

# Lichamelijke

Jaargang 99 - 24 JUNI 2011

# Opvoeding



**Topic**  
**Leerlingvolgsystemen**

Scholing

Het keuzebord

Freebiking

Nummer

6

 KVLO

# → COMBINATIEFUNCTIE ONDERWIJS EN SPORT

## KANS VOOR DE SPORT



Wat is een combinatiefunctionaris? En welke kansen biedt de functie nu eigenlijk voor de onderwijssector? Sinds de ondertekening van de 'Impuls brede scholen, sport en cultuur' eind 2007 zijn er bijna 2.250 combinatiefunctionarissen werkzaam in het onderwijs, de sport en de cultuur.

Het boek *Combinatiefunctie onderwijs en sport*, een uitgave van het Jan Luiting Fonds, gaat uitgebreid in op de aanleiding en het doel van de 'Impuls' en de stand van zaken ruim drie jaar na de start. Auteur Miriam Appelman beschrijft welke kansen de combinatiefuncties bieden aan het onderwijs, waarbij de vakleerkrachten bewegingsonderwijs centraal staan.

*Combinatiefunctie onderwijs en sport* bevat inspirerende voorbeelden uit verschillende soorten onderwijs, waarbij de inhoud van de functie, de taken, de wijze van aanstelling en de samenwerkingspartners worden beschreven.

Het boek is voorzien van praktische bijlagen, met voorbeelden van aangepaste cao's, functieprofielen, beloningen en een stappenplan voor de invoering van combinatiefuncties. Daarnaast geven combinatiefunctionarissen diverse praktische tips.

Dit boek is uitermate geschikt voor mensen die meer willen weten van de 'Impuls brede scholen, sport en cultuur', zowel in theorie als praktijk, maar niet de tijd hebben om alle rapporten en stukken hierover te lezen.

*Over de auteur, Miriam Appelman*  
Miriam Appelman heeft bij een gemeente op de afdeling sport gewerkt, lesgegeven in zowel het basis- als voortgezet onderwijs en sport graag in haar vrije tijd. Zij schrijft vanuit een brede ervaring op de gebieden die deze combinatiefuncties betreffen. Op dit moment is zij werkzaam als beleidsmedewerker onderwijs bij de KVLO.

### COMBINATIEFUNCTIE ONDERWIJS EN SPORT



€22,95 incl. btw

ISBN: 9789072335494

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



janluitingfonds  
LEZEN OVER BEWEGEN

# Inhoud:

## TOPIC

### Leerlingvolgsystemen

In bewegingsonderwijs krijgen LO docenten veel betekenisvolle informatie door hun leerlingen te observeren. Qua (beweeg)gedrag en vaardigheden (motorisch en sociaal). Maar slaan we de informatie efficiënt op, en geven we het effectief door? Blijft het in onze hoofden en komt het op spaarzame momenten (vergaderingen, rapporten, ouderavonden) ad hoc naar voren, of slaan we informatie systematisch op en maken we het transparant en inzichtelijk voor onszelf, leerlingen, ouders en collega's. Een aantal auteurs laat hierover hun licht schijnen.

**06 |** Leerlingvolgsysteem 'Bewegen en Spelen' / Wim van Gelder en Hans Stroes

**10 |** (Hoe) volgen we de bewegende leerling? / Jantine Slinger e.a.

**28 |** Een leerlingvolgsysteem in de praktijk voor het VO / Cindy Didden

**34 |** iFollow, You will grow faster than expected / Wim van der Mark

**38 |** Leerlingvolgsysteem sport en bewegen / Loek Leenen



## En verder

**12 |** Het keuzebord / Pauli Traa en Jildou Slagmann

**42 |** Grootse finale van Mission Olympic in Olympisch Stadion / Hans Dijkhoff



## PRAKTIJK

**28 |** Een leerlingvolgsysteem voor het VO in de praktijk / Cindy Didden

**18 |** Biketrial in de gymzaal (1) / Ger van Mossel

**23 |** Het 'beoordelingsspectrum' / Gertjan van Dokkum

**28 |** Een leerlingvolgsysteem in de praktijk / Cindy Didden

**30 |** Trapezewaaien voor het basisonderwijs: vijf uitdagende situaties / Ralph Fredriksz



## RUBRIEK

**44 |** Scholing

**05 |** Eerste pagina

**16 |** (KV)LO en recht

**33 |** VMBO in beweging. De toolbox

**43 |** Column, Mery Graal

**44 |** Scholing

**46 |** (KV)LO-nieuws

KVLOweb.nl

# Schelde let ook op de kleintjes

Vraag de nieuwe catalogus aan via [sport@scheldesports.nl](mailto:sport@scheldesports.nl)

**Schelde Sports**  
Superior by Design

Topspoor, bewegingsonderwijs en zaalvoetbal

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

## TRENOMAT SCHEIDINGSWANDEN

De jongste generatie zaalscheidingen  
**Trenomat Acoustic®**

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

**TRENOMAT**  
DE GRAAF EN VAN STIJN BV

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

Al 40 jaar gespecialiseerd in nieuwbouw & onderhoud

6-daagse reis  
**€425,- p.p**

## City in the snow

Een citytrip en wintersportreis in 1

**TRAVEL INVENTIVE**  
www.travelinvente.nl

**SNOWBREAKS.NL**  
BY ROCKSW RIVERS

Meer info: [www.travelinvente.nl](http://www.travelinvente.nl) / [www.snowbreaks.nl](http://www.snowbreaks.nl)  
of bel met: 076-522 30 57



# VSG (1)

Soms zijn er tussen organisaties parallellen te trekken. De KVLO strijdt sinds jaar en dag voor vakleerkrachten LO en het vak zelf. Diverse wetenschappelijke onderzoeken bevestigen de meerwaarde van vakleerkrachten LO. Ons streven naar drie uur LO per week wordt breed gedragen en wat nog mooier is: breed uitgedragen! Nu dat laatste stapje nog, de wettelijke verankering.

De Vereniging voor Sportgeneeskunde (VSG) strijdt al jarenlang voor erkenning als medisch klinisch specialisme. De sportartsen in ons land hebben een zware specialisatie na hun basisopleiding gedaan en kennen als geen ander het medische gebied van bewegen en sport. Ook voor de lichamelijke opvoeding kunnen ze van grote waarde zijn. Immers, kennis over blessurepreventie, belasting van jeugdigen en hoe om te gaan met de chronisch zieken en leerlingen met een beperking is voor de leraar LO van groot belang. De VSG is evenals de KVLO door het hele land verspreid en we zouden eens kunnen nagaan of er regionaal jaarlijks scholingen door de sportarts voor leraren LO verzorgd zouden kunnen worden.

Maar de VSG heeft één probleem, een beetje vergelijkbaar met ons vakgebied: de erkenning van 'bovenaf'. Sportgeneeskunde wordt niet erkend als een medisch specialisme, zoals orthopedie, cardiologie enz. Sportgeneeskunde valt onder de sociale geneeskunde en daardoor mist men de gelden uit het opleidingsfonds en ook de bekostiging. Het is een discussie die al een groot aantal jaren wordt gevoerd. In de sportwereld is de sportarts niet meer weg te denken. De testen en onderzoeken in de sportmedische adviescentra zorgen voor een gedegen advies aan de sporter en dat zijn niet alleen de topsporters. Juist de integrale benadering van het bewegen, iets dat de leraar LO ook zo uniek maakt, zorgt voor advies op maat.



## VSG (2)

Dezelfde letters maar een compleet andere betekenis: Vereniging Sport en Gemeenten. De VSG zet zich in voor sport op lokaal niveau. Vanuit sport wordt bekeken in hoeverre aangrenzende beleidsterreinen als onderwijs, recreatie, jeugd, gezondheid en dergelijke de sport kunnen versterken. De VSG, met als voorloper de in 1949 opgerichte Landelijke Contactraad, onderdeel van de Vereniging Nederlandse Gemeenten (VNG), heeft van oudsher een goede relatie met de KVLO. Zeker door de taak die gemeenten hebben als het om onderwijshuisvesting gaat. De VSG is ook regionaal georganiseerd in Noord, Oost, Zuid en West. Het is zeker de moeite waard om als afdelingen van de KVLO in regionaal verband de contacten met de VSG aan te gaan of te versterken.

Tot slot: Very Special Group! Na de 149e Voorjaarsvergadering had ik dat gevoel. Soms een wat narrige toonzetting en op wat slakken zout leggend, anderzijds betrokkenheid en emotie. De verkenningen komen op een cruciaal punt. Met jullie inbreng via de afdelingen krijgen we meer handvatten voor de discussie tijdens onze kaderbijeenkomst in september.

Namens het bestuur wil ik jullie danken voor jullie inzet gedurende het afgelopen schooljaar. Een vereniging met bijna 10.000 leden is een Very Special Group en je mag er best een beetje trots op zijn dat je daarbij hoort!

**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.

# Leerlingvolgsysteem

## 'Bewegen en Spelen'

### Over observeren, registreren en extra zorg

'Observeren kost veel te veel tijd!' 'Ik besteed mijn tijd liever aan de les zelf.' Een goede docent kent de wensen en mogelijkheden van de kinderen in zijn groepen. Op basis van deze kennis ontwerpt hij de omgeving waarin zijn kinderen (beter leren) spelen en bewegen. Met het leerlingvolgsysteem 'bewegen en spelen' kan een docent in ongeveer vijf minuten per kind (per jaar) de meest essentiële observaties en registraties realiseren. Deze beperkte tijdsinvestering kan grote meerwaarde hebben. In dit artikel wordt ingegaan op zowel de wijze van observeren als de mogelijkheden van de registraties.

Door: Wim van Gelder & Hans Stroes

**H**et leerlingvolgsysteem 'bewegen en spelen' (lvs) is ontwikkeld om systematisch de bewegings- en spelontwikkeling van kinderen van twee tot en met zestien jaar te kunnen observeren en registreren. Het vaardigheidsniveau van het kind kan met behulp van de registratieformulieren in kaart worden gebracht.

Het lvs bestaat uit vier verschillende onderdelen:

- motorische vaardigheid
- angst
- spelinzicht
- gedrag in spelsituaties
- kleinmotorische vaardigheid (schrijven).

Dit artikel gaat in op 'motorische vaardigheid'.

Via de website [www.Leraar24.nl/video/2696](http://www.Leraar24.nl/video/2696) is een video over het lvs te bekijken.

#### Historie

In 20 jaar tijd heeft het lvs zich ontwikkeld van een systeem waarin zestien verschillende bewegings-situaties zowel kwantitatief als kwalitatief werden geregistreerd, naar een systeem waarin de essentie is overgebleven. Het in kaart brengen van een viertal vaardigheidslijnen op basis van heldere kwantitatieve scores, bleek dezelfde zeggingskracht

te hebben als het veel omvangrijkere en tijdrovende 'oude' leerlingvolgsysteem. Bovendien zijn er duizenden observaties verwerkt in het onderzoek dat ten grondslag ligt aan het leerlingvolgsysteem.

Een groot aantal opleidingen (Pabo, ALO, cios, roc's sport en bewegen) gebruikt het lvs al jaren. In het basisonderwijs en in de motorische remedial teaching is het waarschijnlijk het meest gebruikte lvs.

#### De belangrijkste uitgangspunten

##### 1 Informatie

- De registraties moeten informatie opleveren die een directie verbetering van het bewegingsonderwijs en/of de zorg voor bewegen tot gevolg hebben.
- De vier basale vaardigheden (stilstaan, springen-kracht, springen-coördinatie en stuiten) zijn veelzeggend (voorspellend) voor het niveau binnen de twaalf leerlijnen (C.Mooij, 2011). Met andere woorden: er is een grote mate van transfer.

##### 2 Haalbaar

- Er worden geen specifieke materialen gebruikt.
- Het vergaren van deze kennis en het administreren neemt weinig tijd in beslag. We gaan uit van gemiddeld vijf minuten per kind per jaar.
- Het kan in combinatie met elke methode bewegingsonderwijs gebruikt worden.
- De observaties kunnen plaatsvinden in een gymzaal, maar ook in het speellokaal, op het schoolplein of bij een vereniging.

##### 3 Objectief

- Het zijn vaardigheden die eenduidig observeerbaar zijn en voor een groot deel tot stand komen middels kwantitatieve gegevens (aantal seconden, meters et cetera).



Goed stilstaan bij het glijden



### Het observeren en registreren van motorische vaardigheden

De 'motorische vaardigheid' wordt onderverdeeld in vier vaardigheidslijnen, de zogenoemde 'Vier S-en'.

- 1. Stilstaan op één been staan
- 2. Springen-Kracht met name hinkelen
- 3. Springen-Coördinatie o.a. huppelen en wisselsprong
- 4. Stuiten

### Een voorbeeld

Wesley (vijf jaar en zes maanden = 5.6) kan op zijn linkerbeen acht keer hinkelen en op zijn rechterbeen twee keer. Yolante (11.2) kan op haar rechterbeen twee keer hinkelen en op haar linkerbeen lukt het niet. Ze kan met twee benen van een bank af springen. Wesley haalt met deze score niveau I: 'kan drie keer hinkelen'. Een score die gehaald wordt door 80% van de kinderen op hun vierde verjaardag (4.0). Yolante haalt met deze score niveau 0: 'kan met twee benen van een bank springen'. Een score die gehaald wordt door 80% van de kinderen op hun derde verjaardag (3.0). Aan de hand van deze voorbeelden worden de belangrijkste formulieren toegelicht.

### Het groepsformulier

Op het groepsformulier kunnen de observaties van een groep snel worden verwerkt. Tijdens het observeren is de leeftijd van de leerlin-

gen niet van belang! Het niveau wordt bepaald door een vierkantje aan te kruisen. Daarbij is het feit of een leerling vijf of negen jaar oud is niet van belang. Het is een bepaling van de mogelijkheden van een leerling.

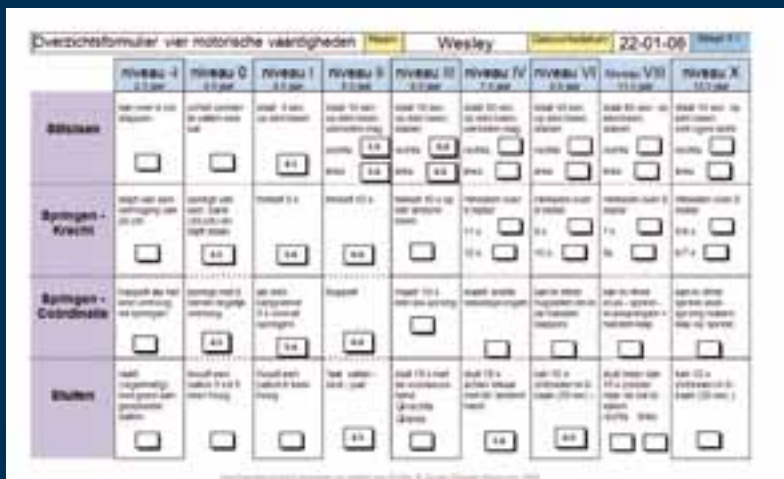
Bijvoorbeeld van groep 2a zien de scores 'Springen-Kracht' er als volgt uit: »»

Springen - Kracht					Groepsformulier 2						
Observatiedata	1	2	3	4	Leerkrachten	Rijplein					
	1	2	3	4	Groep						
<b>Vaardigheidslijnen</b>					<b>Lijf op:</b>						
4	stapt van een verhoging van 20 cm				hinkelen is een 'kapselende' beweging, met contact met de grond is kort. Hoe langer het contact duurt hoe zwaarder het hinkelen eruit zal zien. Bij hinkelen na elke sprong is er geen sprake van hinkelen.						
3	springt (met twee benen tegelijk van bank) en blijft staan				Bij hinkelen over 8 meter (vanaf rekken 10):						
2	hinkelt 3 x				• starten uit stilstand voor de lijn						
1	hinkelt 10 x				• telling: het aantal voetcontacten tussen de lijn wordt geteld						
0	hinkelt 10 x op het andere been				• als het laatste voetcontact op de lijn is, tellt elke voet mee						
Aantal kinderen	Stuurde been	Andere been			Een kind doet twee pogingen, waarbij de beste poging telt						
IV	11	12									
VII	6	10									
VIII	7	8									
IX	6	7									
X	5	6									
80% van de kinderen behaalt op dit vaardigheidsniveau de leeftijd van: 3.0, 3.5, 4.0, 5.0, 6.0, 7.0, 8.0, 9.0, 10.0 en 11.0 jaar											
Namen	I	0	I	II	III	IV	V	VI	VIII	X	Cijferingen (niet de sommen)
Wesley	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	links 2 rechts 2
Yolante	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	links 2 rechts 2
Andere	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

Figuur 6 Het groepsformulier van de groep van Wesley en Yolante

Contact:

mrt@quicknet.nl en/of  
stroesinbeweging@online.nl



Overzichtsformulier van motorische vaardigheden  
Wesley  
22-01-06

	Niveau -1	Niveau 0	Niveau I	Niveau II	Niveau III	Niveau IV	Niveau V	Niveau VI	Niveau VII	Niveau X
<b>Staan</b>	10 sec op beide benen	10 sec op één been	10 sec op één been met armen uitgestrekt	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje
<b>Springen - Kracht</b>	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje
<b>Springen - Coördinatie</b>	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje
<b>Stuiteren</b>	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje	10 sec op één been met armen uitgestrekt en één voet op een blokje

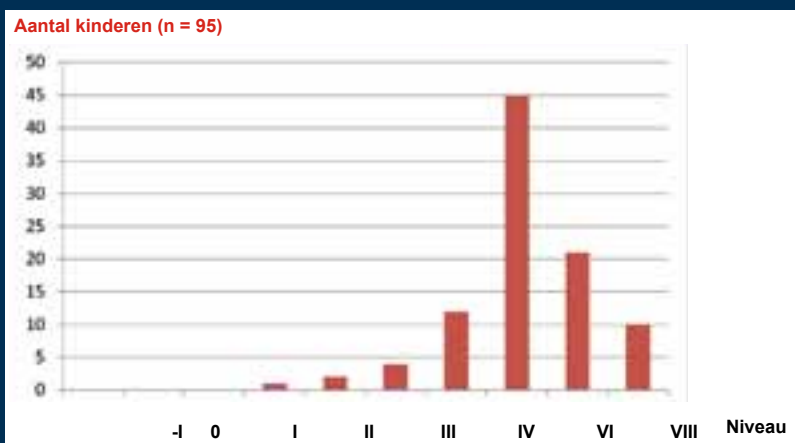
Het overzichtsformulier van Wesley

## Overzichtsformulier

Hierboven is een overzichtsformulier afgebeeld waarin de vier vaardigheidslijnen middels negen vaardigheden zijn onderverdeeld in negen niveaus. Het eenvoudigste vaardigheidsniveau wordt als niveau -1 (= min 1) genummerd en het moeilijkste als X. Deze vaardigheidsniveaus geven aan in welke volgorde een kind in het algemeen vaardigheden aanleert. Voor leerlingen ouder dan dertien jaar geldt niveau X als eindniveau. Als leerlingen dit niveau halen zijn ze in principe in staat alle reguliere bewegings- en spelvormen in het voortgezet onderwijs aan te leren.

De nummering van de niveaus correspondeert ongeveer met de groep waarin de leerlingen zitten. De vaardigheden van niveau I komen overeen met de vaardigheden die de meeste leerlingen in groep 1 beheersen. De niveaus II t/m VIII hebben betrekking op groep 2 tot en met 8. Niveau X is gebaseerd op de leerlingen die in de brugklas zitten. De niveaus zijn zo gekozen dat ongeveer 80% van de leerlingen dit niveau op de aangegeven leeftijd beheerst. Dus 80% van de 6-jarige leerlingen in groep 3 beheerst vaardigheidsniveau III. Ze kunnen: tien seconden op één been staan, kunnen tien keer zowel op het linkerbeen als op het rechterbeen hinkelen en kunnen tien keer een skisprong maken en vijftien keer stuiten met een bal.

Voortgaand op het voorbeeld van Wesley: indien ook de andere drie vaardigheidslijnen zijn geobserveerd, kan een overzichtsformulier per kind worden ingevuld. Hierboven het overzichtsformulier van Wesley.



Stafdiagram van de vaardigheid Springen-Kracht van achtjarige meisjes (n = 65)

Naast de waarnemingen op 5.6-jarige leeftijd, zijn ook de waarnemingen van een jaar eerder en een half jaar later geregistreerd.

## Onderzoek

Het onderzoek dat ten grondslag ligt aan de percentages die in dit lvs worden gehanteerd, is in het schooljaar 1999/2000 gedaan. Het omvat 2.700 registraties zowel van het basisonderwijs als het voortgezet onderwijs. Hiervoor zijn duizenden observaties nodig geweest. Op de bijgeleverde cd zijn alle onderzoekgegevens terug te vinden.

