

Tien jaar onderzoek naar Goed leren bewegen: vooral aandacht voor meer bewegen (1)

Hoe nu verder?

In dit artikel blik ik terug op het onderzoek dat rond het thema leren bewegen in de afgelopen tien jaar is uitgevoerd en bespreek ik de kennisbehoeften waaraan nog gewerkt moet worden. Het eerste deel staat stil bij de rond het thema leren bewegen gepubliceerde proefschriften vanaf 2010. In het tweede deel worden de belangrijkste conclusies weergegeven van een aantal vraagverkenningen die recent zijn uitgevoerd ten behoeve van de programmering van het sport- en bewegen onderzoek in de komende jaren. Het eerste deel staat in dit nummer, LO9. Het tweede deel staat als bonusartikel op de website.

TEKST JO LUCASSEN



▲
QR-code naar LO
Magazine site-artikelen

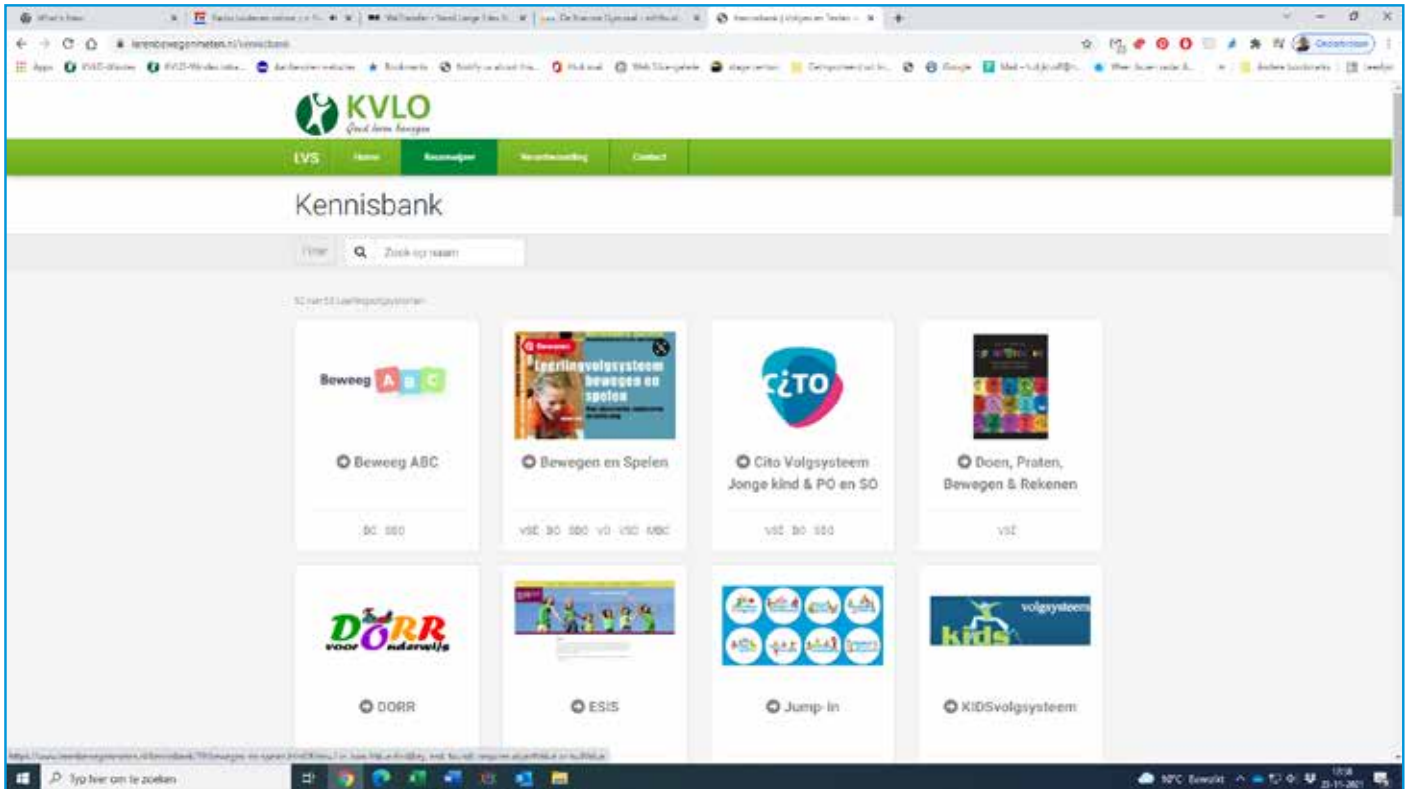
In de *KVLO Vraagverkenning 2020 Goed leren bewegen* die ik samen met Annet Komen maakte, concludeerden we dat 'goed leren bewegen' tussen 2015 en 2020 een duidelijke maar nog bescheiden plaats heeft gekregen in de onderzoeksactiviteiten van een aantal hogescholen, universiteiten en particuliere onderzoeksinstituten in Nederland. Het betreft dan vooral de instellingen die betrokken zijn bij de opleiding van professionals voor het leergebied bewegen en sport en hun lectoren.

