

LICHAMELIJKE **MAGAZINE** *opvoeding*

NUMMER 10 Jaargang 103 | november 2015



TOPIC

vakwerkplanontwikkeling



GYM GEVEN OP EEN SCHIP

BoesCoolFit

44 jaar lesgeven!

kvlo.nl

 **KVLO**

Topic **Vakwerkplan- ontwikkeling**

In dit topic staan we daarbij stil bij vakwerkplannen. Ger van Mossel beschrijft in 'Plannen van bewegingsonderwijs' welke functie een vakwerkplan vervult en het belang van planmatig werken. In een tweede artikel schrijft hij over hulpmiddelen die SLO aanreikt bij het plannen van bewegingsonderwijs. Hoe zorg je ervoor dat alle leerlijnen en thema's aan bod komen? Het Kompas bewegingsonderwijs helpt daarbij. Hilde Bax geeft een overzicht van de historie van het vakwerkplan en wat nu de actuele thema's zijn die bij het maken van vakwerkplannen aan de orde komen. Sandra Roelofsen beschrijft de juridische kanttekeningen en geeft voorbeelden van het belang van een goed vakwerkplan. Het kan juridisch gezien problemen voorkomen. In de 'Praktijk' beschrijft Maarten Massink de relatie tussen een leerlingvolgsysteem en een vakwerkplan. Op grond van bijgehouden resultaten kun je gefundeerd je vakwerkplan bijstellen en dynamisch houden.



17



14

Topic

- 4** Vakwerkplan ontwikkeling
toen en nu
Hilde Bax
- 7** Plannen van
bewegingsonderwijs
Ger van Mossel
- 10** Kompas bewegingsonderwijs,
een planningstool voor
vaksectie
Ger van Mossel
- 16** Vakwerkplan in juridisch
perspectief
mr. Sandra Roelofsen

Topic Passend onderwijs (LO 11)

- 40** Heeft impliciet leren een plek
in de gymles? (2)
Elise van Casteren e.a.

Praktijk

- 18** Hoe kan ik nu ooit
winnen'
Engelbert Flapper en Pauline
Fellinger
- 20** Leerlingvolgsysteem
en de samenhang met
vakwerkplannen
Maarten Massink
- 25** Tchoukbal interessant
voor onderwijs
Redactie Maarten Massink
- 28** Inspelen op motieven van
leerlingen (2)
Fey van Lith

4



En verder

- 14** Interview met Carole
Sontrop-Schrijver
Hans Dijkhoff
- 36** Van BOS naar BoesCoolFit
Marlon Stevelink, Patricia Verhoeven en
Bennie Nordkamp



34

Rubriek

- 3 Voorwoord
- 13 Boeken
- 16 Recht
- 33 Onderwijs
- 34 Collega's op zee/Gym op koers
- 44 Column Mery Graal
- 45 Scholing
- 46 Nieuws

Fotograaf cover: Anita Riemersma

Colofon Redactie: Hans Dijkhoff (hoofdredacteur) Maarten Massink (praktijkredacteur) Jacqueline Tangelder (redactiemedewerkster) **Redactieraad:** Monique van Ark, Hilde Bax, Peter Barendse, Berend Brouwer (VZ), Jan Faber, Harold Hofenk, Frank Jacobs, Liesbeth Jans, Gerda Op het Veld, Sebastiaan Platvoet en Herman Verveld. **Redactieadres:** KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, Tel.: 030 69 20 847, e-mail: redactie@kvlo.nl. **Abonnementen:** Jaarabonnement € 60,- (buitenland € 80,-) Losse nummers € 5,- (excl. verzendkosten). Iedere week verschijnt er een digitale nieuwsbrief. Aanmelden via www.kvlo.nl. **Verschijningsdata:** zie www.kvlo.nl. **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. **Druk:** Drukkerij Ten Brink, Meppel. **Vormgeving en opmaak:** FIZZ Marketing en communicatie, Meppel. Aanbieding en plaatsing van teksten en foto's houdt tevens mogelijk gebruik op de KVLO-website in, uiteraard met vermelding van auteur en fotograaf. Overname van artikelen is alleen toegestaan met bronvermelding en na goedkeuring van de auteur. De redactie is verantwoordelijk voor de samenstelling. Niet alle artikelen behoeven de (volledige) instemming van de redactie te hebben. Wij hebben dit magazine met uiterste zorg samengesteld. Wij hebben daarbij steeds getracht mogelijke rechthebbenden te achterhalen. Indien u onverhoopt meent rechten te kunnen doen gelden, dan verzoeken wij u dit kenbaar te maken bij de redactie.



Janny

Mijn eerste kennismaking met Janny was in 1996. Ik was Tweede Kamerlid en had onder andere onderwijs in mijn portefeuille, dus ook de lichamelijke opvoeding. Ik belde naar de KVLO en kreeg Janny Lit aan de telefoon. Er zouden er nog vele telefoongesprekken volgen; altijd opgewekt, duidelijk en vriendelijk. Een mooi moment was het 150-jarig bestaan van de KVLO. Er moest veel geregeld en uitgevoerd worden. Laat dat maar aan het bureau van de KVLO over, doeners zijn het. En Janny stond toen bij de ontvangst, stralend en met een mooie corsage op. Op 3 december 2015 komt voor Janny de pensionering, of zoals in de uitnodiging stond, 'om te genieten van haar welverdiende pensioen'. Twintig jaar Janny Lit en de KVLO. Dank je Janny, je was een vraagbaak voor onze leden en voor ons!

Over ons bureau gesproken, ik heb veel waardering voor onze medewerksters en medewerkers. De afgelopen jaren waren soms best wel ingrijpend omdat door de nieuwe koers van de KVLO er op een andere manier gewerkt moest gaan worden. Meer als team, meer dwarsverbanden leggen en vooral een versterking op de inhoud. Goed leren bewegen, onze missie, slaagt alleen als de vrouw en man voor de klas voor ons vak goed is opgeleid en met advies en scholing ondersteund wordt. Dat geldt straks des te meer als het lerarenregister in 2017 een verplichting wordt. Als KVLO lopen we hiermee voorop. En met de teams op het bureau zal de kwaliteit van ons vak goed worden bewaakt. Dat is in de discussies naar Onderwijs2032 ook van groot belang. Ik heb er veel vertrouwen in!



Jan Rijpstra

Vakwerkplan-ontwikkeling

toen en nu

Schoolwerkplanontwikkeling heeft ondertussen een traditie van bijna 40 jaar. De Rijksleerplannen die stoffig lagen te worden in de kast werden vervangen door plannen op maat geschreven vanuit de school en voor de school zelf. Ook werden vanaf de jaren 80 van de vorige eeuw deelschoolwerkplannen, tegenwoordig meestal vakwerkplannen genoemd, gemaakt. In de huidige tijd is het nog steeds belangrijk om ons onderwijs goed in te richten en te verantwoorden. Vakwerkplanontwikkeling blijft om inspanningen vragen. Toch zijn er wel degelijk accentverschuivingen waar te nemen.

TEKST HILDE BAX

“Nadrukkelijker dan ooit staan leerkrachten lichamelijke oefening voor de taak zich te verantwoorden en hun opdracht waar te maken. Planmatig werken is daarbij onmisbaar. *Naar een werkplan bewegingsonderwijs* biedt de onderwijsgeevenden in het basisonderwijs, het voortgezet onderwijs en het speciaal onderwijs hulp bij de ontwikkeling van een deelschoolwerkplan bewegingsonderwijs. Maar ook sportleiders kunnen er bij de planning van hun activiteiten mee uit de voeten. Voor studenten biedt het een gedegen oriëntatie in de

schoolwerkplanproblematiek. Wat is de functie van het werkplan? Hoe ziet het eruit? Hoe kun je je eigen werkplan maken? Waarmee moet je dan rekening houden? Dit zijn enkele van de vragen waarop in dit boek een antwoord wordt gegeven.” (Stegeman, Timmers, & Beenen, 1984, flaptekst).

Vakwerkplanontwikkeling onderwijskundig en juridisch

Een vakwerkplan heeft verschillende functies. De meest praktische daarvan is dat het steun biedt bij het plannen van de lessen door het jaar heen. Het kan een bijdrage leveren aan het planmatig en gestructureerd werken binnen het leergebied bewegen & sport /lichamelijke opvoeding/ bewegingsonderwijs (B&S)¹ samen met je collega's. Het is op te vatten als een leidraad, die houvast biedt, maar waarvan ook afgeweken kan worden. Afhankelijk van de school en de collega's zullen de afspraken over de inrichting van het onderwijs meer dan wel minder globaal zijn. Om dit voor elkaar te krijgen moeten er keuzes worden gemaakt over onder andere bewegingsactiviteiten, de wijze van aanbieden, de rollen die de leerlingen krijgen in de lessen en de beoogde doelen voor de leerlingen. Naast deze verantwoording kan een vakwerkplan ook dienen als een informatie- en voorlichtingsinstrument voor de collega's, de medezeggenschapsraad, de leerlingen en natuurlijk de schoolleiding. Het vakwerkplan is een mooi platform om te verduidelijken hoe het leergebied aansluiting zoekt bij de missie en schoolvisie in de vorm van overkoepelend vakconcept, waarin het leergebied, dat





▲ Scholing in de jaren '80
(Foto: Jan de Koning)

► Alleen de kast is anders
(Foto: archief KVLO)

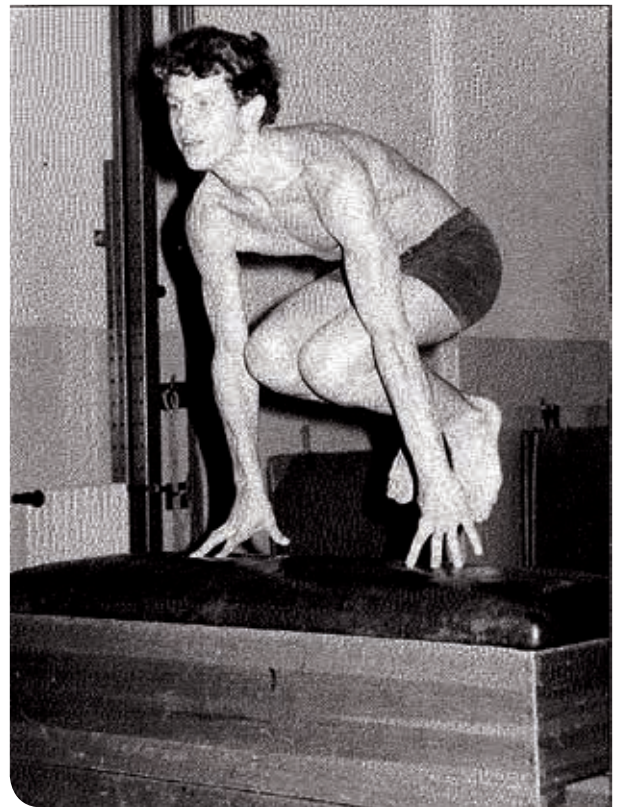
alle leerlingen bereikt, gelegitimeerd wordt (Stegeman, Timmers, & Beenen, 1984). Deze onderwijskundige functies (planning, verantwoording, informatie en legitimering) werden naar voren gebracht bij de invoering van de schoolgebonden werkplanontwikkeling en die gelden nog steeds. Dat is anders voor het juridische belang van het vakwerkplan. In de vorige eeuw werd daarop veel minder nadruk gelegd dan in het huidige decennium. Tegenwoordig is het enorm belangrijk dat de werkgever op de hoogte is van de activiteiten en de werkwijzen die plaatsvinden in het leergebied B&S. Een ongeluk is namelijk niet altijd te voorkomen en dan is het belangrijk dat aangetoond kan worden dat in de lessen de benodigde voorzorgsmaatregelen zijn genomen om de kans hierop

Het is evident dat de werkgever/schoolleiding akkoord moet zijn met de inhoud van het vakwerkplan

tot een minimum te beperken. Het is tegenwoordig echt nodig dat de schoolleiding, meestal gemandateerd vanuit de werkgever, akkoord heeft gegeven voor de keuzes en de inrichting van het leergebied B&S, zoals beschreven in het vakwerkplan. Anders dan vroeger zijn er helaas meer en meer situaties bekend waarin de verzekering van de werkgever de aansprakelijkheid voor een ongeluk verschuift naar de werknemer en waarna een juridisch steekspel volgt. Het is evident dat de werkgever/schoolleiding akkoord moet zijn met de inhoud van het vakwerkplan.

Vakwerkplanontwikkeling als proces

Er zijn weinig leraren B&S die functioneren als éénpitter. In het PO maken veel



vakleerkrachten deel uit van een netwerk en/of functioneren binnen het schoolteam, in het VO is het gebruikelijk binnen een vakgroep/sectie te werken en in het mbo ontstaan weer teams die zich richten op 'vitaal bewegen'. Het is de kunst om met elkaar een koers te bepalen. Reflecteren op de gewenste inrichting van het leergebied over de jaren heen kan een startpunt zijn als het gaat om vernieuwen of ontwikkelen van het vakwerkplan. Deze reflectie kan starten vanuit uitgangspunten dan wel de legitimering van het leergebied, maar ook vanuit concrete lessen(reeksen) en ook een combinatie is mogelijk. Hierbij bestaat geen goed of fout, het is aan de ontwikkelaars om een werkwijze te kiezen. Door de communicatie met elkaar zal er zeker een inventarisatie en analyse plaatsvinden van de actuele situatie en kunnen ideeën voor vernieuwing een platform krijgen. Vergeet niet de schoolleiding te betrekken in het ontwikkelproces. Zij kan zorgen voor het faciliteren van wensen en ideeën zowel roostertechnisch als budgettair. Er zijn steeds meer scholen die zich willen profileren en het leergebied van B&S kan aan diverse profileringen haar steentje bijdragen (Bax, 2010). Het is noodzakelijk dat de schoolleiding zich betrokken en medeverantwoordelijk voelt bij ontwikkelingen die de docenten B&S willen implementeren in hun lessen. Dat is van belang omdat bij mogelijke calamiteiten de schoolleiding de eindverantwoordelijke blijft.

Vakwerkplanontwikkeling van proces naar product

Hoewel het gangbaar is dat een vakwerkplan uit een aantal hoofdstukken bestaat,

denk daarbij bijvoorbeeld aan: 1 School en randvoorwaarden, 2 Visie op het leer- gebied, 3 Inhoud van het programma, 4 Leerlingvolgsysteem en rapportage en 5 Eigen professionalisering, kan het ontwikkelproces bij ieder deel worden gestart. Het is heel goed mogelijk om als sectie of netwerk van docen- ten B&S te starten met het aanvragen van cursussen in het kader van professionalisering. Dat kan variëren van EHBSO, motiverende beoordelingsvormen, trendsporten, vakwerk- planontwikkeling etc. Met het oog op de invoering van het Algemene Lerarenregister in 2017 is dit een proactieve keus (<http://www.fvov.nl/?p=11497>).

Een vakwerkplan moet een dynamisch document zijn dat voortdurend in beweging blijft

Referenties

Bax, H. (2010). *De samenleving over de kwaliteit van bewegen & sport op school, een spiegel voor de vakwereld*. Zeist: Jan Luiting Fonds.

Bax, H., Driel, G. van, Jansma, F. & Palen H. van der (2010). *Beroepsprofiel leraar lichamelijke opvoeding*. Zeist: Jan Luiting Fonds.

Stegeman, H., Timmers, E. & Beenen, J. (1984). *Naar een werkplan bewegingsonderwijs*. Meppel: Ten Brink B.V.

Federatie van Vakorganisaties (FVOV) (2015). *Lerarenregister regelt kwaliteit en professionele ontwikkeling*, 04-09-2015, <http://www.fvov.nl/?p=11497>

Contact

h.t.bax@hva.nl

Noten

¹ In deze tekst wordt bewegen & sport (B&S) als overkoepelend begrip worden gebruikt voor het verplichte schoolvak dat ook vaak lichamelijke opvoeding of bewegingsonderwijs heet. Het is de naamgeving voor het leergebied in de vernieuwde onderbouw van het voortgezet onderwijs. De naam bewegen & sport (b&s) maakt duidelijk dat het leergebied op school en het vrije tijdsgebied van sport en bewegen met elkaar in verbinding staan.

en wil de docent/de sectie/de school dat doen? Het vinden van een goede verdeling van tijd en inspelen op de leerstijl, leerwens en leer- mogelijkheden van iedere jeugdige vraagt behal- ve weloverwogen keuzes van de docent ook enorm veel creativiteit en intuïtief handelen.

Vanuit de samenleving (landelijke overheid, maatschappelijke organisaties en inwoners van Nederland) komt geregeld de vraag om in de lessen B&S meer aandacht te schenken aan algemeen-maatschappelijke kwesties en waar- den zoals een positief zelfbeeld, sociale groei, verleggen van grenzen, samenwerken, respect, tolerantie, integratie, gezondheid, welbevinden en een actieve leefstijl. De vakinherente doelen blijven daarbij vaak op de achtergrond (Bax, 2010). In het kader van vakwerkplanontwikke- ling is interessant om op zoek te gaan naar ver- bindingen tussen vakinherente en vakoverstij- gende doelen en om hiervoor lessen(reeksen) te ontwerpen. Het een uitdaging om aspecten van de meervoudige deelnamebekwaamheid aan sport- en bewegingssituaties te koppelen aan (gerechtvaardigde) verwachtingen vanuit de samenleving en de school.

Waarderen en beoordelen van leerlingenpre- staties in de lessen B&S is allerminst eenvoudig. De bekende uitspraak 'meten is weten' vinden de meeste docenten te beperkt. Liever zouden zij op een eerlijke, gestructureerde en plan- matige manier willen werken aan de persoon- lijke bewegingsontwikkeling van kinderen en deze verwerken in een leerlingvolgsysteem. Evalueren om te leren krijgt daarin meer nadruk dan evalueren om te beoordelen. Aan de andere kant vinden veel docenten dat leerlingen, zoals bij de andere vakken gebruikelijk, volgens eenzelfde standaard beoordeeld moeten worden. Vervolgens komt de vraag aan de orde welke aspecten er in de beoordeling betrokken zouden moeten worden. Welke vorderingen gaan gevolgd worden? Zijn regelvaardigheden even belangrijk als bewegingsvaardigheden en hoe worden leren over bewegen en samen kunnen en willen bewegen gewaardeerd? In het kader van vakwerkplanontwikkeling mag reflectie over evalueren van leerlingenprestaties niet ontbreken, maar dat het lastig is staat als een paal boven water. Zie daarvoor ook het examen- besluit VO, artikel 35 (OCW, 2011) waarin staat: "in afwijking van het eerste lid, worden het vak culturele en kunstzinnige vorming en het vak lichamelijke opvoeding uit het gemeenschappe- lijk deel van elk profiel en de maatschappelijke stage, beoordeeld met 'voldoende' of 'goed'. Deze beoordeling gaat uit van de mogelijkheden van de leerling en geschiedt op de grondslag van het genoegzaam afsluiten van de desbetreffende vakken, zoals blijktend uit het examendossier." ■

fvov.nl/?p=11497). Natuurlijk kan er ook gestart worden met de herijking van het program- ma zelf. Wanneer de school, als geheel, zich bezint op de missie en visie voor 2032 dan ligt aansluiting daarbij wellicht voor de hand. Het ontwikkelproces en het werken aan deelpro- ducten, die ook gedragen worden door de schoolleiding en andere betrokkenen zoals leerlingen, collega's en medezeggenschapsraad, daar gaat het om. Een vakwerkplan moet een dynamisch document zijn dat voortdurend in beweging blijft. Het is aan de makers om te bepalen wat er in moet en hoe dat vorm krijgt. In deze tijd van digitalisering is een papieren tijger echt niet meer nodig, maar kan wel als de voorkeur daarnaar uitgaat.

Actuele thema's en dilemma's

Tot besluit nog drie uiteenlopende actuele kwesties die vragen om reflectie en keuzes, waarbij de onderwijspraktijk weerbarstiger is dan de theorie.

In augustus 2014 is de Wet Passend Onderwijs ingevoerd met de bedoeling maatwerk voor ieder kind in het onderwijs. Dat betekent een toename van leerlingen met gedrags- en leerproblemen en leerlingen met beperkin- gen en handicaps in het reguliere onderwijs. Traditioneel waren er al grote verschillen tussen leerlingen in de lessen B&S en met de invoer- ring van deze Wet nemen die nog verder toe. "Voor de kwaliteit van de leraar lichamelijke opvoeding betekent dit dat hij kennis heeft van bijzonderheden van en verschillen tussen leer- lingen. Hij kan bovendien bij het aanbieden en begeleiden van leersituaties in klassenverband en op individueel niveau inspelen op de diver- siteit aan leerlingen." (Bax, Van Driel, Jansma, & Van der Palen, 2010, p. 17). Maar hoe kan

Plannen

van bewegingsonderwijs

De planning van lessen en lessenseries, maar ook het maken van een vakwerkplan vormt een wezenlijk onderdeel van 'onderwijs maken'. Het gaat om planningsafspraken over hoe, wat, wanneer en waar leerlingen leren. Vaak gebeurt dat, heel waardevol, mondeling tussen docenten. Daarnaast is het voor vaksecties zaak om bepaalde afspraken schriftelijk vast te leggen. Dit artikel biedt een overzicht van verschillende manieren van planning door vaksecties bewegingsonderwijs. Het artikel is een ingekorte versie van hoofdstuk 11 uit *Onderwijs in bewegen* dat in 2011 is uitgegeven door Bohn Stafleu van Loghum.

TEKST GER VAN MOSSEL FOTO HANS DIJKHOFF

Waarom is plannen belangrijk?

Leerplannen hebben verschillende functies: steunfunctie, verantwoordingsfunctie, vernieuwingsfunctie en communicatieve functie. Het maken van onderwijsplannen heeft vaak een steunfunctie voor de docent. Er gebeuren op school en in de les altijd dingen die niet zijn voorzien en waarop direct gereageerd moet worden. Afwijken van gemaakte plannen is een gezonde reactie op onverwachte gebeurtenissen. Onderwijsplannen helpen de docent vasthouden aan een heldere boodschap en een duidelijke aanpak, ook voor de leerlingen. Het lesplan is een planningsdocument met een grote steunfunctie, evenals het vakwerkplan. Vaksecties die een vakwerkplan maken, doen dat ook omdat ze verantwoording willen afleggen naar de school. Het is belangrijk dat de werkgever op de hoogte is van wat wordt aangeboden tijdens de lessen lichamelijke opvoeding. Dat kan heel nuttig zijn in de communicatie met de schoolleiding over de plaats van

Het lesplan is een planningsdocument met een grote steunfunctie, evenals het vakwerkplan

bewegingsonderwijs in het programma. Plannen maken heeft ook betekenis voor het vernieuwen van het bewegingsonderwijs. In een vakbeleidsplan wordt bijvoorbeeld nagegaan wat de sterke en zwakke punten zijn in het programma en waar verbeteringen mogelijk of noodzakelijk zijn. Op grond van deze analyse

worden verbeterplannen gemaakt die ertoe bijdragen dat het onderwijs permanent vernieuwd wordt. Ook kunnen in de plannen actuele ontwikkelingen (bijvoorbeeld LO2 of BSM, nieuwe sporten, schoolbrede thema's e.d.) meegenomen worden.

