



De toename in motivatie door ervaren autonomie is een van belangrijkste redenen om zelfstandig te werken in groepen

Autonomie-ondersteunend lesgeven in het basisonderwijs

Hoe kunnen vakleerkrachten in het basisonderwijs hun leerlingen leren om zelfstandig te werken? Een interessante vraag, want om het principe van zelfstandig werken in het bewegingsonderwijs goed voor elkaar te krijgen is vaak een flinke dosis inzet en ondersteuning nodig. Misschien zelfs een methodische aanpak. Binnen het netwerk van vakleerkrachten BO (Stichting AWBR) in Amsterdam West wordt sinds enkele jaren gewerkt volgens het principe van 'autonomie-ondersteunend lesgeven'. Om meer inzicht te krijgen in deze ontwikkeling is onderzocht wat leerlingen vinden van deze manier van werken in de gymles. In dit artikel geven we een eerste indruk van de resultaten. Uit dit praktijkonderzoek blijkt dat leerlingen niet altijd in zijn voor het nemen van zelfstandige beslissingen op basis van zelfregulerende processen zoals het zelf kiezen van bewegingsactiviteiten of op specifieke momenten feedback vragen aan de docent.

| Tekst Marike Semplonius en Jeroen Koekoek

A l decennia lang wordt in het basisonderwijs de nadruk gelegd op het bevorderen van zelfstandig leren en (samen)werken door leerlingen. Zelfstandig werken biedt ruimte voor leerkrachten om differentiatie toe te passen in de les. Bovendien stimuleert het leerlingen verantwoordelijkheid te nemen voor hun eigen leerproces waardoor minder afhankelijkheid ontstaat van de leerkracht (SLO, 2021). Inzichten uit onderzoek naar motivatiepsychologie laten zien dat zelfstandig leren werken ervoor zorgt dat de autonomie en competentie van leerlingen worden vergroot (Deci & Ryan, 2004). Dit

staat vaak in contrast met didactiek waarbij de leerkracht voornamelijk zelf het leerproces aanstuurt of zelfs voorschrijft.

In het bewegingsonderwijs wordt zelfstandig werken in kleine groepen, in tegenstelling tot klassikale lessen (en docent gecentreerde instructie), ook steeds meer gezien als de route waardoor leerlingen beter leren bewegen. De toename in motivatie van leerlingen door ervaren autonomie in gymlessen is een van de belangrijkste redenen om deze werkwijze in de les toe te passen. Zelfstandig werken is een didactiek dat in algemene zin bijdraagt aan leerprocessen en

leerdoelen in het onderwijs, maar in de lessen bewegingsonderwijs krijgt het ook een zeer waardevolle invulling. Er bestaan verschillende opvattingen over zelfstandig werken in de gymles. Ook zijn er variaties in zelfstandig werken mogelijk. Binnen dit didactisch spectrum kan grofweg een onderscheid worden gemaakt tussen bewegen regelen (leren samen reguleren) en zelfregulatie. We lichten eerst deze twee principes toe voordat het accent wordt gelegd op het uitgevoerde onderzoek naar autonomie-ondersteunend lesgeven.

In het bewegen regelen zit de gezamenlijkheid van de groep en de sociale interacties tussen leerlingen. Een beweegsituatie door leerlingen samen laten reguleren is een onderwijsproces dat veel verwantschap heeft met andere leergebieden zoals burgerschap. De gymles wordt steeds meer beschouwd als een context die vergelijkbaar is met wat er gebeurt in de maatschappij. Denk bijvoorbeeld aan de wijze waarop een groep op een democratische wijze leert beslissingen te nemen over de voortgang van een onderwijsproces. Uit de contouren van Curriculum.nu wordt duidelijk dat leerlingen het belang moeten leren van het maken van regels en afspraken om uiteindelijk samen te kunnen bewegen. In de maatschappij zijn er regels, taken en rollen om goed met elkaar te kunnen samenleven. Het leerdomein bewegen en sport is onderdeel van deze maatschappij.

In het vakgebied Burgerschap is dan ook, net zoals in bewegen en sport, een bouwsteen opgenomen dat heet 'Bewegen regelen'. Deze bouwsteen is bedoeld om de bouwstenen 'Vrijheid en gelijkheid' en 'Macht en inspraak' te kunnen oefenen. In de opbouw van dit curriculum wordt duidelijk dat van leerlingen het nodige wordt verwacht tijdens de schoolperiode. Het is een flinke uitdaging voor het bewegingsonderwijs om leerlingen op een systematische (methodische) wijze, via een positieve benadering, in een veilige omgeving in aanraking te laten komen met deze onderwijsprocessen via sociale interacties.