## Totaalscore per niveau

Cumulatieve scores.

Opmerking. Niveau VII is niet door alle observatoren onderscheiden als niveau.

## Signaleringsniveau

Wanneer we de vaardigheidsniveaus koppelen aan leeftijden, kunnen we uitspraken doen over 'achterstanden in de motorische ontwikkeling'. Het signaleringsniveau geeft aan op welke leeftijd vaardigheden door meer dan 80% van de leerlingen beheerst worden. Wanneer een kind het - op zijn kalenderleeftijd - aangegeven niveau niet haalt, kunnen we spreken van een achterstand van de motorische ontwikkeling. Bijvoorbeeld als een zesjarige twee seconden op één been staat en vier keer kan hinkelen. Dit zijn scores die 80% van de 4.0-jarigen behalen. Dit zesjarige kind heeft dus een achterstand van twee jaar. Dit zegt overigens niets over met hoeveel plezier dit kind deelneemt aan bewegingssituaties.

## Mogelijkheden van het leerlingvolgsysteem

De gegevens (registraties) uit dit lvs bieden de leerkracht zeven mogelijkheden:

1. een beginsituatie van een les bewegingsonderwijs juist inschatten. Kennis van de motorische vaardigheid van leerlingen is een belangrijke voorwaarde om tot een goede (adaptieve) les bewegingsonderwijs te komen
2. legitimeren en evalueren van extra zorg (Motorische Remedial Teaching)
3. gegevens tussen leerkrachten en tussen scholen onderling overdragen; denk hierbij aan de overgang van basisonderwijs naar voortgezet onderwijs en speciaal onderwijs en informatieverstrekking voor de Regionale Verwijzings Commissie (RVC)
4. informatie verstrekken aan ouders
5. rapporteren op basis van ontwikkeling (voortgang) met betrekking tot de deelname aan de lessen bewegingsonderwijs

6. de samenwerking tussen vakleerkracht en groepsleerkracht optimaliseren
7. een verwijzing (bijvoorbeeld via de huisarts naar een kinderfysiotherapeut) in gang zetten door middel van een gesprek met ouders.

### Motorische vaardigheid zegt niet alles!

Het bepalen van de motorische vaardigheid van een kind kan een belangrijke hulpmiddel zijn voor een docent voor het verzorgen van onderwijs op maat en het overleggen met collega's, ouders en verwijzers. Van het grootste belang is echter (het behoud of vergroten van) het plezier in bewegen en om binnen die context het bewegingsrepertoire van het kind te vergroten. Met name repertoire dat het kind in de lessen bewegingsonderwijs, op het schoolplein, in de buurt en op sportverenigingen zal tegenkomen. Om dit maatwerk te leveren is meer nodig dan het bepalen van de motorische vaardigheid. Het lvs beschrijft tevens mogelijkheden om angsten, spelinzicht en gedrag in bewegingssituaties te monitoren.

### Rapportage

Er wordt binnen het lvs uitgebreid stilgestaan bij rapportage. In navolging van bovenstaande wordt aangegeven dat het rechtstreeks vertalen van motorische vaardigheid in een rapportcijfer stellig wordt afgeraden. Vele alternatieven worden beschreven.

#### Wensen in de (nabije) toekomst

- Verwerkingsmogelijkheid gegevens via een website. Momenteel vergaande ontwikkeling via project Jump-in.
- Verwerkingsmogelijkheid via PDA/iPad.
- Systeem op enkele punten aanscherpen en vervolgens nieuwe normeringen vaststellen.
- Tussenschakel formuleren voor speciaal onderwijs (met name ZML) en voor beter bepalen van vorderingen binnen extra zorg/MRT-trajecten.

#### Meer informatie

Een uitgebreider artikel is te lezen via de KVLO-website.

- Link met bewegingsonderwijs.
- Mogelijkheden software.
- Angsten in de les bewegingsonderwijs.
- Kleine motoriek en schrijven.
- Spelinzicht.
- Wanneer zijn verwijzingen naar MRT of kinderfysiotherapie zinvol?



Plezier in bewegen staat voorop

Meer informatie via de websites:  
[www.in-beweging.net](http://www.in-beweging.net) tabblad LVS  
[www.basislessen.nl](http://www.basislessen.nl)  
[www.bewegingsonderwijsonline.nl](http://www.bewegingsonderwijsonline.nl)

### Auteurs

Wim van Gelder heeft het scholings- en adviesbureau 'Van Gelder in beweging' en is docent bewegingsonderwijs aan de Pabo Haarlem en tevens voorzitter van de stichting 'Motorische Remedial Teaching in beweging'.

Hans Stroes heeft het Scholings- en adviesbureau 'Stroes in beweging', was voorheen vakleerkracht en mrt-er Montessorischool Drachten, bewegingsconsulent Gemeente Smaltingerland, docent aan de ALO Groningen en docent aan de Katholieke Pabo Zwolle.

### Literatuur

- (2004). Mooij, C, e.a. *Basisdocument Bewegingsonderwijs*, Jan Luiting Fonds, Zeist, ISBN 9072335368
- (2010) Gelder, W. van, Stroes, H. *Leerlingvolgsysteem bewegen en spelen*. 2e druk, Elsevier, Amsterdam ISBN 9789035231771
- (2007) Gelder, W. van e.a. *Zorg voor beweging in de PABO*. Uitgeverij Esstede b.v., Heeswijk-Dinther, ISBN 9789075142761
- (2008) Gelder, W. van, e.a. *Zorg voor beweging in de ALO* Uitgeverij Esstede b.v., Heeswijk-Dinther, ISBN 9789075142778
- (2008) Gelder, W. van, e.a. - *Zorg voor beweging in de basisschool* Uitgeverij Esstede b.v., Heeswijk-Dinther, ISBN 9789075142846
- Zorg voor beweging in de basisschool* is een bewerking door Liesbeth Verhoeven voor de studenten van Vlaamse hogescholen met een lerarenopleiding. De terminologie is aangepast en een aantal voorbeelden zijn toegespitst op de Vlaamse situatie. Voor de rest is het boek gelijk aan *Zorg voor beweging in de PABO*. ◀

# (Hoe) volgen we de bewegende leerling?

Leerlingvolgsystemen zijn ook onderwerp geweest van een onderzoek door TNO. Het onderzoek beschreven in dit artikel had als doel inzicht te verkrijgen in het bestaan van lvs'en die zich richten op de thema's beweeggedrag, overgewicht, talentontwikkeling en schooluitval.

Door: Jantine Slinger, Suzanne van Trijp, Marieke Verheijden, Pepijn van Empelen

**E**en school heeft een belangrijke rol in het stimuleren van de ontwikkeling van haar leerlingen op allerlei gebieden. Een leerlingvolgsysteem (lvs) biedt scholen de mogelijkheid om de ontwikkeling van leerlingen te volgen, en eventuele zorgbehoefte te identificeren. Een lvs bestaat uit metingen die herhaaldelijk worden toegepast en geregistreerd. Van oorsprong worden lvs'en voornamelijk gebruikt in het basisonderwijs. De toetsen betreffen daar vooral de vaardigheden lezen, hoofdrekenen, spellen, rekenen/wiskunde en begrijpend lezen. Scholen krijgen tegenwoordig ook steeds meer een rol bij het stimuleren van een gezonde leefstijl, waarbij gedacht kan worden aan voldoende lichaamsbeweging (minimaal 60 minuten per dag minimaal matig intensief bewegen) en een gezond gewicht.

## Achtergrond

In 2008 is door de ministeries van OCW en VWS het Beleidskader Sport, Bewegen en Onderwijs opgesteld. Het hoofddoel van dit beleidskader is dat in 2012 minimaal 50% van de jeugd van 4 tot en met 23 jaar de beweegnorm van ten minste 60 minuten minimaal matig intensief bewegen per dag haalt. Het inzetten van sport- en beweeginterventies is tevens bedoeld om overgewicht te verminderen, schooluitval aan te pakken en sporttalenten te laten doorstoten naar de top. Om te werken aan deze doelen is het Platform Sport, Bewegen en Onderwijs opgericht.

In dit artikel willen we een overzicht presenteren van lvs'en die passen bij de doelstellingen van dit Platform (bewegen, overgewicht, schooluitval en talentontwikkeling). Om tot een gedegen overzicht

te komen zijn een drietal stappen ondernomen: 1) zoektocht naar lvs'en op basis van google search en navraag bij netwerk van Platform partners; 2) analyse van systemen (op basis van uitkomstmaten, doelgroep, meetmethodieken, opslag en gebruik van gegevens; 3) opstellen van aanbevelingen. Dit artikel geeft de uiteindelijke resultaten van deze inventarisatie weer.

## Omschrijving van leerlingvolgsystemen

In totaal werden zeven lvs'en geïdentificeerd die zich richten op voldoende beweging, overgewicht, talentontwikkeling en/of schooluitval: JUMP-in, BeweegABC, TestJeLeefstijl, Nationaal talentvolgsysteem, TalentVolgSysteem, DUTSROC en De Overstap.

- JUMP-in is een lvs dat is ontwikkeld binnen de gemeente Amsterdam, waarbij sportparticipatie, lengte en gewicht van kinderen tussen 4 en 12 jaar oud wordt geregistreerd.
- Het BeweegABC is ontwikkeld door CITO en de Vereniging Sport en Gemeenten en volgt de mate van basisbeweegvaardigheid bij basisschoolkinderen in groep 1 t/m 8.

**Figuur 1** Leerlingvolgsystemen per thema

	Bewegen	Gewicht	Talentontwikkeling	Schooluitval
JUMP-in Amsterdam	Nee	Ja	Nee	Nee
Beweeg ABC	Nee	Ja	Nee	Nee
TestJeLeefstijl	Ja	Ja	Nee	Nee
Nationaal talentvolgsysteem	Nee	Ja	Ja	Nee
TalentVolgSysteem	Nee	Nee	Ja	Nee
DUTSROC	Nee	Nee	Nee	Ja
De Overstap	Nee	Nee	Nee	Ja

Figuur 1 Leerlingvolgsystemen per thema



Gezonde leefstijl stimuleren

- TestJeLeefstijl is een website waarop door middel van vragen over lichaamsbeweging, voeding, lengte en gewicht (BMI), buikomtrek, roken, alcohol, kracht, beeldschermgedrag, drugs, veilig vrijen en uithoudingsvermogen een beeld wordt gevormd van de gezondheid van de respondent. De respondenten ontvangen directe feedback op de door hen gegeven antwoorden. Dit systeem wordt momenteel vooral gebruikt binnen mbo-instellingen.
- Het Nationaal Talentvolgsysteem is een door NOC\*NSF ontwikkeld systeem waarin talenten en hun coaches en bonden informatie invullen over de mentale, fysieke en sociale ontwikkeling van de talenten.
- In het TalentVolgSysteem dat is ontwikkeld door de organisatie 'Verbeter Presteren' worden de ontwikkelingen van talenten geregistreerd door de betrokkenen bij het talent, zoals trainers, medische begeleiding, ouders of school, en het talent zelf.
- DUTSROC (ROC West Brabant) is een systeem dat zich richt op het terugdringen van de uitval op het mbo door vmbo-scholen inzicht te verschaffen in de doorstroming van hun ex-leerlingen in het mbo.
- De Overstap is een vergelijkbaar systeem dat speelt in de stedendriehoek van Apeldoorn, Deventer en Zutphen en omliggende regio's.

## Leerlingvolgsystemen per thema

### Bewegen

Hoewel vijf andere lvs'en (Bewegen en spelen, Novibols, Beleves, Vaardigheidsproeven en Planmatig bewegingsonderwijs) die in onze zoektocht naar voren komen, zich weliswaar richten op beweeggedrag, richten deze lvs'en zich voornamelijk op motorische vaardigheden. Geen van deze lvs'en geeft inzicht in het aantal leerlingen dat voldoet aan de beweegnorm, en voldoet daarmee niet aan onze voorwaarden. Ditzelfde geldt ook voor meerdere in de inventarisatie opgenomen lvs'en. Zoals in figuur 1 te zien, volgt alleen TestJeLeefstijl de beweegnorm. Dit systeem is echter meer dan een volgsysteem. Het geeft ook feedback aan de gebruikers over hun gedrag. Het is dus tegelijkertijd ook een interventie.

### Overgewicht

Vier van de lvs'en monitoren richten zich op (over)gewicht (JUMP-in, BewegABC, TestJeLeefstijl en Nationaal Talentvolgsysteem). Wat betreft (over)gewicht lijkt JUMP-in het systeem te zijn dat het meest ver is doorontwikkeld. Het systeem wordt binnen verschillende projecten gebruikt (o.a., Programma gezond gewicht, De gewichtige leerkracht en sCoolsport).

### Talentontwikkeling

Zoals gezegd zijn er momenteel twee systemen die talentontwikkeling monitoren: Nationaal Talentvolgsysteem en TalentVolgSysteem. Hiervan is het Nationaal Talentvolgsysteem nog in een pilotfase.

### Schooluitval

De twee systemen die schooluitval volgen (DUTSROC en De Overstap) zijn vooralsnog niet gericht op landelijke implementatie. De systemen beperken zich tot dusver alleen tot daadwerkelijke uitval, daar waar vanuit het ontwikkelingsperspectief van de leerling het relevant lijkt om mogelijke voorspellers van uitval te registreren, zoals bijvoorbeeld schoolverzuim. »

Contact:

[jantine.slinger@tno.nl](mailto:jantine.slinger@tno.nl)

### Eén systeem?

Deze inventarisatie geeft een overzicht van lvs'en die zich richten op de vier geselecteerde thema's, andere systemen zijn bewust buiten beschouwing gelaten. Hierdoor is deze inventarisatie geen uitputtend overzicht van lvs'en in Nederland.

In figuur 1 is te zien dat geen van de in onze inventarisatie opgenomen systemen alle vier thema's meet. Deels is dit te verklaren door de behoefte van specifieke organisaties. Vooral het volgen van talent lijkt voor een heel specifieke groep mensen en organisaties interessant te zijn; sporters zelf, hun coaches en de sportbonden waarbij ze zijn aangesloten. In deze populatie spelen de bewegingsarmoede en overgewicht niet of zeer beperkt. Het succes van het Nationaal Talentvolgsysteem en TalentVolgSysteem moet tijdens de pilot of opstartfase worden gevolgd. Het valt aan te bevelen de kwaliteit van beide systemen te vergelijken alvorens één van beide systemen te gaan hanteren.

Wanneer we ons richten op de overige drie thema's (beweeggedrag, overgewicht en schooluitval) wordt duidelijk dat ook hiervoor geen systeem is dat alle drie de onderwerpen volgt. Er is slechts één systeem gevonden dat zowel beweeggedrag als (over)gewicht volgt. Dit betreft TestJeLeefstijl, dat wordt toegepast binnen het mbo. TestJeLeefstijl is momenteel nog niet bruikbaar binnen het primair en voortgezet onderwijs. Het systeem zou hier op termijn misschien wel geschikt voor gemaakt kunnen worden.

Naast TestJeLeefstijl lijkt ook JUMP-in een potentieel bruikbaar systeem te zijn. Gezien de aantrekkingskracht van het systeem van JUMP-in op andere projecten zou JUMP-in wellicht als basis kunnen dienen voor een uitgebreider systeem waarin naast kwantitatieve maten van beweeggedrag ook de kwalitatieve ontwikkeling van bewegingsgedrag (motorische vaardigheden) kan worden gemonitord. Dit laatste om aan te sluiten bij de kerndoelen van het onderwijs en zo bij de vermoedelijke behoeften van docenten. Een tekortkoming van JUMP-in is dat het momenteel alleen gebruikt wordt binnen het primair onderwijs. Dit gebruik zou moeten worden uitgebreid naar het voortgezet onderwijs en wellicht zelfs het mbo.

In navolging van de twee hier genoemde lokale initiatieven om de overstap van het vmbo naar het mbo te monitoren moet worden gekeken in hoeverre een landelijke implementatie hiervan mogelijk is. Bij het doorontwikkelen van een landelijk systeem voor het tegengaan van schooluitval is het wenselijk niet alleen de mogelijke uitval



Kwantitatief meten van beweeggedrag

te kunnen volgen maar liefst ook tools te ontwikkelen om deze uitval te voorkomen. Om uitval te voorkomen is het verstandig niet alleen de uiteindelijke schooluitval te registreren, maar ook de hieraan voorafgaande voortekenen (bijvoorbeeld verzuimgegevens).

We kunnen dus concluderen dat we nog niet beschikken over één lvs dat de vier geselecteerde thema's volgt. Momenteel lijken JUMP-in en TestJeLeefstijl de meeste potentie te hebben als systeem waarin beweeggedrag, overgewicht en voortekenen van schooluitval kunnen worden gevolgd, wellicht gecombineerd met andere relevante kenmerken.

### Aanbevelingen

We willen dit artikel eindigen met een aantal aanbevelingen.

- De meeste lvs'en die (ook) beweeggedrag volgen richten zich op het volgen van de motorische ontwikkeling. Het volgen van het beweeggedrag blijft hierbij buiten beschouwing. Aangezien het voldoen aan de beweegnorm belangrijk is voor de gezondheid en vitaliteit van leerlingen, ligt hier ook een taak van scholen om dit gedrag te volgen. Het lijkt dan ook gewenst dat de lvs'en die motorische ontwikkeling volgen worden uitgebreid met een module waarin ook het beweeggedrag van de leerlingen wordt gevolgd.
- Het is gebleken dat momenteel verschillende systemen worden gebruikt om de motorische ontwikkeling te volgen. Een eerste indruk van de verschillende systemen, suggereert een diversiteit in meetmethodieken. Het lijkt voor vergelijkbaarheid en validiteit relevant dat er consensus komt over relevante meetinstrumenten.
- De hier besproken systemen die momenteel succesvol worden gebruikt binnen een bepaalde doelgroep kunnen misschien ook worden gebruikt in andere doelgroepen. Het is wenselijk om hierbij uit te gaan van de lvs'en die reeds het meest ver zijn ontwikkeld, op grotere schaal worden gebruikt, en gebruikmaken van valide meetinstrumenten. Te denken valt bijvoorbeeld aan JUMP-in en TestJeLeefstijl. Bij een vertaling van het systeem naar andere situaties, dient er ook rekening te worden gehouden met verschillen in bijvoorbeeld normering en setting.

Voor meer informatie over de projecten waaraan TNO op dit gebied werkt:

[www.tno.nl/overgewicht](http://www.tno.nl/overgewicht).

Voor meer informatie over het Platform Sport, Bewegen en Onderwijs:

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

Over de auteurs

Dr. Jantine Slinger, dr. Marieke Verheijden en dr. Pepijn van Empelen zijn onderzoeker bij het expertisecentrum Life Style van TNO dat is gevestigd in Leiden. Suzanne van Trijp (Msc) is onderzoeker bij TNO Cognitive & Perceptive Systems in Soesterberg. ◀

# Een 'nieuwe' manier van leren in het basisonderwijs

Er zit veel meer gymnastiekdocent  
in de kinderen dan wij denken!

Iedereen heeft de beelden van de gymnastieklessen van vroeger wel eens gezien. Het klassikale lesgeven van toen is in de loop der jaren sterk veranderd. Tegenwoordig krijgen kinderen meer vrijheid in de verschillende activiteiten die tijdens de gymnastieklessen aangeboden worden. In dit artikel gaan wij in op een 'nieuwe' manier van leren door middel van het keuzebord, waarin kinderen worden uitgedaagd om docent te worden van hun eigen ontwikkeling.

Door: Jildou Slagmann en Pauli Traa

**H**erinner je je de jaren in de kleutergroep nog? Hang ik vandaag mijn naamplaatje bij de waterbak? Of bij de bouwhoek? Of kies ik toch voor de poppenhoek? Al van jongs af aan wordt er van kinderen verwacht dat zij keuzes maken tijdens de basisschoollessen. Veel docenten bieden de kinderen al verschillende manieren van keuzemogelijkheden aan. Om het aanbod van verschillende manieren van keuzemogelijkheden te vergroten en het zelfstandig werken te stimuleren, introduceren wij, in de groepen drie tot en met acht van het basisonderwijs, het keuzebord in de gymnastieklessen, gebruikmakend van de intrinsieke motivatie van de kinderen om te leren bewegen.

