommodatie biedt. Zo kun je het vak met eigentijdse en vernieuwende activiteiten verfrissen. Als

de ruimte gedeeld gaat worden met verenigingen is voor de ontwikkeling van een programma van eisen rondom arbo-technische zaken een tweetal normprotocollen van belang; die van NOC*NSF, en die van de KVLO (zie <http://www.kvlo.nl/sf.mcgi?232>: KVLO normering gymzalen 2005).



Voor bewegingsonderwijs, geprogrammeerd in MFA's (multifunctionele sportaccommodaties), is er een risico dat het benaderingsmodel wordt omgedraaid vanwege de vele verschillende en soms tegenstrijdige belangen: van Vorm naar Visie.



Voorbeeld: er ligt een verenigings- of gemeentelijke eis om in de lange kant van de sporthal uitschuifbare tribunes te plaatsen: "dan komt er dus geen wandrek, want dat kan daar niet geplaatst worden."

Mogelijke oplossing: creatief ophangstelsel wandrekken boven de tribune. Of de leerlijnen klimmen, klauteren en diepspringen met ander materiaal vormgeven.

Van visie naar vorm betekent in dit verband: keuze en betrokkenheid bij de vaksectie...vanzelfsprekend binnen het beschikbare budget. In dit geval zijn de kosten van ophijsbare wandrekken wel erg hoog en ook niet altijd uit te voeren.



Met behulp van verrijdbare spiegels en een geluidsinstallatie op wielen maak je van elke basisgymzaal een dans-/beweegen- en muziekzaal.



Als uitbreiding van de steeds vaker toegepaste klimwanden zie je in veel zalen tegenwoordig ook een tokkelbaan. Eenvoudig te bevestigen tussen twee muren.



Normen

Een norm is iets anders dan wetgeving. Een norm is een door inhoudsdeskundigen afgesproken voorschrift waaraan men zich bij voorkeur dient te houden. In de wet staan louter 'onoverkomelijke' verplichtingen. De tendens van de afgelopen jaren is duidelijk om steeds minder onder wetgeving te laten vallen en steeds meer onder te brengen in normen. Specifieke regelgeving rondom arbeidsomstandigheden voor leerkrachten LO wordt vormgegeven in arbo-catalogi, met als ondergrens de arbowet die veel algemener van inhoud is. De arbo-catalogi worden op de CAO-onderhandelingstafel gekoppeld aan de CAO en door de PO-raad en de VO-raad onderhouden. De KVLO probeert daar waar mogelijk specifieke normen voor LO in de arbo-catalogi in te brengen (zie: <http://www.arbocatalogus-vo.nl/Normen/GymnastieklokaalendelessenLOinsportzalenen>).

De monofunctionele gymzaal

Monofunctionele gymzalen, puur en alleen bedoeld voor het verzorgen van bewegingsonderwijs, komen we de laatste jaren steeds minder vaak tegen. Daar waar ze nog wel gebouwd worden wordt vaak uitgegaan van de sterk verouderde normen uit het bouwbesluit (gebaseerd op regelgeving uit de jaren '60) waarbij, naast de veel te kleine vloernorm van 252 m² ook veel andere normen rondom de arbeidsplek voor bewegingsonderwijs niet zijn meegenomen. De KVLO heeft al in 2003 een circulaire uitgegeven waarin aangegeven staat dat de oppervlakenorm voor een monofunctionele gymzaal, op basis van onderwijskundige argumenten, al veel eerder opgetrokken zou moeten zijn naar 308 m².

Spanningsvelden rondom Multifunctionele Sportcomplexen (MFA's)

In een multifunctioneel sportcomplex maken diverse organisaties gebruik van de voorzieningen. Denk hierbij naast scholen ook aan verenigingen, naschoolse opvang, welzijnswerkers en soms medi- >>



De tumblingbaan is redelijk makkelijk uit te wisselen tussen meerdere zalen en maakt moeilijke bewegingen uit de turnsport beter bereikbaar voor minder vaardige bewegers.