Tussen 2015 en 2019 vonden volgens onze inventarisatie ruim 70 onderzoeksprojecten plaats gericht op bewegingsonderwijs en sport op school of leren bewegen in bredere zin. De thematische zwaartepunten in het onderzoek op het gebied van goed leren bewegen lagen in de afgelopen vijf jaar op:

- de relatie tussen bewegen en cognitieve leerprocessen (bewegend leren)
- de mogelijke bijdrage van bewegen op school aan fysieke activiteit (physical activity) en een gezonde leefstijl
- methoden om leerresultaten op motorisch gebied te volgen, testen en beoordelen en de invloed daarvan op motivatie van leerlingen om te bewegen
- mogelijkheden en effecten van een onderwijsaanpak waarin sturing van het onderwijs door leerlingen zelf (zelfregulatie, zelfdeterminatie, leren regelen) een centrale rol speelt
- monitoring van de faciliteiten voor en aanpak van bewegingsonderwijs en sport bij scholen voor verschillende onderwijsvormen.

Potpourri aan wetenschappelijke inzichten

Een deel van de tientallen onderzoeken die na 2010 rond het leren bewegen zijn uitgevoerd, is uitgemond in een proefschrift. We hebben die over deze periode geïnventariseerd en komen tot een lijst van zo'n 35 proefschriften met enige relevantie voor het bewegingsonderwijs en leren bewegen. Deze lijst vind je bij het tweede deel van dit artikel op de site. Het aantal dat jaarlijks is verschenen is daarbij wat toegenomen van twee à drie per jaar tot vijf à zes. Het voert te ver om deze stapel proefschriften uitvoerig te behandelen. We schetsen eerst een algemeen beeld en staan wat uitvoeriger stil bij enkele proefschriften die zich specifiek op het bewegingsonderwijs hebben gericht. Bij ruim een derde van de verschenen proefschriften staat niet zozeer het leren bewegen als doel centraal als wel het bevorderen van de hoeveelheid fysieke activiteit bij de schoolgaande jeugd. In dit opzicht gaat het onderzoek naar bewegen in Nederland gebukt onder de gesel van de beweegnorm. De school wordt in veel gevallen een duidelijke rol en verantwoordelijkheid toegedicht in het bevorderen van een fysiek actieve leefstijl en het is logisch dat ook van het bewegingsonderwijs daaraan een bijdrage wordt verwacht (Collard 2010, Ten Hoor 2017, Van Nassau 2015, De Meij 2013). Op een klein aantal proefschriften na vormt te weinig bewegen en de invloed daarvan op (over)gewicht en indirect gezondheid de belangrijkste motivering voor het doen van het onderzoek. Daarbij focust een behoorlijk aantal proefschriften op de rol



▲ [Lerenbewegenmeten.nl](#)

van de inrichting van de woonomgeving (Aarts 2011, Prins 2012, Beenackers 2013, Van Liempd 2018) of het schoolplein (Jansen 2014, Van Kann 2017, Van Dijk-Wesselius 2020) bij het bevorderen van bewegen.

Een ander terrein waarop verschillende dissertaties zich richten betreft de relatie tussen bewegen en leerprestaties in het algemeen of van bewegen met cognitief leren. Vooral aan de Rijksuniversiteit Groningen (Westendorp 2014, De Bruijn 2019, Van der Fels 2020, Van der Niet 2015) en de Vrije Universiteit (Van den Berg 2020) is dit een thema. Verschillen tussen het motorisch leren van kinderen met een aandoening of handicap en kinderen in het algemeen vormen een thema van promoties in Nijmegen (Adams 2017), Groningen (Emck 2011, Westendorp 2014), Utrecht (Noordstar 2017) en Rotterdam (Wouters 2019).