Heldere plannen bieden een uitstekende basis om te communiceren over het vak LO binnen en buiten de school. Het kan gaan om communicatie met de schoolleiding, de leerlingen zelf, ouders, inspectie, bestuur, gemeentelijke overheid en sportorganisaties. Het is lang niet altijd verstandig om vakwerkplannen of beleidsplannen ook daadwerkelijk aan de gesprekspartners te geven, maar er kunnen wel relatief gemakkelijk leesbare documenten van afgeleid worden. In ieder geval biedt het de docent een goede gesprekspartner omdat hij weet wat hij wil en hoe dat te bereiken is.

Planningsdocumenten

Aan de hand van de belangrijkste planningsdocumenten gaan we na hoe planning voor bewegingsonderwijs op een school kan plaatsvinden. Als eerste onderscheiden we het vakwerkplan. Een vakwerkplan is een bundeling van afspraken binnen een vaksectie over het wat, hoe en waarom van het programma bewegingsonderwijs. Het vakwerkplan heeft vooral een steunende functie, het fungeert als draaiboek. Het maken van een vakwerkplan is weliswaar niet wettelijk verplicht voor vaksecties, maar het is wel sterk aan te bevelen om op een of andere manier de belangrijkste afspraken over het wat en hoe vast te leggen. Ook omdat de schoolleiding in het schoolplan verantwoording



▲ Ook dit is plannen aflegt over hoe het vak bewegingsonderwijs op school wordt gegeven. Het vakwerkplan levert daarvoor de 'input'.

De inhoud van een vakwerkplan bepaalt de vaksectie zelf. De volgende onderwerpen maken het vakwerkplan compleet:

- 1 startsituatie en het beleid
 - 2 visie op het vak
 - 3 inhoud van het programma
 - 4 evaluatie en rapportage
 - 5 vormgeving van het onderwijs.
- Bijlagen als PTA en schriftelijke lesmaterialen.

Vakbeleidsplan

Een ander type document is het vakbeleidsplan. Om als vakleerkrachten mee te kunnen praten, moet een vaksectie ook beleidsmatig kunnen denken en werken. Bepaalde veranderingen, zoals de invoering van een brede school met een uitgebreid beweeg- en sportprogramma, samenwerking met omliggende sportverenigingen of overgaan tot sportklassen in de onderbouw van het voortgezet onderwijs, vergen een beleidsmatige aanpak. Dergelijke veranderingen vinden niet van vandaag op morgen plaats; een beleidsmatige insteek is een 'must'.

Lesplan en lessenserie

Plannen die direct het geven van onderwijs ondersteunen, zijn lesplannen en lessenseries. Een lesplan of de lesvoorbereiding is het meest concrete planningsdocument. Het beschrijft vrij nauwkeurig hoe het verloop van een les zou moeten/kunnen zijn. Het is een plan dat door de vaksectie gemaakt kan worden (al of niet als onderdeel van een reeks) maar ook door de individuele docent. Het ligt er maar aan hoever een vaksectie wil gaan met het uitschrijven van de lessen. Een lessenserie of lessenreeks is een plan voor meerdere samenhangende lessen binnen een afgebakende periode. Het gaat om een serie van bijvoorbeeld vier lessen die bij elkaar horen omdat hetzelfde thema of dezelfde activiteit centraal staat.

Leer- en ontwikkellijnen

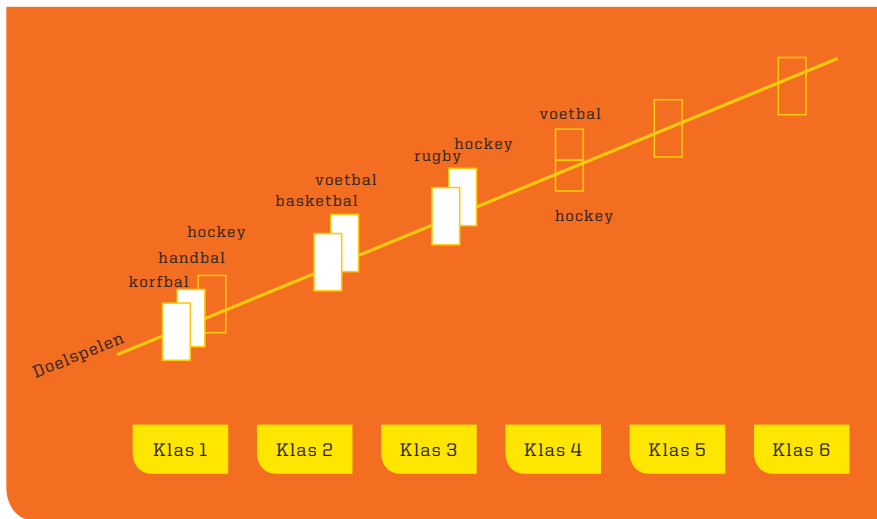
De kerndoelen en eindtermen bieden een overzicht van na te streven leerdoelen in verwante bewegingsonderwijsleersituaties. Om vanuit de kerndoelen en eindtermen tot een programma te komen is het formuleren van leer- en ontwikkellijnen en thema's een zinvolle tussenstap. Door middel van leer- en ontwikkellijnen en thema's wordt een ordening aangebracht in de leerstof die aan bod moet komen.

Een leerlijn is een beredeneerde opbouw van tussendoelen en inhouden, leidend naar een einddoel. De leerlijnen worden geordend rond activiteiten met overeenkomende bewegingsproblemen conform de deelgebieden van de activiteitsgebieden. Voorbeelden van leerlijnen zijn werpen bij het activiteitsgebied atletiek, doelspelen bij spel en springen bij turnen. Naast de leerlijnen onderscheiden we ook ontwikkellijnen. Bij leerlijnen verloopt het leerproces meer lineair en meer voorspelbaar. Bij ontwikkellijnen verloopt het leerproces meer sprongsgewijs, minder voorspelbaar en is het meer persoonsgebonden. Het gaat hierbij om een gradueel en niet om een absoluut verschil. In het *Basisdocument Bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs* (Brouwer et al., 2012) worden vier sleutels onderscheiden: bewegen verbeteren, bewegen regelen, gezond bewegen en bewegen beleven. De leerlijnen binnen de sleutel 'bewegen verbeteren' hebben meer het karakter van leerlijnen, die voor 'bewegen regelen', 'gezond bewegen' en 'bewegen beleven' meer van ontwikkellijnen.

Thema's

Binnen de leerlijnen worden een of meerdere thema's centraal gesteld. Thema's zijn losse *bouwstenen* voor het programma. Thema's geven aan waar het in de lessen om draait. Een thema heeft een gemeenschappelijk hoofduitdaging en omvat doorgaans een aantal lessen, variërend van twee tot acht lessen. Die lessen hoeven niet achter elkaar gegeven te worden, dat kan natuurlijk wel, maar het is ook mogelijk de lessen in de tijd te spreiden (zelfs over de leerjaren heen). Maar er zijn ook thema's waarvoor dat niet geldt, bijvoorbeeld thema's met betrekking tot zelfstandig leren werken.

Er zijn verschillende soorten thema's. Bijvoorbeeld thema's met het accent op het *leren bewegen* (bewegingsthema's), op het *leren regelen* door de leerlingen (regelthema's), op gezond bewegen of veiligheid (gezondheidsthema's), op *bewegen beleven* (belevingsthema's) of thema's met het accent op de *onderlinge omgang* van leerlingen (omgangsthema's). En er zijn thema's die zowel vakoverstijgend als alleen binnen de lessen bewegingsonderwijs een rol kunnen spelen, zoals leren samenwerken, zelfstandig werken of leren kiezen. Hieronder is een aantal vakgebonden manieren van



▲
 Figuur 1. Leerlijn
 doelspelen

thematiseren nader uitgewerkt.

Bewegingsthema's

Bewegingsthema's komen het meest voor. De meeste kerndoelen en eindtermen hebben betrekking op het leren bewegen en het ligt dus voor de hand dat in de meeste thema's het accent ook op het bewegen ligt. Die accentuering van het bewegen komt tot uiting in de benaming van die thema's. Zo kan binnen de leerlijn springen een nader onderscheid worden aangebracht in een aantal bewegingsthema's: *vrije sprongen, steunsprongen en herhaald springen*. Bewegingsthema's bij zwemmen zijn bijvoorbeeld *zwemmen als race, zwemmen als avontuur en zwemmen als survival*.

Regelthema's

De kerndoelen en eindtermen hebben niet alleen betrekking op het leren bewegen van de leerlingen. Er zijn ook kerndoelen en eindtermen waarbij het gaat om het vervullen van regelende taken. Te denken valt aan het vervullen van andere rollen door de leerlingen (coach, scheidsrechter, organisator, trainer/instructeur), hulpverleners, bewegingssituaties inrichten of veranderen, een trainingsschema opstellen, enzovoort. Aan ieder activiteitsgebied is wel een regelthema te koppelen. Enkele voorbeelden zijn: *elkaar leren dansen en ontwerpen van een dans bij bewegen en muziek, de leerling als coach en een toernooitje organiseren bij zelfverdediging*.

Leerlijnen: van kerndoelen naar lessenplannen

We onderscheiden eerder al vakwerkplannen, lessenseries en lessenplannen. In het vakwerkplan worden onder andere de inhouden van het programma beschreven. Het gaat dan om de verdeling van de leer- en ontwikkellijnen over de tijd, over de leerjaren en de periodes. Een vaksectie maakt over de leer- en ontwikkellijnen nadere afspraken. De uitgewerkte leer- en ontwikkellijnen met verschillende thema's worden opgenomen in het vakwerkplan. Het is vervolgens aan de individuele docent om de

leer- en ontwikkellijnen te vertalen naar lessenplannen met zaken als de lesorganisatie en didactische opmerkingen.

Bij de uitwerking van de leerlijnen zijn meestal de leerlijnen van de sleutel 'bewegen verbeteren' leidend. Daarna koppelt de vaksectie aan die leerlijn een of meer ontwikkellijnen ('bewegen regelen', 'gezond bewegen' en/of 'bewegen beleven') met verschillende typen thema's.

Kernactiviteiten

In de leerlijn worden de kernactiviteiten benoemd die de vaksectie in ieder geval wil aanbieden. De kernactiviteiten zijn te beschouwen als ijkpunten op een leerlijn en sturen het onderwijsleerproces. De gekozen kernactiviteiten zijn bedoeld om een bepaald streefniveau aan te kunnen duiden dat de vaksectie graag bij de leerlingen wil bereiken. Vaksecties verschillen in het aantal uitgewerkte kernactiviteiten. Hoe meer kernactiviteiten zijn vastgelegd, hoe meer de inhoud van het programma is gestandaardiseerd. In figuur 1 staat een voorbeeld van de leerlijn doelspelen. De doelspelen worden over de leerjaren steeds complexer. In leerjaar 4 maken de leerlingen een keuze.

Bij de kernactiviteiten staan het arrangement en de opdracht voor leerlingen omschreven. Bovendien omschrijft de vaksectie bij een aantal kernactiviteiten de beoogde deelnameniveaus van hun leerlingen. Zoals in *Basisdocument Bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs* (Brouwer et al., 2012), met een verdeling van 40% op basisniveau, 30% op vervolgniveau, 20% op gevorderd niveau en 10% op zorgniveau.

Stappen bij het uitwerken van een leerlijn:

- 1 Formuleer de centrale bewegingsuitdaging van de leerlijn ('bewegen verbeteren').
- 2 Koppel de leerlijn aan een of meer ontwikkellijnen ('bewegen regelen', 'gezond bewegen' en/of 'bewegen beleven').
- 3 Bepaal respectievelijk de bewegings-, regel-, gezondheids- en/of belevingsthema's bij de leerlijn.
- 4 Bepaal de kernactiviteiten op de leer- en ontwikkellijnen.
 - 4.1 Omschrijven van arrangement en opdracht bij de kernactiviteiten.
 - 4.2 Bepalen van deelnameniveaus bij een of meer kernactiviteiten.

Het is aan de vaksectie om de leerlijn globaal of meer gedetailleerd uit te werken. Hoe meer kernactiviteiten worden vastgelegd op de leer- en ontwikkellijnen, hoe sturender het programma. Hoe meer kernactiviteiten worden uitgewerkt met deelnameniveaus, hoe groter en nauwkeuriger het onderlinge referentiekader is voor de gerealiseerde kwaliteit bij de leerlingen. ■

Dit overzichtsartikel is een bewerking van hoofdstuk 11 uit *Onderwijs in bewegen* (van Mossel, 2011). In dit hoofdstuk vind je meer informatie.

Ger van Mossel is leerplanontwikkelaar bewegingsonderwijs en sport bij SLO

Bronnen

Brouwer, B., Houthoff, D., Massink, M., Mooij, C., Mossel, G. van, Swinkels, E., & Zonnenberg, A. (2012). *Basisdocument Bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs*. Zeist: Jan Luitingfonds.

Mossel, G. van (2011). Plannen van bewegingsonderwijs. In: H. Stegeman, B. Brouwer & C. Mooij (red.). *Onderwijs in bewegen*. Houten: Bohn Stafleu. <http://www.bsl.nl/>

Contact

g.vanmossel@slo.nl

Kompas bewegingsonderwijs,

een planningstool voor vaksecties

Kompas bewegingsonderwijs is een planningstool voor vaksecties LO in het voortgezet onderwijs. Het kompas is ontwikkeld door SLO, nationaal expertisecentrum voor leerplanontwikkeling. De tool is gebaseerd op de publicatie *Basisdocument bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs* (Brouwer et al., 2012). *Kompas bewegingsonderwijs* helpt vaksecties om samen doorlopende leerlijnen, thema's en (kern)activiteiten te plannen over de leerjaren heen. 'Het maken van een periodeplan was nog nooit zo eenvoudig. Je hebt alle informatie bij de hand', aldus één van de pilotscholen.

TEKST GER VAN MOSSEL

Samen een goede planning maken is voor veel vaksecties een lastige klus. Het maken van keuzes en komen tot overeenstemming kost veel tijd. Maar al te vaak neemt één docent het voortouw en ligt het document zonder draagvlak onder het stof in de kast. Voor de legitimering wordt het document nog weleens tevoorschijn gehaald. Maar echt gebruik van de periodeplanning zien we weinig. SLO heeft een digitale planningstool met bijhorende aanpak ontwikkeld die vaksecties zal aanspreken: het samen maken van een strakke periodeplanning die start vanuit ieders eigen lespraktijk. Het is tegenwoordig vrij eenvoudig om video-opnames te maken van gegeven lessen en naderhand samen met elkaar te bekijken. Collegiale uitwisseling van beelden levert gesprekstof op over bewegingsactiviteiten en de wijze waarop leerlingen deelnemen. Voor docenten is vooral dat laatste een belangrijke inspiratiebron. Het is vervolgens aan de

vaksectie om de opbrengsten van dat gesprek systematisch vast te leggen in een planningsdocument, beelden mogen daarbij niet ontbreken. *Kompas bewegingsonderwijs* kan vaksecties daarbij helpen.

Planningstool *Kompas bewegingsonderwijs*

Kompas bewegingsonderwijs is een Exceldocument dat bestaat uit zes tabbladen: 1) Themaplannen, 2) Periodeplan, 3) Kernactiviteiten BD (basisdocument), 4) Verwante activiteiten SV (schoolvoorbeelden), 5) Tussendoelen en 6) Leerlijnen + Kernactiviteiten. De tool is te downloaden op www.bewegingsonderwijs.slo.nl. Op deze website staan ook een introductiefilmpje en voorbeelden van scholen.

In de eerste twee tabbladen van de tool maken vaksecties hun programma. In het tabblad *Themaplannen* staan 64 thema's, ingedeeld naar de vier sleutels uit het *Basisdocument VO*: bewegen verbeteren, bewegen regelen, gezond

1	nr	Leerlijn	Thema	les	Kernactiviteit	1 ^e	2 ^e	d	Z
C									
	1	Lopen	Duurlopen	1	Shuttle Run test				
	9	Bom	Uitvoeren van een dansmotief	3	Streetdance 4x8 docent	72	67	d	x
	10	Doelspelen (hand)	Vormen van basketbal	3	Basketbal 4-3	81	75		
	14	Inbl. en uitmaken	Afgooispelen	2					
	16	Terugslagspelen	Volleybalachtige spelen	2	Volleybal 2-2	100	95	d	
	17	Terugslagspelen	Racketachtige spelen	2	Badminton tegen elkaar 1-1	100	95		
	20	Springen (tur)	Vrije sprongen	3	Salto voorover gehurkt vanaf verhoogd vlak	115	108	d	x
	r4	Bewegen regelen	Scheidsrechteren	*	Bij terugslagspelen				

Vaksectie College de Heemlanden in Houten over het werken met het Kompas:

Binnen onze vaksectie zijn wij vooral heel enthousiast over het proces. We hebben alle leerlijnen weer eens tegen het licht gehouden en stonden open voor de soms toch wel verschillende inzichten en meningen in de sectie. Daarnaast bleek dat een aantal leerlijnen nog onvolledig was of juist te gedetailleerd.

De verdeling per domein - zoals spel, turnen en atletiek- werd veel inzichtelijker door het invullen van het Kompas bewegingsonderwijs.

Zo werd duidelijk dat we naar verhouding veel turnen aanbieden.

Het was goed om hiervan bewust te worden.

Zeer boeiend waren de video-opnames van onze eigen lessen en de daaruit voortvloeiende discussies.

Voor onze vaksectie is het volgende doel om eigen filmpjes toe te voegen aan de leerlijnen in het Kompas bewegingsonderwijs, aangezien onze kernactiviteiten niet allemaal aansluiten bij die van Basisdocument in beeld.

bewegen en bewegen beleven (zie figuur 1). In dit tabblad legt de vaksectie haar thema's vast en verdeelt zij de beschikbare lestijd over de thema's. De thema's zijn gekoppeld aan tussendoelen. Vervolgens kiest de vaksectie voor een of meerdere kernactiviteiten per thema.

Kernactiviteiten zijn de bewegingsactiviteiten waarvan de vaksectie overeengekomen is ze in het programma op te nemen, bijvoorbeeld een spelactiviteit op de sportdag of een bepaalde sprong bij turnen. Kernactiviteiten worden door de vaksectie gebruikt als 'meet- en vergelijkactiviteiten' om te bepalen wat de leerlingen hebben geleerd. Het zijn de ijkpunten op de leerlijnen. Periodeplannen verschillen in het aantal uitgewerkte kernactiviteiten. Hoe meer kernactiviteiten zijn vastgelegd, hoe meer bewegingsactiviteiten van het programma door de vaksectie zijn vastgelegd.

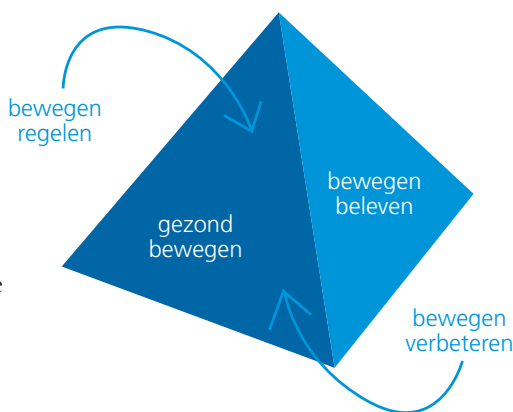
In het tweede tabblad *Periodeplan* plant de vaksectie in welke leerjaren en in welke periodes zij de thema's met kernactiviteiten wil uitvoeren. Het periodeplan zorgt voor een reële verdeling over de beschikbare lestijd en voor samenhang tussen de thema's.

In de overige tabbladen staan suggesties voor kernactiviteiten en tussendoelen. In het derde

tabblad *Kernactiviteiten BD* staan alle kernactiviteiten uit het basisdocument. In het vierde tabblad *Verwante activiteiten SV* staan voorbeelden van kernactiviteiten die zijn aangereikt door diverse scholen. In beide tabbladen zijn links opgenomen naar filmpjes met deelnameniveaus, afkomstig van de website *basisdocumentinbeeld.slo.nl*.

Het vijfde tabblad *Tussendoelen* beschrijft per thema de deelnameniveaus van leerlingen (zie een voorbeeld van doelspelen in figuur 2). Vanuit het eerste tabblad *Themaplannen* kan eenvoudig worden gelinkt naar deze tussendoelen. De tussendoelen komen inhoudelijk overeen met de rubrics uit *Basisdocument bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs*, maar zijn korter en bondiger beschreven. Bij de deelnameniveaus zijn drie niveaus onderscheiden: rookie, expert en master. Dit komt overeen met basis, vervolg en gevorderd. Het zorgniveau is niet beschreven.

Naast de deelnameniveaus als referentiekader voor de vaksectie zelf, kunnen docenten de tussendoelen voorleggen aan hun leerlingen. Dat kan bijvoorbeeld door de tussendoelen of filmbelden digitaal te projecteren. De leerlingen krijgen dan perspectief op wat zij zouden kunnen leren. Daarmee is de planningstool ook functioneel bij de formatieve evaluatie. Ten slotte biedt het zesde tabblad *Leerlijnen + Kernactiviteiten* een totaaloverzicht.



▲ **Figuur 2.**
Tussendoelen

◀ **Figuur 1.** Vier kwaliteits sleutels van het basisdocument vo

◀ **Figuur 3.** Voorbeeld van College de Heemlanden: kernactiviteiten periode C, leerjaar 1 en 2.

