



Een gewone
beweeger heeft
andere verbale
leerhulp nodig
dan een goede
beweeger

Expliciet leren als toegift op impliciet leren bewegen

In een praktijkstudie die we op onze website (LO Magazine op de KVLO-site) hebben geplaatst, staat uitvoerig beschreven hoe expliciete leerhulp een positieve bijdrage kan leveren aan het beter leren bewegen. In onderstaand artikel wordt een samenvatting gegeven. | **Tekst** Chris Hazelebach



Scan de QR-code naar de volledige praktijkstudie

Het thema expliciet en impliciet leren bewegen heeft de laatste jaren veel aandacht gekregen. Het geeft inzicht in twee manieren waarop kinderen leren en hoe de leerkracht daar met speciale leerhulp bij kan aansluiten. Wetenschappelijk onderzoek bevestigt de praktische wijsheid van ouders dat de meeste kinderen 'als van zelf' leren bewegen, zonder expliciete leerhulp over hoe de activiteit moet worden uitgevoerd. Expliciete leerhulp kan een toegift zijn als deze aansluit bij de persoonlijke leerwens van de bewegende. Helaas kan verkeerde expliciete leerhulp het leerproces verstoren.

Impliciet en expliciet leren

Het bewegingsonderwijs heeft als doel kinderen beter te leren bewegen. Uit onderzoek blijkt dat dit beter lukt als jonge kinderen op een 'impliciete' wijze leren, dat wil zeggen: leren door doen. Het impliciete leren staat tegenover het 'expliciete leren', dat wil zeggen; leren door na/overdenken. Het verschil tussen impliciet en expliciet leren gaat over hoe een bewegende leert. Het blijkt lastig te zijn om precies te achterhalen

hoe een kind leert, omdat leren altijd een mix is van doen en denken. In het begin van het leerproces bij basisschoolkinderen is het doen dominant dan het denken en daarom is het wijs om een bewegingscontext aan te bieden waarbij kinderen zonder hulp veel bewegingservaringen kunnen opdoen. De verhouding tussen impliciet en expliciet leren is mede afhankelijk van de leerhulp die de leerkracht geeft. Dat heeft te maken met de soort instructie die wordt gegeven. Als de leerkracht instructies geeft over hoe het lichaam gepositioneerd moet worden (expliciet), is de kans groter dat de kinderen bewust gaan nadenken over de lichaamshouding tijdens de bewegingsuitvoering. Voor veel jonge kinderen is bewust nadenken over de lichaamshouding tijdens het bewegen (expliciet leren) niet gunstig voor het leerproces. Dit wil niet zeggen dat alle vormen van expliciete aanwijzingen verkeerd zijn. Bovendien is het onmogelijk om het denken uit te schakelen, er zal daardoor altijd een vorm van expliciet leren aanwezig zijn. In deze praktijkstudie wordt geprobeerd te analyseren welke vorm van leerhulp beter geschikt is om het expliciet leren te ondersteunen waardoor het bewegen verbetert.