Contact:

len.vanrijn@kvlo.nl



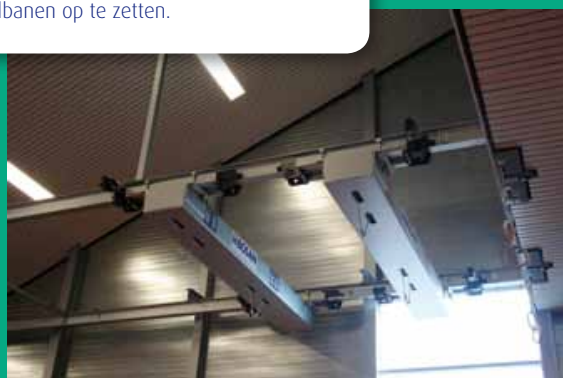
Boogschieten is met een speciaal afvangnet uitstekend te doen in en buiten de gymzaal.



Het moderne freerunnen is in de gymzaal relatief makkelijk en veilig uit te voeren als moderne hindernisbaan. Zeker met het gebruik van modern multifunctionele inventaris.



Met de juiste combinatie tussen klassieke en moderne basisinventaris (hijsonits en afspanpotten) zijn in de gymzaal uitgebreide survivalbanen op te zetten.



sche organisaties. Vaak ook nog uitgebreid met horecafaciliteiten. Allen instanties met hun eigen belangen, eigen wensen en vaak specifieke regelgeving. Het op de juiste manier afstemmen van de verschillende belangen en verplichtingen is een omvangrijk proces. Bij niet-inhoudskundigen heerst nogal eens het idee dat je in een verenigingsaccommodatie zonder meer ook bewegingsonderwijs kan geven. Daarom is het handig die specifieke eisen rondom bewegingsonderwijs al in een vroeg stadium van het bouwproces kenbaar te maken.

Kansen:

Het mogen bouwen van een nieuwe accommodatie biedt ook kansen. Het is een unieke gelegenheid om de doelstellingen uit het vakwerkplan eigentijds aan te passen. Zo kun je mooi aansluiten bij nieuwe ontwikkelingen binnen het bewegingsonderwijs. Op de foto's enkele mogelijkheden.

In het volgende artikel tips en trucs voor het inrichten van zalen.

Alle foto's Hans Dijkhoff, tenzij anders vermeld ◀



Ter nagedachtenis aan prof. dr. Henk Pijning

Henk Pijning was onder andere docent op de Halo, de Haagse ALO. Hij doceerde daar het vak psychologie vooral over zijn specialiteit motoriek en leren, die was gestoeld op de Russische leerpsychologie. Zijn verdienste voor ons vak is groter dan menigeen denkt. Daarom willen we, ook al is het in een later stadium, toch nog aandacht besteden aan zijn overlijden.

Door: Adri Vermeer

Persoonlijke herinneringen

PHet bericht van het overlijden van Henk Pijning op 14 oktober 2010 bereikte mij - en ook de KVLO - pas maanden na zijn overlijden. Henk heb ik altijd als een trouwe collega ervaren. Daarom verdriet het mij dat ik nu pas via dit 'in memoriam' afscheid van hem kan nemen. Zijn trouw betrof ten eerste mijzelf, met name tijdens mijn sollicitatie als bijzonder hoogleraar in de Wetenschap van de Lichamelijke Opvoeding en de Sport bij de Universiteit Utrecht. Henk had mij voorgedragen als zijn opvolger en droeg er aan bij dat ik dat ook in 1989 werd. Daarnaast was hij trouw aan zijn wetenschappelijke oriëntatie, de Russische leer- en onderwijspsychologie, zoals die door prof. dr. C.F. van Parreren, zijn leermeester, aan de Universiteit Utrecht werd onderwezen. Henk was consequent in het toepassen van dit gedachtegoed op de praktijk van de lichamelijke opvoeding, de sporttraining, de fysiotherapie en ergotherapie, maar ook in wat verder van zijn werkteerren afliggende therapeutische methoden als de Oefentherapie Cesar en Mensendieck. Tijdens zijn emeritaat werd hij nog gevraagd te adviseren bij een onderzoek naar de werkzame ingrediënten van Conductieve Opvoeding (ook wel de Petö-methode genoemd), een trainings- en onderwijsmethode voor kinderen met een hersenbeschadiging. In het verslag daarvan in 1998 is zijn inbreng wat betreft de door deze kinderen gebruikte leerstrategieën duidelijk herkenbaar. In 1987 nam hij actief deel aan de oprichting van 'Handelingen: Tijdschrift voor Handelingstheoretisch Onderzoek', waarvan Van Parreren de redactiesecretaris was. Hij publiceerde er een paar keer in. Jammer genoeg heeft het tijdschrift maar krap drie jaar bestaan. Mijn samenwerking met Henk was vooral in het kader van de cursussen Motorische Remedial Teaching, die onder de verantwoordelijkheid van de KVLO werden georganiseerd. Dat waren in tijd en inhoud stevige cursussen waarin Henk stevast het onderwerp 'motorisch leren' voor zijn rekening nam.