B	V	G	2	les	Kernactiviteit	1 ^e	2 ^e	d	Z	B	V	G
			C	1	Shuttle Run test							
x	x	x		4	Streetdance 4x8 + 4x8 zelf	75	70	d	x	x	x	x
				3	Basketbal 4-4 met 1/2 veld met RvA							
				2								
x	x	x		2	Volleybal 4-4 (Of 3-3)	102	97	d	x	x	x	x
				2	Badminton tegen elkaar 2-2	102	98					
x	x	x		3	Kast tipsalto (mrg)				x	x	x	x
				*	Bij basketbal							
				17								

Zorg

- globale tijdsverdeling van leerlijnen, geen kernactiviteiten

Basis

- tijdsverdeling en kernactiviteiten per thema

Vervolg

- + thema's en kernactiviteiten met beoogde deelnameniveaus (tussendoelen)

Gevorderd

- + evaluatie binnen vaksectie van gerealiseerde deelnameniveaus, bijvoorbeeld aan de hand van videobeelden, kernactiviteiten worden indien nodig bijgesteld

Vergevorderd

- + formatieve evaluatie van deelnameniveaus: aan het begin en tijdens de lessenreeks voorleggen van tussendoelen aan de leerlingen, bijvoorbeeld in de vorm van digitale beelden

▲ **Een voorbeelduitwerking**
Figuur 4. Scenario's voor programmaontwikkeling

Een voorbeelduitwerking

Figuur 3 geeft een voorbeelduitwerking weer van het *Kompas bewegingsonderwijs* van College de Heemlanden: de planning van een school in periode C (kerstvakantie tot voorjaarsvakantie) van leerjaar 1 en 2. Het totaal aantal lessen in deze periode is respectievelijk 16 en 17. De kernactiviteiten waarvan de lessen met blauw zijn gemarkeerd, worden in deze periode beoordeeld. Voor bewegen op muziek, doelspelen (leerjaar 1), terugslagspelen en springen is gekozen voor een kernactiviteit uit *Basisdocument bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs*. Deze kernactiviteiten zijn gelinkt naar filmpjes van de website *basisdocumentinbeeld.slo.nl*. In het schema wordt bij deze kernactiviteiten steeds verwezen naar de paginanummers van *Basisdocument bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs* (1^e en 2^e druk), zodat de docent de kernactiviteit snel kan opzoeken. Bij duurlopen en bij doelspelen in leerjaar 2 heeft de school gekozen voor een eigen kernactiviteit. In periode C is de rol van scheidsrechter een sterthema zonder aparte onderwijstijd. Leerlingen vervullen de rol van scheidsrechter tijdens terugslagspelen (leerjaar 1) en doelspelen (leerjaar 2).

Ervaringen van scholen met Kompas bewegingsonderwijs

SLO heeft het Kompas uitgetoetst met drie docentengroepen: een netwerk van vijf vo-scholen van de KVLO-afdeling Leiden, en twee vaksecties van twee verschillende vo-scholen. De werkwijze was getrapd. Eerst

Contact

g.vanmossel@slo.nl

en twee vaksecties van twee verschillende vo-scholen. De werkwijze was getrapd. Eerst

Hoe werkt Kompas bewegingsonderwijs?

Download en open het Kompas-bestand van www.bewegingsonderwijs.slo.nl.

- 1 Open het tabblad *Themaplannen*
 - 1a Maak een thematijdsverdeling in het tabblad *Themaplannen*. Vergelijk deze tijdsverdeling met het advies van het basisdocument onderaan in dit tabblad.
 - 1b Vul de kernactiviteiten bij de thema's over de leerjaren in. Gebruik hierbij eventueel de kernactiviteiten uit het tabblad *Kernactiviteiten BD en/of Verwante activiteiten SV*. De kolommen met deelnameniveaus Z, B, V en G bieden de mogelijkheid om hyperlinks om te nemen naar filmpjes, bijvoorbeeld naar video's op www.basisdocumentinbeeld.slo.nl.
- 2 Open het tabblad *Periodeplan*
 - 2a Verdeel de gekozen leerlijnen/thema's/tijd/lessen/kernactiviteiten uit het tabblad *Themaplannen* over de periodes van het betreffende leerjaar. Door de thema's per periode op dezelfde rij te houden, blijft de doorlopende leerlijn over de leerjaren zichtbaar.
 - 2b Controleer of de lestijd in een bepaalde periode past en corrigeer indien nodig.

keken zij samen naar videobeelden van leerlingen en daarna werden afspraken gemaakt over de themaplannen en het periodeplan.

Bij de programmaontwikkeling is gekozen om te starten vanuit de eigen lespraktijk. De docenten uit de vaksectie hebben video-opnames gemaakt van een les LO van ongeveer tien minuten. Vervolgens werden daarbij zorgvuldig de bewegingsactiviteiten gekozen.

Tijdens het observeren van de videobeelden kregen de docenten de volgende vragen mee:

- 1 Welke deelnameniveaus onderscheiden we?
- 2 Wat zijn de deelnameniveaus van de individuele leerlingen?
- 3 Wat zijn de overeenkomsten en waarin verschillen de deelnameniveaus?
- 4 Waarin zouden bepaalde leerlingen zich kunnen verbeteren?
- 5 Is de kernactiviteit geschikt of kunnen we deze op bepaalde punten verbeteren?
- 6 Wat zijn de kernactiviteiten in de betreffende leerlijn?

Videobeelden als vliegwiel

Met de gezamenlijke vaksectie kijken naar videobeelden van leerlingen werkt heel inspirerend. Doorgaans kijkt de docent alleen naar zijn eigen leerlingen, met het oog van de meester. Tijdens de bespreking van de videobeelden was het interessant om van iedereen te horen waarin bepaalde leerlingen zich zouden kunnen verbeteren. Het ging dan niet alleen over bewegingsvaardigheden maar ook over hoe de leerlingen het bewegen beleven. Vinden alle leerlingen het uitdagend en hoe gaan ze met elkaar om? En wat is voor bepaalde leerlingen het toekomstperspectief? Waarin zouden zij zich kunnen ontwikkelen? Het bepalen van geschikte kernactiviteiten door de vaksectie was vervolgens nog maar een kleine stap. De vaksectie verdeelde zich in groepjes om bepaalde activiteitgebieden uit te werken en tijdens de volgende bijeenkomst aan elkaar voor te leggen.

Scenario's voor programmaontwikkeling

Tijdens het uitproberen van *Kompas bewegingsonderwijs* met de scholen kregen we ook steeds meer zicht op verschillende typen programmaontwikkeling. Ook daarin zijn niveaus te onderscheiden, zie figuur 4.

SLO is benieuwd naar vaksecties LO die hun programma hebben (door)ontwikkeld aan de hand van het *Kompas bewegingsonderwijs*, daarbij samen kijken naar videobeelden van hun leerlingen en hun programma daarop bijstellen. Mocht je een Kompasplan hebben, wij denken graag met je mee! ■

Paper van de maand



Al even uit, maar zeker nog lezenswaardig: Physical literacy in the United States. A model, strategic plan and call to action. In deze uitgave breekt het Aspen Institute voor onderwijs en beleid een lans voor een intensiever beleid gericht op fysieke geletterdheid. Fysieke geletterdheid wordt omschreven als het vermogen tot, het vertrouwen en de motivatie om levenslange fysiek actief te zijn. Voor een actieve leefstijl zou je ook kunnen zeggen. Vermogen verwijst dan naar bezit van fundamentele motorische vaardigheden en van conditie die het mogelijk maakt deel te nemen aan een verscheidenheid aan sporten en fysieke activiteiten. Dit is het resultaat van een combinatie van informeel spelen en het gericht leren van een breed scala van motorische vaardigheden. Vertrouwen is de persoonlijke overtuiging dat je kunt sporten of kunt genieten van andere fysieke activiteiten. Die ontwikkelt zich in situaties en door programma's waar mensen met uiteenlopende vaardigheid samen spelen, en door de steun en aanmoediging van ouders, verzorgers, coaches, teamgenoten en collega's. Motivatie behelst het intrinsieke enthousiasme voor fysieke activiteit, in georganiseerde dan wel informele vormen, traditionele en/of alternatieve sporten. Vroege positieve ervaringen die leuk zijn en aansporingen om het beste te bereiken leveren daaraan een belangrijke bijdrage. De schrijvers wijzen erop dat in de VS veel kinderen zich pas relatief laat motorische vaardigheden eigen maken. Zij presenteren daarvan de volgende figuur met een sleutelleeftijd waarna ingrijpen gewenst is.

Volgens het rapport zou het beleid zich erop moeten richten voor alle jongeren in de VS zodanige voorwaarden te creëren dat zij in hun 'middle school years' (bovenbouw PO) fysiek geletterd zijn, waardoor een actieve leefstijl wordt gestimuleerd. Daarbij wordt een sterk gedifferentieerde aanpak voorgestaan. Inzicht in de fysieke ontwikkeling van kinderen is de sleutel. Bij de meeste kinderen ontwikkelt de motoriek zich tijdens de vroege kinderjaren op een fenomenale manier, vlakt dit af in de middenbouw om dan weer in de leeftijd tussen 10 en 12 snel te rijpen. Voor elk leerjaar moet daarom met leeftijdsspecifieke normen worden gewerkt. Verder is wezenlijk te erkennen dat elk kind zich in een eigen tempo ontwikkelt. Bij fysieke geletterdheid gaat het dus minder om het bereiken van een bepaalde niveau ten opzichte van leeftijdgenoten, maar vooral om vroeg te starten en voortdurend progressie te realiseren ten opzichte van benchmarks gekoppeld aan de persoonlijke ontwikkeling. Het onderwijs gericht op fysieke geletterdheid moet worden ingericht als een proces volgens geslachts- en leeftijdgebonden doelen, rekening houdend met een verschillend ontwikkelingstempo tussen meisjes en jongens en zelfs binnen groepen leeftijdgenoten van hetzelfde geslacht. Het nagestreefde doel dat het rapport formuleert voor de VS is dat opvoedingsinstanties voor kinderen zich eind 2016 hebben gecommitteerd aan de integratie van principes fysieke geletterdheid in hun programma's. Ze worden aangemoedigd om in 2018 de benodigde plannen en opleidingen te hebben ontworpen en ze in 2020 ingevoerd te hebben. Een programma met enige ambitie voor een adviesorgaan.

Als achtergrondstudie voor dit advies is ook een internationale vergelijking gemaakt van het werken met het concept fysieke geletterdheid. Voortbordurend op het proefschrift van Niek Pot wordt geconstateerd dat dit concept in Nederland wel door NOC*NSF is omarmd, maar nauwelijks een rol speelt in het bewegingsonderwijs. Het advies geeft ons een kijkje in de Amerikaanse keuken, met interessante inzichten over motorische ontwikkeling, waarmee overigens in Nederland in de leerlijnen rekening is gehouden, maar een iets te stevig accent op fysieke activiteit als het zaligmakende panacee.

Jo Lucassen

Na 44 jaar is het klaar

Interview met Carole Sontrop-Schrijver



Op donderdag 15 oktober nam ze officieel afscheid van haar vakcollega's: Carole Schrijver. Na 44 jaar gymjuf te zijn geweest, vond ze het op 1 september welletjes. De netwerkbijeenkomst in Amsterdam Noord, gehouden op obs de Klimop, de school waar ze de laatste zeventien jaar had lesgegeven, was de ideale gelegenheid en plek om dat te doen.

TEKST EN FOTO'S HANS DIJKHOFF

Voor we aan het interview beginnen klautert Carole Schrijver op de kast om gewillig te poseren. Je gelooft het niet maar we hebben te maken met iemand die 44 jaar van haar leven in de gymzaal heeft gewerkt en nu met pensioen is gegaan.

Grote wens

Haar ouders vonden het geen goed idee dat hun dochter naar de ALO wilde gaan. Als je iets zou overkomen, kon je alleen nog maar naar kantoor en dat was niets voor hun kwikzilverachtige dochter. Word maar lekker onderwijzeres, in die tijd een baan waar tegenop werd gekeken. Zelf zag ze de lichamelijke opvoeding toch nog steeds zitten. Ze deed direct na de Kweekschool de opleiding Akte J (tweedegraads akte LO die nu niet meer bestaat). Dat betekende naast je baan op maandagavond naar school voor de theorie en op woensdagmiddag en zaterdag naar het veld, de atletiekbaan of de zaal. Carole stond nog geen dag gewoon voor de klas. "Het was best een zware opleiding zo naast je baan.

Overdag de hele dag fysiek bezig en dan ook nog eens in de avonduren en op zaterdag maar je wilde het en had het er ook voor over. Ik zat in de groep met onder andere Co Adriaanse die allemaal wel een bepaalde drive hadden en dat trok je er wel doorheen."

Wat zijn de verschillen tussen vroeger en nu?

"Ze zeggen dat de kinderen vroeger anders waren dan nu. Het zal allemaal wel maar je groeit er ook in mee zeker als je vijf dagen per week met kinderen werkt. De kinderen van nu zijn mondiger en ook kritischer maar ook sneller afgeleid. Misschien dat ze vroeger handzamer waren. Je knipte en het was stil. Daar moet je tegenwoordig meer moeite voor doen. Ik heb het liever over de overeenkomsten. Kinderen blijven altijd kinderen; zijn altijd blij en enthousiast op de basisschool. Ze zijn heel blij als ze gym hebben. De kinderen moeten wel meer beziggehouden worden dan vroeger; toen waren ze met alles tevreden. Tegenwoordig moet je er wel wat van maken. Maar nogmaals je groeit erin mee en dat gaat dan ook." Bijscholingen heeft Carole altijd trouw gevolgd. "Alleen de laatste jaren heb ik de cursussen met minitrampspringen maar aan me voorbij laten gaan. Tot het laatste moment deed ik alles zelf voor. Fysiek zit ik goed in elkaar. En je past je ook aan. Ik heb al jaren heel leuke stagiairs van de ALO en ik heb natuurlijk mijn mond want daar mankeert helemaal niets aan... Evenals mijn ogen, want ik heb kinderen die zeggen: "Oh kijk uit haar ogen..., ze wordt boos". Dus daar hoefde ik fysiek niets voor te doen."

Wat was voor jou het leukst in al die jaren dat je hebt lesgegeven?

"Tja, van huis uit ben ik turnster maar om nu te zeggen dat ik dat het leukst vond. Het mooiste was de zaal volbouwen en in groepen aan het werk gaan. Dat is overigens iets van de laatste twintig jaar. Daarvoor werd er niet op die manier gewerkt. Toen werkte je vrij klassikaal met een inleiding, een aanlerend en een afsluitend gedeelte. Wel heb ik altijd voor afwisseling gezorgd. Dan weer in groepen daarna weer klassikaal, spellessen enz.. Dat kwam omdat ik het vak als geheel het mooist vind dat er is om in les te geven." Ik heb ook best wel een aantal oud-leerlingen die na de middelbare school naar



de ALO zijn gegaan. Ook stagiairs die ik in de klas heb gehad.

Dan komt de directeur de zaal binnen om Carole op te halen. Ze willen met het officiële gedeelte beginnen. De vakgroep uit Amsterdam Noord heeft een bijeenkomst. Daar mag Carole haar zegje nog eens doen en wordt ze in de bloemen gezet.

In haar verhaal vertelt ze dat de laatste periode best zwaar is geweest. Ze had ze sinds zes jaar weer een partner waarmee ze samen ging wonen in Purmerend in 2009. Carole trouwde en samen verhuisden ze in 2011 naar Friesland met het idee om daar samen een mooie tijd te hebben na haar pensionering. Door-de-week sliep ze bij een collega om haar vak te kunnen blijven uitoefenen. En dat pendelen vond ze best lastig. Iedere zondag weer met de trein vanuit Friesland naar het westen gaat je niet in de koude kleren zitten. Toen sloeg het noodlot toe. Haar partner werd ziek en is onlangs gestorven. Daar zit je dan in je eentje in Friesland.

Dan blijkt haar veerkracht. In plaats van bij de pakken neer te gaan zitten, werd ze lid van o.a. de tennisvereniging in haar dorp en ging verder netwerken. Want, zoals ze zelf zegt: "De donkere dagen komen eraan en dan moet ik in die relatief nieuwe omgeving wel wat omhanden hebben anders verpieter je". En daarin toont zich de mensenmens die ze is. We wensen haar een gelukkig pensionadobestaan.

Overigens vroeg ze zichzelf wel iets af. Is ze met haar 44 dienstjaren als docent LO de langst werkende in Nederland geweest? Daarom bij dezen onze oproep. Kennen jullie collega's die langer dan 44 jaar en tot aan hun pensioen actief zijn geweest als docent LO? Geef het aan ons door: redactie@kvlo.nl ■

In mei 1971 is Carole begonnen met een invalbaan op de Dongschool; daarna op de Burgemeester Fockschool (later Slotemeerschool) voor een jaar; toen de Albert Cuypschool voor achtenhalfjaar waarvan het laatste jaar daar in de ochtend en in de middag op Nellestein, een heel nieuwe school bij de Gaasperplas. Die school groeide en daar is ze negentien jaar aan het werk geweest. Vervolgens in Amsterdam Noord op twee scholen terechtgekomen: de vroegere Floraschool, nu dus de Klimop, en op de Piramide waar Carole zeventien jaar heeft gewerkt. En nu per september 2015 is ze met pensioen.

Contact

hans.dijkhoff@kvlo.nl

Vakwerkplan

in juridisch perspectief

Het vakwerkplan is het resultaat van een planning vanuit een visie op ons vak. We weten dan hoe we in de praktijk aan het werk moeten. Het is de legitimering voor ons werk. Het vakwerkplan heeft ook nog een 'andere kant' en die wordt in dit artikel beschreven. Het juridisch perspectief.

TEKST MR. SANDRA ROELOFSEN FOTO ANITA RIEMERSMA

In het beroepsprofiel voor leraren LO zijn de bekwaamheidseisen opgenomen die worden gesteld aan leraren LO. Een van die bekwaamheidseisen is 'vakdidactische bekwaamheid':

"Om vakdidactisch bekwaam te zijn zorgt de leraar lichamelijke opvoeding voor het plannen, realiseren en evalueren van krachtige leeromgevingen in bewegings- en sportsituaties voor de groepen waarmee hij werkt en voor individuele leerlingen..."

Om te voldoen aan deze bekwaamheid moet de leraar het volgende doen: *hij maakt jaarplannen en een vakwerkplan die aansluiten en passen binnen de vastgestelde eindtermen en kerndoelen voor lichamelijke opvoeding op school¹.*

Waarom is dit onderdeel van de bekwaamheidseisen, het kunnen opstellen van een vakwerkplan, voor leraren LO juridisch ook van belang?

Als er een ongeval plaatsvindt in de les LO en de school en een leraar worden aansprakelijk gesteld voor de schade, kan het vakwerkplan een richtinggevende rol spelen.

Rechtszaak 1

Bij de rechtbank Haarlem speelt in 2006 de volgende zaak: een school wordt aansprakelijk gesteld door de ouders van een leerlinge die tijdens een les hordelopen vervelend ten val komt, haar been op meerdere plaatsen breekt en daarna lange revalidatie nodig heeft. De rechtbank moet de volgende vraag beantwoorden:

Is de leerkracht bij het leidinggeven, gelet op alle omstandigheden van het geval, tekortgeschoten in de zorg die van haar jegens de leerlingen van de gymnastiek oefening kan worden gevergd? Met name komt het aan op de vraag of er bij het onderdeel hordelopen voldoende en passende voorzorgsmaatregelen zijn getroffen ter voorkoming of beperking van het

risico van een ongeval en de gevolgen daarvan.

De rechter stelt het volgende vast:

Het lesprogramma en de werkwijze binnen de lessen is vastgelegd in een zogeheten *vakwerkplan* dat de afspraken tussen de gymnastieklerkrachten bevat. Alle tien de gymnastiekdocenten van de school werken volgens dit plan. Ook het onderdeel hordelopen is opgenomen in het vakwerkplan en wordt aangeboden op de in het plan opgenomen wijze. De hordes staan bijvoorbeeld verder van elkaar af en zijn ingepakt met schuimrubber ter voorkoming van schade. Er vindt differentiatie naar niveau plaats en de volgorde van aanbieden en het arrangement kent een duidelijke, afgesproken structuur waarbij veel acht wordt geslagen op veiligheidsmaatregelen.

Tevens stelt de rechter vast dat deze wijze van werken al jarenlange praktijk is en nog nooit tot ernstige ongelukken heeft geleid.

Dat voert de rechter tot de conclusie dat, in het licht van de genoemde inrichting van het gymnastiekonderwijs (het vakwerkplan!) en de veiligheidsmaatregelen die de leerkracht heeft genomen, de kans op een ongeval niet zo groot was dat zij de bewuste oefening niet had mogen laten uitvoeren. De school is daarom niet aansprakelijk voor de schade die de leerling als gevolg van het ongeval heeft geleden. Met dank aan het vakwerkplan dat in de praktijk ook daadwerkelijk door de sectie gehanteerd wordt, stelt de rechter geen aansprakelijkheid vast.

Het op deze manier inzetten van een vakwerkplan kan natuurlijk alleen als dat plan ook bekend en goedgekeurd is door de werkgever, dat is dan ook een formeel vereiste. Dan kan het plan als richtinggevend instrument worden ingezet, bijvoorbeeld ook voor een verantwoording van de materialen die je nodig hebt in je lessen LO.





▲ **Weten hoe te handelen**

Rechtzaak 2

Bij de rechtbank in Almelo in 2011 speelt het volgende: nadat de les door de leraar is beëindigd valt een leerlinge vanuit de trampoline op de landingsmat en breekt haar arm. Zij stelt de school aansprakelijk voor het ongeval en de schade die ze oploopt.

Een van de elementen die de rechter moet beoordelen is of de afwezigheid van de leraar LO op het moment van het ongeval (de les was gestopt en de leraar liep naar de zaal ernaast) doorslaggevend is voor aansprakelijkheid. De rechter stelt daarvoor de vraag of de aanwezig-

pedagogisch klimaat. Hierbinnen valt ook de zelfstandigheid van leerlingen. Wel is van belang dat de leraar vooraf maatregelen neemt die zelfstandigheid creëren. Deze maatregelen zijn een proces en dit zal binnen een vakwerkplan (planningsdocument) inzichtelijk kunnen worden gemaakt."

De rechter volgt de deskundige hierin en geeft aan dat op deze school inderdaad een vakwerkplan is overlegd met daarin als onderdeel opgenomen het toewerken naar zelfstandigheid van leerlingen. De leraar mocht er gezien de omstandigheden en de sfeer in de les vanuit gaan dat zijn opdracht tot stoppen van de les opgevolgd werd en niet genegeerd werd; hij mocht deze zelfstandigheid van de leerling verwachten. Op grond van deze feiten en omstandigheden komt de rechter tot het oordeel dat er niet onzorgvuldig gehandeld is door de leraar en is de school niet aansprakelijk.

