

# Vaardigheidsproeven: bewegingsuitdagingen voor jong en oud

Een doorlopende ontwikkeling zonder breuken, lacunes of overlap, dat is het ideaal van de doorlopende leerlijn. In de Basisdocumenten voor het bewegingsonderwijs voor het primair en voortgezet onderwijs van het Jan Luiting Fonds zijn de leerlijnen verdeeld over twaalf bewegingsuitdagingen en vijf activiteitengebieden (Massink 2017). Deze vertonen opvallende overeenkomsten met de Vaardigheidsproeven waarmee het Nederlands Olympisch Comité (NOC) in de jaren twintig en dertig trachtte Nederlanders lichamelijk te ontwikkelen. Hoe waren deze proeven opgezet? Welke bewegingsuitdagingen stonden erin centraal? En hoe zetten het NOC en de KVLO zich in voor de popularisering ervan?

TEKST JELLE ZONDAG

## Gymnastique Utilitaire

De vaardigheidsproeven waren een idee van Pierre de Coubertin (1863-1937), de grondlegger van de moderne olympische beweging. In 1906 publiceerde hij het boekje *La Gymnastique Utilitaire*, in het Nederlands *Praktische Lichaamsoefening*, ofwel lichamelijke oefening 'die aan het dagelijks leven pasklaar is gemaakt' (De Coubertin 1912; Van Tuyll 1911). De Fransman betoogde hierin dat jongeren over een veelzijdig ontwikkeld lichaam moesten beschikken om zich in de twintigste eeuw – 'de eeuw van de snelle veranderingen' – te kunnen redden.

Om jongeren tot veelzijdig ontwikkelde volwassenen te maken, verdeelde De Coubertin lichamelijke activiteiten onder in drie activiteitengebieden en twaalf bewegingsuitdagingen. Het eerste activiteitenthema was 'redding' te land en te water. Hieronder rekende hij hardlopen, springen, werpen, klimmen en zwemen. Het tweede thema, 'zelfverdediging', bestond uit schieten en schermen, waarbij schermen een verzamelterm was voor schermen per stok, degen en sabel, boksen en worstelen. Het derde activiteitengebied was 'beweging' te voet, te paard en 'mechanisch'. In deze categorie vielen de activiteiten lopen, paardrijden, roeien, zeilen en fietsen. Samen met onderwijzers richtte De Coubertin de *Société des Sport Populaires* op om Franse jongeren te bekwamen in de bewegingsuitdagingen. Deze vereniging organiseerde vaardigheidsproeven en beloonde succesvolle

deelnemers daarvan na afloop met een vaardigheidsdiploma en -medaille.



▲ *Nederlandsch Olympisch Comité (1916), Records en Vaardigheidsproeven*

## De Federatie van Lichaamsvaardigheid

In Nederland ging het in 1912 opgerichte Nederlands Olympisch Comité met de

vaardigheidsproeven aan de slag. Naast een comité dat topsporters afvaardigde naar de Olympische Spelen wilde het NOC nadrukkelijk een volksoepvoedkundig instituut zijn – een Federatie van Lichaamsvaardigheid – dat de lichamelijke opvoeding van alle Nederlanders bevorderde. Om deze ambitie te verwezenlijken, organiseerde het vanaf 1914 de Vaardigheidsproeven.

Deelnemers aan de NOC-proeven moesten in zeven activiteitengebieden aan bepaalde eisen voldoen om een vaardigheidsmedaille en -diploma te behalen (NOC 1914; NOC 1916, Feschotte 1920). In categorie I – ‘hardlopen’ – konden zij kiezen tussen 100 meter, 400 meter en 1500 meter, in categorie II – ‘springen’ – moesten zij hoog-, en verspringen en in categorie III – ‘werpen’ – konden zij kiezen uit discuswerpen, kogelstoten of speerwerpen. Categorie IV – ‘zwemmen’ – moesten zij gekleed en ongekleed afleggen, categorie V – ‘klimmen’ – bestond uit touwklimmen, en bij categorie VI – ‘uithoudingsvermogen’ – was de keuze uit wandelen, hardlopen, wielrennen en roeien. In categorie VII – ‘zelfverdediging’ – konden deelnemers kiezen om te worstelen, schermen of boksen.

Om de doorlopende ontwikkeling van deelnemers te stimuleren, werden zij ingedeeld in verschillende leeftijdscategorieën met oplopende eisen. Zo moesten zij tot 23 jaar een duurloop van 1.500 meter afleggen in vijf minuten en dertig seconden, 27,5 meter speerwerpen en 35 kilometer wandelen in zes en een half uur. Waren zij boven de 23 jaar dan golden de eisen resp. vijf minuten en vijftien seconden, dertig meter en zes uur en een kwartier.