Zijn verbintenis aan de Universiteit Utrecht

Henk was de opvolger van prof. dr. Klaas Rijdsdorp, de eerste bezetter van de bijzondere leerstoel in de LO en de Sport. Toen ik Henk leerde kennen was hij verbonden aan de toenmalige Vakgroep Psychologische Functieleer/Psychonomie en niet aan de Vakgroep Pedagogiek, waaraan de bijzondere leerstoel voor en na hem verbonden was. Dat had te maken met het feit dat zijn leermeester Van Parreren aan die vakgroep verbonden was, maar vooral omdat zijn onderzoek daar de

best passende wetenschappelijke context vond. Eén van de collega's met wie hij toen nauw samenwerkte was prof. dr. Pieter Span. Ik herinner mij nog goed dat tijdens mijn opleiding als het ging over het motorische leren het koppel 'Span & Pijning' een begrip was.

Zijn curriculum vitae

Hendrik Frederik Pijning werd geboren op 12 maart 1924 in Amsterdam. Hij behaalde de MO-akte lichamelijke oefening in 1950 en studeerde Pedagogiek met de specialisatie Orthopedagogiek en als uitgebreid bijvak Psychologie bij Pieter Span van 1962 tot 1967 aan de Universiteit Utrecht. Na een periode als docent lichamelijke opvoeding in basisonderwijs, voortgezet onderwijs, en als docent Psychologie aan de Haagse Academie voor Lichamelijke Opvoeding (Halo), een benoeming in 1968 als conrector van de Werkplaats Kindergemeenschap in Bilthoven, volgde eveneens in 1968 de overstap als parttime wetenschappelijk hoofdmedewerker aan het Psychologisch Laboratorium bij de Universiteit Utrecht. In 1979 volgt zijn benoeming tot bijzonder hoogleraar aan diezelfde universiteit vanuit de Stichting voor de Wetenschap van de Lichamelijke Opvoeding en de Sport, een hoogleraarschap dat zal duren tot zijn emeritaat in 1989.

Het thema van zijn onderzoek

Het centrale thema in het werk van Henk Pijning betreft de relatie tussen zintuiglijke/motorische activiteiten en cognitieve of mentale handelingen. Zijn onderzoek heeft daarbij betrekking op de coördinatie tussen motorische en mentale handelingen bij het leren van doelgericht bewegen, de diagnostiek van motorische activiteiten en de remediering. Zijn onderzoek stelde daarbij sterk op de handelingspsychologie van Van Parreren. Zijn eerste omvangrijke publicatie betrof: *Het diagnostiseren en corrigeren van stoornissen in het schrijven* (1969).

Een van de eerste publicaties over eigen onderzoek is het artikel met Span in *Pedagogische Studiën* (1971). In dit artikel wordt de Utrechtse positie met betrekking tot het bewegingsonderwijs uiteen gezet. Tegenover een meer fenomenologische benadering, waarin een beweging geleerd wordt als een *Gestalt* met zo min mogelijk verbale, bewuste beïnvloeding, staat het standpunt van Pijning en Span. Zij benadrukken juist het belang van een bewuste, verbale beïnvloeding als deel van de oriënteringsbasis waarin een complexe handeling in deelhandelingen geleerd wordt. Deze oriëntering heeft mede tot doel om een fouten analyserende aanpak te stimuleren in plaats van een minder succesvolle moment-aanpak voordat automatisering van de beweging bereikt wordt. >>