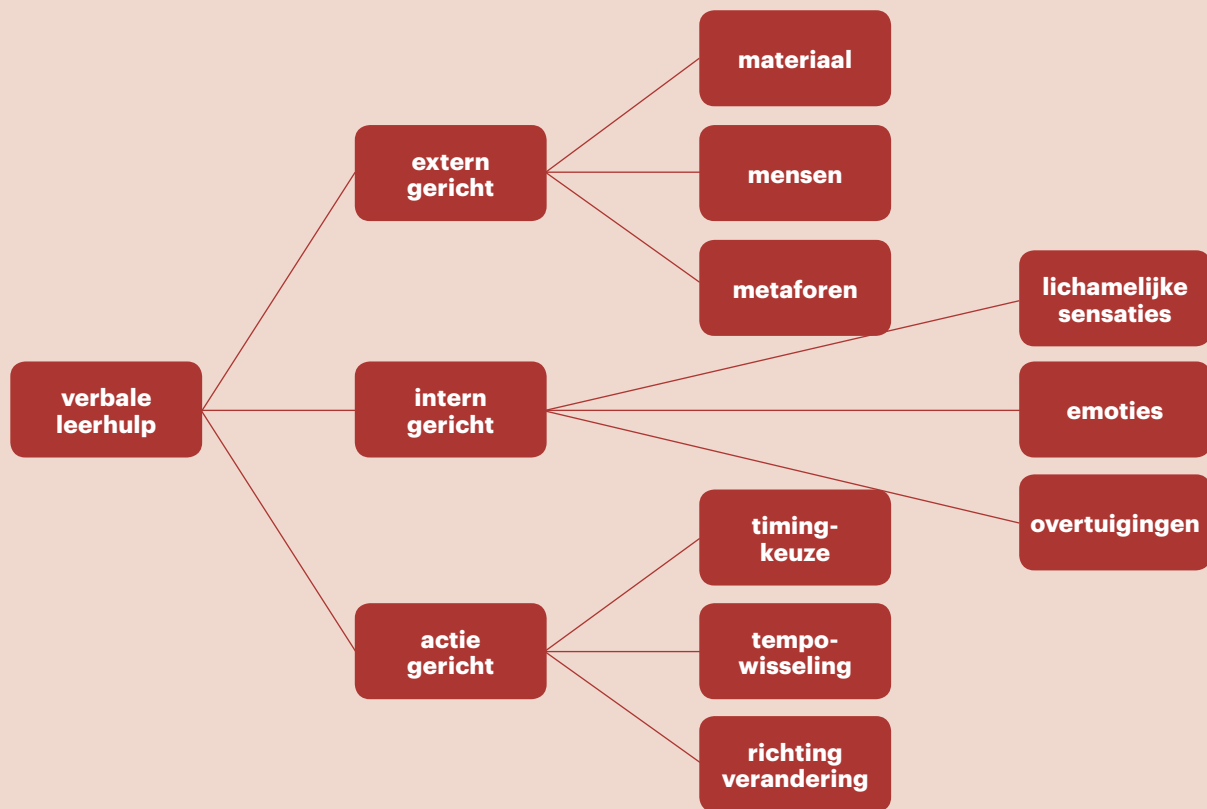
De vaktaal van de leerkracht stuurt expliciet leren

Jonge kinderen leren de meeste bewegingsactiviteiten op een impliciete wijze zonder dat er een leerkracht

bij is. Als een kind bijvoorbeeld leert fietsen dan is het 'onbewust bekwaam'. Door bewustwording van belangrijke aandachtspunten tijdens het fietsen (expliciet leren) wordt de fietser 'bewust bekwaam'. De vakleerkracht kan naast een goed onderwijsaanbod om het impliciet leren op gang te brengen, ook door verbale leerhulp de kinderen bewustmaken van het leerproces dat ze doormaken. De woorden die de leerkracht gebruikt bij de complimenten, aanwijzingen en leergesprekken veroorzaken in de bewegingscontext een 'vaktaal' die het bewuste denken van de kinderen beïnvloedt. De 'vaktaal' van de leerkracht is in het onderwijs een belangrijke bron van waaruit het expliciete leren toegevoegd wordt aan het impliciete leren bewegen. Een ervaren leerkracht heeft zijn eigen vaktaal (verbale leerhulp) ontwikkeld die past bij zijn onderwijsvisie en het taalvermogen van de doelgroep. De verbale leerhulp voor kleuters is anders dan die voor groep 8-leerlingen. Op zoek naar een algemene didactische ordening van verbale leerhulp is in deze praktijkstudie een analyse gemaakt van de 'vaktaal' die in het basisdocument voor het basisonderwijs wordt gebruikt. Op grond van die analyse kunnen er drie didactische ordeningen gedefinieerd worden die gericht zijn op 'beter leren bewegen':

- opbouw van *omgevingscomplexiteit* (per leeftijdsgroep/pistes/arrangement)
- opbouw van *uitvoeringscomplexiteit* (niveauiduidingen 1,2,3: gewoon, goed, grandioos)
- opbouw van *actiecomplexiteit* (timingkeuze, tempowisseling, richtingsverandering)