Een vakwerkplan geeft dus richting bij de juridische beoordeling van aansprakelijkheid, niet alleen voor welke bewegingsactiviteiten je aanbiedt (vakinhoud), maar ook *hoe* je die aanbiedt (vakdidactiek) en *welke* doelen je daar bij nastreeft in het kader van bijvoorbeeld hulpverlening, zelfstandigheid, bewegen leren regelen. Gebruik een vakwerkplan dus daadwerkelijk voor alle aspecten en onderdelen van de lessen LO en actualiseer het tijdig om ook nieuwe activiteiten te kunnen verantwoorden. ■

Het lesprogramma en de werkwijze binnen de lessen is vastgelegd in een zogeheten vakwerkplan dat de afspraken tussen de gymnastieklerkrachten bevat

Noot

1 Bax, H., Driel, G. van, Jansma, F., Palen, H. van der (2010), *Beroepsprofiel leraar lichamelijke opvoeding*. Zeist Jan Luiting Fonds ISBN: 978-90-72335-56-2

Contact

sandra.roelofsen@kvlo.nl

heid van een leraar bij gymoefeningen voorgeschreven is. De deskundige (een ALO-docent) die deze vraag voor de rechter moet beantwoorden stelt:

"De keuzes die leraren maken ten aanzien van bewegingsonderwijs leersituaties zijn afhankelijk van het



'Hoe kan ik nu ooit winnen'

In dit artikel valt te lezen hoe judo kan worden aangeboden, zodat leerlingen met diverse kwaliteiten en vaardigheden er blijvend aan mee kunnen doen en dat de docent bewegingsonderwijs niet zelf een zwarte band hoeft te hebben om ze een aansprekend aanbod te kunnen bieden. Er zullen geen technieken worden uitgewerkt, het uitgangspunt is 'randori' (oefen wedstrijd).

TEKST ENGBERT FLAPPER EN PAULINE FELLINGER

Startsituatie

Iedereen mee laten doen

Bij judo gaat het er om de ander onder controle te krijgen en vervolgens te houden. Daartoe kunnen leerlingen verschillende keer- en kanteltechnieken en houdgrepen gebruiken. Bovendien spelen aanvankelijk kracht en gewicht een bepalende rol om tot controle te komen of deze te voorkomen. In het bewegingsonderwijs is het daarom lastig judo zo aan te bieden dat ook echt iederéén in de klas (lengte, postuur, vaardiger en onbekend met judo) mee kan doen en ook blijvend mee kan doen. Als de lesgever geen maatregelen neemt, dan wint altijd de fysiek sterkere leerling en wordt het judoën in een heterogene groep niet lang onderhouden.

In beweging brengen en blijven

Een veelvoorkomende standaard *statische* startpositie is die waarbij de leerlingen op de knieën tegenover elkaar zitten en proberen elkaar in de houdgreep te krijgen, waarbij geringe speel mogelijkheden aanwezig zijn. Dit mondt vaak uit in een 'patstelling', er is geen voortgang meer in het

spel. Tevens zijn leerlingen dan geneigd elkaar recht naar achteren te duwen wat vervelende, pijnlijke situaties kan opleveren. Ook komt het regelmatig voor dat een leerling op zijn buik gaat liggen (verdedigt) en de ander hem niet om kan draaien. Een simpele regel dat je dan maar vijf seconden op je buik mag verdedigen en dan weer omhoog moet komen voorkomt deze patstelling.

Eenmaal in de houdgreep is op een gegeven moment de spanning van lukken/mislukken weg. Ontsnappen is bijna niet meer mogelijk. In die fase daaraan vooraf (tot de houdgreep komen) kunnen mooie interventies plaatsvinden, wanneer je beide deelnemers niet in dezelfde uitgangpositie laat starten.

Start situaties

Om deze diversiteit en machtsverschillen te nivelleren of zelfs wat op te heffen, zodat judo blijvend uitdagend is, maken we gebruik van verschillende ongelijke (dynamische) startposities. Hiermee trachten we de machtsverhoudingen



◀ *Beginnen met een andere startpositie*

tegen elkaar aan rollen begint de wedstrijd. Met enige creativiteit kunnen de leerlingen zelf ook startsituaties verzinnen.

Winnen verliezen relativeren

Door gebruik te maken van de factor geluk (toeval/het lot), buiten het judoën zelf om, geef je iedereen de kans een keer te kunnen winnen en geef je verliezers een externe reden waar ze hun verlies aan kunnen toeschrijven. Het blijkt dat kinderen dit een hele leuke manier vinden om bezig te zijn met judo. Immers of je nu wint of verliest daar kon je slechts deels zelf iets aan doen, de rest werd beslist door het lot.

Leerlingen kunnen (zoals binnen een gymles vaak het geval is) niet terugvallen op veel judotechnieken en speelmogelijkheden. De aangereikte (eenvoudige) technieken zijn vaak makkelijk te verdedigen of moeilijk toe te passen in het wedstrijdje. De ander heeft al snel in de gaten wat je van plan bent en kan dit makkelijk voorkomen.



▲ *Meer spelen, meer beleven*

weer enigszins te herstellen, of bij even sterke partners de zojuist omschreven patstelling (tegenover elkaar op de knieën) zoveel mogelijk te vermijden en judo langer achtereen boeiend en op gang te houden.

Enkele voorbeelden

- 1 Eén van beide leerlingen een koprol naar de ander toe laten maken. Zo gauw de rol over de helft is mag de ander, die erbij zit te wachten, beginnen met judoën. Het geeft zo een dynamische start, zonder dat de deelnemers in die patstelling geraken en het spelelement weg is.
- 2 Eén van de leerlingen maakt een koprolletje over de buik van de ander die op zijn rug ligt. Zodra het rolletje is ingezet begint het judoën.

In deze twee voorbeelden mag de fysiek minder sterkere leerling kiezen wie het rolletje moet maken. Zijn beide leerlingen even sterk dan laten we het lot bepalen wie het rolletje moet maken; we spelen hiervoor het bekende steen, papier schaar. Ook kunnen we de leerlingen achter elkaar zittend op de billen laten starten of over de lengteas naar elkaar toe laten rollen en zodra ze

Meer spelen, meer beleven, meer leren

De balans tussen oefenen en spelen moet doorslaan naar spelen. Hierin zit de beleving en hierin wordt het meest geleerd. Judo is meer dan een verzameling technieken (die toch niet werken).

Naast deze startsituaties zijn er ook regels te treffen en te verzinnen die er wederom voor moeten zorgen dat de ene leerling niet veel sterker in het spel blijkt en blijft dan de ander. Bijvoorbeeld de minst sterkere mag bepalen hoeveel tellen ieder de houdgreep moet proberen vast te houden. Als groepen al langer met elkaar werken en elkaar kennen en de zelfstandigheid hebben om *dealtjes* te sluiten, is deze maatregel goed te gebruiken. Wanneer twee leerlingen met elkaar judoën, mag de underdog kiezen welke kanteeltechniek of houdgreep de ander niet mag toepassen. Op de onderhandeling volgt een *deal* en een akkoord, waarna het spel kan beginnen. (De onderhandeling zelf is ook al een 'judospel'.)

In een vervolgartikel beschrijven we voorbeelden met oefenvormpjes over hoe je de werkwijze uit dit artikel kunt volgen en invullen. ■

Foto's:
Hans Dijkhoff

Contact:
e.f.flapper@windesheim.nl



Leerlingvolgsysteem en de samenhang met vakwerkplannen

Een stroomversnelling of een stroperige helling?

Vakwerkplannen slaan een brug tussen dat wat we op opschrijven over onze bedoelingen met het vak en dat wat we doen om de plannen uit te voeren in de lessen. Of dit ook gelukt is, is voor een groot deel terug te vinden in de leerlingvolgsystemen (lvs). Daarin houden we leerlinggegevens bij en een administratie van de gegeven lessen. Koppeling van lvs aan het vakwerkplan maakt van het vakwerkplan een dynamisch document.

TEKST MAARTEN MASSINK

In dit artikel zijn in kaders een aantal citaten opgenomen van het stuk van SLO 'Plannen van bewegingsonderwijs', hoofdstuk 11 uit Onderwijs in bewegen dat in 2011 is uitgegeven door Bohn Stafleu van Loghum, waar Ger van Mossel elders in dit blad aandacht aan besteedt.

Wat is een vakwerkplan?

Het proces van vakwerkplanontwikkeling is bedoeld om de belangrijkste inhoudelijke punten langs te lopen en er beslissingen over te nemen. Als het goed is, leidt dit tot een groter of kleiner product dat passend is

Totaal		klas 1 overzicht												
		aanwezigheid	speler	attentiek	coopertest	turnen	vak	Periode 1	inzet/zelfstandigheid	organisatie	samenwerking	periode attitude	periodecif	periode beoordeelnummer
	klas	0	100%	C	D	2025	0,0	C	v	v	v	v	3,1	RV
		0	100%	D	C	2600	0,0	C	v	v	m	v	2,9	RV
		0	100%	B	A	1600	0,0	B	v	v	v	v	2,7	V
1	A	0	100%	B	B	1600	0,0	B	v	g	g	v	3,2	RV
2	B	0	100%	B	B	1925	0,0	B	m	m	m	v	2,1	V
3	C	0	83%	C	B	1525	0,0	B	v	v	v	v	2,7	RV
4	D	0	100%	C	A	2625	0,0	C	m	m	m	v	2,5	V
5	E	0	100%	D	C	2200	0,0	D	v	v	v	v	3,3	RV
6	F	0	100%	D	D	1800	0,0	C	v	v	v	v	3,0	RV
7	G	0	100%	C	B	0	0,0	A	v	v	v	v	2,4	V
8	H	0	83%	B	A	0	0,0							
9	I													
10	J													

▲ Bij de kernactiviteiten staan het arrangement en de opdracht voor leerlingen omschreven. Bovendien omschrijft de vaksectie bij een aantal kernactiviteiten de beoogde deelnameniveaus van hun leerlingen. Zoals in het basisdocument VO met een verdeling van 40% op basisniveau, 30% op vervolgniveau, 20% op gevorderd niveau en 10% op zorgniveau. De eerdergenoemde basisdocumenten bieden docenten op die manier een referentiekader voor de kwaliteit van hun programma.

Attitude

Wat betreft de omgangsbekwaamheid en de regelvaardigheid (inzet/zelfstandigheid, organisatie, samenwerking) houden we op een tabblad bij wat een leerling per periode aan werkhouding laat zien. Ook hiervoor hanteren we rubrics. Bij een afsluitende activiteit geven leerlingen en docent feedback op deze aspecten van werkhouding die vakoverstijgend zijn. Omdat dit regelmatig terugkomt weten leerlingen wat er van ze verwacht wordt en kan er een ontwikkeling zichtbaar gemaakt worden.

Absoluut

Onder dit tabblad worden absolute gegevens per leerling in de klas bijgehouden. Bijvoorbeeld prestaties op coopertest, shuttle run test, 3000m loop, atletiekprestaties. Deze gegevens worden gebruikt in de volgende jaren om atletiekprestaties op persoonlijke maat te waarderen.

Sportdeelname

Hierin wordt bijgehouden aan welke sporttoeren een leerling meedoet, of hij aan sport doet buiten school.

Deze gegevens worden verzameld op een totaalblad waarop de rapportgegevens automatisch worden berekend. Eén keer invoeren van de gegevens levert meteen een overzicht op het totaalblad op qua aanwezigheid, deelnameniveau, attitude, en absolute gegevens en sportdeelname.

LVS en VWP

Samenvattend worden bij het uitwerken van een leerlijn de volgende stappen genomen:

- 1 Formuleer het centrale bewegingsprobleem of de hoofduitdaging van de leerlijn ('bewegen verbeteren').
- 2 Koppel de leerlijn aan een of meer ontwikkellijnen ('bewegen regelen', 'gezond bewegen' en/of 'bewegen beleven').
- 3 Bepaal respectievelijk de bewegings-, regel-, gezondheids- en/of belevingsthema's bij de leerlijn.
- 4 Bepaal de kernactiviteiten op de leer- en ontwikkellijnen.
 - 4.1 Omschrijven van arrangement en opdracht bij de kernactiviteiten.
 - 4.2 Bepalen van deelnameniveaus bij een of meer kernactiviteiten.

Wat kun je met deze leerlingvolgysteemgegevens in je vakwerkplan?

Er moet overeenstemming zijn in je sectie over de kernactiviteiten die aanbod komen in je programma. Dit komt voort uit je vakwerkplan en staat in een programma overzicht.

De ontwikkeling van de deelnameniveaus wordt bepaald in een afsluitende situatie waarin de kernactiviteit staat beschreven met de deelname niveaus.

PER	DOMEIN	ACTIVITEIT
1	Atletiek	Coopertest 12 minuten loop waarbij je wordt beoordeeld op de tempolopen en de afstand (2:1).
	Spel	Voetbal Je verbetert je vaardigheid in (niveau)groepen. Je speelt 4:4 op twee doeltjes per team.
	Spel	Korfbal Korfbal is de manier om te leren samenspelen. Er wordt monokorfbal gespeeld met recht van aanval. Je speelt 4:4.
	Spel	Badminton Je leert de beginselen van het enkelspel. Je leert techniek en tactiek, zodat je op het juiste niveau deelneemt aan het badmintontoernooi.
	Reflectie	Je geeft feedback op de afgelopen periode.
2	Spel	Basketbal Je leert de beginselen van het basketbal. We spelen in heterogene en homogene groepen met recht van aanval en beschermd balbezit. We spelen maximaal 4:4 op één of meerdere baskets (doelkansen vergroten). Accent op samenspelen.
	Spel	Volleybal Je gaat 2:2 spelen. Accent ligt op het bovenhands spelen op 4 niveaus. Samen met je teamgenoot, probeer je tot een spel te komen. Je wordt op je vaardigheid en samenspel beoordeeld.
	Turnen	Ringen/trapeze/tumbling/trampoline/acrogym/freerun Je werkt van het ene naar het opvolgende niveau toe. Er worden activiteiten aangeboden, waardoor je in staat wordt gesteld aan het turn/freeruntoernooi deel te nemen.
	Zelfverdediging	Judo De beginselen van het judo worden je aangeleerd. Je leert elkaar uit balans te brengen vanuit vriendsjudo (op de knieën).
	Spel	Zaalhockey Je leert de basisvaardigheden van het hockeyen. Je wordt beoordeeld op het toepassen van de spelregels, je vaardigheid en betrokkenheid (samenspel) bij het spel. Je wordt gecoacht door je klasgenoten. Je speelt 4: 4 op twee doeltjes (doelkansen vergroten).
	B&M	Dans In kleine groepjes leer je jezelf een voorgeschreven dans. Daarna mag je het dansje aanpassen en verzinnen jullie nog een aantal tellen erbij. Deze dans presenteer je aan de klas. Je wordt o.a. beoordeeld op je creativiteit en ritmegevoel.
	Atletiek	Atletiek vijfkamp Je oefent en coacht elkaar op de volgende disciplines: hoogspringen, verspringen, kogelstoten, 60 meter sprint, 2000 meter. Je wordt beoordeeld op je verbetering tijdens de lessen en je eindresultaat tijdens de vijfkamp. Het coachen tijdens de les wordt ook beoordeeld.
PER	DOMEIN	ACTIVITEIT
	Gezondheid	Conditie Je maakt kennis met verschillende conditiecircuits. Aan de hand van je hartslag doe je de shuttle run test. Hierdoor krijg je inzicht in je algehele conditie. Je reflecteert schriftelijk op je gezondheid.
	Reflectie	Je geeft feedback op de afgelopen periode.
3	Spel	Rounders Je leert de beginselen van het internationaal spel rounders. Dit spel zit tussen slagbal en softbal in. Je speelt op alle posities en je wordt beoordeeld op je vaardigheid, tactisch spel als slagman/loper en betrokkenheid in het spel.
	Spel	Frisbee De beginselen van het frisbee worden je aangeleerd. Je vaardigheid en betrokkenheid in het spel worden beoordeeld.
	Atletiek	Balwerpen Een softbal wordt vanuit stand of met een drie-pas weggeworpen. De afstand wordt gemeten en je techniek maken onderdeel uit van je beoordeling. Dit wordt eventueel vergeleken met het werpen van een handbal.
	Atletiek	Triatlon Je gaat trainen om deel te nemen aan de triatlon. Dit is 1/10 van de hele triatlon en dat houdt in 380 meter zwemmen, 18 km fietsen en 4,2 km hardlopen. Je wordt beoordeeld op je inzet tijdens de lessen.
	Reflectie	Je geeft feedback op het afgelopen jaar.

▲ Programma klas 1

Met deze gegevens kun je bepalen of leerlingen in voldoende mate voldoen aan de kerndoelen. Dit kan aanleiding geven tot herziening van je programma. Komen de activiteiten wel voldoende uit de verf. Besteden we niet teveel of te weinig aandacht aan bepaalde activiteiten? Is het programma niet te vol? Komen alle activiteiten wel aan bod die we zouden moeten aanbieden volgens de kerndoelen.

Een goed LVS geeft de mogelijkheid discrepanties op te sporen tussen beoogd curriculum en gerealiseerd curriculum. Dit kan aanleiding zijn voor

aanpassing van het vakwerkplan. Ieder tabblad kan aanleiding zijn tot verschillende conclusies. Enkele voorbeelden:

Aanwezigheid

Zijn alle lessen wel gegeven. Hoe zit het met het lesuitval? Hoe zit het met de aanwezigheid van de leerlingen (blessures, kleding vergeten...), zijn de activiteiten voldoende aan bod gekomen volgens plan?

Niveaus

Zijn de kernactiviteiten volgens plan afgenomen



SPEL

KLAS 1 Onderdeel: voetbal 1

Spel: 4 tegen 4 met scoren op twee/drie doelen per team.

Naam:		Omcirkel (A,B,C,D) wat van toepassing is voor jou
		Voetbal
		Ik ...
A	loop (wandelen) mee met het spel of sta stil, en speel de bal ongericht weg, doe geen doelpogingen, loop bij balverlies niet mee terug in de verdediging.	
B	loop vrij en speel de bal gericht over, krijg af en toe doelmogingen, loop bij balverlies mee terug in de verdediging.	
C	loop vrij op snelheid en speel gericht over met 1-2 combinatie, doe regelmatig doelpogingen, loop bij balverlies mee terug tussen bal en eigen doel.	
D	loop vrij met versnellingen, speel gericht op 1-2 combinatie, schep veel doelmogingen en speel deze goed uit, speel dienstbaar, loop bij balverlies tussen bal en eigen doel en geef rugdekking.	

Naam: Omcirkel (o-m-v-g) wat van toepassing is voor jou.

Hoe verliep het klaarzetten, opruimen en opstarten spel? Welk niveau past bij jou?

- O:** Ik help zelden mee en vervel anderen tijdens het klaarzetten en/of opruimen.
- M:** Ik help mee na aansporingen. Ik doe alleen wat mij gevraagd wordt.
- V:** Na instructie ga ik direct klaarzetten/opruimen. Ik kijk of ik anderen kan meehelpen.
- G:** Ik ga voor de les helpen klaarzetten/opruimen en ik spoor anderen snel te beginnen.

Hoe verliep de samenwerking binnen het team?

- O:** Ik betrek niet iedereen (inactief OF s speel niet naar anderen)
- M:** Ik kan meer overspelen; soms speel ik een beetje ego
- V:** Ik speel voldoende samen en geef scoringskansen
- G:** Ik speel goed samenspel, betrek iedereen bij het spel en coachen positief.

Hoe was jouw inzet / zelfstandig werken bij het onderdeel voetbal van de afgelopen periode?

- O:** Ik kon niet zonder toezicht/aansporing van de docent actief blijven. Ik wisselde vaak.
- M:** Ik moest mezelf blijven stimuleren aan de gang te blijven.
- V:** Ik bleef betrokken bij de activiteit.
- G:** Ik begon direct en bleef actief tot het einde. Ik werkte enthousiast en stimulerend.

▲ *Duurlopen in een constant tempo*

▼ *Schema deelnameniveau voetbal en attitude aspecten klas 1*

resultaten bij fitheidstesten, deelname aan sporttoernooien en buitenschools sporten. Wat doen we daar mee?

Ten slotte

Een vakwerkplan en een leerlingvolgsysteem kunnen elkaar ondersteunen. Sterker nog, het bijstellen van een vakwerkplan wordt zinvol en krijgt betekenis als het gebaseerd is op leerlinggegevens en gegeven lessen en de behaalde resultaten. Dit vraagt een effectieve administratie en administratiediscipline. Dat betekent een systeem opzetten waarin na iedere les een aanwezigheid wordt vastgelegd en bijgehouden in samenhang met de gegeven lessen. Tevens het bijhouden en duiden van de deelnameniveaus van leerlingen en hun attitude (inzet/zelfstandigheid, organisatie, samenwerking). Niet iedere les maar per afsluitende activiteit/periode.

Deze gegevens kunnen aanleiding geven tot zinvol vakgroep-overleg over bijstelling van het vakwerkplan en daarin het programma, de leerlijnen en de kernactiviteiten en de te geven lessen. Daarbij is het leerlingvolgsysteem het vliegwiel die voor de dynamiek zorgt in de vakwerkplanontwikkeling. ■

en de deelnameniveaus vastgesteld? Geven de deelnameniveaus aanleiding tot bijstelling van het programma (zie percentages uit het citaat)? Wat is goed, wat kan meer aandacht krijgen en wat kan minder, wat moet anders?

Attitude

Welk attitude aspect levert bij welke kernactiviteit de beste informatie. Bijvoorbeeld bij zelfverdediging veel aandacht voor samenwerking, bij spel voor organisatie, bij atletiek meer accent op inzet. Worden ontwikkelingen bij leerlingen zichtbaar? Waar liggen kansen in het programma om bepaalde attitudeaspecten beter te profileren? Welk attitude aspect verdient extra aandacht bij bepaalde klassen en hoe gaan we dat aanpakken.

Absoluut

Geven absolute gegevens aanleiding tot opmerkingen over gezondheidsontwikkeling of de ontwikkeling van een sportidentiteit? Bijvoorbeeld

Foto's:

Anita Riemersma

Bron:

Mossel, G. van (2011). Plannen van bewegingsonderwijs. In: H. Stegeman, B. Brouwer & C. Mooij (red.). *Onderwijs in bewegen*. Houten: Bohn Stafleu.

Contact:

m.massink1@upcmail.nl



Tchoukbal interessant voor onderwijs

De verschillende sportbonden plaatsen regelmatig informatie op de site die voor LO docenten interessant kan zijn en te gebruiken is in de lessen. Nu besteden we aandacht aan een leermiddel van de NHV (Nederlands Handbal Verbond). Hierin geeft Nicolien de Wit een opbouw van het spel Tchoukbal als kennismaking met handbal.