Contact:

A.vermeer@uu.nl

Zijn dissertatie *Leren van een groot-motorische vaardigheid. Een kwalitatief leerpsychologisch onderzoek van de onderhandse volleybalserve* (1975), was de start van een serie boeken tot de jaren negentig waarin eenzelfde benadering domineerde. Het betreft de analyse van de handlungsstructuur (zie Van Parreren) die ten grondslag ligt aan de uitvoering van een doelgerichte beweging. Deze handlungsstructuur wordt opgedeeld in een oriënterende fase (invloed van Gal'perin), de monitoring bij de uitvoering en de controle (evaluatie) van de uitgevoerde handeling. De fouten analyserende en de minder effectieve moment-aanpak worden later door Pijning leerstijlen genoemd. In een van zijn laatste boeken *Handlungspsychologie, lichamelijke opvoeding en sport* (1990), geeft Pijning opnieuw het belang aan van de handlungspsychologie voor het bewegingsonderwijs en de sport. Pijning was één van de weinige psychologisch georiënteerde onderzoekers die zich met het bewegingsonderwijs bezig hield. Zijn werk heeft vooral invloed gehad op de opleiding van docenten in de lichamelijke opvoeding (de HALO, Haagse Academie voor Lichamelijke Opvoeding) en daardoor op de praktijk van het bewegingsonderwijs.

Zijn belangrijkste publicaties

- Pijning, H.F. (1969). *Het diagnostiseren en corrigeren van stoornissen in het schrijven*. Groningen: Wolters-Noordhoff.
- Pijning, H.F. & Span, P. (1971). De instructie bij het leren van bewegingen. *Pedagogische Studiën*, 48, 415-428.
- Pijning, H.F. (1975). *Leren van een groot-motorische vaardigheid: een kwalitatief leerpsychologisch onderzoek van de onderhandse volleybal-*

- serve*. Proefschrift. Utrecht: Drukkerij Elinkwijk.
- Pijning, H.F. (1978). *Motoriek en leren*. Groningen: Wolters-Noordhoff.
- Pijning, H.F. (1980). *De betekenis van het handelingsmodel voor de bestudering van motorische leerprocessen*. Groningen: Wolters-Noordhoff.
- Pijning, H.F. (1985). *Kwalitatieve motorische diagnostiek: een blauwdruk ter bepaling van 'innerlijke' activiteiten bij het bewegen*. Groningen: Wolters-Noordhoff.
- Pijning, H.F., Span, P., & Beurden, B. van (1988). *Psychologie in het onderwijs van motorische vaardigheden*. Groningen: Wolters-Noordhoff.
- Pijning, H.F. (1990). *Handlungspsychologie, lichamelijke opvoeding en sport*. Zeist: Jan Luiting Fonds.
- Pijning, H.F. (1990). Goed in gymnastiek, goed in leren? Afscheidsrede. *Lichamelijke Opvoeding*, 14, 628-632.
- Pijning, H.F. (1993). *Motoriek en leerpsychologie*. Haarlem: De Vrieseborch.
- Karel, E.J. & Pijning, H.F. (1998). *Conductieve Opvoeding Heliomare. Onderzoeksrapport*. Wijk aan Zee: Stuurgroep Conductieve Opvoeding Heliomare.

Een belangrijk deel van dit 'in memoriam' is ontleend aan een cv van prof. Pijning geschreven voor de 'Catalogus Professorum' t.g.v. 375 jaar Universiteit Utrecht door prof. dr. Gellof Kanselaar, em. hoogleraar Onderwijskunde.