## Uitgangspunt

Het uitgangspunt is dat elk kind van nature wil leren. Voor het aanspreken van deze intrinsieke motivatie is het nodig dat wij als docenten een uitdagende leeromgeving creëren, waardoor het kind wordt geprikkeld om te willen leren. Het is hierbij belangrijk dat wij als docenten kinderen zelf laten ontdekken, experimenteren en tot eigen ervaringen laten komen. De kinderen zullen hierdoor gebruik moeten maken van vaardigheden zoals plannen, structureren, samenwerken, taken verdelen en verantwoordelijkheid moeten dragen voor de eigen taak. Wanneer kinderen hier moeite mee hebben, zal de docent hen hierin moeten begeleiden door middel van instructie, voorbeelden, feedback geven en dergelijke. De volgende doelen staan centraal:

- het kind krijgt meer autonomie over eigen leerproces
  - het kind leert zelf bepalen wat het wil leren binnen de kaders die de docent geeft
  - de docent heeft de rol van coach/begeleider tijdens dit proces.
- Door het werken met het keuzebord worden deze drie doelen nagestreefd en worden bovengenoemde vaardigheden bij de kinderen ontwikkeld.

## Het keuzebord

Het keuzebord is een houten bord dat verdeeld is in verschillende vakken. In die vakken zitten haakjes, aan die haakjes komen de naamplaatjes van de kinderen te hangen. Zoals op foto één, twee en drie te zien is, hangt het er van af in hoeveel vakken een docent werkt. De één werkt graag in twee vakken en de ander graag in drie of meer vakken. Elk vak biedt een andere activiteit aan. Bij binnenkomst hangen de kinderen hun naamplaatje in het vak die zij graag willen gaan doen. Wanneer een kind na een tijdje een andere activiteit wil gaan doen verplaatst hij zijn kaartje naar een ander vak. Echter, wanneer een vak vol is, zal het kind iemand anders moeten zoeken die met hem van vak wil ruilen. Het gaat erom dat een kind tijdens de les zo veel mogelijk vrijheid krijgt om te bewegen. De docent heeft hierbij een begeleidende taak. Het mooie van een keuzebord is dat het niet maar op één manier werkt. Elke docent kan zelf bepalen hoe hij een les met een keuzebord invult en welke regels/opbouw hij hierbij gebruikt. >>





Kinderen leren keuzes maken



Docent heeft een begeleidende rol

### Veronderstelde voordelen

Door het werken met het keuzebord worden verschillende vaardigheden ontwikkeld. Doordat kinderen zelf bepalen wat voor activiteit(en) zij in een les willen doen, worden zij uitgedaagd zelfstandiger en verantwoordelijk te zijn voor hun eigen leren. Wanneer kinderen zelf hebben gekozen voor een bepaalde activiteit zal de motivatie en de inzet veel hoger zijn, waardoor het gewenste leerresultaat behaald kan worden. Elk mens doet dus beter zijn best wanneer iets leuk is en hij er zelf voor gekozen heeft. Ook de sociale interactie tussen de kinderen zal worden verbeterd doordat zij leren samenwerken in beweegsituaties. Wanneer een vak vol is, zal het kind de interactie aan moeten gaan met een ander kind om zo tot een snelle ruil te komen. Hierbij is het van belang dat zij gebruikmaken van de sociale vaardigheden die zij bezitten. Wanneer dit niet het geval is zal het de taak van de docent zijn de kinderen hierin te begeleiden. Het meest belangrijke is dat kinderen 'leren' kiezen. Vooral in deze tijd, de tijd waarin kinderen steeds jonger keuzes moeten maken, is dat erg belangrijk. Er zijn niet alleen maar voordelen voor de kinderen, ook de rol van de docent verandert. Als een les goed loopt, zal de docent voornamelijk begeleidend zijn. Echter, wanneer er meer sturing nodig is, zal de docent zich richten op de ontwikkeling van het zelfsturend vermogen van de kinderen. Doordat de docent voornamelijk een begeleidende rol heeft, zullen de kinderen meer individuele aandacht krijgen. Ook krijgt de docent vaker de kans om even afstand van de groep te nemen en de groep te overzien. De bovengenoemde voordelen brengt het werken met het keuzebord met zich mee. Deze sluiten aan bij de kerndoelen van het bewegingsonderwijs basisonderwijs.

### Het keuzebord in de praktijk

Op dit moment geven twaalf tweede- en derdejaars studenten van het Instituut voor Sportstudies te Groningen les met dit keuzebord. Een halfjaar lang wordt er ruim dertig uur per week lesgegeven op verschillende basisscholen in de omgeving van Groningen. Dit zijn ongeveer duizend kinderen die per week kunnen profiteren van de voordelen die het keuzebord met zich meebrengt. Wij zijn op dit moment bezig met onze eindscriptie en gaan na of bovengenoemde voordelen daadwerkelijk tot stand komen door het gebruik van het keuzebord in de gymnastieklessen. De docenten houden een logboek bij. Hierin noteren zij hoe zij het kiezen en wisselen van activiteiten organiseren, hoe dat werkt en hoe zij daarin bijsturen. Dit logboek gebruiken wij bij het evalueren van de gymlessen samen met de docent.

Iedere week observeren wij zelf vier gymnastieklessen waarin het keuzebord gebruikt wordt. Wij kijken met name naar:

- verschillende manieren waarop kinderen mogen kiezen
- verschillende manieren voor het wisselen van activiteiten door kinderen.

Deze verschillende manieren van kiezen kunnen variëren van namen op alfabet tot winnaars bij het beginspel tot het kind die het snelst omgekleed is. De docent kan hier nog meer uitdagende variaties op verzinnen. Ook zijn er verschillende manieren voor het wisselen van activiteiten te bedenken. Zoals een tijdslimiet per vak of het verplicht stellen van het doorlopen van een aantal vakken of wanneer de groep eraan toe is op eigen initiatief van de kinderen.



Het keuzebord in de praktijk

Op basis van de activiteiten en de reacties van de kinderen ondersteunen wij de docent bij het ontwikkelen van een manier van lesgeven met het keuzebord die bij de groep het beste resultaat oplevert.

### Bevindingen

De kinderen vinden het werken met het keuzebord spannend omdat het nieuw voor hen is. Zij doen er enthousiast aan mee.

Na enkele weken zijn sommige groepen in staat om zelfstandig met het keuzebord aan de slag te gaan. Zij zijn dan in staat om zelfstandig keuzes te maken en de activiteiten uit te voeren.

Een aantal groepen heeft echter meer tijd nodig en krijgt meer sturing en begeleiding. Ook bij deze groepen is ontwikkeling te zien maar het gaat langzamer en met kleinere stappen. Het vergt tijd en inspanning van de docent om de juiste balans tussen sturing en begeleiding te vinden. Vooral drukke groepen hebben in het begin meer sturing nodig. Sommige docenten vinden het 'loslaten' spannend.

Vooral door te experimenteren met verschillende manieren van wisselen en keuzes maken, blijkt dat er veel manieren te bedenken zijn. Het is voor de docent de uitdaging om de passende manier voor zijn/haar groep(en) te vinden.

Samengevat kunnen wij concluderen dat het keuzebord al na enkele weken zijn vruchten afwerpt en het enthousiasme voor de gymnastieklessen vergroot. Dit blijkt uit interviews en evaluaties met groepsdocenten, kinderen en de lesgevers. Het is mooi om te zien wat het keuzebord met een kind en een groep kan doen.

### Ben je klaar voor deze 'nieuwe' uitdaging?

Wij, als vierdejaars studenten, vinden het lesgeven met het keuzebord een aanwinst en raden elke docent aan om het te proberen.

Een kind is van nature gemotiveerd om te bewegen en kan leren keuzes te maken en zelfstandig te bewegen. Wij als docenten hebben de taak hen hierin te stimuleren en begeleiden. Dus, wie volgt!?

*Jildou Slagmann en Pauli Traa zijn vierdejaars studenten Sportontwikkeling aan het Instituut voor Sportstudies te Groningen*

### Bronnen

[http://members.home.nl/stoffele/het\\_nieuwe\\_leren.htm](http://members.home.nl/stoffele/het_nieuwe_leren.htm)

<http://www.kvlo.nl/sf.mcgi?175> ◀



Elk kind kan leren zelfstandig keuzes te maken.

# Mijn school bezuinigt en wil me een ander vak laten geven

Veel scholen moeten bezuinigen. Vooral terugloop van leerlingenaantallen kan een belangrijke reden zijn waarom komend schooljaar veranderingen moeten plaatsvinden. In de sectie LO kan sprake zijn van boventaligheid.

Door: mr. Henny Koelewijn

# W

We hebben al veel vragen gekregen. Kan mijn werkgever mij dwingen een ander vak te geven? Kan mijn werkgever mij vragen een andere opleiding te volgen omdat er volgend schooljaar te veel gymleraren zijn? Niemand wil overgeplaatst worden of een ander vak geven; kan de werkgever nu zelf iemand aanwijzen?

Van belang is te weten dat de school begint met het niet verlengen van tijdelijke contracten. Dat is de gemakkelijkste manier om het aantal leraren terug te brengen. Vervolgens zal men kijken wie vrijwillig het aantal uren wil terugbrengen, vrijwillig overgeplaatst wil worden, vrijwillig een ander vak wil gaan geven.

Je kunt individueel benaderd worden; de sectie LO kan vervolgens gezamenlijk benaderd worden. Als dat niet tot een oplossing leidt, wordt de druk opgevoerd. Je kunt wederom individueel benaderd worden met de vraag of je bereid bent een ander vak te gaan geven. Een slimme werkgever brengt het positief. Hij vertelt je dat je bent uitgekozen omdat men van jou de verwachting heeft dat je zult slagen voor de opleiding en dat je met succes kunt worden ingezet in een ander vakgebied. Sta er niet gelijk negatief tegenover. Bedenk dat je van de gelegenheid kunt profiteren om in de tijd van je werkgever en op kosten van je werkgever een tweede bevoegdheid te halen. Onderhandel en vraag een schriftelijke garantie tot terugkeer in je eigen sectie als na een jaar blijkt dat het je niet bevalt of de opleiding te zwaar is gezien je omstandigheden. Of vraag om wat gymuren om je vaardigheden op peil te houden. Er is vaak veel mogelijk, want je bent bereid je werkgever te helpen. Je werkgever weet ook dat het beter is om gezamenlijk tot een oplossing te komen en dat dwang niet tot gemotiveerde werknemers leidt. Mocht je uiteindelijk toch niet kiezen voor een ander vak, dan moet je dat goed onderbouwen en kan je misschien aangeven dat je over een paar jaar bereid bent een andere bevoegdheid erbij te halen. Een enkele keer horen we dat de werkgever de druk verhoogt door te zeggen dat niet meewerken een werkweigering is. Laat je daardoor niet overbluffen. Het voorstel is op vrijwillige basis. Je hebt het recht om gemotiveerd te weigeren.

Denk als sectie LO met je werkgever mee. Misschien wil iedereen vrijwillig wat uren inleveren. Misschien zijn er andere taken die gedaan kunnen worden. Misschien is er een collega die op detacheringbasis een jaar op een andere school geplaatst wil worden. Komen jullie er niet uit, leg dan het probleem terug bij de werkgever. De werkgever zal mogelijk maatregelen gaan treffen. Als er nog geen reorganisatieplannen zijn en je (G)MR is er nog niet bij betrokken, mag je er van uitgaan dat alle voorstellen van je werkgever gebaseerd zijn op vrijwilligheid. Je werkgever kan niet eenvoudig de arbeidsvoorwaarden eenzijdig veranderen. Daarvoor zijn zwaarwegende belangen nodig. Je werkgever moet ook jouw belangen afwegen en behoort als goed werkgever/goed bestuurder voor je te zorgen.

Onbevoegd een ander vak geven, kan slechts op tijdelijke basis. Als je komend schooljaar al ingezet wordt op een ander vak, vraag dan goede begeleiding en coaching. Zorg dat er voldoende tijd is voor studie en evaluatie regelmatig. Dan weet je werkgever hoe het met je gaat en zal hij niet overvallen worden als het niet lukt. Kaart tijdig aan dat je terug wil naar de sectie LO. Gaat het goed, dan hebben jullie er beiden voordeel bij. Je hebt in de toekomst meer mogelijkheden en kans op doorgroei in salaris.

Gaat de school reorganiseren, vraag dan personeelszaken om informatie. De werkgever behoort je goed en volledig te informeren en behoort je vragen te beantwoorden.

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](mailto:irp@kvlo.nl) en op telefoonnummer 030 693 7678. ◀



Nummer

6

Jaargang 99 - 24 JUNI 2011

Lichamelijke  
Opvoeding



Praktijk katern



**Freebiking:** biketrial in de gymzaal (1)

**Het 'Beoordelingspectrum'** en een pleidooi voor adaptief beoordelen binnen de les LO

**Het klimdoek;** spannend, uitdagend en toch heel veilig

**Trapezewaaien voor het basisonderwijs:** vijf uitdagende situaties

# Freebiking: *biketrial in de gymzaal (1)*

*Freebiking in het voortgezet onderwijs is de tweede leerlijn die is ontwikkeld door het netwerk Freesport van de SLO. De leerlijn sluit aan op het basisdocument voor onderbouw vo en bestaat uit twee vormen: biketrial en mountainbiken (MTB). De leerlijn is onlangs verschenen op een dvd en de bijhorende projectsite [www.freesport.slo.nl](http://www.freesport.slo.nl). De dvd is bedoeld voor docenten lichamelijke opvoeding en kan tijdens de lessen als voorbeeldmateriaal voor leerlingen worden gebruikt. In dit artikel geven we een toelichting op Biketrial in de gymzaal.*

**Door: Ger van Mossel**

## Verschijningsvormen in de wielersport

In de wielersport zijn verschillende disciplines te onderscheiden, het aangepast fietsen voor gehandicapte sporters, baanwielrennen, BMX of fietscross als race en als freestyle, het mountainbiken (MTB) met crosscountry en downhill, het kunstfietsen als show, het veldrijden in de winter en het wielrennen op de weg. Daarnaast is er biketrial, een afgeleide van motortrial, maar dan op een fiets.

## Wielersport en bewegingsonderwijs

In een fietsland als Nederland zou eigenlijk

de wielersport deel moeten uitmaken van het programma lichamelijke opvoeding. Uit verschillende reacties merken we dat steeds meer scholen daaraan aandacht willen besteden. Een grote drempel daarbij is echter het risico op ongelukken. De SLO is samen met de scholen uit het netwerk Freesport op zoek gegaan naar mogelijkheden om vormen van freebiking veilig en toegankelijk te maken voor het bewegingsonderwijs. SLO heeft samen met biketrial wereldtopper Rick Koekoek een leerlijn voor het bewegingsonderwijs ontwikkeld. Daarnaast hebben we een leerlijn mountainbiken ontwikkeld. In een volgend artikel beschrijven we de leerlijn

*MTB outdoor*. Wij hopen dat we met het aanbieden van biketrial en mountainbiken het imago van de fiets bij jongeren verbeteren. In ieder geval vinden de leerlingen van de netwerkscholen de trialbike zeer 'cool'.

## Freebiking: biketrial in de gymzaal

In het buitenland, met name in de Zuid-Europese landen, is er een groeiende belangstelling voor biketrial. Ook in Nederland begint biketrial steeds populairder te worden. Bij biketrial staat snelheid niet centraal, maar gaat het juist om balans, coördinatie, kracht en mentale weerbaarheid waarbij obstakels in



### Dvd Freebiking in het voortgezet onderwijs

Op de dvd *Freebiking in het voortgezet onderwijs* staan vier parcoursen van zowel *Biketrial in de gymzaal* als MTB outdoor. Bij biketrial gaat het om een start, enjoy, cool en extreme parcours. Bij MTB gaat het om een start, short field, long field en mountain parcours. De parcoursen worden uitgevoerd door rookies (leerlingen met gele shirts), experts (groene shirts) en masters (blauwe shirts). Daarnaast leggen enkele profi's (met zwarte shirts) diverse parcoursen af. Op de dvd staat een aantal methodische beelden met belangrijke aandachtspunten. Bovendien biedt de dvd een document met een nadere toelichting op freebiking.

Het bestellen van de dvd kan via [www.slo.nl/publicaties](http://www.slo.nl/publicaties). De freebikingbeelden zijn tevens online te bekijken op [www.freesport.slo.nl](http://www.freesport.slo.nl). Voor meer informatie: Ger van Mossel, e-mail: [g.vanmossel@slo.nl](mailto:g.vanmossel@slo.nl)





Balanceren



Overbruggen van obstakels



Kijkt naar voren



Houdt voeten op de pedalen

Fasering	Rookie (geel)	Expert (groen)	Master (blauw)
Het in balans houden van de bike	Houdt de trialbike bij een 'trackstand' vrij kort in balans  Vertrekt nog enigszins instabiel  Zoekt voortdurend naar balans bij makkelijke passages Raakt soms de balans kwijt en/of plaatst een voet op de grond	Staat bij de 'trackstand' steeds een paar seconden stil  Vertrekt stabiel en heeft de fiets onder controle  Houdt balans bij makkelijke passages en raakt uit balans bij moeilijke passages	Staat bij de 'trackstand sur place' en hopt naar een nieuwe trackstand  Vertrekt stabiel en blijft in balans bij moeilijke passages
Het aanpassen van de vaart	Legt het parcours in een te hoog tempo af  Heeft moeite om druk te houden op de trappers (blijft niet altijd trappen) en op de wielen	Er zijn nog weinig tempowisselingen bij het afleggen van het parcours Begint de timing op de pedalen door te krijgen bij onverwachte bewegingen	Er is een verschil in tempowisselingen  Weet op de juiste momenten aan te zetten op de pedalen
Het uitvoeren van moves met de bike	Kijkt veelal naar beneden  Plaatst een of twee voeten op de grond om balans te herstellen	Kijkt naar voren bij makkelijke moves en naar beneden bij moeilijke moves Haalt af en toe de voet van de pedaal, maar plaatst de voeten niet op de grond	Kijkt vooruit naar de te volgen route  Houdt voeten op de pedaal



Afwisselen van obstakels



Meisjes opvallend goed



Wheelie



Profi

allerlei vormen getrotseerd moeten worden. Met de trialbike – een speciale fiets – worden allerlei moves uitgevoerd, zoals de trackstand, de backwheel hop en de bunny hop.

Trialbikers zoeken, net als freerunners, in hun omgeving naar geschikte obstakels om te overbruggen. Biketrial wordt buiten in natuurlijke en in stedelijke omgevingen met keien, boomstronken, muurtjes, trappen en buizen beoefend. Biketrial is in de buitenlucht maar ook in de gymzaal een uitdagende activiteit. Leerlingen van de netwerkscholen vinden het zeer uitdagend om te doen. Opvallend is dat vooral meisjes goed overweg kunnen met een trialbike!

### Hoofduitdaging

Bij biketrial gaat het om in een langzaam tempo al balancerend, rijdend en springend met een trialbike een parcours met obstakels

af te leggen. Een trialbiker gaat daarbij op eigen speelse wijze bewegend in op uitdagingen van de directe variabele landschappelijke omgeving.

### Bewegingsthema's

Voor het vinden van een didactische ordening van de biketrialactiviteiten onderscheiden we voor school de volgende vier bewegingsthema's:

- 1 hantering van de trialbike (*using bikes*)
- 2 balanceren (*balance biking*)
- 3 bochten rijden (*corner biking*)
- 4 overbruggen van obstakels (*obstacle biking*).

### Fasering

Voor het geven van leerhulp is het handig om de activiteit te faseren in verschillende momenten. Biketrial wordt gekenmerkt door de volgende faseringen:

- het in balans houden van de bike
- het aanpassen van de vaart
- het uitvoeren van moves met de bike.

### Bandbreedte in deelname

Leerlingen nemen op verschillende wijze deel aan biketrial. Er zijn leerlingen die instabiel vertrekken, voortdurend naar balans zoeken, naar beneden kijken, in één tempo het parcours afleggen en regelmatig de druk verliezen op de trappers. Daarnaast zijn er leerlingen die stabiel vertrekken, in balans blijven bij moeilijke obstakels, vooruit kijken naar de te volgen route, het parcours afleggen met tempowisselingen en op de juiste momenten aanzetten op de pedalen.

Voor het samenstellen van een parcours met hindernissen worden allerlei toestellen en materialen gebruikt. Deelnamemogelijkheden van alle leerlingen kunnen worden bevorderd door te variëren in: aantal obstakels, ruimte voor en na het obstakel, type obstakel (laag/hoog, smal/breed, kort/lang, horizontaal/schuin) en beveiliging (landingsmat/turnmat).

Daarnaast kan worden gevarieerd in hulpverlening. Bij het hulpverlening maken wij een >>

Contact:

[g.vanmossel@slo.nl](mailto:g.vanmossel@slo.nl)

onderscheid tussen het ondersteunen en het vangen van de biker. Bij het ondersteunen wordt het balanceren, rijden en/of overbruggen voor de biker vereenvoudigd. Leerlingen op zorgniveau kunnen baat hebben bij ondersteuning door de docent. Bij rookies, experts en masters is het vaak eerder verstorend. Bij het vangen wordt het balanceren, rijden en/of overbruggen van de biker veilig gesteld, bijvoorbeeld door twee vangers bij het passeren van hoge obstakels.