Maatschappelijke waarde van bewegingsonderwijs

Dit thema wordt behandeld in de proefschriften van Slingerland (2014), Pot (2014) en Platvoet (2020). Menno Slingerland onderzocht de bijdrage van bewegingsonderwijs aan het niveau van fysieke activiteit van schoolkinderen. Die bijdrage kan zowel direct zijn (de les als bron van fysieke activiteit) als indirect (motivatie voor een actieve leefstijl). De directe bijdrage blijkt over het algemeen beperkt vanwege de intensiteit van de gemiddelde gymles. Door fysieke intensivering van de les zou daaraan wel wat te doen zijn, maar zelfs dan blijft de bijdrage beperkt vanwege het kleine aantal wekelijkse

lessen. Het blijft een illusie dat het bewegingsonderwijs de hoofdmoot zou kunnen bijdragen aan het behalen van de beweegrichtlijn door alle kinderen. LO moet dus worden beschouwd als een belangrijke aanvulling op andere beweeginitiatieven in en rond de school.

Slingerland gaat niet uitgebreid in op de indirecte bijdrage. In bepaalde opzichten komt die wel aan bod bij Niek Pot die de rol onderzocht die de school speelt bij de sportsocialisatie. In het bewegingsonderwijs komt vooral het aanleren van fundamentele beweegvaardigheden en het kennismaken met de materialen, regels en technieken van sporten aan bod. Volgens Pot is het echter de vraag of zo'n kennismaking daadwerkelijk bijdraagt aan het verhogen van de sportparticipatie onder jongeren, omdat daarbij te weinig aandacht is voor de sociaal-culturele aspecten van sportstimulering (bijvoorbeeld het netwerk van sport-minded personen, kennis van de sociale omgangsvormen op een sportclub). Ook Platvoet bespreekt de mogelijke bijdrage van bewegingsonderwijs aan hun sportieve ontwikkeling en dan in het bijzonder van hun sportieve talenten.

Een aantal proefschriften richt zich op de mogelijke bijdrage van bewegingsonderwijs en bewegen aan het leren op school in het algemeen (cognitie, kennisvakken). Dit zou eraan kunnen bijdragen dat scholen meer overtuigd raken van het belang van dit leerdomein. Los van de vraag of bewegend leren niet een aantrekkelijke variatie geeft op het 'zittend' leren, is de conclusie van

dit onderzoek dat enkele beweegmomenten van verschillende typen en duur de cognitieve prestaties van kinderen niet verbeteren, maar ook niet verslechteren (Van den Berg 2020). De meerwaarde blijkt vooral te liggen in een toegenomen concentratievermogen na de beweegactiviteiten.

Leren bewegen meten

Mede onder invloed van de wet passend onderwijs is het belang toegenomen van het volgbaar maken van leervorderingen van alle leerlingen. Daar komt bij dat het vaardigheidsniveau van kinderen de laatste jaren duidelijk is afgenomen. Platvoet behandelt in zijn proefschrift ook de ontwikkeling van een test voor motorische vaardigheid, de BLOC-test (balans-locomotion-object control). De test geeft op een bepaalde manier inzicht in het vaardigheidsniveau van kinderen en kan daarmee een hulpmiddel zijn zowel bij herkenning van sportieve talenten als bij het plannen van bewegingsonderwijs. In belangrijke mate blijken de factoren werkhouding, sportief leervermogen (snelle verwerving van vaardigheden, graag nieuwe bewegingen leren) en interpersoonlijke capaciteit bepalend voor de motorische progressie of talentgroei. Voor de inschatting van het sportief leervermogen en werkhouding kan niet worden teruggegrepen op de BLOC test, maar is het beeld daarvan bij de docenten of coaches bepalend.