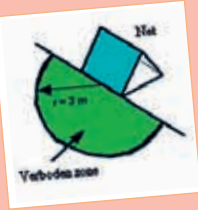
(REDACTIE MAARTEN MASSINK)



Kennismaken met Handbal via het Tchoukbal

Inmiddels is bekend dat handbal een aantrekkelijk spel is voor het (basis) onderwijs. Handbal wordt daarom op vele scholen met succes geïntroduceerd in een serie sportkennismakingslessen. De uitgewerkte lessen slaan een brug tussen het bewegingsonderwijs in de school en de trainingen in de handbalvereniging, waar de jeugd zich verder kan ontwikkelen in het handbal.

Het Tchoukbalspel heeft veel overeenkomsten met het handbalspel en vormt een welkome aanvulling op de sportkennismakingslessen.



Bij het officiële spel zijn alle agressieve elementen zoveel mogelijk verwijderd. Het officiële spel, zoals het in 1970 werd gespeeld, heeft een veldafmeting van 40 x 20 meter. Rond de doelen wordt een halve cirkel getrokken met een straal van 3 meter. Elke ploeg bestaat uit een mix van jongens en meisjes met in totaal 9 deelnemers per ploeg. De bal die men gebruikt is dezelfde als bij het handbal. De bedoeling is dat een speler van partij A de bal zodanig tegen één van beide doelen werpt, dat



de terugkaatsende bal niet door een speler van partij B kan worden gevangen. Als de bal buiten de cirkel en binnen het veld op de grond komt is het een punt.

Tchoukbal volgens moderne regels een middel voor kennismaking en training

Tchoukbal is een spel dat ingezet kan worden om kennis te maken met de diverse elementen van het handbalspel. Zowel technisch, tactisch als conditioneel zijn er nogal wat overeenkomsten met ons eigen handbalspelletje waardoor het een uitdagende en afwisselende invulling aan de handbaltraining kan geven. Met een aantal variaties op het oorspronkelijke spelidee komen we tot een moderne versie van het Tchoukbal. Op de volgende bladen vindt u de uitleg over het spel en een aantal voorbereidende spel- en oefenvormen.

Namens het NHV
Pierre Jansen
Nicolien de Wit

Tchoukbal basisprincipe van het spel
Het woord Tchouk is een klanknabootsing van het geluid dat een geschoten bal tegen het reboundnet maakt. Het spel wordt getypeerd als een combinatie van het Spaanse pelota en handbal.

Inhoud

Pagina 1: Kennismaken met Handbal via Tchoukbal

Pagina 2: Organisatievormen

Pagina 3 t/m 6: Voorbereidende oefeningen

Pagina 7 t/m 8: Spelvormen

Pagina 9: Het Tchoukbalspel in herziene versie

Pagina 10: Differentiatie en variatie

Materiaal: 2 Tchouks, 20 markeerstrips, 12 Tchoukballen, 2x 8 hesjes



Spelvormen als voorbereiding op het Tchoukbal

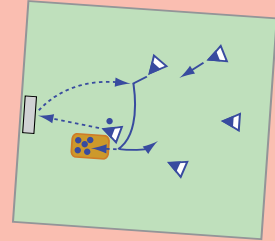
Hou je veld schoon

Organisatie

De werper staat voor de Tchouk met naast hem een bak met ballen. Achter hem staan de vangers.

Verloop

Via de Tchouk worden de ballen één voor één achter in het veld geworpen. De andere spelers, vangers, proberen de bal (len) zo snel mogelijk te vangen en terug in de bak te leggen. Na een van te voren afgesproken tijdsduur wordt het spel stopgezet. Hoeveel ballen liggen er in het veld?



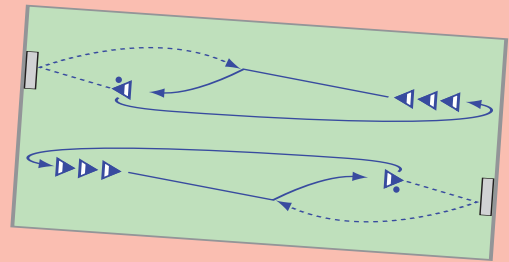
Vang de bal (1)

Organisatie

De werper staat voor de Tchouk. Achter hem staat een rij met vangers.

Verloop

Via de Tchouk wordt de bal in het veld geworpen. De eerste speler uit de rij probeert de bal direct te vangen. De werper sluit achteraan in de rij en de vanger wordt werper. Elke direct gevangen bal is een punt. Wie heeft het eerst 5 punten verdiend?



In het onderwijs is Tchoukbal een interessant spel dat gebruikt kan worden als zelfstandig doelspel of als voorbereiding op of variant van handbal.

Op internet zijn er meerdere sites te vinden over de verschillende speelwijzen. Bijvoorbeeld:

- <http://www.sports-media.be/index.php/beeldbank/image/626-tchoukball-een-werwend-kaatsspel#fwgallerytop>
- <http://www.leswiki.nl/bewegingsonderwijs/tjoekball>
- <https://www.youtube.com/watch?v=ZsU4DEgrnA>
- https://www.youtube.com/watch?v=9N8Ke_f46pw
- <https://www.youtube.com/watch?v=kkHGO3pLMIE>

Er zijn variaties mogelijk in balbehandeling:

- niet lopen met de bal en met beschermd balbezit
- gebruik maken van de loopregel van handbal (3 pas zonder stuit en 7 pas met stuit, en tippen)
- met alleen een 3 pas
- met maximaal drie keer over spelen
- met of zonder tippen

En er zijn variaties in de wijze van scoren op één of twee Tchouks:

- scoren op een Tchouk van de tegenpartij (iedere partij verdedigt zijn eigen Tchouk)
- scoren op beide Tchouks is mogelijk door beide partijen maar je mag niet twee keer achter elkaar op dezelfde Tchouk een poging doen. Dit mag wel nadat je eerst de middenlijn gepasseerd hebt en dan weer terug keert.



Spelvormen als voorbereiding op het Tchoukbal

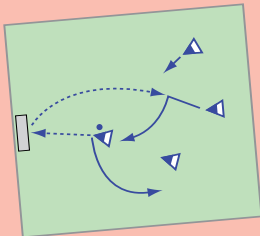
Vang de bal (2)

Organisatie

De werper staat voor de Tchouk. Achter hem staan de vangers.

Verloop

Via de Tchouk wordt de bal in het veld geworpen. De spelers/vangers achter de werper proberen de bal direct te vangen. De werper wordt vanger en de vanger wordt werper. Elke direct gevangen bal is een punt. Wie heeft het eerst 5 punten verdiend?



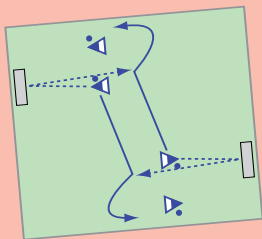
Vang de bal (3)

Organisatie

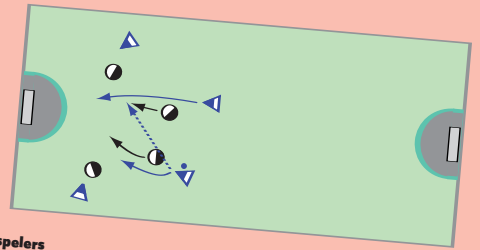
Er staan 2 Tchouks diagonaal tegenover elkaar. Voor elke Tchouk staat een speler met bal. Het veld tussen de beide spelers die voor de Tchouks staan is vrij. De andere spelers staan aan de zijkant van het veld.

Verloop

Via de Tchouk werpen de beide spelers de bal gelijktijdig. Het is de bedoeling om de terug kaatsende bal van de andere speler direct te vangen. Elke direct gevangen bal is een punt. Wie heeft het eerst 5 punten verdiend?



Het Spel Tchoukbal



Het veld en spelers

Het spel kan gespeeld worden op een veld van 20 x 10 meter. Ook de gymzaal zoals bij de meeste scholen aanwezig leent zich goed als veldafmeting. Rond het Tchoukbalframe wordt een halve cirkel getrokken met een straal van 3 meter. Het spel komt het meest tot zijn recht als elke partij met 4 spelers speelt.

Het spelidee

Een punt is gescoord als een medespeler van de werper de terug kaatsende bal vangt. De tegenspeler moet dit dus zien te voorkomen (zonder lichamelijk contact) en de bal zelf vangen.

Hoe begint het spel?

Een speler speelt de bal vanaf de doellijn (naast de Tchouk) naar een medespeler. Na een doelpunt legt de speler van de scorende partij de bal direct op de grond waarna het spel hervat kan worden door de andere partij.



Variaties in scoren met of zonder vangbal:

- scoren door de bal, in de Tchouk gegooid, zelf te vangen of door een teamgenoot te laten vangen buiten de cirkel (3 meter)
- scoren door de bal zo te gooien dat de bal na de kaats buiten de cirkel op de grond komt. De tegenpartij moet dat voorkomen door te vangen.

Soms zijn er combinaties van bovenstaande regels mogelijk. Het wordt gespeeld in kleine groepen, vier tegen vier of vijf tegen vijf.

Foto

Anita Riemersma

In een lesopbouw beschrijft Nicolien hoe het spel en het gooien in de Tchouk geoefend en voorbereid kan worden en welke speelwijze er wordt gekozen. Zie ook de site van NHV:

http://www.handbal.nl/userfiles/tchoukbal_NHV.pdf ■

Inspelen op motieven van leerlingen (2)

Verschijningsvormen in de praktijk

In de vorige uitgave, Lichamelijke Opvoeding 9, is ingegaan op de visie van de HAN ALO, welke inspeelt op beweegmotieven van leerlingen (van Lith, 2015). Met behulp van voorbeelden van de verschijningsvormen (VV) Show, Wedstrijd en Avontuur gekoppeld aan basketbal wordt duidelijk hoe de visie in praktijk wordt gebracht. In de visie van de HAN ALO staat de motivatie om deel te nemen centraal met als doel een levenslange deelname aan de sport- en bewegingscultuur (Wit, Lichamelijke Opvoeding 7, 2015). In dit artikel wordt beschreven hoe dit bereikt kan worden met behulp van de verschijningsvormen (VV) Spel, Recreatie en Gezondheid.

TEKST FEY VAN LITH



Basketbal in verschijningsvorm 'Spel'

Spel als verschijningsvorm draait uiteraard om het spelen. Al sparend, afstemmend en spelend bewegen de leerlingen binnen de bewegingcontext met elkaar. De docent fungeert als coach en richt zich op de balans tussen de deelnemers in het arrangement. Hierbij kunnen de leerlingen opgaan in het spel, een vrije en speelse attitude aannemen, en sparend de uitdaging aan gaan. Daarbij hoeven zij niet noodzakelijk gereguleerd te worden.

Met behulp van deze activiteit ontwikkelt de leerling de volgende vaardigheden:

- 1 aan kunnen passen aan het niveau van de tegenstander en medespeler
- 2 helpen en coachen van medespelers om optimaal te sparren
- 3 speldynamiek/beleving hoog kunnen houden
- 4 kunnen bedenken (spontaan) en inrichten van een spelsituatie: dus ook individueel een bewegingssituatie kunnen aanpassen aan hun eigen niveau (makkelijker / moeilijker maken)
- 5 spelenderwijs leren
- 6 het opgang houden van een spelsituatie.

Arrangementen zijn begeleidend en spelenderwijs

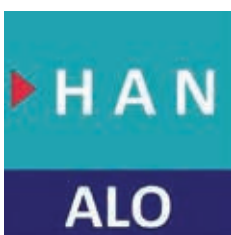
De leerlingen spelen op een half veld, met drie aanvallers tegen twee verdedigers. Wanneer de verdedigers de bal onderscheppen of er gescoord is halen zij recht van aanval door de derde speler uit hun team, welke op de outlet positie staat, aan te spelen. Bij de aanvallers stapt een speler uit, dit kan (op afspraak) de speler zijn die de bal als laatste in de aanval geraakt heeft. Nu ontstaat er opnieuw een drie tegen twee situatie. Wanneer er drie keer door het zelfde team gescoord is wisselen de teams van indeling.

Aanwijzingen komen voort uit een dialoog en zijn verdiepend

'Hoe kun je het beste de drie tegen twee situatie uitspelen als aanvaller?' (speel de vrije man aan en zorg voor dreiging en acties richting basket), 'Wat is belangrijk als je verdedigd?' (geef druk op de man met bal, communiceer met je medeverdediger).

Aandacht voor de diverse oplossingsstrategieën van de leerlingen

Belangrijk is dat het spel in evenwicht blijft en iedere leerling op zijn/haar eigen niveau kan deelnemen aan het spel. Hoe ze de beweging uitvoeren





is daarbij niet direct van belang, het doel is het beweegprobleem (scoren en voorkomen van scoren) op te lossen. Coach de leerlingen daarom in hoe zij de drie tegen twee situatie uit kunnen spelen als aanval en hoe zij als verdediging kunnen voorkomen dat er gescoord wordt.

Aanpassingen zijn gericht op het optimaliseren van de balans

Binnen dit spel kunnen er verschillende aanpassingen gedaan geldend voor alle leerlingen. Dit kan met behulp van STROOM (zie tabel 1), een ezelsbruggetje dat de HAN ALO gebruikt om

activiteiten aan te passen en te differentiëren. Differentiëren is gericht op de individuele leerling. Met aanpassingen en differentiaties zorg je ervoor dat het spel in balans blijft en er sprake is van sparren.

Basketbal in verschijningsvorm 'Recreatie'

Tijdens deze verschijningsvorm heerst er een ongedwongen sfeer en is de prioriteit het gevoel van recreëren. Bewegen gebeurt ontspannen/vrij, is toegankelijk en samenwerkend. Passend bij deze verschijningsvorm is de didactische rol die van animator zijn. Je bent dan gericht op het bevorderen van participatie van een individu

Letter	Toelichting	Resultaat	Voorbeeld toegepast op basketbal Spel 3-2+1
S	Je wijzigt het <u>spelers-aantal</u> .	Door minder spelers is het aantal afspeelmogelijkheden beperkter, maar is het veld ook leger. Een te vol veld, beperkt juist het aantal afspeelmogelijkheden. Zwakke leerlingen laat je spelen op leeg veld, met minder weerstand. Sterke leerlingen op een voller veld, met meer weerstand.	Dit spel zou ook 4-3+1 gespeeld kunnen worden. Ook kun je er voor kiezen 3-1+2 te spelen, waarbij er 2 spelers uitstappen na balverlies of score.
T	Je geeft de leerling meer of minder <u>tijd</u> .	Als je veel tijd hebt, dan kun je de activiteit rustig beleven. Zwakke leerlingen vinden meer tijd fijner, sterke leerlingen kunnen de activiteit sneller maken	Wanneer je het door wisselen niet na ieder balverlies of score plaats laat vinden, ontstaat er meer rust in de organisatie.
R	Je past de <u>regels</u> aan	Start met zo weinig mogelijk regels, waardoor je uitleg korter is. Pas vervolgens regels aan of voeg steeds meer regels toe. Zwakke bewegers hebben behoefte aan weinig regels, sterke bewegers willen het liefst wedstrijdregels	Regels als lopen, second dribble kun je steeds strakker gaan hanteren naarmate het niveau stijgt. Je kan ook de 3 en 5 seconde regel toevoegen, of regels omtrent het aantal passes vaststellen.
O	Je past de <u>opdracht</u> aan.	Je kunt verschillende opdrachten geven. Zwakke bewegers geef je makkelijker opdrachten, sterke bewegers moeilijker.	Zwakke bewegers kunnen als opdracht krijgen dat ze een vrijplaats om te schieten uit mogen kiezen. Sterke bewegers mogen bijvoorbeeld alleen van buiten de bucket scoren.
O	Je past de <u>organisatie</u> aan	Je kunt door veranderingen in de veldgrootte of in de opstelling van materialen de activiteit aanpassen	Wanneer je over een zaaldeel beschikt met aan beide kanten baskets, kun je er ook een 3-2 continu van maken. Dan blijft het spel doorgaan. Verdedigers onderscheppen de bal, passen naar 3 ^e speler en vallen op de andere basket aan waar 2 verdedigers van het 3 ^e team ze staan op te wachten.
M	Je past de <u>materialen</u> aan	Je kunt veranderingen in de materialen. Zwakke bewegers vinden zachtere, grotere en langzame materialen fijner.	Bij basketbal kun je variëren in basket hoogte en maat van de basketbal.

▲
Tabel 1. STROOM-principe gekoppeld aan de praktijk.

aan een groepsactiviteit. Het recreatief kunnen bewegen gebeurt alleen of met anderen, ongedwongen en niet verplichtend kunnen leerlingen deelnemen en blijven deelnemen.

Met behulp van deze activiteit ontwikkelt de leerling de volgende vaardigheden:

- 1 plezier kunnen beleven in het samen uitvoeren van bewegingsactiviteiten
- 2 themagericht invulling kunnen geven aan sport- en bewegingsactiviteiten
- 3 bij kunnen dragen en aansturen op een prettige groepsfeer
- 4 rekening kunnen houden met en in kunnen spelen op de behoefte van de groep deelnemers
- 5 het kunnen uitvoeren van activiteiten in een ongeorganiseerd verband (in vrije tijd en niet in verenigingsverband), bijvoorbeeld een groepje leerlingen bieden in de gymles een activiteit aan die ze zelf veel (buiten) spelen na schooltijd.

Arrangementen zijn uitnodigend

De beweegcontext die je wegzet bestaat uit een situatie die ook buitenschool veel voorkomt. Denk hierbij aan een basketbal pleintje. Door leskaarten of digitale leermiddelen te gebruiken geef je de leerlingen de ruimte om keuzes te maken uit aantrekkelijke activiteiten die laagdrempelig zijn.

Enkele voorbeelden zijn activiteiten als Eénentwintigen, Shoot Out, Horse (zie tabel 2), maar ook ruimte voor eigen inbreng is belangrijk.

Aanwijzingen zijn globaal en richtinggevend
‘Kijk eens of je elkaar kan uitdagen met één van deze activiteiten’, ‘Wie kan er scoren op een manier die niemand anders kan?’ (Horse).

Aandacht voor het sociaal welbevinden van de deelnemers
Iedere leerling kan meedoen op zijn/ haar eigen manier. Het is een sociale happening, waarbij er plezier gemaakt wordt. Er is ruimte voor gezelligheid, presteren staat niet voorop. Als docent ben je leerlingen aan het uitdagen door hen te animeren. Zelf participeren binnen de activiteit is hierbij een pré.

Aanpassingen zijn in dienst van ‘het op gang houden’ van de activiteit
Leerlingen kunnen zelf keuzes maken in hoe zij de activiteiten leuk en uitdagend maken. Concreet kun je bij Eénentwintigen bijvoorbeeld de regels aanpassen zodat de schotafstand uitdagender is.

Basketbal in verschijningsvorm ‘Gezondheid’

Bij deze verschijningsvorm wordt er gestreefd naar bewust gezond worden en blijven. Het bewegen is



Shoot out

Maak een rijtje met leerlingen. De twee voorste leerlingen hebben een bal. Schiet de bal vanaf vaste positie zo snel mogelijk raak. Ga door tot de bal raak is, schiet vanaf de plek waar je de rebound pakt. Wanneer je raak schiet pass je de bal zo snel mogelijk naar de eerst volgende in de rij. Zelf sluit je achteraan aan. De leerling achter jou begint met schieten zodra je de eerste bal schiet, wanneer de leerling achter je eerder raak schiet dan jij, lig je uit het spel. Ga door tot er 1 leerling overblijft. Dit is de winnaar.

Eenentwintigen

Schiet vanaf de vrije worplijn de eerste bal, als je raak schiet mag je door en gaat er één punt van de 21 af. Als je mist reboundt de eerst volgende leerling de bal. Deze schiet vanaf het punt dat hij/zij de bal reboundt. Wanneer deze leerling de bal raak schiet gaan er twee punten van de 21 af, waarna de leerling voor 1 punt aftrek vanaf de vrijeworplijn mag schieten. Zo gaat het spel door tot er een leerling bij nul is. Eventueel: zelf regels toevoegen, zoals eerst de bal laten stuiten voordat je mag rebounden.

Horse

Om en om kiezen de leerlingen een originele doelpoging. Wanneer er geraakt wordt door een leerling, doen de andere leerlingen dit na, indien zij missen krijgen ze een letter erbij. Wie als eerste HORSE heeft, verliest en krijgt een ludieke opdracht. Denk aan het kaartspel 'Ezelen'.

▲ Ludieke opdracht

◀ Tabel 2. Activiteiten basketbal in verschijningsvorm Recreatie

gericht, bewust en verantwoord. De docent speelt de rol van adviseur die gericht is op bewustwording rondom het thema gezondheid. Leerlingen leren werken aan en het onderhouden van een gezond en fit lichaam (fysiek) en geest (mentaal). Het bewust zijn en blijven van het belang van een gezond en fit lichaam staat dan ook centraal. Met behulp van deze activiteit ontwikkelt de leerling de volgende vaardigheden:

- 1 kennis en vaardigheden ontwikkelen om goed en voldoende te bewegen (weet hebben van het belang om genoeg en gezond te bewegen en dit kunnen omzetten in bewegingsgedrag)
- 2 kennis en vaardigheden ontwikkelen om (om invloed uit te oefenen) een gezonde leefstijl (voedingspatroon) aan te meten
- 3 leren waarom een gezonde leefstijl van belang is

- 4 spelenderwijs ontdekken hoe het lijf werkt (waarom gaat het hart sneller kloppen, waarom zweet je, waarom krijg je zijsteek?)
- 5 zelfkennis ontwikkelen waarin een leerling gemotiveerd wordt om tot voldoende bewegingsgedrag te komen.

Arrangementen zijn gestandaardiseerd

Bij gezondheid kun je een basketbal circuit uitzetten. Benadruk hierbij dat het gaat om de opdrachten zo intensief en snel mogelijk uit te voeren. Hierdoor stijgt de hartslag en wordt er gewerkt aan een interval conditie, passend bij de sport basketbal. Op (digitale) leskaarten worden verschillende intensieve basketbal gerelateerde work-out-activiteiten aangeboden. Deze activiteiten dienen door alle leerlingen op dezelfde wijze uitgevoerd te worden. De leerlingen maken





bijvoorbeeld drietallen. Per minuut is een andere leerling aan de buurt. De andere twee leerlingen rusten uit, begeleiden daar waar nodig, tellen en schrijven de score op. Enkele voorbeelden van activiteiten zijn:

- 1 Scoor zo veel mogelijk lay-ups, waarbij je iedere keer om een pion heen dribbelt na doelpoging
- 2 Ga zo vaak mogelijk al dribbelend zitten op je billen en weer staan
- 3 Pass boven de pionnen tegen de muur, slide tussendoor van pion naar de volgende pion
- 4 Schiet zo veel mogelijk ballen vanaf de vrije worp lijn.