### Deelnameniveaus

De opdracht voor de leerlingen is: leg het parcours zo af dat je de obstakels veilig met een move kunt passeren en na een move kunt stoppen of doorrijden. Leerlingen nemen bij biketrial op verschillende niveaus deel: als rookie, expert en master. Deze deelnameniveaus zijn te vergelijken met het basis-, vervolg- en gevorderd niveau uit het basisdocument. Wij verwachten met drie keer vier lessen dat 40% van de leerlingen deelneemt als rookie, 30% als expert en 20% als master. Op de dvd hebben deze leerlingen respectievelijk een geel, groen en blauw shirt aan. Ongeveer 10% van de leerlingen kan het parcours niet zelfstandig afleggen. Op de dvd worden daarnaast filmpjes getoond van drie profi's met een zwart shirt.

### Trialbike pakket

Aanvankelijk hebben we tijdens het uitproberen op de scholen mountainbikes gebruikt. Al gauw kwamen we erachter dat mountainbikes daarvoor niet geschikt zijn. Een speciale trialbike heeft vergeleken met een mountainbike een lagere instap, een hogere trapas en een kleiner voortandwiel. Een lage instap zorgt ervoor dat een leerling wanneer deze uit balans is veilig kan afstappen. Met een hoge trapas en klein voortandwiel passeer je makkelijker obstakels en voorkom je beschadigingen aan toestellen. Bovendien speelt de bandenkeuze een rol. Wij hebben gekozen voor brede banden met een grijs loopvlak dat geen strepen achterlaat op de vloer. Mocht dat problemen geven bij de beheerder van de zaal, er bestaan ook witte banden.

In overleg met Rick Koekoek hebben we een trialbikepakket samengesteld dat bestaat uit zes trialbikes, twaalf helmen en twaalf paar scheenbeschermers. Met zes trialbikes kunnen twaalf tot achttien leerlingen (twee of drie leerlingen per trialbike werkt prima) in tweeterde lengte-zaal aan de slag met een trialbike-parcours van vier lussen. Voor scholen bestaat de mogelijkheid om het pakket te huren en/of aan te schaffen.

### Veiligheid en aansprakelijkheid

Kunnen we vormen van freebiking veilig aanbieden op school en op welke aansprakelijkheid moeten we letten? Ten eerste is het belangrijk dat de werkgever op de hoogte is van wat wordt aangeboden tijdens de lessen LO. Ten tweede geldt voor een activiteit als biketrial dat er extra aandacht moet zijn voor veiligheid en zorgvuldig handelen en begeleiden. Hoe hoog zijn de obstakels? Hoeveel hulpverlening schakel ik in? Hoe introduceer ik het en houd ik het in de hand? Hoe geef ik verschillende voorbeelden en hoe ga ik om met niveaoverschillen? De dvd met beelden kan je hierbij helpen. Ten derde is het belangrijk om de eigen bekwaamheid op orde te houden. Voor een nieuwe activiteit als biketrial geldt: volg een workshop of cursus of regel met collega's een introductie door een ervaringsdeskundige.

### Vier trialbike parcoursen

Op de dvd zijn vier verschillende parcoursen uitgewerkt: een start, een enjoy (makkelijk), cool (gemiddeld) en extreme (moeilijk) parcours. De parcoursen verschillen in complexiteit. Je kunt het vergelijken met de blauwe, rode en zwarte piste bij het skiën. Het enjoy, cool en extreme parcours is bij drie keer vier lessen geschikt voor respectievelijk klas 1, klas 2 en klas 3. Ieder parcours bestaat uit verschillende moves uit de bewegingsthema's balance, obstacle en corner biking. Daarnaast is er een start parcours waarin de leerlingen de trialbike leren hanteren. Ieder parcours laat beelden zien van rookies, experts en masters. Voor de parcoursen en de verschillende moves zie [www.freesport.slo.nl](http://www.freesport.slo.nl) of de dvd.

Start parcours (1 les):

- start and stop (*balance biking*)
- snake (*corner biking*)
- rolling over and down (1x) (*obstacle biking*).

Enjoy parcours (klas 1, 3 lessen):

- snail race (*balance biking*)
- locked trackstand (*balance biking*)
- snake (*corner biking*)
- 360° (*corner biking*)
- rolling over and down (3x) (*obstacle biking*).

Cool parcours (klas 2, 4 lessen):

- free trackstand (*balance biking*)
- lifting the front and rear wheel (*balance biking*)
- wip-wap (*obstacle biking*)
- rolling siteways (*obstacle biking*)
- rolling over and down (2x) (*obstacle biking*)
- riding up a sloped wall (*corner biking*).

Extreme parcours (klas 3, 4 lessen):

- locked trackstand (*balance biking*)
- rolling over a beam (*balance biking*)
- rolling over and down (2x) (*obstacle biking*)
- pivoting on the rear and/or front wheel (*balance biking*)
- wheelie (*balance biking*).

### Profi's

Op de dvd staan van de vier parcoursen ook beelden van enkele profi's (met een zwart shirt). De profi's zoeken bij het afleggen van een parcours steeds naar een eigen uitdaging. Ten slotte zijn er op de dvd een aantal moves van profi's methodisch in beeld gebracht: trackstand, hoppen, side drop, bunny hop, pedal punche, backwheeler hop, pedal kicks en side hop. Bij de moves worden de belangrijkste aanwijzingen gegeven. De aanwijzingen en de opbouw staan tevens in het toelichtend document op de website en op de dvd.

Zie voor meer informatie over biketrial:

[www.freesport.slo.nl](http://www.freesport.slo.nl)

[www.trashzen.com](http://www.trashzen.com)

[www.rickkoekoek.nl](http://www.rickkoekoek.nl) ◀

# Het 'Beoordelingspectrum'

en een pleidooi voor adaptief beoordelen binnen de les LO

*In KVLO nr. 11 uit 2008 stond het door mij geschreven artikel 'Beoordelen binnen LO, vooral een agogisch probleem'. In dit artikel was te lezen dat de meeste vak-collegae efficiënte en praktische oplossingen hebben gevonden om tot een beoordeling te komen voor ons vak. Tegelijk moesten we concluderen dat deze oplossingen, bekeken vanuit agogisch perspectief, zelden stand hielden. Of anders gesteld: beoordelen binnen de les LO, eigenlijk doen we maar wat.....*

Door: Gertjan van Dokkum

## Eigenlijk doen we maar wat...

De gymleraar staat aan de kant met zijn agenda in de hand. Zes zenuwachtige brugklassers staan bij de ringen: "Sta klaar!.... zwaai voor, ..achter, ...halve draai in, ....halve draai uit en ....trek op .... sleep af". Terwijl hij de commando's doorschreeuwde was de docent ook nog in staat om alle zes leerlingen *tegelijk* te beoordelen: "Susan: een zes en half. Gertjan: vier, maar inzet is zeven dus eindcijfer vijf en half. Ali: acht. Jaimy: zeven, goed gedaan" enzovoort.

Of nog zo'n herkenbare 'misser': De shuttle-run voor cijfer. Vorige week is er al geoefend en Gertjan een zware, motorisch onhandige jongen, haalde toen stap vier. Dat betekent ook gelijk een vier als cijfer. Gertjan was er misselijk van geworden, maar als hij vandaag beter zijn best doet kan hij misschien wel een voldoende halen.....?

Zomaar twee voorbeelden van beoordelingen die ik nog op menig stagebezoek tegenkom, maar waarvan ik hoop dat ze binnenkort zullen uitsterven. In het eerste voorbeeld de gymleraar die een heterogene groep onderwerpt aan een gegeneraliseerde norm. Omdat de docent ook wel aanvoelt dat er iets niet klopt, wordt voor Gertjan het *inzetcijfer* ter compensatie aangewend. De beoordeling is volstrekt docentafhankelijk en de leerlingen hebben geen of nauwelijks een idee over hoe hun cijfer tot stand is gekomen. In het tweede voorbeeld koppelt de docent een cijfer aan een maximaaltest. De docent meet hier aanleg c.q. sportieve achtergrond van de leerling en daar is op zich niets mis mee. Vervolgens koppelt de docent hier een cijfer aan en dat mag niet.

De shuttle-run-test is onderdeel van de Eurofittest. In deze test zit bijvoorbeeld ook een *sit-and-reach* onderdeel. Stel je nu eens voor dat de gymleraar bij dit onderdeel gaat staan en roept: "Als je het blokje 15 centimeter wegduwt heb je een zes". Of dat de gymleraar een cijfer koppelt aan het onderdeel *hangen-met-gebogen-armen* of aan de *handknijpkracht* .... een cijfer voor de *BMI-meting* dan misschien? Precies mijn punt!

De lijst met dit soort 'bijzondere' toetsvormen is enorm. Bij het hoogspringen meten we met een absolute norm, zodat alle 'kleintjes' weer gecompenseerd moeten worden

met behulp van het techniek- of inzetcijfer. Bij spel worden technieken beoordeeld alsof het turnonderdelen zijn, bij Bewegen op muziek gaat het spontaan over de 'groepsprestatie' en bij het turnen moet weer iedereen hetzelfde kunstje laten zien op hetzelfde moment.... En die arme Gertjan moet het alweer hebben van zijn inzet.

## Licht aan de horizon

Toch zijn er voorzichtige, positieve veranderingen waarneembaar. Op diverse scholen zijn vakwerkplannen al aangepast en zijn er vaste of gedifferentieerde beoordelingscriteria opgesteld. Steeds meer secties LO >>

Klas 2

Onderdeel: Coopertest

Duurloop van 12 minuten op een 200m. baan.

Accent: tempo leren lopen met duurloop, accent op optimale afstand.

Eindbeoordeling: tempo leren telt 1x, afstand telt 1x.

Tempo lopen Ik ...	
A	heb lopen en wandelen afgewisseld.
B	loop zonder wandelen maar met tempowisselingen van meer dan 10 sec. per ronde van 200m.
C	loop zonder wandelen in constant looptempo met minder dan 10 sec. tempowisseling per ronde.
D	loop zonder wandelen in constant tempo met minder dan 5 sec. tempowisseling per ronde.
Afstand	
A	Jongens: < 2000 m Meisjes: < 1800 m
B	Jongens: > 2000 m Meisjes: > 1800 m
C	Jongens: > 2300 m Meisjes: > 2000 m
D	Jongens: > 2600 m Meisjes: > 2200 m

Figuur 1: beoordelingspectrum



## Beoordelen van fysieke inspanning

beoordelen aan de hand van werkboeken en gebruiken een bestaand of zelfontworpen Leerlingvolgsysteem bij het beoordelen van hun leerlingen. Tijd om deze vooruitgang in kaart te brengen opdat gymleraren hierdoor geïnspireerd raken en hun eigen wijze van beoordelen eens kritisch tegen het licht houden.

### Het Beoordelingspectrum

Als je alle vormen van beoordelen binnen de lichamelijke opvoeding op een rijtje zet op basis van het indelingscriterium 'verantwoordelijkheid' ontstaat er een spectrum. Figuur 1 toont dit Beoordelingspectrum. Geheel aan de linkerkant treffen we het beoordelen met behulp van het ouderwetse 'timmermansoog'. Uitgangspunt bij deze vorm van beoordelen is de ervaring en vakkennis van de gymleraar die in één oogopslag ziet wat de leerling vermag. De verantwoordelijkheid voor de beoordeling ligt volledig bij de docent. Aan de andere kant van het beoordelingspectrum het (S)portfolio. De leerling stelt zelf, aan de hand van vooraf opgegeven eisen, een portfolio samen. Het niveau van

bewegen is niet meer het beoordelingscriterium, maar wel het inzicht in het eigen bewegen: Wat kan ik goed, wat vind ik leuk, wat heb ik allemaal gedaan voor het vak lichamelijke opvoeding en wat heb ik geleerd met betrekking tot het Beter bewegen, het Bewegen regelen en het Gezond bewegen? Hoewel de docent uiteraard het (S)portfolio beoordeelt, ligt de eerste verantwoordelijkheid voor de beoordeling bij de leerling. De beoordeling door middel van het (S)portfolio zien we nog niet veel binnen de lichamelijke opvoeding. Soms bij LO2 of BSM. Wel is er een verschuiving waarneembaar van de linkerkant van het spectrum naar rechts. Veel scholen werken tenminste al met vooraf vastgestelde criteria zodat beoordelingen minder docentafhankelijk worden en leerlingen weten waar ze op beoordeeld worden... De beoordeling is alleen nog niet 'adaptief' en dat maakt het nog steeds lastig bij het beoordelen van heterogene groepen. Het werkboek is ook in opkomst. Vaksecties kopen kant-en-klare werkboeken via uitgever, of stellen zelf een werkboek samen. Hierin staan observatie- en beoordelingsop-

drachten, maar bijvoorbeeld ook spelregels en invulmogelijkheden van bestaande fysieke testen. De leerling houdt zelf dit werkboek bij en dit boek wordt beoordeeld. De wijze van beoordelen die een vaksectie *bewust* kiest is afhankelijk van nogal wat factoren en vakconceptuele uitgangspunten. Ik zal deze hier niet uitwerken, maar vraag wel om ten minste het beoordelen binnen de sectie eens ter discussie te stellen.... Dan zullen als vanzelf al deze factoren en conceptuele uitgangspunten de revue passeren en kan er, met het beoordelingspectrum in de hand, wellicht gekozen worden voor een wat modernere en leerling-vriendelijkere (lees: méér verantwoorde) manier van beoordelen.

### Pleidooi voor het adaptief beoordelen

Ik ben groot voorstander van het adaptief beoordelen. Dat wil zeggen dat de leerlingen beoordeeld worden aan de hand van variabele criteria. De plaats van de leerlingen binnen de leerlijn bepaalt gelijk de criteria voor zijn/haar beoordeling. Of anders gezegd: ik differentieer altijd binnen mijn lessen.... Nu



aan het Wellantcollege in Rotterdam (vmbo) uitvoerde, bleek actief en zelfstandig beoordelen op allerlei manieren voor leerwinst te zorgen. De leerlingen voelden zich meer verantwoordelijk voor elkaar, voor de les en voor hun eigen beoordeling. De leerlingen konden beter navertellen hoe hun beoordeling tot stand kwam en tot slot bleek dat de beoordeling van de leerlingen gemiddeld hetzelfde resultaat opleverde als de beoordeling door de docent!

Een meerderheid van de ondervraagde kinderen op het Wellantcollege geeft aan dat:

- ze zelf beoordelen leuk vinden
- ze het eens zijn met het behaalde resultaat (meer dan wanneer de docent beoordeelt)
- ze vaker zelf zouden willen beoordelen
- ze het leuk vinden om goed te presteren bij de lessen LO
- ze het nut inzien van zelf beoordelen
- ze het cijfer dat ze halen voor LO belangrijk vinden
- ze een vriendje of vriendinnetje geen hoger cijfer geven dan een willekeurige andere klasgenoot
- ze tijdens de les LO veel willen bewegen
- ze het fijn vinden op hun eigen niveau te kunnen presteren
- ze het fijn vinden als een klasgenootje hun sprong goed beoordeelt.

(Bas Ghijsen, 2010)

### Een praktijkvoorbeeld

Adaptief, actief en zelfstandig beoordelen klinkt lastig, maar is het niet. Ik zal hier het voorbeeld geven dat Bas Ghijsen gebruikte voor zijn onderzoek. Hij liet zijn tweede klassen elkaar beoordelen bij het rechtstandig springen met behulp van de trampoline. Bas ontwikkelde een kaart met daarop drie aandachtspunten voor de sprong:

- hoogte                      maximaal drie punten
- houding                     maximaal drie punten
- landing                      maximaal twee punten.

Bonus:

- streksprong                nul punten
- hurk/skate sprong       één punt
- spreid                        één punt
- spreid hoek                twee punten.

Bas zorgde voor mooie tekeningen ter illustratie en criteria voor de hoogte, houding en landing. De leerlingen konden in groepen van vier elkaar beoordelen gedurende twintig minuten.... De leerlingen konden zelf de sprongen kiezen en het hoogste cijfer telde! Zo werd de beoordelingsles extra intensief

en leerden de leerlingen dat een perfect uitgevoerde skatesprong zelfs een hoger cijfer oplevert dan een minder goed uitgevoerde spreid-hoek.

### Nog een praktijkvoorbeeld

Op OSG de Meergronden (Almere) beoordelen leerlingen met de Coopertest elkaar in tweetallen door niet alleen de afstand op te schrijven maar ook de tempovariatie. Per ronde van 200 meter wordt door de leerlingen de tijd genoteerd van hun looppartner. Vervolgens wordt de rondetijd berekend en het verschil in rondetijden. De eerste en de laatste ronde (snelle start en eindsprint) worden niet meegerekend. Essentieel is dat het hier gaat om het beoordelen van het lopen in een constant tempo ongeacht je conditie. Daarnaast geeft de afstand die je loopt informatie over je duurconditie. In de LO-les is vooral aandacht besteed aan het lopen in een constant tempo dat bij je past en dat je twaalf minuten kunt volhouden. Dit levert tweeledige informatie op. Ten eerste geeft het aan of leerlingen geleerd hebben in een constant tempo te lopen. Ten tweede geeft het informatie over hun duurconditie. Dit is een gegeven dat ze meenemen als ze de LO-les inkomen.

Leerlingen kunnen laten zien wat ze geleerd hebben in de LO-les. Sommige leerlingen die nooit een voldoende halen op de afstand merken dat als ze in een laag maar constant tempo blijven lopen, hiervoor de hoogste beoordeling kunnen krijgen. Het vasthouden van een constant tempo dat bij je past gedurende twaalf minuten wordt beoordeeld volgens heldere criteria (zie schema op pag. 23). De beoordeling met een vierpuntschaal komt overeen met de structuur van het *Basisdocument VO* waarbij een indeling wordt gemaakt met de niveaus zorg, basis, vervolg en gevorderd. Hieraan kun je cijfers koppelen indien je schoolrapportage daar om vraagt.

### Tot slot

Uiteraard heb ik de teksten scherp weggezet om te prikkelen. Misschien is meer toelichting of illustratie wenselijk. Ik hoop desalniettemin dat dit artikel evengoed reden is om eens kritisch te kijken naar de manier waarop je beoordeelt in de les. Wellicht is er een stap te maken!

Gertjan van Dokkum is docent Bewegingsagogische Wetenschappen, Fontys Sport Hogeschool, Tilburg ◀■

differentieer ik ook bij het beoordelen. Het adaptief beoordelen houdt rekening met de verschillen tussen leerlingen, maar dwingt ze wel om het beste uit zichzelf te halen. Uitgangspunt is wel dat de beste beweging het hoogste cijfer kan halen, maar tegelijk ook dat de mindere beweging op eigen kracht een voldoende kan bereiken. Combinatiecijfers zijn ook nog steeds mogelijk. Er kunnen dan criteria worden opgesteld voor bijvoorbeeld inzet, regelteken, en samenwerking, maar deze hoeven niet adaptief te zijn. Het lijkt misschien lastig... maar als je het eenmaal begrijpt gaat het vanzelf.

### Actief en zelfstandig beoordelen

De verschuiving naar rechts, maakt het mogelijk om leerlingen medeverantwoordelijk te maken voor het beoordelen. Werkvormen waarbij leerlingen elkaar beoordelen aan de hand van vaste of variabele criteria (adaptief) zijn eenvoudig te verzinnen en werken enorm motiverend. Uit een praktijkonderzoek van Bas Ghijsen dat hij in 2010

Contact:

G.vandokkum@fontys.nl, Tel.: 013 5286 813

# Het klimdoek;

## spannend, uitdagend en toch heel veilig

*“Juffrouw, ik kan het!”*

*Kadisha had eerst zo haar bedenkingen; zweven in de klimdoek leek haar meer iets voor kleine turnmeisjes. Met haar grote lichaam zag dat er allemaal veel te ingewikkeld uit. Maar na aandringen van de juf gaat ze er toch mee aan de slag. Gaandeweg verandert haar houding en ontdekt ze wat ze wel kan. Ze wordt zelfs enthousiast, totdat ze naar de juf roept dat het gelukt is. Aan het einde van de les laat ze trots aan de rest van de klas zien hoe ze balanceert in de doeken.*

Door: André Hoekstra

### Nieuwe activiteit

Klimmen en duikelen in het klimdoek is een geheel nieuwe activiteit voor het bewegingsonderwijs. Veel mensen hebben het wel eens gezien, op televisie of bij Cirque du Soleil;

lange gekleurde doeken waarin luchtacro-baten hun sierlijke kunsten laten zien. Ook bij de meeste jeugdcircussen is het klimdoek niet meer weg te denken. Bij de naschoolse activiteiten die we organiseren is het klim-

doek veruit het meest populaire onderdeel. Een klimdoek bestaat in al zijn eenvoud uit een lange doek die in het midden wordt opgehangen. Dit gebeurt met een speciale beugel waarmee de twee repen stof uit



FOTOS: ANDRÉ HOEKSTRA

Zweven

elkaar gehouden worden. Deze beugel hangt aan een ringenstel. In de twee doeken die er nu eigenlijk hangen kan je klimmen, op je kop hangen, duikelen, jezelf verstoppen en haast onbeperkt veel trucjes doen.