### **Vaardigheidsproeven voor scholieren**

Bij het ontwerpen van de proeven had De Coubertin jongens van boven de veertien jaar

voor ogen en in het bijzonder in de leeftijdscategorie van vijftien tot negentien jaar. Zij moesten in enige mate lichamelijk geoefend zijn, door middel van gymnastiek in het primair onderwijs (De Coubertin, 1912, p.11). Het NOC richtte zich aanvankelijk op volwassenen, maar riep al snel speciale proeven voor middelbare scholieren in het leven, met aangepaste eisen. Scholieren die de leeftijd van zeventien jaar hadden bereikt, moesten net als volwassenen in zeven categorieën hun vaardigheid betonen om de proeven met succes af te leggen. Voor hen golden dezelfde activiteitengebieden en bewegingsuitdagingen als voor volwassenen, alleen bestond categorie VI – ‘uithoudingsvermogen’ – slechts uit wandelen en was categorie VII – ‘zelfverdediging’ – vervangen door gymnastiek.

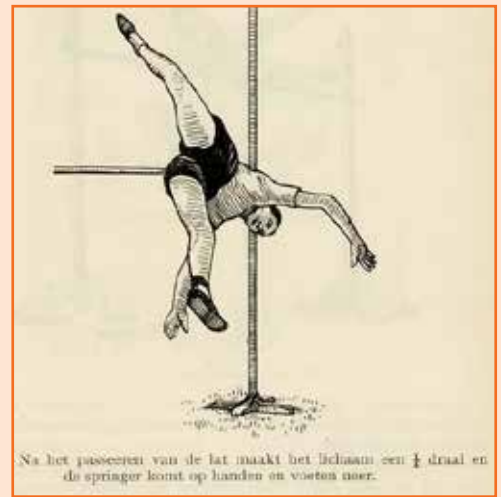
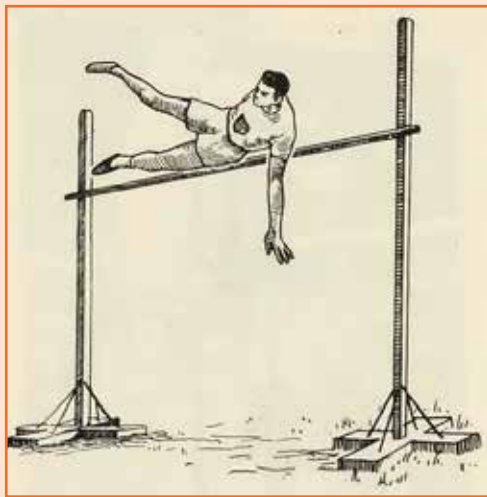
### **De vaardigheidsproeven voor scholieren moesten de afsluiting zijn van de lessen lichamelijke opvoeding in het onderwijs en bewijs geven van de doorgemaakte lichamelijke ontwikkeling van leerlingen**

De vaardigheidsproeven voor scholieren moesten de afsluiting zijn van de lessen lichamelijke opvoeding in het onderwijs en bewijs geven van de doorgemaakte lichamelijke ontwikkeling van leerlingen. Het NOC zette zich voortdurend in voor de popularisering ervan (Wijnand, 1937). Het comité riep in 1921 een Schoolsportcommissie in het leven, met KVLO-bestuursleden Jan Luiting (1859-1929) en Henri Antonie Elias (1871-1924), gymnastiekonderwijzer Martinus Graafland (1868-1956), ALO Amsterdam-oprichter Karel van Schagen (1894-1972) en onderwijsinspecteur Gerrit Bolkestein (1871-1956) als leden. De commissie trachtte bij schoolhoofden belangstelling te wekken en riep de regering op de proeven te steunen. Ook had het plannen voor het invoeren van schoolvaardigheidsproeven voor dertien- tot zeventienjarigen, waarop de eisen voor scholieren vanaf zeventien jaar zouden aansluiten.

De vaardigheidsproeven van het NOC werden nooit echt populair, maar het concept sloeg wel aan bij andere organisaties. Zo werden de plannen voor schoolvaardigheidsproeven opgepikt door lokale bonden voor lichamelijke opvoeding. Het Rijkscollege voor Lichamelijke Opvoeding, een adviesorgaan van de regering, zag in de proeven ook een goed middel om de doorlopende ontwikkeling van lagere schoolleerlingen te bevorderen. In 1938 stelde het college voor de vaardigheidsproeven te laten afleggen in aanwezigheid van ouders, leerlingen en onderwijzers bij het verlaten van

▼  
*Haarlemse scholieren oefenen zich in het zwemmen. Bron: Noord-Hollands Archief. Beeldcollectie van de gemeente Haarlem*





▲ *Instructie voor hoogspringen, uit: K.H. van Schagen, Handboek der Sporten (1924), uitgegeven door de Schoolsportcommissie van het Nederlands Olympisch Comité*

het primair onderwijs (Rijkscollege voor de Lichamelijke Opvoeding, 1938, p.28).