Adri Vermeer, bijz. hoogleraar in de Wetenschap van de Lichamelijke Opvoeding en de Sport, em. hoogleraar Orthopedagogiek ◀

advertenties



EEN HARDE HAND VRAAGT EEN SOFTE TOUCH (EN ANDERSOM)

Dit najaar starten onze post-hbo opleidingen:

- Train-de-Trainer Agressiehantering (Nieuw)
- Trainer Weerbaarheid:
 - Specialisatie Kinderen
 - Specialisatie Volwassenen
 - Specialisatie Lesgeven aan pubers (Nieuw)

Gratis interactieve informatiemiddag op 27 mei a.s.
Aanmelden? Kijk dan op www.agressie.hu.nl of www.weerbaarheid.hu.nl

ER VALT NOG GENOEG TE LEREN

**CENTRUM VOOR
SOCIAL WORK
HOGESCHOOL
UTRECHT**



SNOWBREAKS.NL
BY ROCKS & RIVERS

**Wintersportkampen
Educatieve Winterkampen
Gletsjer-skikampen
Bergsportkampen**

www.snowbreaks.nl





Bijscholingsdag golf

21 september

op Papendal

V Vooraankondiging

Op 21 september 2011 organiseert de NGF in samenwerking met de KVLO voor de elfde keer een Landelijke Bijscholingsdag Schoolgolf op het Nationaal Sportcentrum Papendal.

Deze dag is bedoeld voor alle collega's die iets met golf op school (willen) doen. Er zal een apart programma worden aangeboden aan de collega's die al eerder ervaring hebben opgedaan met golf en/of de applicatiecursus hebben gevolgd en de collega's die nog geen/weinig ervaring hebben met golf op school. Iedereen krijgt een aantal clinics aangeboden, die vooral gericht zijn op schoolgolf. Daarnaast spelen alle deelnemers nog een wedstrijdje, waarbij er onderscheid wordt gemaakt tussen beginners en gevorderden.

Nadere details omtrent het programma en de inschrijving volgen later.

Studiedag basisonderwijs november 2011 (6)

Op woensdag 9 november vindt de landelijke studiedag voor het basisonderwijs plaats. Dit keer wordt de studiedag georganiseerd door de HALO en de KVLO en vindt dus plaats in Den Haag. Het thema van de studiedag is: *De autonomie van de leerling bij bewegen in en om school*. Zet deze datum vast in je agenda. Informatie over de opzet van de dag en de inhoud van de workshops zal voor de zomervakantie volgen.

Scholingen van afdelingen en opleidingsorganisaties

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

Congres

Op 18 mei vindt een congres plaats in het Corpus in Oegstgeest. Het wordt georganiseerd door het NISB. Thema is de aanpak van overgewicht bij de jeugd. Gezamenlijk een groeiende uitdaging te lijf. Een toepasselijke plek voor zo'n onderwerp.
www.nisb.nl

Digitaal KVLO-portfolio

Meer dan 1200 KVLO-leden zijn lid van het Initiële Register en waarschijnlijk hebben velen voldoende punten gehaald voor toelating in



HANS DIJKHOFF

het Beroepsregister. Je kunt via de site 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. ◀

Uitgebreide informatie over alle scholingen/evenementen? Zie de kalender op www.kvlo.nl

Inschrijving of een verwijzing daarvoor via www.kvloscholing.nl

Correspondentie:

registratie@kvlo.nl of astrid.vanderlinden@kvlo.nl

ajax-project streetwise

Na een hoop slechte media-aandacht nu iets positiefs over Ajax: het project 'Streetwise'. Het project belichaamt de kernwaarden van de Ajax Foundation. Educatie, sociale integratie en sport en gezondheid, dat zijn de uitgangspunten van de stichting. Die komen bij uitstek naar voren in dit project. Leerlingen van zeven geselecteerde basisscholen in Amsterdam, van ieder stadsdeel één, volgen van dinsdag tot en met vrijdag les volgens de Ajax-methode. Voetbal komt overal in terug. Eyong Enoh komt uit Kameroen, dat komt van pas tijdens aardrijkskunde. Voor een rekensom met de rugnummers hoef je ook niet zoveel fantasie te hebben. Kortom het blijft niet beperkt tot voetbal.