### Vrije val

Voor Joachim is het nu de tweede keer dat hij met de doeken bezig is. Hij ligt op de knoop, zwaait zijn benen achterover en hangt ondersteboven. Nu komt het moeilijke gedeelte, jezelf omhoogwerken totdat je weer rechtop zit. Na wat geworstel is het zover. Hij zit nu rechtop met het doek om zijn bovenbenen. Met zijn handen boven zijn hoofd houdt hij de doeken vast en kijkt hij gespannen naar beneden. Durft hij zich in de diepte te laten vallen en zich helemaal rond te laten draaien? De eerste keer helpt de meester hem nog, maar de tweede keer wil hij het toch echt zelf doen. Benen en armen gespreid, diep ademen en daar gaat hij in een vrije val voorover. Met een grote glimlach komt hij onder de doeken vandaan en gaat hij direct weer in de rij staan om het nog een keer te kunnen doen.

### Toepassingen

De klimdoeken zijn op meerdere manieren toepasbaar, allereerst natuurlijk als leermiddel binnen de bekende leerlijnen. Kinderen kunnen er in klimmen, voorover en achterover duikelen, borstwaartsom, zich verstoppen, zwaaien en balanceren. Vaak komen er in de bewegingsvormen elementen terug van verschillende leerlijnen. Daarnaast nodigen de gekleurde doeken uit tot spelen en ontdekken. In de vrije speelmomenten gaan kinderen spontaan van alles uitproberen;

ze gaan zich verstoppen (alleen of met zijn tweeën), laten zich ronddraaien of gebruiken de doek als glijbaan.

Ook zijn de doeken te gebruiken bij het maken van hindernisbanen of als decoratie bij feesten. Bijzonder is het plezier dat kinderen er in hebben om de bewegingsvormen die ze in het klimdoek geleerd hebben aan anderen te laten zien. "Juf mag ik het straks aan mijn moeder laten zien?" is een veelgehoorde vraag. Met wat choreografische aanwijzingen ontstaat al snel een spannende presentatie voor open dagen, jaarfeesten of circusvoorstellingen.

### Therapeutische waarde

Bram is zeker geen haantje de voorste. Voorzichtig als hij is bekijkt hij het duikelen in de doeken van afstand. Dan is hij aan de beurt; echt niet dat hij zich voorover gaat laten vallen! Gelukkig kent de juf hem ook en laat hem in zijn eigen tempo de doeken ontdekken. Heel voorzichtig kantelt hij zich achterover totdat hij ondersteboven hangt.

ander heeft wat meer tijd nodig. Het blijft fantastisch om te zien hoe verschillend kinderen omgaan met angst en hoe trots ze zijn als ze die angst uiteindelijk hebben overwonnen.

### Differentiatie

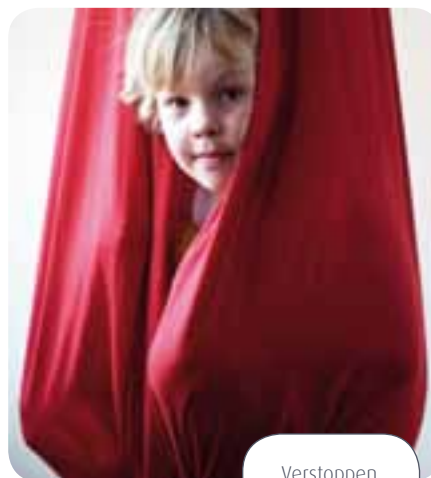
De bewegingsvormen in de doeken zijn op verschillende niveau's aan te bieden. Met een knoop erin kunnen zelfs kleuters er al in zwaaien en ondersteboven hangen. Vanaf groep drie worden de basisvormen geïntroduceerd die voor alle kinderen haalbaar



Touwen hangen

zijn. Kinderen van groep zes en hoger kunnen zonder knoop gaan werken. Het klimdoek wordt dan echt een fysieke en coördinatieve uitdaging.

Klimdoek is een initiatief van Stichting Capriool Circusprojecten uit Amsterdam. We leveren klimdoeken en geven workshops en instructie. Meer informatie op [www.klimdoek.nl](http://www.klimdoek.nl)



Verstoppen

Grappig, de wereld op zijn kop. Met beide handen blijft hij de doeken stevig vasthouden, je weet maar nooit. Ergens, geen idee waar de stem vandaan komt, hoort hij de juf zeggen dat hij gerust zijn handen los kan laten. Geen denken aan, dat komt dan wel een volgende keer.

Kinderen ervaren de doeken als uitdagend, spannend en toch heel veilig. Niet zelden is het de eerste situatie waarin zij voldoende veiligheid ervaren om ondersteboven te gaan hangen.

De vormen waarbij kinderen zich voorover of naar beneden kunnen laten vallen vragen lef. Voor de een is dat geen probleem, de



Klaar om naar beneden te duikelen

André Hoekstra is projectcoördinator van Stichting Capriool.

Met dank aan leerlingen en vakleerkrachten van Het Koggeschip en de Oranje Nassauschool, beide in Amsterdam. ◀

Vrije val



Contact:

[wolfenter@planet.nl](mailto:wolfenter@planet.nl)

# Een leerlingvolgsysteem

## in de praktijk voor het VO

*Op OSG De Meergronden was een aantal leden van de vakgroep al een tijdje aan het filosoferen over een leerlingvolgsysteem (lvs). We wilden graag de administratie digitaliseren en zo een systeem ontwikkelen waarbij wij de leerlingen kunnen volgen over een aantal jaren. Na oriëntatie, hebben we uiteindelijk een lvs ontwikkeld waarin wij nu een aantal, voor ons, belangrijke gegevens bijhouden.*

Door: Cindy Didden

Tijdens onze verkenning naar een aantal bestaande lvs-en is het ons opgevallen dat er lvs-en bestaan voor het basisonderwijs, maar geen enkele voor het voortgezet onderwijs. De volgende lvs-en zijn bekend in het basisonderwijs (zie ook het artikel over het TNO-rapport elders in dit blad).

- 'Jump in' GGD A'dam voor basisschoolleerlingen, met aandacht voor het meten van beweegtijd, gezond eten, lichaamsgewicht, -lengte en sportdeelname.
- *Novibols*, Gijs van den Berg, tien onderscheidende situaties, vijf deelnameniveaus tot en met de brugklas waarin de kwaliteit van bewegen wordt gemeten.
- *Beleves*, Arnold Consten gebaseerd op *Basisdocument bewegingsonderwijs* waarin twaalf leerlijnen zijn uitgewerkt voor PO met aandacht voor beweeg- en regelkwaliteiten.
- *LVS bewegen en spelen* van Hans Stroes en Wim van Gelder, voor basisonderwijs. Motorische test met het fysiek prestatievermogen als voorspeller van motorische vaardigheden.
- 'Vaardigheidsproeven' Rob Smit voor basisonderwijs, met beoordelingen van losstaande oefeningen uit de spelsituatie.

Bij het bekijken van bovengenoemde lvs-en en beoordelingsprogramma's, vroegen wij ons af waarom er nog geen lvs is voor het voortgezet onderwijs (VO). Wellicht zijn dit redenen:

- het belang ervan wordt niet zo sterk gevoeld in het VO

- het bijhouden van een systeem levert te veel extra werk op
- het niet bijhouden heeft geen consequenties
- de basisschool is meer ontwikkelingsgericht, voortgezet onderwijs meer examen-gericht.

### Argumenten voor een leerlingvolgsysteem

Door het overzichtelijk maken van de resultaten van het bewegingsniveau van de leerlingen kun je meer passend onderwijs geven. Volgens het basisdocument voortgezet onderwijs zijn er in iedere klas van de onderbouw vier deelnameniveaus te onderscheiden: zorg, basis, vervolg en gevorderd. Bij kwalitatief goed onderwijs kom je deze niveaus tegen in de (respectievelijke) verhoudingen van 10-40-30 en 20%. Vallen de resultaten van een klas uiteen in andere verhouding dan zou dat aanleiding kunnen zijn om je onderwijs aan te passen. Aan de hand van niveauregistratie kun je het LO-programma van je school toetsen en afstemmen met collega's en met elkaar bekijken of het programma, de uitvoering ervan, en de toetsing wel toereikend zijn.

Maar tevens kan deze manier van registreren informatie opleveren over het individuele beweegniveau van leerlingen. Je kunt de ontwikkeling bijhouden. Als iemand zich niet verder ontwikkelt of achteruit gaat kun je het bespreekbaar maken en daarbij gebruikmaken van je lvs. Tijdens ouderavonden kun

je inhoudelijk ingaan op de beoordeling. Je kunt aangeven wat het deelnameniveau is van een leerling en wat hij zou moeten doen om een hoger deelnameniveau te halen. Het is ook een registratiesysteem waarmee je een handvat hebt om zorg aan te geven. Daarmee wordt het een zorgsignaleringsinstrument.

De volgende stap voor onze vakgroep was om na te gaan wat wij belangrijk vonden in een lvs. We hebben een excelbestand aangemaakt en daarin met tabbladen verschillende items weergegeven. Elk tabblad heeft een periode van drie jaar en elk jaar is opgesplitst in drie periodes. Bekijk een digitaal lvs via de KVLO site ([www.kvloweb.nl](http://www.kvloweb.nl)).

### Aanwezigheid

Eén van de punten die voor onze vakgroep van belang zijn om gegevens over bij te houden en door te geven is de historie van aanwezigheid, waarbij ook kan worden aangegeven of een leerling wegens blessure niet actief heeft meegedaan of zijn kleding is vergeten. Na elke periode wordt een percentage van aanwezigheid weergegeven. Ook hebben wij het mogelijk gemaakt om aan te geven welke les je hebt gegeven (onderwerp, het 'wat') en waar (welke zaal of veld) je hebt lesgegeven.

### Niveau

Op het volgend tabblad registreren we de bewegingsniveaus, in ons geval gelinkt naar een Wordbestand waarin de vier deelnameniveaus worden beschreven. Als je nog verder doorlinkt kom je terecht bij

videobeelden van de beschreven niveaus. Deze beelden staan nu ook op de site van SLO ([www.bewegingsonderwijs.slo.nl](http://www.bewegingsonderwijs.slo.nl)). Op deze site staan beelden met niveauiduidingen van het basisdocument (BD) waar naar verwezen kan worden. Tevens worden hier beelden verzameld van niveauiduidingen van kernactiviteiten van verschillende scholen (SVB=Schoolvoorbeelden). Wellicht een tip voor scholen: beelden van deze site via linken met een elektronische leeromgeving zichtbaar te maken voor leerlingen. We onderscheiden drie categorieën op het rapport, te weten atletiek, spel en turnen. Dit staat ook zo in ons lvs.

### Attitude

Niet alleen het bewegingsniveau is onderdeel van de beoordeling. Vooral ook de algemene categorieën, zoals inzet, zelfstandigheid, organisatie en samenwerking. Ook deze categorieën zijn uitgewerkt en de leerling kan nalezen wat het behaalde niveau inhoudt en wat hij moet doen om zich te verbeteren, door te linken naar een woordbestand.

### Absoluut

Naast de bewegingsdeelnameniveaus leveren de lessen ook informatie op in absolute getallen. Deze kunnen in het absolute tabblad verwerkt worden. Denk daarbij aan de afstand van de coopertest, onderdelen uit de eurofittest en de resultaten van de atletiekvijfkamp.

### Sportdeelname

Wat onze interesse heeft is of de leerlingen aan sport doen. De actie '3+2 een fit idee' van de KVLO geeft aan dat het belangrijk is voor deze leeftijdsgroep naast hun deelname aan de LO-lessen (drie keer week) nog meer (minimaal twee keer per week) sportbeurten te maken. Om dit te kunnen stimuleren zul je ook inzicht willen hebben in de sportdeelname van leerlingen buiten de lessen LO. We hebben gemerkt dat alleen al het bijhouden van de gegevens bij leerlingen vragen oproept als: Is dit belangrijk? Hoe vaak doe jij aan sport? Hoe vaak doe ik aan sport? Hoe vaak moet je eigenlijk actief zijn en aan sport doen? Hoe actief moet je zijn om als sport te tellen of een bijdrage te verwachten aan fitheid? De informatie over sportdeelname verwerken we in het aparte tabblad.

Naast de sportdeelname buiten onze school is er ook een intern toernooicircuit waaraan ze deel kunnen nemen. Een deel daarvan is verplicht en een deel is op basis van keuze. We hebben zestien toernooien totaal door



Zwaaien met of zonder gebruik knoop .

alle jaarlagen heen. Vanaf het derde leerjaar hebben zij een toernooiverplichting voor één toernooi per jaar. Meer mag natuurlijk ook. De deelnamefrequentie geeft informatie over bereidheid tot sportdeelname. Dit geldt ook voor deelname aan interscolaire toernooien.

### Totaal

In dit laatste tabblad komt alle informatie samen. Dit tabblad gebruiken we ook om een overzicht per periode te krijgen zodat we aan één tabblad voldoende hebben om de cijfers in een ander systeem, bijvoorbeeld my@vo, in te voeren.

### Ervaringen tot nu toe

Het kost even tijd om de leerlingen in te voeren, maar aangezien al onze leerlingen per klas in een excelbestand staan is het een kwestie van kopiëren en plakken. In de binnenperiode doe ik mijn absents aan het begin van de les en nu wij buiten zijn doe ik het na de les. Beoordelingen voer ik meestal ter plekke in. Tot op heden levert het mij eigenlijk alleen maar voordelen op. Ik heb een duidelijk overzicht, de beoordelingen worden gemiddeld, waardoor ik leerlingen kan laten zien hoe beoordelingen tot stand komen en hoe zij ervoor staan. Tijdens ouderavonden kan ik makkelijker uitleggen en laten zien waarom zij een bepaald niveau hebben behaald en wat ze zouden moeten doen om zich te verbeteren.

We hebben een begin gemaakt en een lvs bedacht. Het is nog niet af en nog steeds sleutelen we aan dit lvs om het nog beter en toegankelijker te maken. Elders in dit blad staat een TNO-rapport beschreven, waarin wordt aangegeven waaraan een goed lvs zou moeten voldoen. Zij geven aan dat de volgende aspecten worden bijgehouden in een volledig lvs:

- bewegingsgedrag (bij ons lvs vermeld onder tabblad sportdeelname)
- motorische vaardigheden (bij ons onder tabblad niveau)
- uitval van leerlingen (bij ons tabblad absentie)
- talentscouting (meerdere tabbladen o.a. niveau, sportdeelname)
- gewicht (nog niet verwerkt in ons lvs maar zou een plaats kunnen krijgen in het tabblad 'absoluut').

In dit rapport wordt gesteld dat de huidige lvs-en in het onderwijs alleen motorische vaardigheden bijhouden, terwijl lvs-en van buiten het onderwijs vooral de 'beweegtijd' (beweeggedrag, sportdeelname), gewicht, en schooluitval bijhouden.

Met ons lvs willen we zowel bekwaamheden volgen als bewegingsvaardigheid, regelvaardigheid, attitude. Maar ook sportdeelname (beweegtijd) en absentiehistorie (uitval signaleren). Hierbij willen we gebruikmaken van gegevens die we ook voor rapportage kunnen gebruiken en die we sowieso moeten registreren. Door handig te linken en te verzamelen hopen we dat we informatie over leerlingen door kunnen geven aan collega's zonder dat gegevens in meerdere documenten moeten worden geregistreerd. Tevens willen we leerlingen/ouders op deze wijze snel en helder inzicht geven. Hoe dit een plaats te geven in de elektronische leeromgeving van de leerling is een kwestie van technische uitwerking en systeembeheer die verschilt per school. Allereerst hebben we geprobeerd helder te maken wat we willen bijhouden. Het TNO-rapport geeft dezelfde items aan als belangrijk. Dat geeft ons moed bij het vinden van de goede weg. ◀■

Contact:

[c.didden@meergronden.nl](mailto:c.didden@meergronden.nl)

# Trapezezwaaien voor het basisonderwijs: *vijf uitdagende situaties*

*In de gymnastieklessen bij het basisonderwijs zijn er nogal wat activiteiten, die een hoge belevingswaarde bezitten. Het zijn die bewegingen, waarbij de kinderen een zodanige verplaatsing door de ruimte ervaren die ze zonder bepaalde hulpmiddelen (toestellen) niet kunnen realiseren. We moeten dan onder andere denken aan de diverse springvormen met behulp van de (mini-) trampoline, het zwaaien aan de touwen, zwengelraam en ringen. Maar het is vooral de trapeze, die voor ongekende mogelijkheden zorgt.*

**Door: Ralph Fredriksz**

De trapeze is om een aantal redenen een bijzonder waardevol toestel:

- het kan snel én veilig aangebracht worden tussen de ringen
- het zwaaien kan uitgevoerd worden in verschillende situaties: steunen, hangen, zitten, staan
- je kan ermee over de kop gaan
- de trapeze is uiterst solide!

In oude boeken zie je nog foto's van een schuine bank rustende op één of twee gymnastiekstokken, die vastgeklemd zijn tussen de ringen. Vaak wordt het geheel, voor de veiligheid, met springtouwjes vastgebonden. Het is een erg tijdrovende bezigheid om dit voor elkaar te krijgen om maar niet over de veiligheid te spreken. Dat behoort nu dus tot het verleden.

## Een les vooraf

Vóórdat je deze les met vijf verschillende situaties aan de leerlingen wilt aanbieden, is het raadzaam eerst een les te wijden aan de 'lage' trapeze (zie verderop: vierde situatie). Te denken valt aan steun- en duikelvormen aan de stille trapeze en aan de trapeze met een geringe zwaai. Zo raken de kinderen bekend met dit toestel. Vertel ook nu reeds aan de leerlingen, dat ze, als ze niet meer weten waar ze zijn (oriëntatieverlies), ze de

stok nooit mogen loslaten. Vooral bij jonge kinderen gebeurt dit nog wel eens, met alle gevolgen van dien. Voor de duidelijkheid volgt onderstaand schema.

Uit onderstaand schema blijkt, dat er sprake is van een afwisseling van de wijze waarop er gewerkt wordt aan de trapeze. Dus niet twee

oefeningen met 'hangen' achter elkaar. Hierdoor wordt een eventuele eenzijdige belasting van bepaalde spiergroepen vermeden.

## Vijf uitdagende situaties

Natuurlijk is het raadzaam de groep op grootte (van klein naar groot) te laten staan om vervolgens groepjes samen te stellen. De

	Arrangement	Opdracht
1	Springkast, schuine bank, drie kleine matjes	<i>Steunen</i> Met de trapeze in de handen lopen tegen de schuine bank op en bij de tweede achterzwaai afspringen
2	Schuine bank, trapezoïde (of springkast), lange mat, valmat	<i>Hangen</i> Vanuit stand op de trapezoïde hangen in strekhang met landen op de valmat
3	Kleine matten, valmat	<i>Zitten</i> De leerling zit op de trapeze en krijgt van een medeleerling een duw. Bij de derde voorzwaai afspringen tot stand op de mat (afwippen).
4	Kleine matten of lange mat	<i>Steunen en over de kop gaan</i> Met de trapeze in de handen naar voren lopen en opspringen tot steun en bij de tweede achterzwaai voorover duikelen tot stand
5	Schuine bank, trapezoïde, lange mat of drie kleine matjes, valmat	<i>Hangen of steunen</i> Vanuit stand op de trapezoïde hangen in buighang of opspringen tot steun met landen op de valmat



Lopen tegen schuine balk

ervaring heeft geleerd, dat de hoogte van de trapeze afgesteld dient te worden op basis van de gemiddelde lengte van het groepje. Dus als je een groep van dertig kinderen hebt, maak je vijf groepjes van zes leerlingen. Als je de trapeze afstelt bij de derde leerling van de groep hangt hij in heel veel gevallen correct voor alle kinderen van het groepje. Toch ontcom je er niet aan in bepaalde gevallen de trapeze individueel af te stellen bij verhoudingsgewijs kleine/grote kinderen.