### De vaardigheidsproeven van de KVLO

De KVLO ging ook met het concept aan de slag. De afdeling Haarlem nam het voortouw en introduceerde de vaardigheidsproeven aan het begin van de jaren twintig in het onderwijs. Vanaf de zomer van 1922 legden scholieren deze bij het verlaten van de lagere school af. De organisatie werd ondersteund door de lokale wethouder van onderwijs en gesubsidieerd door de gemeente, waardoor de toekomstbestendigheid gewaarborgd was. De deelnemende leerlingen kregen voor de gelegenheid een dag vrij van school, terwijl de onderdelen wandelen en zwemmen plaatsvonden op een vijftal vrije middagen in juni en juli (Vaardigheidsproeven, 1922).

De Haarlemse proeven concentreerden zich op gymnastiek, atletiek en wandelen. Zwemmen was een facultatief onderdeel. De eisen bestonden voor meisjes uit twee vrije oefeningen en een ladderoefening, hoogspringen (52 centimeter), verspringen (2 meter), hardlopen (60 meter in 14 seconde), balwerpen (12 meter met een tennisbal), vangen (2 van 3 tennisballen, geworpen vanaf 10 meter), wandelen (9 kilometer in 2 uur) en eventueel zwemmen (40 meter borst- en 25 meter rugslag). Voor jongens bestonden ze uit een vrije oefening, een ladderoefening en een klimoefening, hoogspringen (1 meter), verspringen (2,75 meter), hardlopen (80 meter in 15 seconde), balwerpen (20 meter met een tennisbal), vangen (twee van drie tennisballen, geworpen vanaf 10 meter), wandelen (15 kilometer in 3 uur) en eventueel zwemmen (50 meter borst- en 30 meter rugslag). Succesvolle deelnemers ontvingen een na afloop diploma.

De proeven van de afdeling Haarlem waren

een succes. Aan de eerste editie in 1922 deden 873 jongens en meisjes mee, waarvan er 595 slaagden, bijna 70 procent. In de hierop volgende jaren bleef het enthousiasme van onderwijzers en leerlingen groot. In de zomer van 1940 namen inmiddels een duizendtal jongens en meisjes aan de vaardigheidsproeven deel, ondanks de aanvankelijke beperkingen door de ontstane oorlogssituatie (Vaardigheidsproeven voor scholieren, 1940).

Of de Haarlemse leerlingen later ook opgingen voor de vaardigheidsproeven voor middelbare scholieren en volwassenen van het NOC valt niet te achterhalen. De basis voor hun doorlopende ontwikkeling was met het behaalde brevet voor vaardigheid in gymnastiek, springen, hardlopen, werpen, vangen, wandelen en zwemmen in ieder geval gelegd.



Jelle Zondag promoveert op 26 mei aan de Radboud Universiteit Nijmegen op een proefschrift over de geschiedenis van sport en lichamelijke opvoeding in Nederland. Een publieksboek, getiteld 'Volkskracht. Sport, lichamelijke opvoeding en de versterking van Nederland, 1880-1940' is hier te bestellen: <https://www.bol.com/nl/p/volkskracht/9300000032362885/>

### Referenties

- Coubertin, baron P. de (1912). *Praktische lichaams oefening (Gymnastique Utilitaire)*. Baarn: J.F. van de Ven.
- Feschotte, L.H. (1920). *De Vaardigheidsproeven van het Nederlandsch Olympisch Comité*. Leiden: A.W. Sijthoffs Uitgeversmaatschappij.
- Massink, M. (2017, april). Doorlopende leerlijnen. *Lichamelijke Opvoeding*, jaargang 105, pp. 12-15, via <https://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=8993&m=1532950574&action=file.download>
- Nederlandsch Olympisch Comité (1914). *Vaardigheidsproeven*.
- Nederlandsch Olympisch Comité (1916). *Records en Vaardigheidsproeven*. Amsterdam: De Revue der Sporten.
- Rijkscollege voor de Lichamelijke Opvoeding (1938). *De School en de Lichamelijk Opvoeding*. 's Gravenhage: Algemeene Landsdrukkerij.
- Tuyl, F.W. van (1911). Praktische Gymnastiek. In: Nederlandsche Bond voor Lichamelijke Opvoeding. *Studies over Lichamelijke Opvoeding* (pp. 32-43). Amsterdam: Uitgeversmaatschappij Elsevier.
- Vaardigheidsproeven (1922). *De Lichamelijk Opvoeding. Orgaan van de Vereniging van Leraaren en Onderwijzers in de Gymnastiek in Nederland*, jaargang 10, p. 323-324.
- Vaardigheidsproeven voor scholieren (1940, 22 juni). *Haarlems Dagblad*.
- Wijnand, W.C. (1937). De vaardigheidsproeven van het Nederlandsch Olympisch Comité. In: Nederlandsch Olympisch Comité, Federatie van Lichaamsvaardigheid. *Gedenkboek bij het 25-jarig bestaan 1912-1937* (pp. 155-169). 's Gravenhage: N.V. Amst. Boek- en Steendrukkerij v/h Ellerman, Harms & Co.