Fey van Lith is als docent werkzaam op de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen, Instituut Sport en Bewegen, Academie Lichamelijke Opvoeding. Zij verzorgt onder andere lessen binnen de beroepstaak Lesgeven en Coachen en sportvaardigheden (basketbal, stickspelen, handbal, softbal et cetera).

Foto's
Hans Dijkhof

Contact
Fey.vanLith@han.nl

Literatuur
Cobussen, J. (2015). Inspelen op motieven van leerlingen: De HAN ALO legt uit. *Lichamelijke Opvoeding*, 7, 28-32.
Lith, F. I. van (2015). Inspelen op motieven van leerlingen: de verschijningsvormen in de praktijk. *Lichamelijke Opvoeding*, 9, 24-27.

Wit, G., Mutsaerts, M. (2015). De HAN ALO legt uit. *Lichamelijke Opvoeding*, 9, 15-17.

Aanwijzingen zijn gericht op een juiste uitvoering

Activiteit 1: zet hard af met je afzetbeen om zo hoog mogelijk te komen met je lay-up.
Activiteit 2: dribbel met je voorkeurshand, zorg dat je de bal schuin voor je dribbelt.
Activiteit 3: zak goed door je knieën wanneer je slides maakt en houdt je rug recht.
Activiteit 4: rebound en pass snel, zodat de schutter op hoog tempo ballen kan schieten.

Aandacht voor reflectie en coaching tussen deelnemers en adviseur

Leg aan de leerlingen uit wat 'interval' training is of stel ze hier vragen over. Wat doet dit soort training met je lichaam? Waarom is dit zo effectief? Hoe is dit gekoppeld aan basketbal?

Aanpassingen om recht te doen aan individuele eigenschappen

Activiteiten kunnen zwaarder en lichter gemaakt

Het bewegingsonderwijs wordt middels verschijningsvormen afgestemd en ingericht op het herkennen en kennen van de bewegsmotieven van leerlingen

worden door parameters te veranderen. Denk hierbij aan tijd, afstand, hoogte en materiaal.

Zoals eerder beschreven, heeft de HAN-ALO op kritisch constructieve wijze een uitgangspunt, ordening en visie op het gebied van sport en bewegen beschreven (Cobussen en Wit, *Lichamelijke Opvoeding* 7, 2015 en Lith, *Lichamelijke Opvoeding* 9, 2015). Het bewegingsonderwijs wordt middels verschijningsvormen afgestemd en ingericht op het herkennen en kennen van de bewegsmotieven van leerlingen. In deze artikelen, gekoppeld aan de sport basketbal, worden innovatieve, ondernemende, kritische en onderzoekende activiteiten ontwikkeld. Dit is uiteraard ook mogelijk voor andere takken van sport. Het is de uitdaging om de toekomstige docenten sport- en bewegingsonderwijs vanuit een kritische houding voortdurend in te laten spelen op de bewegsmotieven van onze leerlingen. Daarmee kunnen bewegcontexten ontwikkeld worden die betekenisvol(-ler) zijn of blijven en welke in contact staan met de daadwerkelijke bewegcultuur van onze leerlingen. Motieven zijn hierbij leidend en niet de activiteiten. Voel je dus geïnspireerd en uitgedaagd! ■

Helpdesk Thema van de maand:

Reguleringsdoelen in het vakwerkplan en vernieuwing in de jeugdsport

Begin dit schooljaar stond in het nieuws een KNVB-project waarbij jonge voetballers (F-jes) tegen elkaar spelen zonder scheidsrechter. In deze Fair Play competitie leren de kinderen om met elkaar de spelregels toe te passen. Deze vernieuwing in de jeugdsportcultuur sluit goed aan bij de vakwerkplanontwikkelingen in het bewegingsonderwijs op de basisscholen. Het zelfstandig leren samenwerken in kleine groepjes is de afgelopen jaren een belangrijke doelstelling in het bewegingsonderwijs. Deze algemene doelstelling is in het basisonderwijs concreet uitgewerkt naar 9 reguleringsdoelen. (zie ook artikelenreeks.....). Het is een illusie van de sport om te denken dat kinderen leren samenspelen als je alleen maar de scheidsrechter weg haalt. De kans is groot dat de dominante spelers het voor het zeggen krijgen. Leren samen spelen waarbij alle kinderen evenveel inbreng hebben vraagt om didactische en pedagogische begeleiding, die van groep 1 tot groep 8 in een vakwerkplan zorgvuldig is opgebouwd. Een vakdocent in het basisonderwijs zou de voetbaltrainer kunnen helpen hoe je deze sociale vaardigheden kunt leren als je 6 jaar, 8 jaar of 10 jaar bent. Elke leeftijdsgroep vraagt om andere reguleringsdoelen en begeleidingsvormen. Een mooi onderwerp waar sport en onderwijs elkaar kunnen ondersteunen.

<http://www.sportenstrategie.nl/2015/sport-en-bewegen/jeugd/proef-in-zuid-ii-voetballen-zonder-scheidsrechter/>



TIPS

Op de pagina Boeken een interessant Paper van het Aspen Institute als paper van de maand

In het nieuws

SO-PRO studiedag

De studiedag van 20 april wordt in de steigers gezet. De leden reiken al diverse interessante onderwerpen.

Binnen het praktijkonderwijs:

- 1 Bewegingsonderwijs in het Praktijkonderwijs doel of middel?
- 2 Hoe integreer je sociaal-emotionele doelen en vaardigheden binnen de leerlijnen? Is dit ook wenselijke en haalbaar?
- 3 Welke leerlijnen gebruik je als basis? Basisonderwijs of vmbo.
- 4 Er is een blauwdruk verschenen van bewegingsonderwijs in het praktijkonderwijs. Kunnen we hier niet verder mee?

Binnen het speciaal onderwijs:

- 1 Wat is de rol van de combinatiefunctionaris in het speciaal onderwijs? Welke ervaringen zijn er en mogelijkheden binnen bestaande ontwikkelingen?
- 2 Wat zijn de gevolgen voor de lessen bewegingsonderwijs gezien de ontwikkelingen in het speciaal onderwijs? Denk aan verzwaring problematiek, gevolgen van nieuwe samenwerkingen binnen samenwerkingsverbanden door o.a. krimpende so-scholen, aanpassingen in aangeboden lesstof of methode?
- 3 Speciaal onderwijs is dat onderwijs of (steeds meer) therapie? Zijn er succesverhalen waar die twee wellicht goed samengaan en zo de kinderen verder helpen.
- 4 Hoe organiseer je tijdens de pauze interessante en succesvolle pleinspelen voor kinderen?

Mochten er leden zijn die ook met deze problematiek worstelen en al mogelijke antwoorden hebben op de vragen die in het veld leven neem dan contact op met onderwijs@kvlo.nl Wij zijn op zoek naar good practice en mooie input voor de studiedag. Ons uitgangspunt is dat onze ruim 10.000 leden samen al heel veel weten en op deze manier lerende netwerken kunnen ontstaan.

Je vindt ons terug op de website onder 'Hulp en advies'....

Redactie:

marja.nieuwenhuis@kvlo.nl

Gym op koers

Lesgeven op een ziekenhuisschip



Ballen in het water, een schommelend dek en de loopplank af naar de kade voor gymles. Zomaar wat dingen die voor haar dagelijkse realiteit zijn! Na twee jaar is het voor Floor de Bruin bijna normaal geworden, maar lesgeven op een schip blijft een bijzonder avontuur. Dit is haar verhaal.

TEKST EN FOTO'S FLOOR DE BRUIN

Sinds september 2013 werk ik als leerkracht bewegingsonderwijs en IT aan de Africa Mercy Academy, de school aan boord van de Africa Mercy. Mercy Ships is een internationale medische hulporganisatie die medische hulp en ontwikkelingsprojecten brengt aan mensen in de allerarmste ontwikkelingslanden. De Africa Mercy is werelds grootste particuliere ziekenhuisschip. Aan boord zetten chirurgen, artsen en verpleegkundigen zich in voor operaties ter correctie van gespleten lippen, tumoren, oogkwalen, fistels, liesbreuken en ernstig vergroeide benen bij kinderen. De helft van de mensen die aan boord werken, vervullen een medische functie, maar er zijn ook heel wat andere taken die vervuld worden door honderden andere professionals. Niemand krijgt betaald, mensen zijn hier vrijwillig en worden financieel ondersteund door donateurs. Sinds september zijn we in Madagaskar om hier onze tweede 'fieldservice' te doen. We zullen hier blijven tot juni 2016.

De school

Aan boord van het schip hebben we naast het ziekenhuis (en vele andere afdelingen) de Africa Mercy Academy, een internationale school van peuterspeelzaal tot de hoogste klas van de High School. Daar krijgen de kinderen uit gezinnen die aan boord wonen om er te werken les. De ouders vervullen belangrijke rollen op het schip. We hebben elk jaar tussen de 30 en 50 leerlingen van over de hele wereld.

Mijn taak is om gymles en computerles te geven aan alle klassen, van 'Elementary' tot aan 'High School'. In Nederland werkte ik als leerkracht basisonderwijs en behaalde ik mijn bevoegdheid voor bewegingsonderwijs op de basisschool. Daarom vroeg de Mercy Ships Academy mij om hier aan boord de gymlessen verzorgen.

Creatief zijn

Het vergt creativiteit om activiteiten te organiseren wanneer je geen gymzaal met standaard voorzieningen tot je beschikking hebt. Met de basisschoolleerlingen ga ik naar Dek 7, het speeldek voor de kinderen, of naar de kade naast het schip. We werken volgens ons door de Mercy Ships Academy ontwikkelde curriculum. Ik probeer zoveel mogelijk activiteiten te organiseren uit de verschillende leerlijnen.

We hangen touwen op door de gaten in het plafond van het dek, om aan te zwaaien of in te klimmen. Of een klimnet. Ik heb een manier gevonden om een rekstok op te hangen met verschillende banden bevestigd aan stangen en gaten op het dek, die ook als trapeze kan fungeren. Soms ben ik creatief met meubilair om de kinderen mogelijkheden te bieden om te springen: een ladenkast of tafel functioneert als 'kast'. We hebben baskets die we met een band aan de rand aan het plafond kunnen bevestigen. Daarnaast zijn de kleine groepen een uitdaging. Dit jaar bestaat mijn kleinste groep uit 4 kinderen. Lang niet elk spel kunnen we met zo weinig leerlingen spelen.

Met de oudere leerlingen van Junior High School (10-13 jaar) en High School (14-17 jaar) focussen we op specifieke sporten. Wanneer we de kade kunnen gebruiken gaan we daar naartoe.

Maar dit jaar begonnen we het schooljaar in augustus toen het schip nog in droogdok was voor onderhoud in Durban, waar geen veilige plek was op de kade. Vervolgens waren we een week op zee om naar Madagaskar te varen.

Lesgeven op een varend schip is een uitdaging op zich. Soms gaat het schip behoorlijk op en neer. Dat maakt een push-up ineens extra zwaar! Toen we in Madagaskar aankwamen konden we gelukkig weer van de kade gebruik maken. We hebben hier een prachtige ruime kade tot onze beschikking. Hier hebben we een half basketbalveld en de mogelijkheid om een volleybalnet op te zetten.

Op de kade doen we sporten als basketbal, volleybal, softbal, flag football, handbal, voetbal en ultimate frisbee. Het water is dichtbij genoeg om zo nu en dan eens een bal in het water te verliezen. Tja, dat kun je niet omzeilen als je op een schip woont! Meestal zwaaien we de bal gedag, want om 'm uit het water te vissen is niet makkelijk vanaf de hoge kade.

Op de kade hebben we ook een 'warehouse' tot onze beschikking. Hier is een badmintonveld opgezet naast de auto-werkplaats waar onze Landrovers worden onderhouden. Als het regen seizoen begint kunnen we hier mooi badminton, pickleball en tafeltennis spelen.

Andere ervaringen

Daarnaast probeer ik te zoeken naar mogelijkheden voor de leerlingen om eens een andere ervaring op te doen. We hebben de afgelopen twee schooljaren een aantal weken tennis gespeeld op een lokale tennisbaan. Het is heerlijk om eens van het schip af te zijn en er op uit te gaan! De leerlingen genieten met volle teugen. Ik werd geholpen door crewmembers die ervaren tennis spelers zijn. Dat is het mooie van de gemeenschap waar we in leven: het brengt een variëteit aan cultuur en ervaring met zich mee. Ik nodig

wel vaker mensen uit om over een specifieke sport les te komen geven. Zo kwam een enthousiaste crewmember een paar weken ultimate frisbee leren aan de leerlingen. Daarna waren ze zo enthousiast dat ze sindsdien 's avonds vaak naar de kade gaan om met de jeugdgroep te frisbeeën! Het is een uitdaging om op het schip genoeg te bewegen, maar er worden veel sportactiviteiten georganiseerd zoals voetbal, frisbee en workout sessies. Voor de leerlingen in de Academy organiseer ik elke week 'Running Club'. De kinderen rennen rond op de kade. Drie ronden is een km en het doel voor het jaar is om een marathon te lopen. De afstand wordt gemarkeerd op een kaart en voor elke 2 km krijgt de leerling een voetjes-kraal voor aan hun ketting ter motivatie. Een mooie stimulans om samen te genieten van sport en fit te blijven.

Flexibel

Waar ik zelf heel veel van geleerd heb is de flexibiliteit van onze leerlingen. Ze zijn gewend aan het dynamische leven aan boord, dat onderhevig is aan veel veranderingen. Toen ik begon met lesgeven kon ik gefrustreerd zijn als een activiteit niet bleek te werken, omdat ik bijvoorbeeld alle ballen verloor in het water, of er ineens een heftruck door onze les kwam rijden. Maar de leerlingen gingen gewoon door, ook al hadden we nog maar één bal over. Zij genieten van sport, simpelweg van het samen bewegen en het spel. Een prachtige kwaliteit.

Het leven aan boord wordt nooit saai. Dit is een heel speciale plek. En ik zie het als een privilege om deze gezinnen te mogen 'dienen', die de keuze maken om hier te komen leven en werken voor de missie die we doen.

Wil je meer weten over mijn ervaringen? Ik schrijf blogs over mijn leven aan boord op www.flooraanboord.nl. Hier is ook mijn nieuwsbrief te vinden. Meer informatie over Mercy Ships is te vinden op www.mercyships.nl.

Floor de Bruin werkt als docent 'Specialist Physical Education and IT' aan de Mercy Ships Academy op de Africa Mercy, het hospitaalschip van Mercy Ships.

Contact

fdebruin@hotmail.com



Van BOS naar BoesCoolFit

Wat doen 'sportliefhebbers' wanneer de stekker uit een BOS-project wordt getrokken? Dan steek je de koppen bij elkaar en ga je zelf aan de slag! Dit is het verhaal van de gemeente Oldenzaal, waar de stichting 'BoesCoolFit' in 2011 het stokje heeft overgenomen van de gemeente.

TEKST MARLON STEVELINK, PATRICIA VERHOEVEN EN BENNIE NORDKAMP



Foto stichting BoesCoolFit

Stichting BoesCoolFit

In 2007 was het ineens 'trending': Buurt, Onderwijs en Sport, oftewel de BOS-projecten. Vele gemeenten kregen subsidie en er volgden succesvolle jaren, waarin de Nederlandse jeugd meer in beweging werd gebracht door verschillende projecten. In Oldenzaal was het project 'IK, Lekker fit?!' een succes, maar vanwege gemeentelijke bezuinigingen werd het project in de loop van 2011 stopgezet. Enkele 'sportliefhebbers' lieten het er niet bij zitten. Op eigen initiatief werd 'BoesCoolFit' opgericht.

Op het moment dat de subsidiekraan werd dichtgedraaid, stopten lopende sportprojecten en schoolsporttoernooien. Mooie en zinvolle initiatieven werden beëindigd en het

ontbrak aan continuïteit van sportaanbod voor de Oldenzaalse basisschooljeugd. Stichting BoesCoolFit is opgericht op 1 oktober 2011. Sinds 1 maart 2014 is er een buurtbeweegcoach werkzaam bij de stichting. De naam is een samenvoeging van 'Boeskoolstad' (de naam van Oldenzaal in carnavalstijd), het woord 'Cool' staat voor jeugdig/eigentijds en 'Fit' refereert aan gezond (sport)gedrag. BoesCoolFit krijgt medewerking van vele Oldenzaalse organisaties en financiële ondersteuning van sponsors, basisscholen en gemeente.

Ambassadeurs

BoesCoolFit draait voornamelijk op het enthousiasme van vrijwilligers. Zij willen in Oldenzaal een structureel aanbod van sport en bewegen

Jaar	Aantal cursisten	Aantal cursussen	Aantal sportaanbieders
2012	200 cursisten	37 cursussen	23 sportaanbieders
2013	600 cursisten	49 cursussen	29 sportaanbieders
2014	850 cursisten	71 cursussen	32 sportaanbieders
2015	900 cursisten	80 cursussen	37 sportaanbieders

voor de jeugd realiseren, zonder afhankelijk te zijn van subsidie van de overheid. Zij zijn op zoek gegaan naar sponsors en mensen die de stichting een warm hart toedragen. Ondertussen volgden gesprekken met school-directeuren en gemeente om het belang van bewegen aan te geven en samen op zoek te gaan naar structurele financiële inkomsten. Zes Oldenzaalse ambassadeurs, ex- (top)sporters die de stichting een hart warm toedragen worden daarbij ingezet. De ambassadeurs zijn:

- Tom Veelers: Profwielrenner Giant – Alpecin
- Susan Veelers-Stevelink: Ex- volleybalster Pollux Eredivisie
- Björn Kuipers: Topscheidsrechter
- Boudewijn Pahlplatz: Technische staf FC Twente
- Nico-Jan Hoogma: Algemeen directeur Heracles Almelo
- Tim Breukers: Speler Heracles Almelo.

Financiering

Inmiddels is een stabiele basis ontstaan, waardoor de stichting haar werk op de lange termijn kan voortzetten. Basisscholen en de gemeente zien het effect van BoesCoolFit en zijn bereid om jaarlijks bij te dragen in de kosten. Daarnaast heeft de gemeente Oldenzaal gebruik gemaakt van de landelijke regeling 'Sport en Bewegen in de Buurt', waardoor een

De slogan van BoesCoolFit: "Wat ons bindt is het plezier van het bewegende kind"

tweede buurtbeweegcoach wordt ingezet vanaf augustus 2015 (zestien uur per week) Zij zullen alle activiteiten coördineren en uitvoeren, in samenwerking met scholen en sportaanbieders.

Meer kinderen aan het sporten!

BoesCoolFit biedt kinderen van de basisschool de kans om sportkennismakingscursussen te volgen en zo de sport te vinden die hij of zij leuk vindt. Alle Oldenzaalse sportaanbieders wordt gevraagd één (of meerdere) korte kennismakingscursus(sen) op te zetten voor de leerlingen. De kinderen die zich inschrijven vormen een unieke groep die op een leuke, uitdagende en eigentijdse manier kennis kan maken met de betreffende sport. Op deze manier wil de stichting de Oldenzaalse jeugd

aanzetten tot bewegen en laten zien hoe gevarieerd het bewegingsaanbod is. Uiteraard is het doel om de kinderen lid te laten worden van een sportaanbieder, maar een plezierige kennismaking staat voorop.

De website www.boescoolfit.nl biedt informatie over het aanbod van cursussen, aangevuld met foto's en filmpjes. Sinds 2012 gaat de inschrijving digitaal, via de website. Het deelnamepercentage stijgt nog elk jaar.

Deelname aan een cursus (vier bijeenkomsten) kost €5,-. De sportaanbieders krijgen een vergoeding van BoesCoolFit, elke gegeven cursus levert hen €20,- per uur op (met een minimale deelname van zes kinderen).

Naast deze kennismakingscursussen organiseert BoesCoolFit, samen met de sportaanbieders en de basisscholen, nog een flink aantal activiteiten om kinderen te stimuleren naar een leven lang gezond en actief bewegen. Denk hierbij aan de organisatie van buitenschoolse school-sporttoernooien, binnenschoolse sportclinics, coördinatie en uitvoering lessen bewegingsonderwijs, deskundigheidsbevordering bewegingsonderwijs van (vak)leerkrachten LO en de organisatie van lessen over voeding en gezonde leefstijl. BoesCoolFit richt zich met name op het jonge basisschoolkind. Na het behalen van het zwemdiploma kunnen ze kennis maken met de Oldenzaalse sportcultuur, zodat kinderen al in een vroeg stadium een gerichte sportkeuze kunnen maken. De ervaring leert dat, als kinderen op jonge leeftijd met een sport beginnen, de bewegingsvaardigheid om succesvol deel te nemen groter is. Op een speelse wijze kennis maken met de sport zonder te veel competitieve elementen, zorgt voor een goede basis voor een leven lang sporten.

Voor de stichting is het draagvlak van essentieel belang. Het succes valt of staat door de samenwerking met basisscholen, sportaanbieders en de gemeente. Daarom wordt er eens per twee jaar een BoesCoolFit-Café georganiseerd. Bij dit evenement worden bovenstaande betrokkenen uitgenodigd, met het doel om sport en bewegen weer specifiek onder de aandacht brengen. Tijdens deze avond wordt teruggekeken op de resultaten van voorgaande jaren, waarbij een kritische noot vanuit het publiek op prijs wordt gesteld. Nieuwe cursussen en ontwikkelingen

Activiteit na schooltijd	Percentage
Buiten spelen	48%
Computerspelletjes	22%
Sporten bij vereniging	10%
Spelen met vriendjes/vriendinnetjes	8%
Binnen spelen	6%
TV kijken	4%
Anders	2%

▲
Tabel 2

worden gepresenteerd en een aantal sportaanbieders verzorgen een demonstratie. Belangrijk is ook dat de verschillende partijen ongedwongen met elkaar in contact komen, waardoor verbindingen kunnen ontstaan.

Onderzoek

Vanaf februari t/m juli 2015 zijn twee stagiaires van de Hogeschool Arnhem en Nijmegen werkzaam geweest bij de stichting. Zij hebben een onderzoek verricht naar de gezondheid van basisschoolkinderen in Oldenzaal, vooral gericht op sportdeelname, leefstijl en voeding. De doelstellingen die behoren bij dit onderzoek zijn:

- inzicht krijgen in de huidige interventies van BoesCoolFit
- aansluiting van de huidige interventies bij de belangen en doelen van BoesCoolFit
- welke interventies kunnen in de toekomst worden georganiseerd om het juist effect teweeg te brengen?