Sportknowhow.nl

Invloed leefomgeving op beweeggedrag
De invloed van de sociale en fysieke leefomgeving op een gezonde levensstijl wordt ernstig onderschat." Dat stelde professor Maria Koelen in haar inauguratierede als hoogleraar Gezondheid en Maatschappij aan de Wageningen University. In haar nieuwe leerstoel gaat Koelen zich bezighouden met onderzoek naar die invloed. Daarbij werkt de universiteit nauw samen met organisaties uit de praktijk.
www.sportknowhow.nl

SLEUTELS IN BEELD

De vier sleutels uit het Basisdocument VO zijn door leraar24.nl in beeld gebracht. Dankzij de heldere uitleg van Maarten Massink en de leerlingen van De Meergronden krijgen de beelden nog meer betekenis.

www.leraar24.nl/video/2590 voor Bewegen verbeteren
www.leraar24.nl/video/2633 voor Bewegen regelen
www.leraar24.nl/video/2638 voor Gezond bewegen
www.leraar24.nl/video/2589 voor Bewegen beleven
Op kvloweb.nl zijn ze natuurlijk zo aan te klikken.

JAARVERSLAG 2010

Het KVLO-jaarverslag 2010 zal medio mei gepubliceerd worden op de website www.kvlo.nl. Bovendien zal elke afdeling het jaarverslag toegestuurd krijgen. Leden kunnen een exemplaar opvragen bij het secretariaat van de KVLO in Zeist, tel.: 030 6920 847 of per e-mail bij Janny.lit@kvlo.nl

CONTRIBUTIE

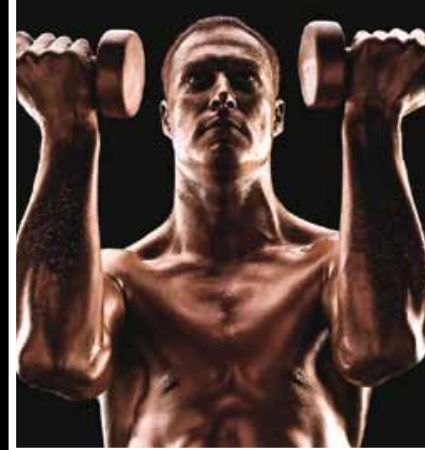
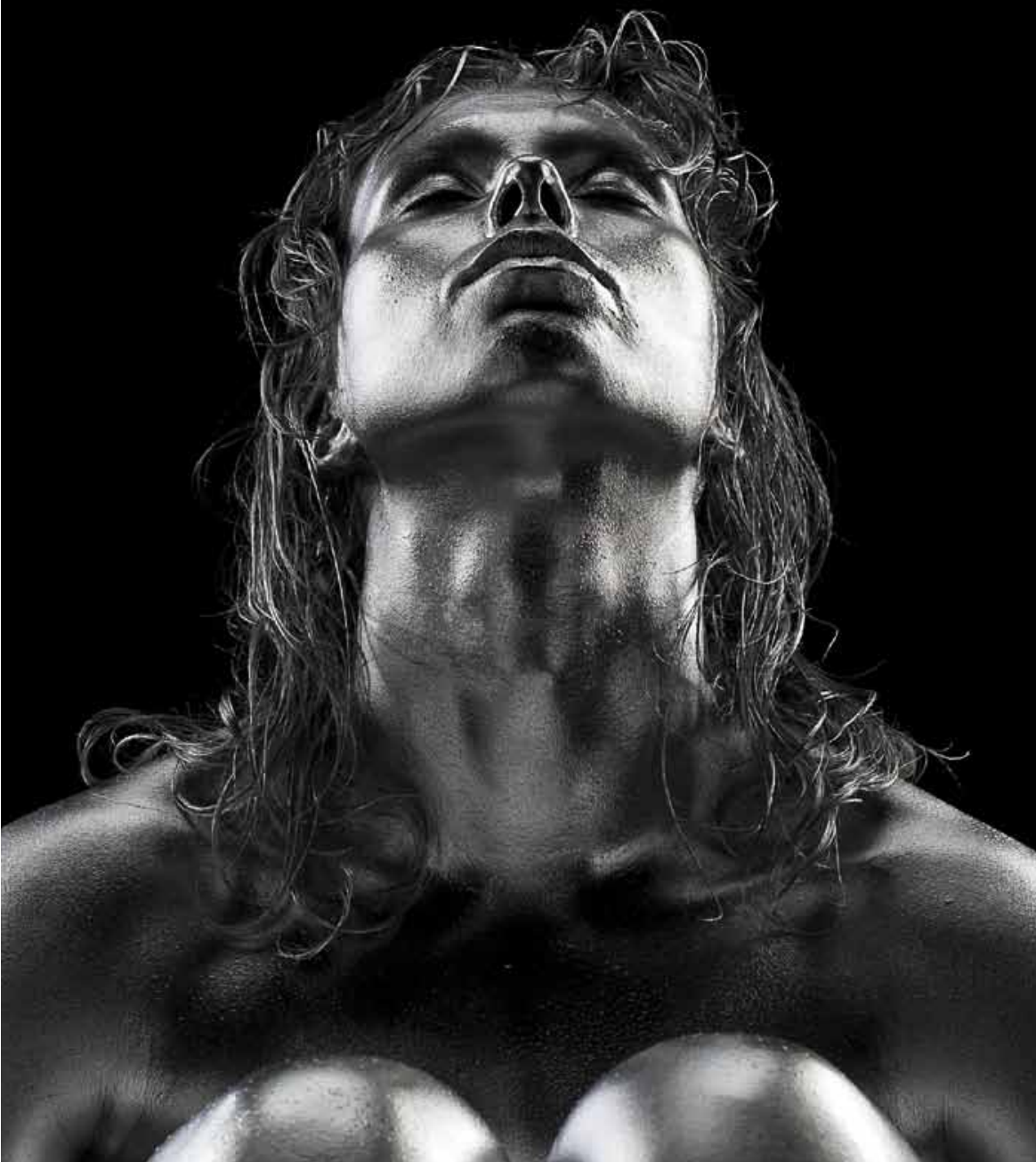
Begin mei vindt de automatische afschrijving plaats inzake restant contributie 2011 inclusief de afdelingscontributie. Leden die geen machtiging tot automatische afschrijving aan de KVLO hebben verleend, ontvangen een acceptgirokaart. Het bedrag is de volledige contributie minus de voorschotheffing van € 63,- (of € 38,- als de korting i.v.m. dubbele toezending blad van toepassing is). Ontvang je een acceptgirokaart dan doen wij een dringend beroep op je het contributiebedrag zo spoedig mogelijk te voldoen. Alle verzekeringen, lidmaatschappen en dergelijke moeten door ons vooruit betaald worden.