### Eerste situatie: steunen

#### Arrangement

Een schuine bank geplaatst in een springkast. Voor de bank liggen drie kleine matjes. De bank moet niet beginnen direct onder het ophangpunt van de ringen, maar een halve meter ervan verwijderd. Op deze wijze wordt er een grotere zwaai verkregen. In de meeste standaard gymnastiekzalen is het ophangpunt van de ringen boven de middenlijn van het volleybalveld.

#### Opdracht

Met de trapeze in de handen lopen de kinderen eerst een stukje naar achter (aanloop), lopen naar voor, passeren de middenlijn,

lopen tegen de bank op en springen tot steun op de trapeze. Bij de tweede achterzwaai volgt de afsprong.

#### Opmerkingen:

- De kinderen dienen gewezen te worden op het feit, dat ze bij de voorzwaai hun benen spreiden anders stoten ze tegen de bank.
- Er moet een onderscheid gemaakt worden tussen een actieve en een passieve (strek-) steun. Bij een actieve steun steunen de kinderen met rechte armen op de trapeze. Deze bevindt zich ter hoogte van de bovenbenen. Het lichaam is gestrekt. Bij de passieve steun zijn de armen gebogen en de trapeze bevindt zich op buikhoogte. De kinderen steunen op de trapeze met hun armen, maar ook (en vooral) met hun buik. Vaak zie je dit gebeuren aan het begin van het leerproces, bij de minder goede bewegers en bij angstige en zware kinderen. Hoewel de actieve vorm van steunen nastrevenswaardig is, zeg ik aanvankelijk niets aan diegenen die passief steunen op de trapeze. Vanuit biomechanisch oogpunt is eenvoudig te verklaren waarom sommige kinderen dit doen. Omdat het lichaamszwaartepunt zich bij de passieve steun bevindt ter hoogte van de trapeze (=steunpunt) is het gevaar minder groot ongewild naar voor

te duikelen. Bij de actieve streksteun is het lichaamszwaartepunt boven de trapeze (=steunpunt), waardoor het lichaam eerder voorover kan kantelen. Maar na verloop van tijd en na enkele beurten probeer ik bij mijn leerlingen een actieve steun te bewerkstelligen en er zijn maar weinigen, die er niet in slagen dit voor elkaar te krijgen.

- Stimuleer een ruime zwaai door de leerlingen in vakken met punten te laten neerkomen. Trek met een krijtje een paar strepen over de mat met een cijfer erin. Wie of welk groepje haalt de meeste punten?

### Tweede situatie: hangen

#### Arrangement

Een schuine bank tegen de trapezoïde of springkast om tegenop te lopen, daarachter een lange mat met daarop een valmat. De ervaring heeft uitgewezen, dat de trapezoïde/kast ongeveer twee meter vanaf de middenlijn (onder het ophangpunt van de ringen) geplaatst moet worden. Staat hij verder weg, dan is de zwaai weliswaar groter, maar de trapeze is dan te laag. Gevolg: de kinderen raken de grond aan of ze moeten hun benen intrekken.

Tip: bevestig een springtouwje aan de zijkant van de trapeze. Zo kunnen de kinderen >>

Contact:

rmfredriksz@casema.nl



de trapeze makkelijker doorgeven aan diegene, die op de kast staat. Ook kan een kind de trapeze makkelijker pakken als iemand achter hem met het touwtje deze naar hem toetrekt.

### Opdracht

Vanuit stand op de trapezoïde/kast hangen in strekhang en in de eerste voorzwaai landen op de valmat. De situatie wordt nog uitdagender gemaakt door naast de valmat twee hoogspringstandaards neer te zetten met een elastisch snoer. De leerlingen moeten met een ondersprong (eigenlijk: onderzwaai) over de lijn komen. Het geeft de lesgever een ware kick, wanneer leerlingen met een prachtige ondersprong over de lijn komen. Ik heb het veelvuldig meegemaakt, dat kinderen van groep zeven en acht over de twee meter kwamen en veilig op de mat landden. Het is deze situatie, die in de ogen van de leerlingen het echte trapezezwaaien is. Als er aan het eind van de les nog tijd over is, dan hou ik een vrije ronde: de kinderen mogen zelf weten welke situaties ze willen doen. Overbodig te vermelden, dat het bij deze trapeze dringen geblazen is.

### Derde situatie: zitten (schommelen)

#### Arrangement

Kleine matjes, lange mat, valmat. Afhankelijk van wat er (nog) beschikbaar is.

### Opdracht

De leerling zit op de trapeze en krijgt een duw van een medeleerling. Aan het eind van de derde voorzwaai (dode punt) afspringen tot stand op de mat.

### Vierde situatie: steunen en over de kop gaan

#### Arrangement

Kleine matten of lange mat.

### Opdracht

- met de trapeze in de handen naar voren lopen en opspringen tot steun en aan het eind van de tweede achterzwaai afspringen tot stand
- idem, maar bij de tweede achterzwaai voorover duikelen tot stand
- idem, maar in plaats van opspringen tot steun een borstwaartsom maken tot steun.

Het spreekt vanzelf, dat deze laatste vorm voornamelijk weggelegd is voor de turners/turnsters onder onze leerlingen.

### Vijfde situatie: steunen of hangen in buighang

#### Arrangement

Zie bij de tweede situatie.

#### Oefenvorm

- vanuit stand op de trapezoïde opspringen

tot steun en in de voorzwaai de trapeze wegduwen en landen op de valmat

- wie dit niet durft: hangen in buighang.

### Tenslotte

Laatst gaf ik deze les trapezezwaaien aan één van mijn groepen zes. Ik liet mijn blik dwalen over de vijf oefensituaties en overall werd er snel en goed gewerkt, behalve bij het onderdeel, waarbij de kinderen over de schuine bank moesten lopen om op de trapezoïde te komen. Één jongen kroop tergend langzaam over de bank. Soms zette hij aarzelend een voet erop, om dan toch maar door te gaan met kruipen. Bovenaan aangekomen moest hij staan. Dat leek wel een eeuwigheid te duren. Hoogtevrees, daar had hij last van. Een aantal keren heb ik hem geholpen met het beetpakken van de trapeze, later namen de kinderen van het groepje dit van mij over. Maar na elke zwaai sprak zijn gezicht boekdelen. Hij glunderde! Aan het eind van de les kwam hij naar me toe, gaf me een hand en bedankte me voor de onwijs leuke les. Hij had ervan genoten!

*Ralph Fredriksz is leraar bewegen en sport van diverse scholen voor primair onderwijs bij de gemeente Westland ('s-Gravenzande).* ◀

# De toolbox: evolutionair zéér verantwoord

Door: Arnold Bronkhorst – regiocoach Oost en Noord

**D**é gereedschapskist van vmbo in beweging? Laat ik beginnen bij het begin. Vandaag is het 3,5 miljard jaar geleden dat het eerste leven op aarde ontstond. Hoewel dit eerste leven vandaag de dag niet erg indrukwekkend zou worden gevonden, was het voor die tijd heel wat. Laten we zeggen dat het leven uit die tijd leek op een soort van mislukte bouillonsoep; net iets té troebel. Dat het niet zo goed vertoeven was in die soep blijkt uit het feit dat al snel een aantal eencelligen het daar behoorlijk beu waren. Ze studeerden door voor vis en zwommen hun vrijheid tegemoet. Uiteraard bevond zich hieronder ook weer een stel van die wijsneuzen die het beter wisten. Zij zochten hun heil aan land. Op zich geen slecht idee. Deze reptielen werden ontzettend groot en maakten een tijd lang énorm veel plezier. Maar boontje komt om zijn loontje, want op een dag viel er een enorme steen uit de lucht. Voor de meeste van onze dinowijsneuzen betekende dit het bittere einde. De een zijn dood is een ander zijn brood zullen we maar zeggen, want zonder dit euvel hadden zoogdieren geen vrij spel gehad. Eigenlijk is alles daarna redelijk vlot verlopen. Een aantal van deze zoogdieren bedacht dat op twee poten je handen vrij waren. Nu konden zij een speerwerpen, paardrijden, een beweegproject oprichten en daar columns over schrijven.

Kortom, de afgelopen miljarden jaren is er behóórlijk wat gebeurd. Daarom wil ik met gepaste trots verkondigen dat vmbo in beweging ook niet stil heeft gezeten. Hoewel dit in de hele ontstaansgeschiedenis van het leven op aarde er niet enorm uitspringt, hebben ook wij ons doorontwikkeld. Dat hele idee van vernieuwen, kopiëren en aanpassen, wat evolutiebiologen 'evolutie door natuurlijke selectie' noemen hanteren wij bij vmbo in beweging namelijk ook. Alleen hier gooien we dit allemaal in een gereedschapskist, oftewel: de toolbox! Deze toolbox is een online verzameling van documenten, ideeën en geslaagde voorbeelden van en voor scholen die de strijd aangaan met inactiviteit onder leerlingen. Ben je op zoek naar een voorbeeldprojectplan? Kijk in de toolbox! Een persbericht? Check de toolbox! Effectmeting? Toolbox! Een volledig beweegproject, afgestemd voor de specifieke situatie op jouw school? Toolb... Oh nee, dat dus niet. Maar wellicht wil een van de regiocoaches uit het project een keer



Dinosaurus-schedel-tyrannosaurus-rex

met je meedenken of kan je een keer aanschuiven bij een regiobijeenkomst? In ieder geval hopen we je met de toolbox een eindje op weg te helpen.

Momenteel is er al behoorlijk wat materiaal in deze online fruitmand te vinden en wordt hij de komende tijd alleen maar voller en voller. Afgelopen anderhalf jaar hebben per slot van rekening bijna tachtig scholen deelgenomen in dit project. Persoonlijk denk ik dat de tijd bijna rijp is om een aantal geslaagde voorbeelden en mooie verhalen met geïnteresseerden te delen. Neem bijvoorbeeld het verhaal van een docent die het voor elkaar kreeg om bovenop de gymlessen wekelijks judolessen in te roosteren. Of de school die samen met diverse bedrijven en sportverenigingen, een project oprichtte om naast beweegarmoede, ook schooluitval onder leerlingen tegen te gaan. En de projectcoördinator die op verschillende locaties vmbo'ers tot bewegen verleidde met e-fitness in de pauzes. Ik kan zo nog wel even doorgaan, maar neem zelf eens een kijkje in de toolbox op de website van vmbo in beweging. Gebruik de kennis die hier te vinden is. Kopieer en pas aan waar nodig. Vind niet het wiel opnieuw uit. Dat is evolutionair toch niet verantwoord? ◀

Contact:

[alien.zonnenberg@kvlo.nl](mailto:alien.zonnenberg@kvlo.nl)

# iFollow, You will grow faster than expected

Het werkveld van het Instituut voor Sportstudies van de Hanze Hogeschool in Groningen verkoos iFollow tot het meest innovatieve project van het cursusjaar 2010-2011. iFollow is een webbased volg(jezelf)systeem waarmee leerlingen (sporters) een realistisch zelfbeeld ontwikkelen.

Door: Wim van der Mark

W

Wat vijf jaar geleden begon met een A4tje op het hockeyveld is nu uitgegroeid tot een gewaardeerd digitaal systeem in onderwijs en sport. iFollow is een volg(jezelf)systeem waarmee leerlingen (sporters) hun eigen ontwikkeling in kaart brengen. Dit doen ze in eerste plaats door zichzelf te waarderen op een vooraf gesteld profiel. Daarnaast kunnen docenten (trainer/coaches) ook de leerling waarderen in relatie tot het profiel. Door overeenkomsten en verschillen te bespreken komt de leerling uiteindelijk tot een realistisch zelfbeeld. Een beeld waarin helder is wat de leerling reeds beheerst en waarin hij zichzelf nog kan ontwikkelen.

### Hoe werkt iFollow

iFollow is een reflectietool waarmee de leerling grip krijgt op zijn eigen ontwikkeling. Deze ontwikkeling kan verschillend van aard zijn. Zo kan het systeem ingericht worden met een sportgericht (inhoudelijk) profiel maar ook met een meer

algemeen (strategisch) leerprofiel. De gebruiker zelf kan aan de hand van een vragenlijst bepalen welke ontwikkeling er centraal komt te staan. Kenmerk van het profiel is dat het uitgaat van de praktijk en zich richt op betekenisvolle gehelen die voor de leerling te herkennen zijn. Door uit te gaan van rollen die een leerling kan vervullen in kenmerkende situaties krijg je de betekenisvolle gehelen in beeld.

Onderstaand schema gaf uiteindelijk vier betekenisvolle gehelen. Om succesvol te kunnen zijn in de vier betekenisvolle gehelen zijn prestatie-indicaties (PI's) geformuleerd. PI's zijn uiteindelijk gedragingen die een leerling zou kunnen ontwikkelen. Daarmee kan hij zeggen dat hij als leerling een ontwikkeling heeft doorgemaakt in de betekenisvolle gehelen, in dit geval behorend bij 'goed bezig zijn in de les'. In iFollow kunnen leerlingen, docenten en eventuele anderen de ontwikkeling van de leerling waarderen via een vijfpuntsschaal. Zo geeft de leerling via het aanklikken van sterren aan dat hij de PI's altijd, vaak, soms, zelden of nooit vertoont. De beheerder van het systeem kan op een simpele manier PI's selecteren voor de leerlingen. Hiermee is het mogelijk een opmaat profiel te maken voor leerlingen (zie ook afbeelding).

Daarnaast beschikt het systeem over een mogelijkheid genoemde PI's in beeld te brengen. Door op het icoon van het foto toestel te klikken krijg je een kort filmpje met gewenst gedrag. Het voordeel hiervan is dat bij twijfel een leerling altijd kan kijken hoe het ook alweer zat. Tevens maakt het bij meerdere beoordelaars de waardering betrouwbaarder.



Kernsituatie	Voor de les	Tijdens de les	Na de les
<b>Rollen</b>			
Jij als leerling	Zin hebben in de les	Plezier hebben in de les	Er niet meer mee kunnen stoppen
Jij als medeleerling		Ervoor zorgen dat anderen plezier hebben in de les	Er niet meer mee kunnen stoppen

Voorbeeld van een profiel van basisschoolleerling die 'goed zijn bezig in de les' (bron: leerlingprofiel BO Tynaarlo 2010-2011)

**iFollow** Nieuw! Toekomstige  
Waardevol! | Beoordelen

HOME NIEUWS **BEOORDEEL** BEKIJK BEOORDELINGEN PERIODES POP

## BEOORDEEL

### OVERZICHT VAN DE PUNTEN DIE JE KAN BEOORDELEN

Selecteer periode:

**DE BETAALDE PUNTEN**

- Ik heb nagedacht en een keuze gemaakt over wat ik wil **doen** in de gymles. ★★★★★
- Ik heb een leuk plannetje gemaakt over hoe ik dat wil **gaan** doen. ★★★★☆
- Ik weet **waarom** ik dat wil gaan doen zodat ik weet waarom ik **willen**. ★★★★☆

**DE BETAALDE PUNTEN**

- Ik heb mijn tijd goed gebruikt om anders **leren** in te zien. ★★★★☆
- Ik heb verschillende manieren uitgeprobeerd om mezelf te **verbeteren**. ★★★★☆
- Ik heb iets bereikt waarvan ik van te voren niet had verwacht dat ik dat zou **kunnen**. ★★★★☆

Voorbeeld van twee betekenisvolle gehelen met bijbehorende PI's waarin een leerling zichzelf kan waarderen

### IK HELP MEDESPELERS DOOR GEZAMENLIJK TE VERDEDIGEN

OMSCHRIJVING



Voorbeeld van film van PI 'ik help medespelers door gezamenlijk te verdedigen', komt uit het profiel van een leerling als floorballspeler

**iFollow** Nieuw! Toekomstige  
Waardevol! | Beoordelen

HOME NIEUWS **BEOORDEEL** BEKIJK BEOORDELINGEN PERIODES POP

## BEOORDELINGEN

Overzicht beoordelingen

COMPARATIE	WINKEL	MAKKE	TOEGANG
<b>DE BETAALDE PUNTEN</b>			
Ik heb nagedacht en een keuze gemaakt over wat ik wil <b>doen</b> in de gymles.	2,5	5	5
Ik heb een leuk plannetje gemaakt over hoe ik dat wil <b>gaan</b> doen.	3	4	5
Ik weet <b>waarom</b> ik dat wil gaan doen zodat ik weet waarom ik <b>willen</b> .	2,5	4	5

Beoordeling van de docent en de leerling op het betekenisvol geheel 'zin hebben in de les'

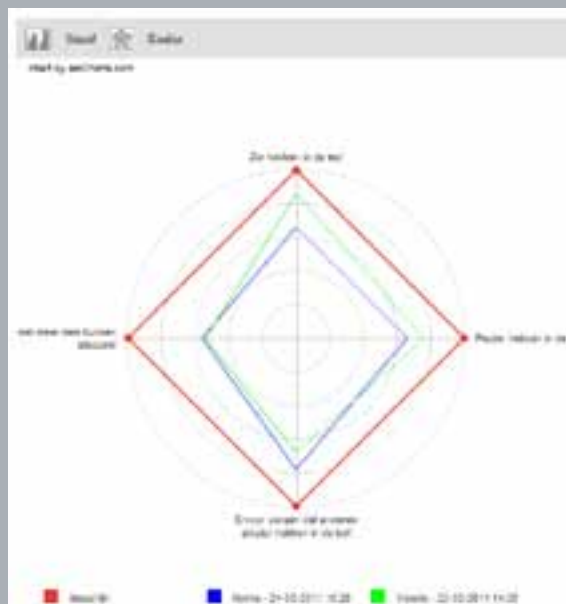
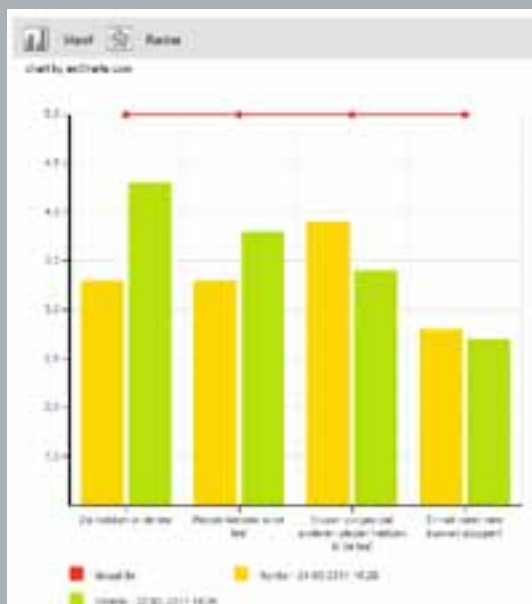
Wanneer de leerling zichzelf heeft gewaardeerd en ook zijn docent heeft dit gedaan, kunnen waarderingen met elkaar worden vergeleken. Niet om vast te stellen wie gelijk heeft maar om overeenkomsten en verschillen in kaart te brengen. Op basis van een gesprek kan er in dialoog gekomen worden tot een realistisch zelfbeeld. Het systeem berekent het gemiddelde uit voor de betekenisvolle gehelen en die zijn dan vervolgens overzichtelijk in een grafiek weergegeven.

Er is een keuze uit een staaf- en radargrafiek. Bij meerdere beoordelingen kunnen deze ook in de grafiek worden getoond. Hierdoor wordt ook de ontwikkeling binnen een betekenisvol geheel inzichtelijk.

Het systeem is zo ontwikkeld dat de leerlingen via een eigen inlog in het programma komen. Doordat het systeem webbased is kan dit 24 uur per dag. Hij en zijn docent kunnen enkel de beoordeling zien tenzij een leerling een andere leerling toelaat via de beheerder van het systeem. Hiermee wordt een leerklimaat gecreëerd waarin de leerling eigenaar wordt van zijn eigen ontwikkeling. >>

Contact:

[w.a.van.der.mark@pl.hanze.nl](mailto:w.a.van.der.mark@pl.hanze.nl)



Voorbeeld van een overzicht van beoordelingen in staaf- en radargrafiek

## Zinvol versus betekenisvol

Ingegeven door oud-collega Edwin Timmers is er in het noorden van het land een grote groep opleiders, docenten en studenten vanuit een onderzoekende houding geïnteresseerd in het zelfsturend vermogen van leerlingen. Niet zo vreemd als we de onderzoeken rond talentontwikkeling en zelfregulatie serieus nemen. Vanuit het gevoel van 'er valt meer uit te halen' begonnen we vijf jaar geleden een experiment rond dit thema op het hockeyveld. Plaats van handeling was destijds HockeyClubEelde meiden D1. Bij de meiden werd geconstateerd dat wat door de week op de training geoefend werd lang niet altijd werd toegepast in de hockeywedstrijd op zaterdag. Vanuit mijn onderwijsachtergrond zag ik hetzelfde gebeuren als in het onderwijs. Het hockeyspel werd door hockeyanalisten opgeknipt in zulke kleine technische eenheden dat de betekenisvolle gehelen van het spel uit het oog werden verloren. Net als in het onderwijs laten we leerlingen zinvolle woordjes leren maar hebben ze moeite hier betekenis aan te geven. De Franse woordjes worden op school goed gereproduceerd maar wanneer er op vakantie in Frankrijk bij de bakker gecommuniceerd moet worden in het Frans dan lukt dat vaak niet. Dit transferprobleem wordt zichtbaar in het Stoasmodel van Klarus. De leerbaarheid van Franse

woordjes of hockeyvaardigheden is hoog maar de transfer naar bijvoorbeeld spannende momenten als het bestellen van een stokbrood bij de bakker in Frankrijk of een het spelen van een hockeywedstrijd is laag. Ditzelfde model laat zien dat de waarde van het zelfbeeld een hoge mate van transfer kent naar andere spannende situaties. Daarentegen is de leerbaarheid laag. Met iFollow zetten we vooral in op het ontwikkelen van een realistisch zelfbeeld en veronderstellen door de hoge mate van transfer dat dit zijn effect heeft in de wedstrijd. Daarnaast leren we vanuit dit gegeven vaardigheden aan dichtbij de wedstrijdpraktijk.