Voor de inschatting van het sportief leervermogen en werkhouding kan niet worden teruggegrepen op de BLOC test, maar is het beeld daarvan bij de docenten of coaches bepalend

Inspelend op de behoefte aan wetenschappelijk onderbouwde testen zijn ook andere promovendi bezig geweest met het ontwikkelen en optimaliseren van vaardigheidstesten, zoals Joris Hoeboer (2019) en Tim van Kernebeek (2020). Hoeboer ontwikkelde een integrale test voor beweegvaardigheid, tegenwoordig bekend als MQ-scan. Van Kernebeek richtte zich op de al langer gebruikte 4-S test van Van Gelder en Stroes. Beide testen kijken naar de mate waarin kinderen een aantal fundamentele motorische vaardigheden beheersen. Bij de 4-S betreft het vier skills, bij de MQ-scan een serie opeenvolgende bewegingen. Het meten van losse of gekoppelde vaardigheden – zoals dat overigens ook bij de BLOC-test gebeurt – heeft een aantal beperkingen. Het is niet eenvoudig vanuit de testresultaten duidelijke conclusies te trekken naar onderdelen van het curriculum zoals dat is uitgewerkt in de leerlijnen. Die vertaling moet vanuit de ontwikkelaars worden ondersteund en dat gebeurt het meest systematisch bij de BLOC- en 4-S-test. Een

andere beperking is dat de tests maar een deel van de noodzakelijke bekwaamheden meten voor blijvende participatie aan de sport- en beweegcultuur. Niet gemeten worden als motivatie tot bewegen en kennis en ervaring van de (spel)context van sport- en beweegactiviteiten. Zelfs een simpel spel als trefbal doet op veel meer zaken een beroep dan alleen op fundamentele motor skills. Het is dan ook niet voor niets dat de motoriektests nogal eens worden gecombineerd met andere metingen in een 'meetpakket'.

Kwaliteit van pedagogische en didactische begeleiding

In het verlengde van een Fontys onderzoek 'Punt voor gym' heeft Christa Krijgsman (2021) zich in haar proefschrift gebogen over de vraag wat de wijze van beoordelen bij LO doet voor de motivatie van leerlingen. Het maakt nogal wat uit of het beoordelen bij bewegingsonderwijs - bijvoorbeeld met een cijfer - vooral in het teken staat van het vaststellen van de bereikte leerprestaties en het vergelijken daarvan tussen leerlingen of vooral is gericht op feedback aan de leerlingen voor hun individuele leerproces, bekend als 'assessment for learning'. Van die op individueel leren gerichte vorm van evaluatie is bekend dat ze de intrinsieke motivatie bevordert en zelfregulatie van het leerproces ondersteunt (zelfregulatie blijkt overigens ook een cruciale factor bij talentontwikkeling (Jonker 2011, Platvoet 2020)). Deze afwijking hoe de cijfers worden benaderd speelt ook bij het gebruik van de testresultaten van de hiervoor genoemde motoriektests. De docent of trainer bepaalt in belangrijke mate of het klimaat rond beoordelen en testen vooral gericht is op groei of op afrekenen. Bij de motoriektests gaat het dan om de manier waarop die in het onderwijsproces zijn ingebed en de resultaten leiden tot een voor iedere leerling passend vervolg.

Dat keuzes van docenten een cruciale rol spelen voor de resultaten van het onderwijs benadrukt ook Frank Jacobs in zijn proefschrift over de vraag welk sociaal gedrag van jongeren gestimuleerd wordt door coaches en docenten in de sport en in het bewegingsonderwijs. In de praktijk blijkt het docenten LO vrij te staan in welke mate ze aan sociale doelen aandacht besteden en dan gaat het bijvoorbeeld om leren samenwerken of zelfbeheersing leren. Deels gebeurt dit bij gebrek aan houvast: een format voor het LO-curriculum om sociale doelen te bereiken is niet voorhanden. Daarbij bleek dat coaches en docenten in de praktijk geneigd zijn te doen wat hen zelf in het verleden geleerd is en niet altijd meer kritisch reflecteren op situaties die zich in hun lespraktijk voordoen.

Het tweede deel van dit artikel staat als bonusartikel op de website. Dit bespreekt de onderzoeksprioriteiten voor de toekomst.

Jo Lucassen is senior onderzoeker bij het Mulier Instituut en gedetacheerd als kennismanager bij KVLO.

Contact

jo.lucassen@mulierinstituut.nl

Kernwoorden

onderzoek, lichamelijke opvoeding, proefschriften, vraagverkenning