Zijn er nog vragen dan kun je contact opnemen met de KVLO (030 693 7676) of per e-mail via fin@kvlo.nl.

LECTORALE REDE DR. IVO VAN HILVOORDE

Hogeschool Windesheim heeft het Lectoraat Bewegen, School en Sport en krijgt met Ivo van Hilvoorde een nieuwe lector. Zijn lectorale rede met de titel 'Bewegingsrijkdom' wordt op 27 mei 2011 op Hogeschool Windesheim uitgesproken.

Oproep
Ik ben bezig om afbeeldingen, bouwtekeningen, foto's etc. van oude gymlokalen, sportaccommodaties en materialen bij elkaar te brengen. Waar staat de oudste gymzaal van Nederland die nog gebruikt wordt? Waar bevinden zich voormalige gymlokalen en gymnastiekscholen die als gebouw nog bestaan maar een andere bestemming hebben gekregen? Als je informatie voor me hebt of weet waar ik het kan vinden dan kun je dat mailen naar jan.rijpstra@kvlo.nl



Kijk ook op onze vernieuwde website: www.descol.nl

Descol gaat voor eremetaal Pulastic® sportvloeren van brons naar platina.

Uitdagingen aangaan, grenzen verleggen en in teamverband nog beter worden; het zijn de ambities van Descol die perfect passen bij de ambities van sporters. Deze topsportmentaliteit maakt Descol tot de succesvolle onderneming die zij al jaren is.

Descol gaat voor eremetaal met het Pulastic sportvloerprogramma en daarom zijn onze systemen ingedeeld in vier lijnen met elk hun eigen karakteristieken en kwaliteiten: Bronze, Silver, Gold en Platinum. Om tot een mooi samenhangend geheel te komen in uw accommodatie kunt u daarnaast kiezen voor oplossingen uit ons innovatieve Solidfloor programma; vloeren voor al uw gebruikruimten. Laat u ook eens informeren over de nieuwste innovatie bij Descol: outdoor sportvloeren. Bent u benieuwd naar het uitgebreide Pulastic® vloerprogramma waarin duurzaamheid centraal staat? Neem dan contact met ons op. Wij staan u met raad en daad terzijde met oplossingen die echt het verschil maken. Samen met u gaan wij de uitdaging graag aan!