## Beheersen of ontwikkelen?

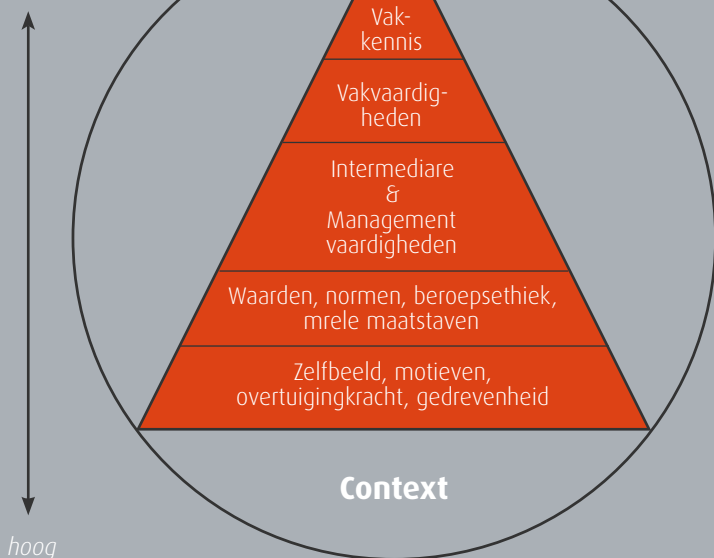
De meeste volgsystemen hebben een andere intentie dan iFollow. Bij veel systemen gaat het om afvinken van vaardigheden of het bijhouden van aan- of afwezigheid. Ook is de gehanteerde norm vaak vaag of gaat het over goed of fout. De intentie is dan gericht op het beheersen van de ontwikkeling van de sporter of leerling. Bij iFollow gaat het niet om goed of fout maar om het verkrijgen van een realistisch zelfbeeld. Wat kun je al, waarin kun jij je verbeteren en waar ligt jouw talent? Het is een ontwikkelingsgerichte aanpak waarin zelfregulatie centraal staat. Het gaat niet enkel om leren sporten maar ook om jezelf en andere beter leren sporten. Naast sportvaardigheden staan dus ook lerende leervaardigheden centraal. Een mooi voorbeeld is de pauze van de hockeywedstrijd. Wie is er aan het woord, wie denkt heel hard na, wie vertelt hoe het zit?.....de coach. Wie zouden aan het woord moeten zijn, wie zouden heel hard moeten nadenken en wie zouden het moet willen weten...de speelsters! Hiervoor moeten spelers leervaardigheden ontwikkelen als reflecteren, feedback ontvangen en geven. Goede coaches realiseren zich dat ze hier een bemiddelende rol in hebben. Vanuit de bemiddeling kan de bedoeling (bijvoorbeeld wat ging er goed en wat kunnen we beter doen) betekenis voor de sporters krijgen waardoor er een enorme betrokkenheid van de sporters bij de wedstrijd ontstaat. (4 B's bron: [www.aps.nl](http://www.aps.nl))  
p.s. Waar sporters staat kunt u leerling invullen en waar trainer-coach staat kunt u docent invullen.

Leesbaarheid & waarneembaarheid

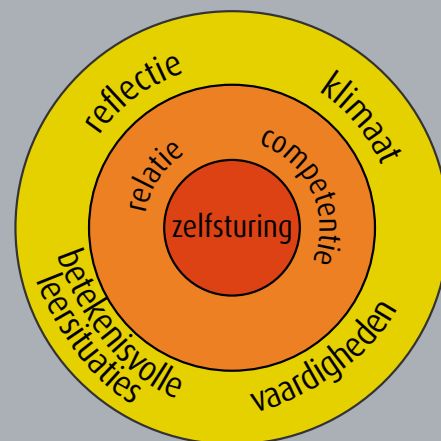
Transfer

laag

laag



Bron: Klarus Stoasmodel



Model: Al sportend jezelf en of anderen leren sporten  
WvdM 2010  
Bron: [www.aps.nl](http://www.aps.nl)

## Concept van zelfsturing

iFollow is een reflectietool binnen een concept dat is gericht op zelfsturing. Volgens dit concept dient er een betekenisvolle leeromgeving te worden gecreëerd waarin de leerling intrinsiek gemotiveerd raakt. Daarvoor zal er in de leeromgeving gestuurd moeten worden op de drie basisbehoeftes van de mens: relatie, autonomie en competentie. Het leerklimaat is dusdanig dat leerlingen ertoe doen (relatie), ze ruimte krijgen, een eigen weg te mogen bewandelen (autonomie) en ervaren dat het lukt (competentie). Hiervoor zullen leerlingen naast allerlei sportvaardigheden ook moeten leren zichzelf te leren. In bovenstaand model komt daarmee alles samen.

Voor meer informatie kun je terecht op [www.ifollow.nl](http://www.ifollow.nl) of bezoek het iFollowcongres op 29 juni op het instituut voor sportstudies van de Hanze Hogeschool.

### Bronnen

Marten Eikelboom e.a. 2007. 'Sportief talent, haal eruit wat erin zit'. Nederlandse Hockeyvereniging De Batavieren.

Mark, W.A.v.d. 2008. 'Een on(der)wijsrecept: figuur.1. overzicht van lerende leervaardigheden', *Lichamelijke opvoeding*, jaargang 96, 10, 34.

Martens, R, Boekaerts, M. 2007. *Motiveren van studenten in het Hoger Onderwijs*. Wolters-Noordhoff bv Groningen/Houten.

Timmers, E, Meertens, T. 1998. *Spelen(d) leren spelen*, Tirion uitgevers.

Timmers, E. 2005. *Actief leren Onderwijzen*, Tirion uitgevers.

### Websites

Klarus, stoasmodel. <http://home.kabelfoon.nl/~anbzijd/hoofdstukken/5.htm>

M.Elferinck Gemser. Talent leren sneller dan subtopper. Coachen. Jaargang 2005. <http://www.nlcoach.nl/kenniscentrum/talenontwikkeling/talenten-leren-sneller-dan-subtopper/>

Spier ten Doesschate, Hooiveld, J. Een andere basisschool. <http://www.aps.nl/APSite/Onderwijssectoren/Projecten/Een+andere+basisschool/>

Mark van der Pol. Kies adaptief. <http://www.aps.nl/APSite/Onderwijssectoren/Projecten/Kies+Adaptief/>

Maurice van Werkhoven. Korte video leren 1 en leren2.

<http://www.aps.nl/APSite/Onderwijssectoren/Projecten/Leerconcepten+die+je+leraarschap+verdiepen/>

Ellen van der Hout. Korte video ontwikkelingsgericht leren. <http://www.aps.nl/APSite/Onderwijssectoren/Projecten/OGO+schoolbreed/>

UMCG, persbericht; verband vermogen zelf leerproces te sturen en prestatieniveau van jonge voetballers. <http://www.umcg.nl/NL/UMCG/Nieuws/Persberichten/Pages/Verbandvermogenzelfleerprocestesturenprestatieniveaujongevoetballers.aspx>

Wim van der Mark is opleider aan het Instituut voor Sportstudies van de Hanze Hogeschool ◀■

# Leerlingvolgsysteem sport en bewegen

Amsterdamse scholen brengen in het kader van een gezonde fysieke ontwikkeling van de leerlingen gegevens over sport- en beweeggedrag in kaart in het leerlingvolgsysteem. Zo werken zij samen met de gemeente preventief aan de problematiek rondom overgewicht. Dit wordt in grote mate bepaald door gebrek aan lichamelijke activiteit van kinderen. In de toekomst geeft het ook informatie over de talenten van leerlingen. Zo kunnen docenten kinderen al in een vroeg stadium begeleiden naar sportprestaties op hoog niveau.

Door: Loek Leenen

## Leerlingvolgsysteem

De gegevens verwerkt de school in een digitaal leerlingvolgsysteem (lvs). Het lvs is via een beveiligde applicatie via het internet te bereiken. Docenten gebruiken de informatie uit het lvs om de fysieke ontwikkeling van kinderen te volgen en uiteindelijk te verbeteren. Daarbij worden twee belangrijke doelen behaald.

1. Docenten kunnen eenvoudig de individuele ontwikkeling van de leerlingen volgen. Uit de gegevens kunnen zij halen of een leerling extra aandacht nodig heeft. Door een handig overzicht van sportaanbod worden leerlingen passend en op maat geadviseerd met een concreet aanbod. Het lvs laat zien of de interventie succesvol is.
2. Het lvs levert belangrijke informatie over groepen. Daardoor kijken scholen en de gemeente waar extra activiteit nodig is. Het helpt hen om plannen bij te stellen en verantwoorde keuzes te maken. Met als doel het stimuleren van een gezonde fysieke ontwikkeling voor ieder kind. Effectiviteit van interventies kan op groepsniveau worden bekeken.

Het lvs is een prima instrument om in te zetten bij projecten die erop gericht zijn om kinderen meer en beter te laten bewegen. Vaak organiseert de school deze projecten

samen met de gemeente. Te denken valt aan naschools sportaanbod, (intensivering en verbreding van) vakonderwijs, doorverwijzing naar de specialist of het aanbieden van motorische remedial teaching. Het lvs biedt de mogelijkheid om een 'scan' te maken van een bepaalde situatie. Het lvs is de basis voor de inzet van allerlei activiteiten op het gebied van sport en bewegen.



Testen motorische  
vaardigheid springen

De praktijk is leidend geweest in de opbouw van het lvs. Vervolgens werd het lvs aan landelijke en wetenschappelijke kaders getoetst. Met het lvs kan een docent beter aansluiten op de praktijk, gegevens makkelijker ordenen en vooral verantwoorde keuzes maken. Dat zijn belangrijke meerwaarden die het systeem biedt. Het lvs is daardoor heel geschikt voor professionals die dicht bij het kind staan. Daarnaast is het systeem aan te sluiten op andere systemen. Dit zorgt voor een lagere administratieve last en meer aandacht voor het kind.

De opbouw van het lvs is modulair. Het biedt op dit moment de mogelijkheid om op vier ontwikkelgebieden gegevens bij te houden: beweegvaardigheid, motoriek, sportparticipatie en body mass index. Verder biedt het lvs functionaliteiten zoals 'zoeken & rapporteren'. Er wordt continu gewerkt aan de doorontwikkeling van andere modulen zoals voeding, talentherkenning en fitheid. Hieronder licht ik de beschikbare modulen verder toe.

## Beweegvaardigheid

Kinderen moeten voldoende bewegen. Met het vak bewegingsonderwijs stimuleert de school kinderen daarin en wordt er gewerkt aan de kwaliteit van bewegen. Kinderen die minder goed bewegen, worden waarschijnlijk ook minder snel lid van een sportvereniging. In deze module bekijken docenten de verschillende aspecten van beweegvaardigheid van een kind.



- Zwemvaardigheid (met behulp van zwemdiploma).
- Uithoudingsvermogen (met behulp van de shuttle-run-test).
- Rapportcijfer gymnastiek (1-10).
- Plezier in gymnastiek (1-10).

De resultaten zijn per leerling in te zien. Daarnaast is het mogelijk om snel een groep leerlingen te vinden die geen zwemdiploma heeft. De gemeente Amsterdam organiseert dan samen met de school een spoedcursus zwemmen.

### Motoriek

Op basis van testjes op vier motorische vaardigheden kunnen docenten bepalen welke kinderen in aanmerking komen voor interventies die gericht zijn op het verbeteren van motoriek. In de module 'motoriek' kunnen zij eenvoudig en overzichtelijk per (groep) leerling(en) de vaardigheden invoeren en volgen. De test meet de volgende vaardigheden:

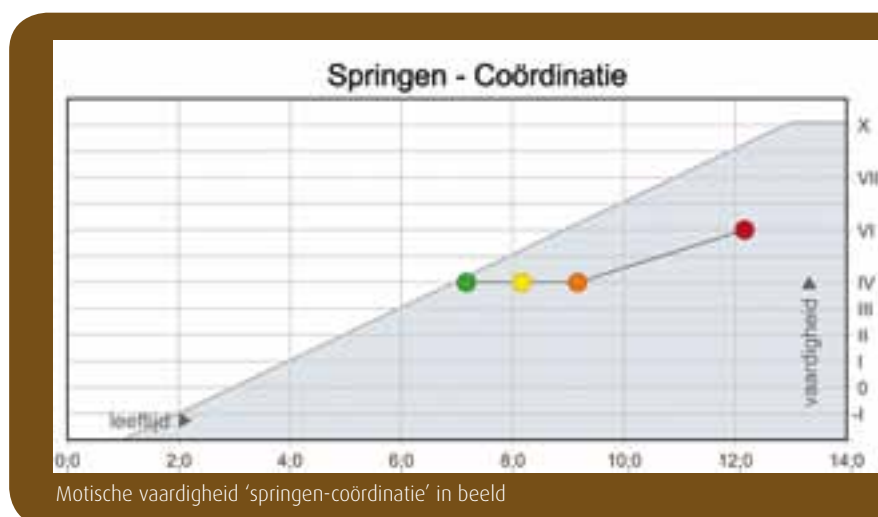
- stilstaan
- springen-kracht
- springen-coördinatie
- stuiten.

Uit de resultaten van de motorische testen wordt een bepaald zorgniveau berekend. De resultaten worden met behulp van grafieken overzichtelijk

weergegeven. Hierdoor kunnen docenten de ontwikkeling van een leerling volgen. De verschillende zorgniveaus geven professionals houvast om leerlingen de juiste begeleiding te bieden. Een voorbeeld. Kinderen uit zorgniveau twee komen in aanmerking voor motorische remedial teaching.

### Sportparticipatie

De module 'Sportparticipatie' gebruiken we om te zien of een leerling aan sportieve activiteiten deelneemt. Sportieve activiteiten kunnen overal plaatsvinden. Op school, in de buurt in een buurthuis, op een plein of bij een sportvereniging. Professionals proberen kinderen te stimuleren om structureel te sporten. Hoe? Bijvoorbeeld door een kind te stimuleren lid te worden van een vereniging of van een schoolsportclub. Helaas lukt het niet altijd om kinderen in één keer lid te maken van een vereniging. In dat geval is een extra inspanning nodig. Kennismakingstrajecten onder schooltijd, bijvoorbeeld. Of kortlopende sportactiviteiten na schooltijd. >>



Contact:

[l.leenen@dmo.amsterdam.nl](mailto:l.leenen@dmo.amsterdam.nl) of 020 2518 219.



Exact meten van lengte

Sportparticipatie kunnen we op verschillende manieren in kaart brengen. In Amsterdam vragen getrainde interviewers kinderen jaarlijks naar hun sportgedrag. Deze informatie verwerken zij in het lvs. Scholen kunnen vervolgens de resultaten in het lvs zien. Daarnaast is het mogelijk om leerlingen 'in te schrijven' bij sportactiviteiten. In het lvs is een handig overzicht van alle sportactiviteiten opgenomen. Is een kind eenmaal ingeschreven? Dan kan het systeem ook de presentie van de leerling bijhouden. Mogelijke uitval komt daarmee ook in beeld. Een docent kan dan vervolgens tijdig actie ondernemen. In het lvs is het mogelijk om de presentie op geautomatiseerde wijze (bijvoorbeeld via een barcode op een pasje) binnen te halen. Dit betekent minder administratieve rompslomp voor de uitvoerders en de betrouwbaarheid van de informatie neemt toe.

### Metten en wegen: de BMI

De Body Mass Index (BMI) wordt bepaald aan de hand van lengte en gewicht van een kind. De BMI is de meest gebruikte methode om te bepalen of een kind een gezond gewicht heeft. Leeftijd en geslacht van het kind zijn mede bepalend hierin. In Amsterdam zorgt de GGD ervoor dat kinderen worden gemeten en gewogen. Kinderen met overgewicht worden opgeroepen voor een gesprek met de schoolverpleegkundige. Die

kan goed bepalen of er een achterstand is en wat de beste oplossing is. Deelname aan naschoolse sport bijvoorbeeld. Door de presentiemodule van het leerlingvolgsysteem is goed bij te houden in hoeverre de leerling het gegeven advies opvolgt.

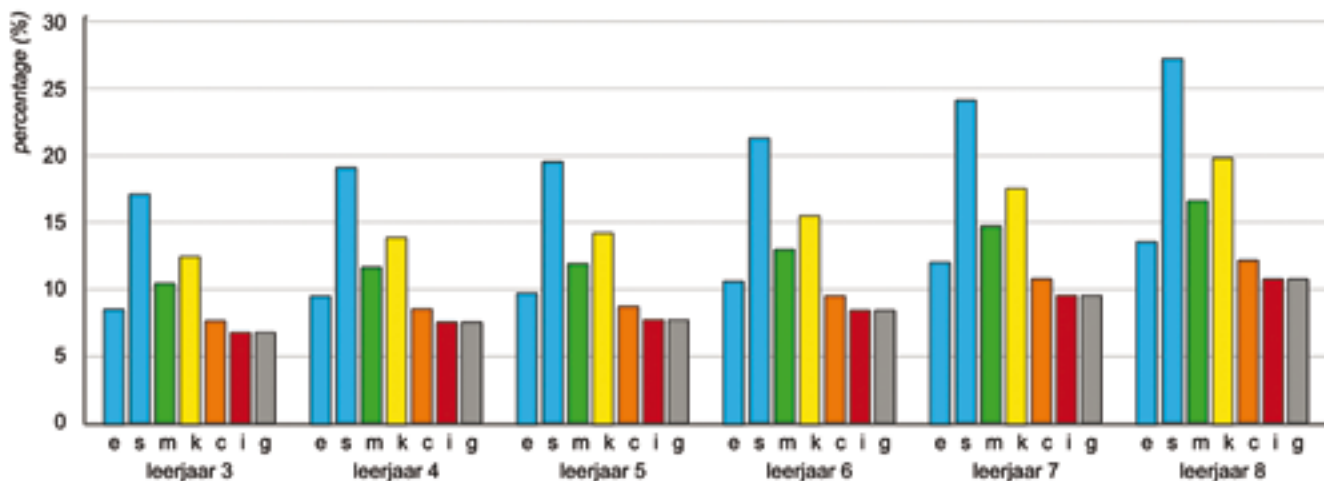
### Zoeken en rapporteren

In het lvs kunnen we (groepen) leerlingen zoeken die voldoen aan bepaalde kenmerken. Zo kunnen docenten snel leerlingen vinden die niet aan sport doen. Of kinderen signaleren met een zwakke motoriek. Deze groepen leerlingen slaan we op als 'interventiegroep' in het lvs. Wordt er in een bepaalde periode een interventie gepleegd? Dan wordt inzichtelijk in het lvs of er resultaat is geboekt. Zo kunnen scholen bijvoorbeeld zien hoeveel inactieve leerlingen er aan naschoolse sportactiviteiten hebben meegedaan. Dit alles wordt gepresenteerd in overzichtelijke grafieken en tabellen. Kortom: het systeem levert informatie over de effectiviteit van alles wat de scholen organiseren rondom een gezonde en actieve leefstijl.