Aan de hand van de uitkomsten is een adviesrapport opgesteld. Hierin zijn aanbevelingen verwerkt; waar kan nog verbetering plaatsvinden en waar moet de stichting zich meer op richten als het gaat om beweging en voeding. Door te monitoren en onderbouwen met cijfers en getallen kan de inzet van de interventies van BoesCoolFit worden aangetoond. Dit is onder andere van belang voor de gemeente, scholen en sportaanbieders.

In de gemeente Oldenzaal hebben elf basisscholen deelgenomen aan dit onderzoek. De enquête is afgenomen bij 838 kinderen, in de groepen 3,4 en 5. De keuze voor deze leeftijd is gemaakt, vanwege het feit dat kinderen in die leeftijd vaak nog keuzes maken over sport. De onderzoekers hebben de vragenlijsten zelf afgenomen, klassikaal en via het digibord, wat zorgt voor een eenduidige en daarmee zo betrouwbaar mogelijke uitkomst.

Sportdeelname, leefstijl en voeding

Uit het onderzoek komt naar voren dat maar liefst 85% van de respondenten lid is van één of meerdere sportaanbieders. Dit is een bijzonder hoog percentage. Voor BoesCoolFit de uitdaging om de groep die niet aan sport doet



te bereiken, omdat die groep geholpen kan worden door de stichting met het vinden van een passende sport. Eén van de meest aangegeven redenen voor het niet lid zijn van een sportvereniging, is de vertwijfeling over wat ze eigenlijk leuk vinden. BoesCoolFit kan ze hierbij helpen! Uit het onderzoek blijkt namelijk, dat ongeveer 33% van de kinderen na een cursus van BoesCoolFit, lid wordt van een sportaanbieder. De tweede reden die kinderen noemen, is het feit dat ze eerst een zwemdiploma moeten behalen, alvorens ze lid mogen worden van een sportvereniging. Ook geeft 10% van de kinderen aan dat sporten veel geld kost. Stichting leergeld Oldenzaal kan deze gezinnen financieel tegemoet komen, zij geven kinderen de kans om mee te doen aan binnen- en buitenschoolse activiteiten.

Kinderen gaan vijf dagen per week naar school, moeten veel leren en krijgen soms ook al huiswerk mee. Best een grote prestatiedruk. Belangrijk is dat gezocht wordt naar balans tussen vrij te besteden tijd en geplande vrije tijd (training of lessen). In onderstaande tabel wordt de activiteit na schooltijd weergegeven.

Omdat alle basisscholen in Oldenzaal vanaf het schooljaar 2015/2016 een continu-rooster hanteren, ziet BoesCoolFit kansen om haar activiteiten uit te breiden op het gebied van sport en bewegen, maar ook culturele activiteiten als muziek, toneel en dans, direct na schooltijd en verzorgd door betreffende aanbieders. Activiteiten die plaats zullen vinden tussen 14.30 en 16.00 uur. Een uitgelezen kans om ook de druk in de namiddag en avonden te

Marlon Stevelink is stagiaire bij stichting BoesCoolFit Oldenzaal

Patricia Verhoeven is Buurtbeweegcoach bij stichting BoesCoolFit Oldenzaal en

Bennie Nordkamp is Voorzitter van stichting BoesCoolFit Oldenzaal

Stagiaires BoesCoolFit:

Bart Benneker
bart@boescoolfit.nl

Marlon Stevelink
marlon@boescoolfit.nl



verminderen waardoor ouders meer tijd kunnen besteden aan hun kind.

Ook is gevraagd naar de voedselinname van de respondenten. De stichting wil zich niet alleen inzetten voor het bewegende kind, ook wil het laten inzien dat een gezonde en actieve leefstijl belangrijk is. Want kinderen die op een fijne manier met sport in aanraking komen, zich gezond en fit voelen, blijven vaak hun hele leven sporten. Door de uitkomsten van het onderzoek is bekend welke scholen het meeste baat hebben bij interventies op het gebied van voeding. Één van de interventies die dit schooljaar geïmplementeerd wordt, is een voeding- en drinkbeleid op de basisscholen. In samenwerking met Voedingsschool Oldenzaal kan BoesCoolFit hierbij aansluiten. De stichting wil werken naar een actieve en gezonde leefstijl voor de jeugd, daarvoor is een voeding- en drinkbeleid op de basisschool een eerste stap.

De bevindingen en uitkomsten van het onderzoek zijn verwerkt in een adviesrapport met aanbevelingen. Deze zijn gericht op sportdeelname: organisatie sportmarkt, inzetten ambassadeurs (als uithangbord van de stichting) en uitbreiding van het naschools aanbod. Ook zijn aanbevelingen gedaan op het gebied van voeding: implementeren voeding- en drinkbeleid op basisscholen, educatie, smaak/kooklessen, voedingskennismakingscursussen, rondleiding in de supermarkt of bijscholing voor leerkrachten. Hiermee kan BoesCoolFit zich doorontwikkelen naar de toekomst als het gaat om bewegen en voeding. Ook kan de stichting met behulp van cijfers zich verantwoorden

richting verschillende instanties voor mogelijke ondersteuning op het gebied van financiën. De resultaten van het onderzoek zijn uitgewerkt en overhandigd aan de gemeente, GGD Regio Twente, Sportservice Overijssel en de deelnemende basisscholen.

Bekendheid BoesCoolFit

De stichting is inmiddels een begrip geworden in Oldenzaal en de bekendheid blijft zich uitbreiden. Uit onderzoek blijkt dat 80% van de respondenten wel eens gehoord heeft van BoesCoolFit en 35% wel eens heeft meegedaan aan een sportkennismakingscursus. Van de deelnemende kinderen is 33% lid geworden van een sportaanbieder. Deze percentages laten zien dat de stichting duidelijk een meerwaarde is voor de gemeente Oldenzaal en een wezenlijk belang levert aan de sportdeelname van kinderen in Oldenzaal.

Om een goede keuze te maken moet je als kind kennis kunnen maken met een grote diversiteit aan sporten. En dat kan in Oldenzaal! ■

Advertentie

STILLESPOORTZAAL
realiseert in elke gymzaal een akoestiek die voldoet aan de **KVLO** en **NOC*NSF** normering

www.stille-sportzaal.nl

Honderden docenten geven inmiddels les in hun eigen Stille Sportzaal. **Nu u nog!** Kijk op de site voor onze werkwijze en referenties in uw regio.
Voorkom gehoorschade! Maak direct een afspraak voor een vrijblijvend oplossingsvoorstel voor uw gymzaal.

Acour Lawaaibestrijding b.v.
Tel. 040-2340888
info@acour.com



Heeft impliciet leren een plek in de gymles? (2)

Impliciet en expliciet leren in het speciaal voortgezet onderwijs

Dit artikel is het tweede uit een reeks van drie artikelen over impliciete en expliciete leermethoden in het bewegingsonderwijs. We hebben met het classificatiesysteem de frequentie en de aard van impliciete en expliciete leermethoden in het speciaal voortgezet bewegingsonderwijs in kaart gebracht. Dit is de toepassing daarvan.

TEKST ELISE VAN CASTEREN E.A.

Meedoen met Sport' onderzoekt van 2013 tot 2017 motorisch leren op maat voor kinderen met een motorische beperking (zie www.meedoenmetsport.nl). Een van de uitgangspunten hierbij is de theorie rondom impliciet- en expliciet leren. Onderzocht wordt of impliciete dan wel expliciete leermethoden beter aansluiten bij kinderen met een motorische beperking¹. Een overweging daarbij is dat expliciete leermethoden, in tegenstelling tot impliciete leermethoden, een groot beroep doen op het werkgeheugen, en juist dit werkgeheugen functioneert bij een groot aantal kinderen met bijvoorbeeld Cerebrale Parese (CP) of Developmental Coordination Disorder (DCD) minder goed^{2,3}. Impliciete leermethoden sluiten daarom mogelijk beter aan bij deze groep kinderen.

Methoden

Meedoen met Sport heeft een classificatiesysteem ontwikkeld van impliciete en expliciete leermethoden in het bewegingsonderwijs en de sport (zie het artikel in LO 9)⁷. We gebruiken dit classificatiesysteem om in kaart te brengen in hoeverre bewegingsonderwijzers in het speciaal onderwijs deze methoden inzetten bij kinderen met een motorische beperking. Daarvoor hebben we video-opnamen gemaakt van een aantal LO-lessen, om zo aan de hand van het classificatiesysteem na te gaan welke methoden van impliciet en expliciet leren worden gebruikt, en hoe vaak en lang.

Hierbij is samengewerkt met vier hbo-instellingen (opleidingen van de ALO en Toegepaste Psychologie). Er werden video-opnamen gemaakt, en interviews en vragenlijsten afgenomen door in totaal zestien vierdejaars hbo-studenten die over dit thema hun afstudeerscriptie schreven. De diepte-interviews werden gehouden met zowel kinderen met Cerebrale Parese (CP) als hun bewegingsonderwijzers. Een aspect uit dit interview was het terugkijken van twee fragmenten uit de video-opnamen van de eigen gymles. Hierbij was in de eerste situatie sprake van een expliciete leermethode en in de tweede situatie van een impliciete leermethode. Op basis van deze fragmenten werden ervaringen van leerlingen en onderwijzers met beide leermethoden in kaart gebracht.

Resultaten

In totaal deden 65 kinderen met Cerebrale Parese (CP) mee aan het onderzoek. Zij werden geselecteerd op basis van schooldossiers. Vijftig kinderen zijn gevolgd in het (voortgezet speciaal) bewegingsonderwijs en zestien kinderen op de sportclub. Eén kind werd op beide plekken gevolgd. In het huidige artikel rapporteren we alleen over het bewegingsonderwijs. Daarin zijn dertien bewegingsonderwijzers van zeven scholen geobserveerd en bevraagd naar hun ervaringen in het werken met kinderen met CP.

Figuur 1 geeft een overzicht van de aard en frequentie van de impliciete en expliciete



leermethoden die deze bewegingsonderwijzers gebruikten. Dit is gebaseerd op een onafhankelijke beoordeling van alle video-opnamen door twee onderzoekers. De mate van overeenkomst tussen de onderzoekers, gemeten met Cohen's kappa, was 0,67. Dit betekent dat de betrouwbaarheid voldoende is.

Video-observaties

De bevindingen zijn opvallend en glashelder: de overgrote meerderheid van de gebruikte methoden om het motorisch leren te beïnvloeden is expliciet van aard. Dat geldt voor 92,2% van de gebruikte instructies. Van impliciete leermethoden wordt slechts mondjesmaat gebruik gemaakt: slechts 7,8% van het totaal. De subcategorie die veruit het meeste voorkomt, is 'expliciete instructies geven over hoe een beweging uit te voeren' (38,4%). Dit wordt gevolgd door de subcategorie 'feedback geven tijdens de oefening' (20,9%). Beide categorieën betreffen traditionele verbale expliciete leermethodes, waarin in verschillende mate van detail wordt verduidelijkt hoe de leerling zou moeten bewegen. Andere expliciete leermethoden zijn 'een oefening voordoen en met woorden uitleggen' (9,8%) en 'het evalueren van een oefening' (6,7%).

De meest voorkomende subcategorie binnen de *impliciete methoden* is 'aanpassingen aanbrengen in het arrangement van de oefening' (3,8%). Hiermee wordt bijvoorbeeld bedoeld dat een docent het veld groter maakt of de veldbezetting wijzigt, zodat de oefening makkelijker wordt. Dit is een vorm van impliciet leren waarin het aantal fouten dat de kinderen maakt, zo klein mogelijk wordt gehouden. Dit remt het nadenken over hoe de fouten kunnen worden voorkomen. Andere impliciete methoden, zoals de frequent onderzochte 'externe focus van aandacht', 'het gebruiken van een metafoor (analogie-leren)' en 'foutloos leren', komen niet of zelden voor. Een subcategorie die wel voorkomt is 'feedback zonder uitleg' (3,1%). Echter, van deze categorie is niet zomaar duidelijk of het tot een impliciet leerproces leidt, of dat het ook expliciete elementen bevat. Beide zijn mogelijk⁷. Dat zou kunnen betekenen dat zelfs het totaal van 7,8% aan impliciete methoden nog een overschatting is.

Interviews

In de interviews werd nagegaan hoe LO-docenten en kinderen met Cerebrale Parese impliciete en expliciete leermethoden ervaren. Hieruit blijkt dat er een discrepantie bestaat in de voorkeur voor impliciete of expliciete leermethoden: LO-docenten hebben vaker een voorkeur voor expliciete leermethoden, terwijl

kinderen vaker een voorkeur hebben voor impliciete methoden. Interessant is ook dat er een tendens is onder docenten om bij kinderen met een lager cognitief niveau, meer of vaker mondelinge instructies te geven. Dit door de uitleg te herhalen, of het op een net iets andere manier uit te leggen. De docenten geven ook aan waarom ze dat doen: de kinderen met CP begrijpen de instructies niet altijd even goed en gebruiken ze verkeerd. De docenten ervaren dit zelf ook als een nadeel van expliciete instructies. Vanuit theoretisch perspectief zijn impliciete leermethoden een goed of zelfs beter alternatief. Juist voor kinderen met een verminderd werkgeheugen is het begrijpen en toepassen van expliciete aanwijzingen lastig, terwijl een zwak werkgeheugen het vermogen tot impliciet leren hoogstwaarschijnlijk niet beïnvloedt.

Kinderen geven de voorkeur aan impliciet leren, of zoals ze zelf aangeven, ze leren liever door te doen. Door impliciet leren zeggen ze beter te onthouden 'hoe iets moet'. Expliciete uitleg vergeten ze vaak snel of het wordt niet goed begrepen. De kinderen met CP geven aan het liefst een korte uitleg te krijgen en dan snel zelf aan de slag te gaan. Eerst makkelijk beginnen en stap voor stap ietsje moeilijker maken wordt ook veel genoemd als een fijne methode. Dit laatste herinnert aan 'foutloos leren'.

Van de LO-docenten zegt (maar) 37% bekend te zijn met het onderscheid tussen impliciet en expliciet leren. Ze geven aan graag meer te willen weten over hoe kinderen met CP benaderd zouden moeten worden en over de leermethoden die mogelijk het best aansluiten bij deze kinderen. Ook is er een duidelijke behoefte naar voorbeelden van impliciet leren.

Vragenlijsten

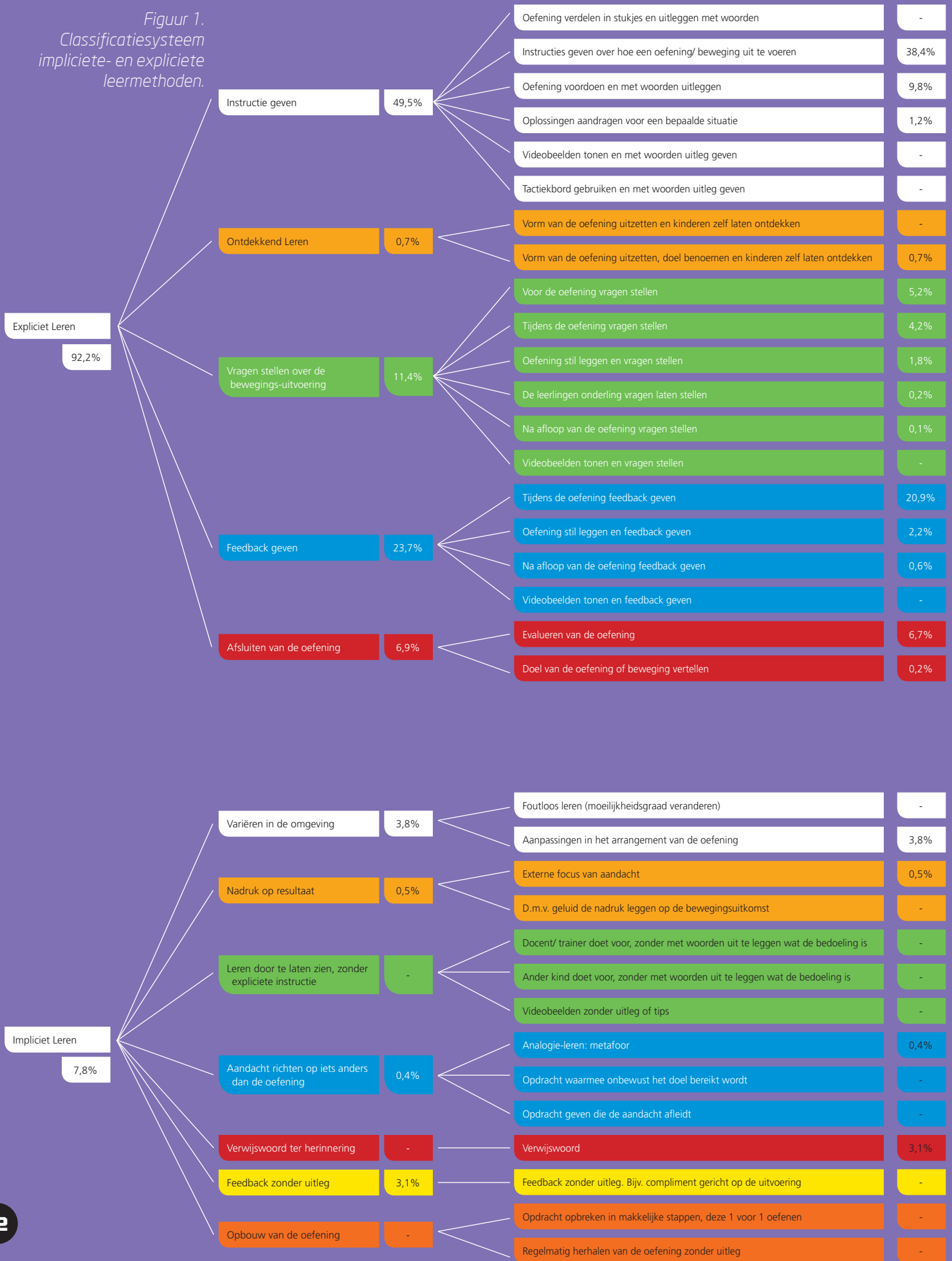
In de vragenlijsten is LO-docenten gevraagd hoe zelfverzekerd ze zijn in het lesgeven aan kinderen met CP. Ze geven aan veel vertrouwen te hebben in 'het kind plezier laten beleven in bewegen'. LO-docenten zouden wel graag bekwaamder zijn in het naar de juiste plek doorsturen van kinderen met CP die aanleg hebben voor een bepaalde sport. Ook zouden LO-docenten graag meer variatie willen aanbrengen in hun lessen.

Aan de kinderen met CP werden vragen gesteld naar aanleiding van de gefilmde gymlessen. Kinderen geven aan dat ze vaak goed wisten wat ze moesten doen, maar zijn het minst tevreden over het krijgen van goede individuele uitleg. De vragenlijst liet ook zien dat er ruimte voor verbetering is als het gaat om variatie in de lessen en gemotiveerd zijn tijdens

Impliciet leren wordt gedefinieerd als het leren van een vaardigheid zonder bewust kennis op te doen en te gebruiken over de *ins* en *outs* van de bewegingsuitvoering. Impliciet leren is 'leren door te doen, zonder bewust te worden hoe het moet'. De tegenhanger is expliciet leren, waarbij instructies, feedback en 'trial and error', een *belangrijk middel vormen om die kennis over de optimale bewegingsuitvoering juist wel te verwerven*^{4,5,6}. Impliciet en expliciet leren onderscheiden zich dus door de mate waarin de leerling nadenkt tijdens het leren en bewuste kennis opdoet en gebruikt over de juiste bewegingsuitvoering.

LO-docenten vinden het bij kinderen met CP extra belangrijk om goed gedrag te belonen, complimenten te geven, geduldig te zijn en aanpassingen op maat te maken (en kinderen hierin mee te laten denken). Andere methoden die ze noemen zijn het geven van een korte instructie, 'actief didactische vragen' stellen en aandacht voor wat kinderen wel kunnen. Wat betreft zaken als motivatie en omgaan met teleurstelling noemen docenten dat zij vaak een 1-op-1 gesprekje aangaan, veel aandacht besteden aan het bevorderen van zelfstandigheid en weerbaarheid, dat zij prestaties proberen te relativeren, en dat zij meer nadruk leggen op het bevorderen van eigenwaarde en zelfvertrouwen dan op winnen/verliezen.

Figuur 1.
Classificatiesysteem
impliciete- en expliciete
leermethoden.



de gymles. De kinderen zijn ook niet overtuigd dat ze door de gymlessen beter leren bewegen.

Conclusie en discussie

Dit onderzoek laat zien dat LO-docenten in het speciaal onderwijs met name de meer expliciete verbale motorische leermethoden gebruiken, terwijl de impliciete methoden slechts zeer beperkt worden toegepast. De impliciete leermethoden lijken geen vast onderdeel van de 'toolbox' van LO-docenten te zijn. Dit is opmerkelijk, aangezien vanuit theoretisch oogpunt impliciete leermethoden een aantrekkelijk alternatief zijn voor kinderen met een motorische beperking (aangezien zij veelal een verminderd werkgeheugen hebben).

Verder bestaat er een discrepantie in voorkeur voor leermethode tussen de docenten en de kinderen met CP: LO-docenten hebben een voorkeur voor expliciete methoden, terwijl kinderen impliciete leermethoden verkiezen. Docenten signaleren dat expliciete uitleg niet altijd goed begrepen wordt, maar lossen dit op door te herhalen of om hetzelfde op een iets andere manier (opnieuw mondeling) uit te leggen. Overschakelen naar een impliciete leer methode zou mogelijk een effectiever alternatief kunnen zijn, dat beter aansluit bij de wensen van kinderen. In de vragenlijst geven kinderen met CP aan dat zij graag betere individuele uitleg krijgen.