Deze drie globale ordeningen leiden tot negen soorten verbale aanwijzingen:



Extern gerichte verbale leerhulp gaat over de bewegingscontext (omgeving) en de interne gaat over de beweging zelf (de persoon). De derde vorm van verbale leerhulp gaat over de activiteit. De activiteit is datgene wat er gebeurt als de beweging iets doet in de omgeving, waarbij er door het verplaatsen 'krachten' (timing, tempo, richting) optreden die mede bepalen in welke mate de activiteit lukt.

Welke verbale leerhulp bij welke beweging?

Op grond van deze didactische ordening kiest de vakleerkracht verbale leerhulp die past bij de beweging. De keuze zal in eerste instantie afgestemd worden op het getoonde bewegingsniveau. Een gewone beweging (niveau 1) heeft andere verbale leerhulp nodig dan een goede beweging (niveau 2). Een gewone beweging heeft meer baat bij extern gerichte hulp en een goede beweging aan intern gerichte hulp. In het algemeen zijn de meeste methodieken

die een student op de lerarenopleidingen krijgt aangeleerd gericht op de betere beweging (niveau 2). Er is minder aandacht voor de bewegingen die niet instaat zijn om een betere beweging te worden. In het hele

onderwijs heerst een geloof dat iedereen altijd beter kan worden. Deze nobele doelstelling kan ertoe leiden dat de zwakke bewegingen te vroeg de verkeerde complimenten, aanwijzingen of leervragen krijgen.



Talentvolle bewegingen hebben de neiging 'hetzelfde bijzonder te doen'

Voor een goede verbinding tussen expliciete verbale leerhulp en leerwinst zal de vakleerkracht eerst onderzoek moeten naar de persoonlijke leerwens van de beweging. Hiervoor is observeren meestal niet voldoende en zal de vakleerkracht de tijd moeten vinden om met een beweging het gesprek aan te gaan. In zo'n gesprek wordt duidelijk welke woorden de beweging gebruikt om het bewegingsverloop te benoemen en welke verwachtingen hij/zij heeft. Het leergesprek is een 'omkeerpunt', van impliciet leren naar expliciet leren. Daarbij is van belang erachter te komen welke expliciete 'beweegredes' de beweging heeft om aan de activiteit deel te nemen. Er zijn talloze redenen om te bewegen, maar voor het leren uitvoeren van een bepaalde activiteit

onderscheiden we drie dominante beweegredenen (de 3B's):

- hetzelfde **blijven** doen;
- hetzelfde **beter** doen;
- hetzelfde **bijzonder** doen.

Deze drie beweegredenen gaan over dezelfde beweegactiviteit in eenzelfde context en dus niet over een wens om de activiteit in een complexe context uit te voeren (hogere bok, een andere piste). De tweede beweegreden om het beter te doen is gericht op het nastreven van een ideale uitvoeringsvorm. De derde beweegreden, het op een bijzondere wijze uit voeren van dezelfde activiteit, zien we terug bij talentvolle bewegers die iets persoonslijks aan het ideaalbeeld willen toevoegen (zie free runners en skaters).

De eerste beweegreden, 'hetzelfde blijven doen', is een vorm van leren, want als de beweger ermee stopt dan zal het bewegen slechter worden, dus blijven meedoen is al een verbetering. De vakleerkracht kan met extern gerichte verbale leerhulp de beweger helpen om expliciet te weten wat die in de beweegcontext aan het doen is. Het gaat dan over het leren van begrippen die inzicht geven in de functie van de materialen, de kern van het modelvoorbeeld en een mogelijk verhaal/metafoor waardoor de activiteit een extra betekenis krijgt. Het expliciete leren is dan extern gefocust.