### Taken

Hoewel het leerlingvolgsysteem administratieve handelingen vraagt, levert het op lange termijn

## Sportparticipatie van de school per leerjaar



### Legenda

- e: Structureel (externe vereniging)
- s: Structureel (Schoolsport vereniging)
- m: Middellang
- k: Kortlopend
- c: Incidenteel
- i: Instuif
- g: Geen (georganiseerde) sport

veel tijdswinst op. Het leerlingvolgsysteem functioneert als basis voor vele interventieprogramma's op het gebied van onderwijs, sport en gezondheid. Scholen maken op basis van het leerlingvolgsysteem betere keuzes uit het ruime aanbod dat wordt gepresenteerd. Scholen stellen concrete doelen op en starten alleen activiteiten die daarop aansluiten. Zo blijft het overzichtelijk voor de school en worden er geen projecten op ad-hocbasis gestart. De ervaring leert dat juist die activiteiten veel tijd kosten en voor veel onrust zorgt binnen schoolteam. Het lvs levert in die zin behoorlijk wat tijdswinst op.

### Privacy

Het verzamelen van persoonlijke gegevens in een leerlingvolgsysteem is privacygevoelig. De manier waarop Amsterdamse scholen werken met het lvs is getoetst aan de wettelijke kaders. Zo informeren scholen de ouders van leerlingen over de gang van zaken en verwerven zij bij de ouders toestemming. Daarnaast heeft de professional die met persoonlijke gegevens in het lvs werkt een geheimhoudingsplicht. Hierdoor mogen gegevens alleen gedeeld worden met anderen als de ouders het daar mee eens zijn.

## Praktijkvoorbeeld

### Lvs sport en bewegen als fundamentele basis voor interventie JUMP-in

Een basisschool in Amsterdam neemt sinds 2007 deel aan het gemeentelijk preventieprogramma JUMP-in. Het programma stimuleert kinderen om op en na school meer te bewegen en gezonder te eten waardoor uiteindelijk minder kinderen overgewicht hebben. Informatie uit het leerlingvolgsysteem laat duidelijk zien dat problematiek rondom overgewicht op deze school is afgenomen (van 30% naar 10%) en dat leerlingen meer zijn gaan sporten bij een vereniging (van 33% naar 65%). Op basis van de informatie uit het leerlingvolgsysteem heeft de school in overleg met de projectleiding van JUMP-in besloten om het programma af te bouwen. De doelstellingen van het programma werden volgens het leerlingvolgsysteem ruimschoots behaald. De school blijft het leerlingvolgsysteem gebruiken. Hierdoor blijven individuele gevallen zichtbaar én houdt de school controle over de situatie.

### Meer informatie of het systeem testen?

Loek Leenen is vakdocent en werkzaam bij de gemeente Amsterdam als beleidsadviseur. ◀

# Grootse finale van *Mission Olympic* in Olympisch Stadion

Tijdens The School Final 2011 van de negende editie van Mission Olympic verzamelden meer dan 5000 sportieve jongeren zich in het Olympisch Stadion in Amsterdam om de strijd aan te gaan in 16 verschillende sportdisciplines van de grootste schoolsportcompetitie van Nederland.

Zoals het een landelijke finale betaamt, is de dag spectaculair en sportief geopend door een aantal prominente (oud) topsporters als turner Epke Zonderland die een mooie brug oefening liet zien, tennisser Thomas Schoorel en oud Olympische kampioenen Minke Booij, Mark Huizinga en Bas van de Goor. Deze finale was het sluitstuk van de Mission Olympic schoolsportcompetitie. Voor uitslagen zie de KVLO-site of die van Mission Olympic

## Sport en bewegen op en rond school blijft achter

'Sport en bewegen op school blijft achter en zou meer vanuit een integraal perspectief gestimuleerd moeten worden. De overheid is zich nog niet voldoende bewust van het feit dat kinderen door sport en bewegen betere schoolprestaties leveren' Aldus NOC\*NSF-voorzitter André Bolhuis en onze Cees Klaassen tijdens een werkontbijt voorafgaand aan de opening van Mission Olympic.

Bolhuis en Klaassen reageren daarmee op het rapport "Sport, Bewegen en Onderwijs: kansen voor de toekomst" van het Mulier Instituut. Uit het rapport blijkt dat nog lang niet aan de noodzakelijke voorwaarden is voldaan om voor alle jeugdigen dagelijks sport- of beweegaanbod te realiseren.

Volgens de onderzoekers staan de ambitieuze doelstellingen met sport en bewegen voor de jeugd (dagelijks deelnemen aan sport en bewegen op en rond school) op gespannen voet met de voorwaarden die nodig zijn voor het behalen daarvan. De recent genomen initiatieven hebben de tekorten hierin niet voldoende weg kunnen werken.

Cees Klaassen: "Een van de aanbevelingen uit het rapport is het verhogen van het wettelijk minimum aantal onderwijsuren in het primair en voortgezet onderwijs naar drie uur per week en in het mbo met één uur per week. Uiteraard ondersteunen wij die aanbeveling van harte en de KVLO is dan ook al druk bezig met het verspreiden van goede voorbeelden over hoe je drie uur bewegingsonderwijs en twee uur sport succesvol op scholen kunt realiseren. Daarnaast vinden we dat de docent LO met zijn pedagogische en didactische kennis een prominente rol kan spelen in het verbinden van onderwijs en sport", aldus Klaassen.

André Bolhuis: "We zien met name bij jongeren in de leeftijd van 12 tot 19 jaar een terugval in de sportparticipatie. Het is daarom van belang als sport gericht in te spelen op wensen en behoeften van jongeren uit deze leeftijdsgroep en jongeren te begeleiden in hun sportloopbaan. Mission Olympic is een jongerenplatform met sport, show en entertainment dat jongeren echt aanspreekt en we geloven dan ook zeer in de kracht van dit platform. Dit jaar hebben maar liefst 275 scholen uit heel Nederland deelgenomen aan Mission Olympic. Dat is een stijging van 40% ten opzichte van voorgaande jaren." ◀



Cees Klaassen en André Bolhuis



Spetterende opening



Ik moest laatst een keer invallen op een vmbo-school in een buitenwijk van een van onze grote steden. Een prachtwijk, krachtwijk, Vogelaarwijk, of wat we vroeger gewoon nog achterstandswijk mochten noemen. Nou kun je dat best aan me overlaten hoor, gymles geven op zo'n school. Ook al ben ik een tamelijk doorsnee meisje uit een tamelijk doorsnee provincie-stadje. Orde houden en er tegelijk een leuke en leerzame les van maken, dat lukt me eigenlijk altijd wel. Deze keer werd ik echter voor een ander probleem gesteld. Het was al weer geruime tijd geleden dat ik nog eens ingevallen was op een andere school, in 'de grote stad'. Wat meer leerlingen uit andere culturen, wat meer petjes, mutsjes, sieraden, en duidelijk meer scootertjes in de stalling. Tot zo ver niets verrassends. Alleen..... er bleek in die paar jaartjes tijd ineens een geweldige taalbarrière te zijn ontstaan tussen mij en de leerlingen. Althans, dat vreesde ik toen ik ruim voor mijn eerste les zou beginnen door het gebouw liep.

Twee jongens kwamen elkaar tegen op de trap, onder het uitstoten van wat klonk als "Wazzaaaap!". Ik vermoedde dat het een verbastering was van "What's up?". Een van de jongens antwoordde iets in de trant van "Chill!". Vervolgens ontspon zich een gesprek dat ik prima kon volgen omdat de jongens, met hun tassen, midden op de trap bleven staan zodat ik er samen met een flinke groep anderen niet meer langs kon. En als ik zeg prima volgen, dan bedoel ik eigenlijk dat ik het prima kon horen. 'Volgen' veronderstelt namelijk enige mate van begrip. Het klonk ongeveer zo (pin me er niet op vast, ik doe dit uit mijn hoofd...): "Eej, je weet toek Abida? a sma ede wous!" waarop die andere zegt: "Gast, dat is een spange tanga". Wat volgde was ongeveer: "ik sweer 't gast, die chick is echt fokt op!", met als weerwoord "hahahahahah je bent fokt op gesnaipert

mans, lastugggg". De twee jongens liepen door onder het uitstoten van "eey latex mang, praat je morgen!" en "Laturrrrr!!", mij in complete verbijstering achterlatend.

Opeens becroop me een angstig gevoel. Wat als ze straks in mijn les ook allemaal zo zouden praten? Tegen elkaar of, nog erger, tegen mij? Wat was er hier gebeurd in de tijd dat ik even niet oplette en in mijn tamelijk doorsnee provincie-stadje comfortabel mijn lesjes draaide en mijn leventje leidde? Ik weet dat taal zich ontwikkelt, maar de laatste keer dat mij dat opviel bij mijn leerlingen was toen ze ineens allemaal 'vet' gingen zeggen in plaats van 'cool'. En soms hoorde ik tegenwoordig enkele van de meer 'street-wise' jongens wel eens het woord 'hard' gebruiken op momenten dat je het niet verwacht. Zo van 'dat is wel hard' terwijl ze klaarblijkelijk leuk, tof, of te gek bedoelden te zeggen. Terwijl ik stond bij te komen op de trap stroomden de leerlingen langs me heen, mij in het geheel niet opmerkend.

Gelukkig bleek in mijn lessen dat er met het Nederlands van de leerlingen helemaal niet zo veel mis was. Blijkbaar spreken ze dat straat-taaltje er gewoon naast, als tweede taal. Okee, heel af en toe werd er onderling iets gezegd dat ik niet begreep, maar dan deed ik net of ik het niet hoorde. Mijn angstige voorgevoel was snel verdwenen, de leerlingen waren hier net zo enthousiast als op mijn eigen school. En ik was weer eens blij dat ik gym geef, want sport is en blijft een taal die bijna iedereen begrijpt.

Laturrrrr!!

Mery Graal



## Wazz- zaaaap!



## CURSUS

# ‘Van start met LO2 vmbo’ (3)

‘Van start met LO2 vmbo’ is een cursus in Zeist voor LO-docenten die LO2 op hun vmbo willen invoeren.

**D**onderdag 28 september 2011 van 15.30 tot 19.00 uur wordt deze cursus opnieuw aangeboden

In de cursus wordt stilgestaan bij de kaders waarbinnen het nieuwe examenvak moet worden ingericht en de ruimte die scholen hebben gekregen om hun programma te realiseren. Het doel van de cursus is een eigen PTA voor LO2 vmbo te maken. Daarin worden de keuzes van de school duidelijk en biedt het een kader om het programma verder te ontwikkelen. Tijdens de cursus worden ook voorbeelden gegeven van verschillende programma's. De cursisten ontvangen een cursusboek met alle relevante informatie over LO2 vmbo en werkopdrachten om het PTA in te richten. Inschrijven via [www.kvloscholing.nl](http://www.kvloscholing.nl) Voor inhoudelijke informatie over LO2 vmbo kun je terecht bij [alien.zonnenberg@kvlo.nl](mailto:alien.zonnenberg@kvlo.nl) en [E.swinkels@slo.nl](mailto:E.swinkels@slo.nl)

### 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.

### Studiedag speciaal onderwijs en praktijkonderwijs (6)

Op woensdag 18 januari 2012 zal de studiedag speciaal onderwijs en praktijkonderwijs plaatsvinden op de Calo Windesheim te Zwolle. Noteer de datum vast in je agenda, het programma volgt.

De **puntenwaardering** voor de **KVLO-Registratie** staat bij de **studiedagen** op deze scholingspagina's **tussen haakjes** vermeld.

### (A)LO anno Nu ‘Achteromkijken, vooruit bewegen’ 14 oktober 2011

In 2010 bestond de Academie voor Lichamelijke Opvoeding (ALO) 85 jaar en dit jaar viert de AGOV, de Amsterdamse afdeling van de KVLO, haar 140-jarig bestaan. Daarom organiseren wij voor docenten lichamelijke opvoeding, beleidsmakers sport en onderwijs en sportkader het:

#### Congres (A)LO anno Nu

Met o.a. Bob Mirck, Erik Scherder, Cees Vervoorn, Jan Rijpstra, Gertjan van Dokkum, Willem van Mechelen.

#### Reünie

voor alle oud-studenten en oud-docenten van de ALO Amsterdam.

**Meer informatie en inschrijven:** [www.hva.nl/alo-congres-reunie](http://www.hva.nl/alo-congres-reunie)

### Scholing België

Van maandag 1 augustus tot vrijdag 5 augustus 2011 organiseert BVLO Oost-Vlaanderen naar jaarlijkse gewoonte een *sportstage voor studenten LO*. Informatie [www.bvlo.be](http://www.bvlo.be)

De Bond voor Lichamelijke Opvoeding Oost-Vlaanderen vzw organiseert van 22 tot en met 26 augustus 2011 opnieuw zijn jaarlijkse *nascholingsweek* in het G.U.S.B., Watersportlaan 3 in 9000 Gent. Leraren en studenten LO, trainers, sportmonitoren en sportfunctionarissen kunnen



Impressie studiedag  
Bruggen slaan in Zwolle

zich gedurende een volledige week bijscholen in verschillende sportdisciplines onder leiding van nationale en internationale vakspecialisten. De deelnemers kunnen zelf hun programma samenstellen uit een groot aanbod van sportsessies. Meer informatie en inschrijving via [www.bvlo.be](http://www.bvlo.be)

### Scholingsdag golf NGF/KVLO (3)

Op 21 september organiseren de NGF en de KVLO samen de landelijke bijscholingsdag schoolgolf op het Nationaal Sportcentrum Papendal. Inschrijven voor de Landelijke Scholingsdag Golf kan alleen via [www.kvloscholing.nl](http://www.kvloscholing.nl) Nadere informatie bij [ton.winkels@kvlo.nl](mailto:ton.winkels@kvlo.nl)

### Nieuwe data cursus levensreddend handelen

De basiscursus *Levensreddend handelen* voor docenten LO wordt op 3 en 13 oktober in het KVLO-bureau te Zeist gehouden. De herhalingscursus *Levensreddend handelen* zal op 6 oktober plaatsvinden. Inschrijven via [www.kvloscholing.nl](http://www.kvloscholing.nl)

### Scholingen van afdelingen en opleidingsorganisaties

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

### Digitaal KVLO-portfolio

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

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

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

Contact:

[registratie@kvlo.nl](mailto:registratie@kvlo.nl) of [astrid.vanderlinden@kvlo.nl](mailto:astrid.vanderlinden@kvlo.nl)

## REANIMATIE RICHTLIJN WIJZIGINGEN PER 2010/2011

Voor alle EHBO- en BHV-getrainde LO-collega's.  
Wijzigingen:

- 1 de borstcompressiesnelheid gaat van  
100 x / minuut naar : min. 100 x en max.  
120 x / minuut
- 2 de borstcompressiediepte gaat van 4-5 cm naar  
5-6 cm. diepte
- 3 de AED mag voortaan ook worden aangesloten  
vanaf 0-1 jaar. Dus voor alle leeftijden
- 4 in de stabiele zijligging ligt de bovenste arm  
niet meer OP de onderste gebogen arm maar er  
weer BOVEN ( zoals voorheen van 2000 - 2005  
al het geval was)
- 5 tijd voor de gehele beademingscyclus is max. 5  
seconden
- 6 de borstcompressie alleen onderbreken bij  
duidelijke tekenen van herstel.

In de eigen vaardigheidpresentatie dienen deze  
aanpassingen per direct te worden doorgevoerd.  
De AED moet al sinds vorig jaar een geïntegreerd  
onderdeel van de BLS-cursus zijn.

## Bestuurssamenstelling

In 2011 treedt Harry Evers af als hoofdbestuurslid in verband met zijn pensionering. Van hem wordt officieel afscheid genomen in de wintervergadering 2011. Het bestuur stelt, conform de afspraken, als nieuwe bestuurskandidaten voor: drs. P.A. Dooijeweerd, dhr. J. Kweekel en dhr. H.A. Bleeksma. Informatie over deze kandidaat-bestuursleden is naar de afdelingssecretariaten verzonden. Daarnaast hebben ook de afdelingen de mogelijkheid tot 15 augustus a.s. kandidaten voor te dragen bij het bestuur.

## Bereikbaarheid bureau

Gedurende de periode van de zomervakantie is de KVLO beperkt bereikbaar. De afdeling rechtspositie is van 18 juli t/m 12 augustus alleen bereikbaar voor noodgevallen op nr. 030 693 7678. Bestuur, staf en medewerkers wensen je een prettige vakantie.

## MEDEWERKING COLLEGA'S WERELDRECORDPOGING KVLO-150 GEVRAAGD

In het kader van het 150-jarig bestaan van de KVLO zal er in de Olympische Week (Nationale Sportweek): de week van 21 tot 28 april 2012 een poging worden gedaan om 1,5 miljoen kinderen in beweging te krijgen. Deze wereldrecordpoging wordt gekoppeld aan een goede doelenactie. Het gaat hierbij om stichtingen of organisaties die aandacht vragen voor kinderen in bewegingsarme situaties of kinderen die door een handicap niet of nauwelijks kunnen sporten. Deze actie is bedoeld voor leerlingen van zowel PO, VO, mbo en hbo. Willen jullie in je planning voor het schooljaar 2011 - 2012 rekening houden met deze zeer bijzondere sportieve activiteit? Meer informatie volgt.

## KWALITEITSZORGSYSTEEM

De KVLO heeft als eerste beroepsvereniging in Nederland een kwaliteitssysteem ontwikkeld op vaksectieniveau. Je wordt hierbij een jaar lang begeleid met zelfevaluatie en collegiale visitatie en het systeem is overdraagbaar naar andere vakken. De vaksectie leert om zelf zijn kwaliteit aan te tonen, te borgen en te verbeteren via de PDCA-cyclus. Het sluit vaak goed aan bij de huidige kwaliteitsprojecten op managementniveau. Inmiddels hebben al 36 scholen hieraan deelgenomen en zij waren hierover zeer enthousiast. Het gaat om secties die nieuwsgierig zijn en ambitieus. Wellicht heeft jouw sectie ook interesse om elk jaar beter te worden. Voor meer informatie kun je contact opnemen met Guus Klein Lankhorst [guus.kleinlankhorst@kvlo.nl](mailto:guus.kleinlankhorst@kvlo.nl)

## LICHAMELIJKE INACTIVITEIT IN WESTERSE WERELD TWEEDE DOODSOORZAAK

Lichamelijke inactiviteit is de tweede doodsoorzaak in de westerse wereld. Op nummer één staat roken en op de derde plaats alcoholgebruik. Van alle doden per jaar in de rijke landen is 16 procent het gevolg van een zittend bestaan. Door de vergrijzing zullen de maatschappelijke kosten van lichamelijke inactiviteit de komende decennia fors toenemen. Dat zei Matthijs Hesselink van de Universiteit Maastricht in zijn intrede als bijzonder hoogleraar Bewegingswetenschappen.

Wesselink voorspelt dat er over niet al te lange tijd een grote groep oude mensen is, die door afgenomen mobiliteit fragiel en broos is en die veel ziekenhuiszorg nodig heeft. Hij verzet zich daarom tegen het huidige kabinetsbeleid, dat stelt dat behoud van gezondheid een eigen keuze is. "Dat is onverstandig en zal onnodig duur uitpakken", aldus de professor.

## Te zware kinderen bezoeken vaker huisarts

Te zware kinderen hebben meer last van hun enkels en voeten dan kinderen met een normaal gewicht. Dat blijkt uit onderzoek van Marjolein Krul van het Erasmus MC. Alhoewel het vermoeden al bestond, toont Krul dit voor het eerst aan met wetenschappelijk onderzoek. Krul voerde haar onderzoek uit onder een groep van 2459 kinderen in de leeftijd van 2 tot 17 jaar. Bij 319 van die kinderen was sprake van overgewicht. Kinderen in de leeftijd van 2 tot 11 jaar die te veel wegen hebben tweemaal zo veel last van hun spieren en gewrichten. Het gaat dan vooral om problemen aan de nek, de rug, de voeten en de enkels. [Artsennet.nl](http://Artsennet.nl)

Redactie: Hans Dijkhoff

# → 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 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](http://www.janluitingfonds.nl)



janluitingfonds  
LEZEN OVER BEWEGEN

# vooruitstrevend, veilig en continu in beweging



## van educatie tot wereldprestatie!

Kinderen verantwoord leren bewegen. De visie die ten grondslag ligt aan het moderne bewegingsonderwijs proberen wij te vertalen in gymnastiektoestellen die niet alleen degelijk en duurzaam zijn maar ook uitdagend, aantrekkelijk en vooral veilig. Vakdocenten en andere deskundigen uit het bewegingsonderwijs wijzen ons de weg hoe wij met nieuwe toestellen kunnen bijdragen aan uitdagend en verantwoord bewegen.

[www.janssen-fritsen.nl](http://www.janssen-fritsen.nl)

Jr

**janssen  
fritsen**

**Janssen-Fritsen Nederland b.v.**

Tel: 0492-530930 • [verkoop@janssen-fritsen.nl](mailto:verkoop@janssen-fritsen.nl) • [www.janssen-fritsen.nl](http://www.janssen-fritsen.nl)