De meerderheid van de LO-docenten is niet bekend met het onderscheid tussen impliciete en expliciete leermethoden. Er is onder LO-docenten een grote behoefte meer te weten over leermethoden toegesneden op kinderen met CP, inclusief concrete voorbeelden. Een belangrijk einddoel voor 'Meedoen met Sport' is dan ook het ontwikkelen van een (digitaal)

Vrijwel alle kinderen met CP vinden de gymlessen leuk. Ze bewegen graag, willen zich uitleven, intensief bezig zijn, in conditie blijven en hun gedachten verzetten. Ook geven ze aan dat de gymles ontspant, helpt om te leren voor jezelf op te komen, leidt tot meer durf om te bewegen en het zelfvertrouwen verhoogt. Afwisseling tussen verschillende sporten en het maken van eerlijke teams vinden zij belangrijk. De gymles ervaren zij als minder leuk wanneer het druk en/of luidruchtig is, ze niet mee kunnen doen en wanneer er ruzies zijn. Ook zeggen sommige kinderen vermoeid te raken, het 'druk in hun hoofd' te krijgen door intensief bewegen, of pijn te krijgen na veel rennen. Een aantal kinderen dat in een rolstoel zit, geeft aan graag intensiever te willen bewegen. De kinderen willen docenten meegeven dat ze leerlingen meer zouden moeten betrekken bij de uitleg en vaker achteraf zouden moeten vragen wat zij van de les vonden.

Aanbevelingen van de LO-docenten aan andere bewegingsonderwijzers en sporttrainers zijn om voorafgaand aan de les na te denken over de mogelijkheden om te differentiëren (zodat oefeningen aangepast kunnen worden aan het individuele kind), het spelidee van de activiteit en niet de uitvoering voorop te plaatsen (zodat aanpassingen voor kinderen met CP sneller zijn te maken), de kinderen veel beweegervaring op te laten doen en veel te evalueren. Ook benadrukken ze kinderen met CP verder net als andere kinderen te behandelen, aan te moedigen om grenzen te verleggen, de tijd te nemen om te luisteren en door te vragen. Sporttrainers (die net als LO-docenten weinig gebruik maken van impliciete leermethoden) voegen daaraan toe dat metaforen verduidelijkend werken en dat het belangrijk is om oefeningen te herhalen zodat kinderen echt iets leren.

handboek en/of een online platform waarop diverse concrete voorbeelden van impliciete en expliciete leermethoden gedeeld kunnen worden. In de volgende fase van onderzoek testen we daarom in hoeverre kennis over impliciete methoden handzaam en bruikbaar is voor LO-docenten, en daadwerkelijk leidt tot een toename van het gebruik van impliciete leermethoden.

Het volledige onderzoeksrapport is in te zien op www.meedoenmetsport.nl. Wilt u op de hoogte blijven van verdere ontwikkelingen binnen het onderzoeksproject? Meld u dan via de website aan voor onze nieuwsbrief (deze verschijnt viermaal per jaar).

In het derde en laatste artikel uit deze reeks (dat volgende maand verschijnt), worden de resultaten gepresenteerd van een onderzoek dat een vergelijking maakt met het regulier bewegingsonderwijs wat betreft het gebruik van impliciete en expliciete leermethoden. ■

Good practice: Iedereen kan meedoen

Eén moment in de gefilmde lessen mag als exemplarisch worden beschouwd als het gaat om meedoen. De bewegingsonderwijzer vroeg letterlijk aan het einde van de gymles: "Hoe was het slagbal? Kon iedereen meedoen?". Vervolgens kwam er een discussie op gang waarin kinderen met en zonder motorische beperking aangaven of zij goed mee konden doen aan de bewegingsactiviteit. Zo gaven enkele kinderen aan dat het veld groter mocht, omdat het te gemakkelijk was om het thuishonk te bereiken. De bewegingsonderwijzer vroeg vervolgens of dit ook het geval was voor de kinderen in een rolstoel. Zij gaven aan dat het veld voor hen juist te groot was en dat zij vaak uitgebrand werden. In de volgende les paste de bewegingsonderwijzer het veld aan: de palen die de honken aangaven, werden verder uit elkaar gezet en voor de rolstoelers legde zij rode stippen op de grond die alleen zij als 'tussenhonk' mochten gebruiken. Zodoende werd een situatie gecreëerd waarin alle kinderen gelijkwaardig mee kunnen doen. Veelvuldig evalueren met leerlingen is haar aanbeveling naar andere docenten.

Elise van Casteren en Femke van Abswoude zijn onderzoekers bij het Behavioural Science Institute aan de Radboud Universiteit Nijmegen. John van der Kamp is onderzoeker bij de Faculteit der Gedrags- en Bewegingswetenschappen aan de Vrije Universiteit Amsterdam en bij het Kenniscentrum voor Educatie en Bewegen aan de Hogeschool Windesheim in Zwolle. Bert Steenbergen is als hoogleraar gehandicaptenzorg aan de Radboud Universiteit Nijmegen verbonden. Zij zijn allen betrokken bij het NWO-onderzoeksprogramma "Meedoen met een Motorische Beperking: Training en Coaching op Maat", kortweg "Meedoen met Sport". Voor meer informatie, kijk op www.meedoenmetsport.nl.

Noten

1 Van Abswoude, F., Santos-Vieira, B., Van der Kamp, J., Steenbergen, B. (2015). The influence of errors during practice on motor learning in young individuals with cerebral palsy. *Research in Developmental Disabilities*, 45-46, 353-364.

2 Van Rooijen, M., Verhoeven, L., Smits, D.-W., Ketelaar, M., Becher, J.G., & Steenbergen, B. (2012). Arithmetic performance of children with cerebral palsy: The influence of cognitive and motor factors. *Research in Developmental Disabilities*, 33(2), 530-537.

3 Jongbloed-Pereboom, M., Janssen, A.J., Steenbergen, B., & Nijhuis-van der Sanden, M.W.G., (2012). Motor learning and working memory in children born preterm: A systematic review. *Neuroscience and Biobehavioural Reviews*, 36, 1314-1330.

4 Van Abswoude, F. & Van der Kamp, J. (2014). Meedoen met gym: plezier en succes stimuleren door op maat motorisch te leren. *LO 9*, oktober 2014, 8-11.

5 Masters, R.S.W. (2000). Theoretical aspects of implicit learning in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 530-541.

6 Steenbergen, B., van der Kamp, J., Verneau, M., Jongbloed-Pereboom, M., & Masters, R.S.W. (2010). Implicit and explicit learning: Applications from basic research to sports for individuals with impaired movement dynamics. *Disability and Rehabilitation*, 32(18), 1509-1516.

7 Van Casteren, E.A.M., Smits, D., van der Kamp, J. & Steenbergen, B. (2015). Heeft impliciet leren een plek in de gymles? Deel 1: Een classificatie van impliciete en expliciete leermethoden. *LO 9*, oktober 2015.

Contact

e.vancasteren@pwo.ru.nl

Bewegingen?



Tjonge wat is het in het nieuws de laatste tijd. Bewegen helpt bij de optimalisatie van cognitieve processen. Bewegen houdt je fit. Bewegen zorgt dat je 'lekker in je vel' zit. Bewegen helpt ook om gezond te worden (blijven) en zo de kosten voor de gezondheidszorg omlaag te brengen. Kortom, bewegen is een soort Haarlemmerolie. Dat is ook overal goed voor.

Moeten we maar stoppen met het geven van lichamelijke opvoeding? Als het aan bepaalde mensen, en laten daar nu ook beleidsmakers bij zitten, ligt dan mag het wel wat minder. Laat de kinderen maar op sport gaan hoor ik ze denken (voor zover dat mogelijk is natuurlijk). Als of dat voor iedereen mogelijk is en alsof we allemaal dezelfde interesses hebben. Hoe vaak moeten wij, de vakbroeders en-zusters, nu nog uitleggen dat bewegen en lichamelijke opvoeding twee grootheden zijn waarbij weliswaar het lichaam in beweging komt. Alleen is de intentie waarmee dat gebeurt een andere. Een voorbeeld. Als je al springend een rekensom probeert te maken, maakt het niet uit of hoe je je benen houdt. Als je echter in een minitramp springt is dat wel degelijk van belang hoe je je benen houdt; dat je spanning in je benen hebt wanneer je in de tramp komt. Dat moet je leren. En daar zit nu net het verschil tussen de twee eerder genoemde grootheden: bewegen tegenover leren hoe te bewegen. In het Engels physical activity versus physical education..

De KVLO heeft niet voor niet voor niets de leuke: 'Goed leren bewegen'. Het is prima dat je al bewegend beter leert; je leert alleen niet beter te bewegen. Dat is echter wel de intentie van ons vak. Dat mogen we nooit uit het oog verliezen want het is de legitimering van ons bestaan. Het lijkt er steeds meer op dat ons vak ondergeschikt wordt gemaakt aan allerlei andere belangen. We worden minder dik, we worden gezonder, we kunnen beter leren, we worden socialer, we.... als we bewegen. Ja het zal allemaal wel maar nogmaals we leren er niet beter van bewegen. En dat is toch ons doel .

En natuurlijk is het zo dat je op een vwo-school dieper kunt ingaan op bepaalde zaken en meer achtergrondinformatie kunt geven. Ik zeg altijd hoe hoger het niveau des te meer je bewegen als doel hebt waarbinnen bijvoorbeeld regelende rollen steviger ingezet kunnen worden. Dat wil echter in het geheel niet zeggen dat je op een laag niveau bewegen uitsluitend als middel gebruikt. Het zal wel meer voorkomen maar bewegen verbeteren wordt niet uit het oog verloren. En ik me op verjaardagen maar verdedigen. Het hangt wel altijd van mensen af hoe iets een bepaalde richting kan opgaan.



Mery Graal

is een vrouw van onbepaalde leeftijd en geeft les op een school ergens in Nederland.

Neem nu dat 'Onderwijs2032'. Die Paul Schnabel is volgens mij helemaal geen beweger. Die heeft volgens mij ook niets met bewegen. Nu is ons vak ondergebracht bij persoonlijke ontwikkeling. Nu is dat wel heel belangrijk maar de focus gaat meer uit naar wiskunde en cultuur. Mijn mening is dat we het niet van die commissie moeten hebben wat ons vak betreft. Laten wij maar proberen een wettelijke borging te regelen. Dat schiet meer op. Alleen zal die strijd ook nog niet zo een-twee-drie zijn gestreden.

De sinterklaastijd is weer aangebroken. Op mijn verlanglijstje staat een uur lichamelijke opvoeding per dag. ■

Mery Graal

Vooraankondiging studiedag speciaal en praktijkonderwijs

Op 20 april 2016 organiseert de KVLO samen met de Stichting Almere Speciaal op VSO school de Aventurijn de studiedag speciaal onderwijs – praktijkonderwijs. Deze dag wordt in de steigers gezet. De leden reiken al diverse interessante onderwerpen aan. Noteer deze datum vast in je agenda.

De studiedag voortgezet onderwijs wordt dit jaar op woensdag 20 januari 2016 in samenwerking met de Calo Zwolle georganiseerd. Het thema van de dag is 'Bewegingsonderwijs op de kaart!'

Onderwijsland is volop in beweging! 21st century skills, onderwijs 2032 en allerlei andere initiatieven 'poppen' op met als doel onze leerlingen voor te bereiden op de toekomst. Welke rol speelt bewegingsonderwijs binnen deze nieuwe ontwikkelingen of beter gezegd...welke rol kan bewegingsonderwijs spelen? De 21st century skills zijn vaardigheden waaraan het vak lichamelijke opvoeding een belangrijke en essentiële bijdrage kan leveren. Van drills (kennis) naar skills (vaardigheden): Samenwerken, sociale vaardigheden, probleemoplossend vermogen, allerlei vaardigheden nauw verbonden met het vak lichamelijke opvoeding. Leerlingen dienen niet (meer) alleen geschoold te worden in vakinhoudelijke kennis, maar ook *of juist* in vaardigheden, motivatie en houding. Het thema 'Bewegingsonderwijs op de kaart' gaat deze dag in op de veranderende rol van de docent en de wijze waarop bewegingsonderwijs in het onderwijs van de toekomst van invloed kan zijn.

Hierbij komen o.a. thema's aan bod als digitalisering (o.a. leskaarten en analyses), onderwijs 2032, coaching en activerende gesprekstechnieken maar ook diverse thema's binnen het praktische gedeelte. Naast het op de kaart zetten van het vak bewegingsonderwijs, wordt er ook aandacht besteed aan het op de kaart zetten van de professionals die het vak bewegingsonderwijs verzorgen. Het beroep van leraar vraagt immers om professioneel gedrag. Dit uit zich onder andere door het geven van goede lessen, maar ook door de bereidheid het eigen handelen en de schoolorganisatie te verbeteren. Binnen de workshops zal ook hier aandacht aan worden besteed, naast de vakinhoudelijke vernieuwingen en praktijkgerichte workshops die jullie van ons gewend zijn.

Dagprogramma

- 09.00 - 09.30 uur Ontvangst
- 09.30 - 10.15 uur Opening en inleiding met Kristine de Martelaer (hoogleraar Universiteit van Utrecht)
- 10.30 - 12.00 uur Workshopronde 1
- 12.15 - 13.15 uur Lunch, inclusief pitches en presentaties projecten studenten 4LO
- 13.30 - 15.00 uur Workshopronde 2
- 15.00 - 15.15 uur Pauze
- 15.15 - 16.45 uur Workshopronde 3
- 16.45 uur Afsluiting en borrel
- 17.30 uur Dinerbuffet (vooraf aanmelden via het inschrijfformulier).

Voor de uitgebreide workshopomschrijvingen en inschrijven, verwijzen wij je naar de site onder het kopje scholing/studiedagen.

Studiedag
20 april
2016

Het KVLO-register is gestopt als zelfstandig register. De registratie van docenten LO en de validering van LO-specifieke scholing loopt via registerleraar.nl. Alle leraren in het PO, VO en mbo kunnen zich hier registreren.

Kalender

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



Scholingen van afdelingen en opleidingsorganisaties

Op de webkalender staan scholingen en evenementen van de diverse afdelingen en opleidingsorganisaties vermeld.



Reageren op vakbladartikelen? Twitter @KVLONL

contact

astrid.vanderlinden@kvlo.nl

Sportiefste School

Op 14 april 2016 wordt de verkiezing van de Sportiefste VO-school van Nederland gehouden in Groningen in het gebouw van de HIS- ALO.

AIESEP

De AIESEP is de International Association for Physical Education in Higher Education. Een wereldwijde organisatie voor lichamelijke opvoeding. Jaarlijks houden ze ergens in de wereld een conferentie. Dit jaar wordt de Conferentie gehouden van 8-11 juni 2016 in Laramie, Wyoming (USA) op de University of Wyoming. Een van de sprekers aldaar is Hans van der Mars. Hij studeerde aan de Calo en heeft op het symposium Tikken en taggen in maart op Hogeschool Windesheim de keynote speech voor zijn rekening genomen.

Buurtsportcoach academy gaat door!

Dertien gemeenten in de provincie Overijssel kwamen, dankzij de inspanningen van de Sportservice Overijssel, tot de oprichting van de Buurtsportcoach Academy. Na twee jaar - eind 2015 - stopt de subsidie vanuit de provincie Overijssel, maar zijn Sportservice Overijssel en Hogeschool Windesheim vastbesloten het project voort te zetten onder dezelfde naam. Combinatiefunctionarissen en buurtsportcoaches opereren vaak voor een groot gedeelte van hun tijd als 'zelfstandige eenheden'. Ze kunnen zo makkelijk het gevoel krijgen op een eilandje te werken. Om dat gevoel te ondervangen en om hun competenties te verrijken vanwege hun multifunctionele inzet - die meer kennis vereist dan over sport en bewegen - is de academy opgezet. Meer informatie op www.sportserviceoverijssel.nl

Opzeggen lidmaatschap voor 1 december 2015

Conform de statuten wordt het lidmaatschap telkens stilzwijgend verlengd voor de duur van één kalenderjaar. Wil je toch opzeggen? Doe dat dan vóór 1 december 2015, schriftelijk of per e-mail naar leden@kvlo.nl (N.B. Bij studenten loopt het lidmaatschap per cursusjaar en voor hen geldt een eventuele opzegging vóór 1 juli 2016).

Let op: De opzegging wordt binnen twee weken schriftelijk door ons bevestigd. Heb je geen bevestiging ontvangen? Dan verzoeken we je contact met ons op te nemen.

Deadline!



Bewegingsonderwijs cruciaal voor ontwikkeling

Bewegingsonderwijs is cruciaal voor de motorische, sociale en cognitieve ontwikkeling van kinderen. Er zijn wetenschappelijke aanwijzingen dat sport en bewegen bijdragen aan betere onderwijsresultaten en verzuim en uitval verminderen. Bovendien levert goed bewegingsonderwijs een bijdrage aan een actieve en gezonde leefstijl. Maar hoe past voldoende goed bewegingsonderwijs in het drukke lesprogramma? Het ministerie van OCW heeft filmpjes laten maken om dit belang duidelijk te maken.

Lange versie (zo'n 6 minuten):

<https://www.youtube.com/watch?v=ZEgLPJQMgaY>

Korte versie (zo'n 3 minuten):

https://www.youtube.com/watch?v=B3q1YZ-A7_Y

NKS-Boymansprijs

Tijdens de Dag van het Sportonderzoek werd aan Jari van Rooij uit België de NKS-Boymans aanmoedigingsprijs uitgereikt. Dit is een prijs voor het beste hbo-onderzoek in ons vakgebied. Hieraan verbonden is een bronzen plaquette en een geldbedrag. De prijs voor de beste doctoraalscriptie ging naar Katrien Franssen.





Markant
Outdoorcentrum

De 'Ardennen' locatie van Nederland!

ACTIVITEITEN	OVERNACHTEN	FOOD & DRINKS
		
		
		
		

www.markant-outdoorcentrum.nl



TRENOMAT
G S
DE GRAAF EN VAN STIJN B.V.

FLEXIBELE SCHEIDINGSWANDEN
MODULAIRE PODIUMELEMENTEN
INDUSTRIËLE OPLOSSINGEN
MAATWERK & SPECIALS



Scheidingswanden voor sportaccommodaties en zwembaden

De Graaf en van Stijn BV is al meer dan 45 jaar uw betrouwbare partner bij het inrichten van uw sportaccommodatie. Met onze flexibele Trenomat scheidingswanden wordt het multifunctionele karakter van uw accommodatie maximaal benut. Voor de juiste invulling is het belangrijk dat al tijdens de planvorming van een project goed gekeken wordt of er een juiste toepassing mogelijk is. Ons projectteam bestaat uit specialisten die uw project van begin tot eind vakkundig begeleiden zodat het eindresultaat in alle facetten altijd een succes wordt.



Geluidsisolatie & absorptie →
Goede beheersing van de akoestiek in sportaccommodaties is zeer belangrijk. Bij plaatsing van Trenomat wanden wordt hier altijd rekening mee gehouden.



Onderhoud & Service →
Onze gespecialiseerde servicedienst zorgt ervoor dat uw scheidingswanden veilig en up-to-date blijven, waardoor de levensduur van uw wand zo lang mogelijk wordt.



Maatwerk →
Voor iedere situatie is er een oplossing. De Graaf en van Stijn BV staat bekend om haar maatwerk en het vermogen om mee te denken in de wensen en belangen van de opdrachtgever.

TreNoMat / De Graaf en van Stijn B.V.
www.trenomat.nl | info@trenomat.nl | +31 (0) 472 57 97 20

→ BEWEGINGSONDERWIJS OP CLUSTER-4 SCHOLEN BEGELEIDEN OP LEREN BEWEGEN EN GEDRAG

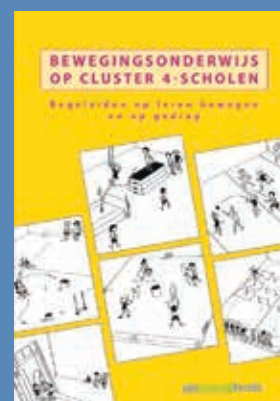


Welke bewegingsactiviteiten kunnen goed aangeboden worden aan 13-jarige leerlingen op cluster 4-scholen? Wat zijn goede activiteiten voor heterogene ZMOK-klassen? Wat zijn geschikte activiteiten voor ASS-leerlingen? Hoe kan je de leerlingen begeleiden zodat ze beter gaan deelnemen aan de bewegingsactiviteiten? Hoe begeleid je de leerlingen op hun (problematische) gedrag?

In *Bewegingsonderwijs op cluster 4-scholen* worden 13 leerlijnen uitgewerkt door daarbinnen twee bewegingsactiviteiten te beschrijven, één voor een heterogene ZMOK-klas en één voor een ASS-klas (klas met uitsluitend kinderen met een vorm van autisme).

Na de beschrijving van de bewegingsdoelen en de leerhulp die de leerkracht hierbij geeft, staat telkens een beschrijving van het gedrag van drie leerlingen in de genoemde bewegingssituatie en de wijze waarop de leerkracht hun gedrag kan begeleiden. Hiermee is het een boek voor cluster 4-scholen, maar ook voor praktijkonderwijs.

Bewegingsonderwijs op cluster 4-scholen geeft hiermee veel handreikingen voor de vakleraar en studenten in de opleidingen. Het is een samenwerking van SLO, KVLO en Calo Windesheim.



€34,95 incl. btw

ISBN: 978-90-72335-55-5

Te bestellen via www.janluitingfonds.nl

janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN

→ In samenwerking met Arko Sports Media



Straatvoetbal **NIEUW**
€ 8,95

Zandloppers **VANAF:**
€ 7,75

Markeerschijven Anti-Slip
NIEUW



ROTTERDAM:
Kiotoweg 389-395
3047 BG Rotterdam
T 010 435 00 99
F 010 435 68 21
E info@sport81.nl

ZAANDAM
Pieter Liefstinckweg 24A
1505 HX Zaandam
T 075 616 99 10
F 010 435 68 21
E info@sport81.nl

→ FITHEIDSTESTEN VOOR DE JEUGD



In dit boek wordt een overzicht gegeven van diverse veldtesten en testbatterijen voor het meten van antropometrie, kracht, uithoudingsvermogen, snelheid en vaardigheid bij gezonde kinderen van 4 tot en met 18 jaar.

Er worden vier antropometrische metingen besproken, negen krachttesten, één test voor het meten van lenigheid, vier testten voor het meten van uithoudingsvermogen, één test voor het meten van snelheid, twee testten voor het meten van vaardigheid

en drie testbatterijen. Per test wordt ingegaan op de grondmotorische eigenschap die getest wordt, de leeftijdsgroep, de afnameduur, de wijze van afname, de betrouwbaarheid en de validiteit van de testgegevens en de beschikbaarheid van Europese of Nederlandse referentiewaarden.

Dit boek betreft een herziene uitgave van de TNO-publicatie *Fitheidstesten voor de jeugd* uit 2007 van Susan Vrijkotte, Sanne de Vries en Tinus Jongert.



€ 24,95 incl. btw

ISBN: 978-90-72335-61-6

Te bestellen via www.janluitingfonds.nl