De beweger die graag een betere uitvoeringswijze wil leren (niveau 2), heeft belang bij taal die inzicht geeft in de uitvoeringswijze. Verbale aanwijzingen over de positionering van het lichaam, lichaamsgeoriënteerde aanwijzingen, zijn hierbij behulpzaam. Deze intern gerichte focus op het expliciet leren hoeft niet beperkt te blijven tot de lichamelijke sensaties. De aanwijzingen kunnen ook gericht zijn op de interne emoties of de interne cognities, dit zijn overtuigingen die de beweger met zich meedraagt. Dat wat als 'beter' wordt gezien is vaak gekoppeld aan datgene wat in de sport als 'ideaalbeeld' wordt benoemd.

De talentvolle bewegers hebben de neiging 'hetzelfde bijzonder te doen', dat wil zeggen dat ze op zoek zijn naar een net iets andere uitvoeringswijze dan het algemene ideaalbeeld. Ze zijn in staat om tijdens het bewegen te



Welke expliciete 'beweegredenen' heeft de beweger nodig om aan de activiteit deel te nemen?

experimenteren met een andere timing, tempo of richting van de al beheerste en efficiënte uitvoeringswijze. Ze durven te experimenteren. De focus van het beter worden is dan gericht op de actie zelf. De vakleerkracht kan dan met specifieke timing-, tempo- en richtingsaanwijzingen de beweger uitdagen om het anders te gaan doen.

De brede invloed van verbale leerhulp

Naast het doeldomein 'bewegen verbeteren' zijn er in het bewegingsonderwijs nog twee andere doeldomeinen: 'bewegen waarderen' en 'bewegen regelen', waarbinnen de beweger leerwinst kan halen. Voor de verbinding tussen de doelgebieden 'bewegen verbeteren' en 'bewegen waarderen' is het 'expliciet leren' een belangrijke leervorm om beter na te kunnen denken over wat tijdens het bewegen voor de beweger zelf van belang is. Inzicht in eigen beweegredenen is een vorm van expliciet leren, dat ervoor kan zorgen dat een gewone beweger (niveau 1) hetzelfde blijft doen, ook na het onderwijs. Het zorgt voor levenslang beweeggenoeien. Tenslotte heeft het expliciet leren invloed op de verbinding tussen 'bewegen verbeteren' en het derde doelgebied 'bewegen regelen'. De vaktaal waarmee bewegers elkaar waarderen of bekritisieren heeft grote invloed op de beweegredenen waarom iemand op een bepaalde wijze meedoet aan de gymles.

Tot zover een samenvatting van wat in de tekst op de website met ingang van 2022 aan de orde komt. Hierbij ligt het

accent op de verschillende vormen van expliciet leren bewegen. Belangrijk daarbij is de verbinding tussen de verbale leerhulp van de leerkracht en het bewegingsniveau en de leerwens van de beweger. Om hierachter te komen zal de vakleerkracht een gesprek moeten voeren met de beweger.

Het leergesprek over wat er geleerd is en welke vervolgen er wenselijk zijn, begint niet bij de eisen van het onderwijs of de individuele behoefte van het kind, maar bij een gestuurde introductie van de leerkracht in een bepaalde bewegingscontext. In die bewegingscontext zijn de verbale leerhulp, de complimenten en de aanwijzingen van groot belang voor het verloop van het leergesprek. Het is de vakleerkracht die de 'vaktaal' rondom het bewegen aan de kinderen aanleert die de impliciete basis is voor dat wat de kinderen bewust kunnen vertellen over wat ze doen en willen.

De praktijkstudie op de website gaat zeer gedetailleerd over hoe de verbale leerhulp van de vakleerkracht een positieve basis kan zijn voor het expliciete leren van de beweger als toegift op het impliciete leren bewegen van die persoon. Een praktijkvoorbeeld uit dit onderzoek is te vinden in LO Magazine 9 in 2021 (pag. 26): *Vaktaal over de wendsprong*. ●



Contact

ca.hazelebach@planet.nl

Foto

Hans Dijkhoff

Kernwoorden

onderzoek, impliciet, expliciet, vaktaal, verbale leerhulp