B.V. Descol Kunststof Chemie, Duurstedeweg 7, Postbus 420, 7400 AK Deventer
Tel: 0570 62 07 44, Fax: 0570 60 84 93, Internet: www.descol.nl

De actuele algemene voorwaarden zijn van toepassing. Consulteer a.u.b. voor gebruik de meest recente lokale Productinformatie-bladen.

PULASTIC®

Wintersportvakanties voor scholen en verenigingen

Grevink reizen organiseert groepsreizen op maat voor groepen vanaf 15 tot 500 personen. Elkaar beter leren kennen, samen aan hetzelfde doel werken, sportief en gezond bezig zijn... Genoeg redenen om een wintersportreis voor uw groep te organiseren!

Wintersport? Nu al?

Indien u voor een groep, een wintersport-week wilt organiseren kunt u er niet vroeg genoeg mee beginnen! Het schept voor u als initiatiefnemer ook heel wat rust en duidelijkheid zodra u weet dat u tijdig een groep bij elkaar heeft.

Bovendien hebben wij, indien u vroeg informeert de beste keus in gebieden en accommodatie!

Korte skireizen, de trend

Steeds vaker trekt een bedrijf of vereniging er een weekend op uit. Een korte trip van 3 dagen naar de sneeuw. Onderwijsinstellingen zullen misschien vaker kiezen voor een midweek. Grevink reizen biedt ook in dit geval maatwerk.

Gletsjerskireizen, onze specialiteit!

Noem ze maar op: Kaprun, Hintertux, Piztal, Tignes, Deux Alpes, de grootste gletsjers van Europa bieden wij aan. Goed idee voor een skireis buiten het wintersportseizoen!

Overnachting op de berg? Dan kan!

In verschillende skigebieden in Oostenrijk, Zwitserland en Frankrijk beschikken wij over accommodatie aan of zelfs op de skipiste!

Vaak zijn de uitgaansmogelijkheden door de ligging beperkt, maar de prachtige ligging en de unieke sfeer staan borg voor een ervaring om nooit te vergeten!



In welke skigebieden weet Grevink reizen de weg?

U kunt bij Grevink reizen terecht als u een skireis wilt organiseren naar één van de gerenommeerde wintersportlanden Oostenrijk, Italië, Zwitserland en Frankrijk. Naast de bekende gebieden als bijvoorbeeld Saalbach en Kirchberg, ontdekken wij ook vaak verrassend nieuwe wintersportgebieden.

Voor beginnende wintersporters, wandelaars en langlaufers, kunnen wij ook diverse gebieden in Tjechië aanbieden, naar wens in combinatie met de stad Praag.



GREVINK reizen



t. 0341-460180, i. www.grevink.nl

wintersportreizen voor groepen!

Ja, stuur mij meer informatie over:

- Gletsjerskireizen van mei t/m november
- Wintersportreis als werkweek
- Beschikbare huizen in skigebieden van _____ t/m _____
- Neem a.u.b. contact met mij op voor een offerte op maat

School: _____

Contactpersoon: _____

Adres: _____

Postcode: _____

Woonplaats: _____

Telefoon (dag): _____

Telefoon (avond): _____

Deze bon opsturen aan: Grevink reizen t.a.v. Bart Grevink
Antwoordnummer 550, 3840 WB Harderwijk (Een postzegel is niet nodig)

Waarom Grevink reizen?

- perfect voor snowboarders en skiërs
- persoonlijke aanpak
- flexibele organisatie
- 20 jaar ervaring in wintersport
- lid van Stichting Garantiefonds Reisgelden (SGR)
- skiverhuurservice
- activiteitenprogramma's
- vrijplaats voor organisatoren
- concurrerende prijzen door directe verkoop

Grevink reizen



Mecklenburglaan 12, 3843 BP Harderwijk
t. 0341-460180
i. www.grevink.nl, e. info@grevink.nl