Naast het aspect van het samen regelen heeft zelfstandig werken ook te maken met leerling specifieke elementen zoals zelfregulatie. Zelfregulatie is meer gericht op de processen die een leerling als individu leert. Zimmerman (2002) duidt zelfregulatie als de mate waarin leerlingen op het gebied van metacognitie, motivatie en gedrag actief participeren in hun eigen leerproces. Denk bijvoorbeeld voor bewegingsonderwijs aan actieve betrokkenheid van leerlingen bij het oplossen van beweeguitdagingen. Onderzoek van Duivenvoorden, Van der Kamp, Van Hilvoorde en Savelsbergh (2021) laat zien dat deze betrokkenheid ook de beweegvaardigheid verbetert en de toepasbaarheid vergroot van geleerde vaardigheden in andere contexten. Duivenvoorden et al. (2021) gaven in hun onderzoek naar zelfregulatie leerlingen vrijheid om zelf keuzes te maken in hoe moeilijk zij een taak wilden maken. Een deel van de leerlingen dacht in het maken van deze keuze na over hun strategie. Zelfregulatie zoals dat op deze manier wordt opgevat, heeft als doel om leerlingen in de gymles leerprocessen op een meer duurzame en diepgaande manier door te laten maken. Zo ontstaat er een betere inbedding van de kennis en vaardigheden die leerlingen leren. Tegelijkertijd heeft deze manier van betrokkenheid ook invloed op de ontwikkeling van de beweegidentiteit van leerlingen. Namelijk, in het leren nemen van beslissingen in beweegsituaties en in het leren samen reguleren, krijgen leerlingen meer



De motivatie is over het algemeen hoog bij autonomie-ondersteunend bewegingsonderwijs: de vrije les

duidelijkheid voor zichzelf over de rol en bijdrage die zij daarin zelf hebben en leveren. Maar ook hoe zij zich daarin presenteren en hoe zij door anderen worden waargenomen.

Autonomie-ondersteunend lesgeven

Zelfstandig werken in de gymles kan worden opgevat als een overkoepelende didactiek die is opgebouwd uit elementen zoals het hierboven beschreven leren (samen) regelen en toepassen van zelfregulatie. Een andere (derde) didactische variant die goed past bij zelfstandig werken is het principe van autonomie-ondersteunend lesgeven. Deze werkwijze is stevig geïntegreerd binnen het

netwerk van vakdocenten bewegingsonderwijs in Amsterdam West (stichting Amsterdam West binnen de Ring; AWBR). Autonomie-ondersteunend lesgeven bestaat uit verschillende componenten, zoals het geven van een betekenisvolle uitleg, het gebruikmaken van niet-dwingende taal, het aanbieden van keuzemogelijkheden en het zich kunnen verplaatsen in leerlingen binnen een bepaalde structuur (Hornstra, Weijers, Van der Veen, & Peetsma, 2016).

Binnen het netwerk van stichting AWBR wordt autonomie-ondersteunend lesgeven (naar leerlingen) geduid als de 'vrije les'. In een vrije les worden minstens zes beweegactiviteiten vanuit verschillende leerlijnen aangeboden. Vooraf aan de les worden de activiteiten kort uitgelegd, vaak door het benoemen van regulerings- of bewegingsdoelen voor leerlingen. Na de specifiek korte uitleg van de docent zijn leerlingen vrij om te kiezen welke activiteiten zij voor een onbepaalde tijd gaan beoefenen. Leerlingen dragen verantwoordelijkheid voor de inrichting van hun eigen leerproces. Zo bepalen zij zelf het aantal activiteiten, de volgorde en de duur van beoefenen van de activiteiten binnen de gymles. Binnen de activiteiten worden de leerlingen uitgedaagd om veelal hun eigen invulling te geven aan de beweeguitvoering of





aan het met elkaar samen reguleren. In de vrije les is er voor de docent voldoende mogelijkheid om te differentiëren in de arrangementen voor leerlingen. Maar er is ook ruimte om dit aan de leerlingen zelf over te laten. Als gevolg van autonomie-ondersteunend lesgeven krijgen leerlingen ook meer de autonomie om zelfregulerend feedback te vragen van de docent. De docent krijgt hierdoor een andere rol en probeert door middel van het stellen van vragen te voldoen aan de behoefte van de leerling. De docent probeert in de les het proces te sturen op zelfstandig werken en samen reguleren.

Onderzoek naar autonomie-ondersteunend bewegingsonderwijs

Het onderzoek naar de perspectieven op zelfregulerende processen van leerlingen is tot stand gekomen als gevolg van een hulpvraag vanuit het netwerk AWBR. De vakdocenten vroegen zich af in hoeverre autonomie-ondersteunend lesgeven en zelfregulatie leerlingen motiveert en of metacognitieve vaardigheden worden geactiveerd. Een belangrijk doel is dat het vakgebied bewegingsonderwijs aansluit op de algemene visie van de stichting, waarin eigenaarschap van het leerproces, onderwijs op maat en het vergroten van zelfstandigheid bij de leerlingen belangrijke onderdelen zijn.

Op basis van deze vraagarticulatie is een kwalitatief exploratief onderzoek opgezet voor twee klassen op een Amsterdamse basisschool om de perspectieven van leerlingen uit groep 7 en 8 in kaart te brengen over gymlessen met een autonomie-ondersteunende setting (Semplonius, 2021). Aangrijpingspunt was het in kaart brengen van hun gedachten en ideeën, over wat leerlingen bijvoorbeeld vinden van de invloed en ruimte die ze in meer of mindere mate ervaren in de les. In detail gingen de gesprekken over het zelf mogen uitzoeken en bepalen van hoe leerlingen hun eigen waardering zichtbaar kunnen maken en of zij vinden dat hun eigen inbreng een positieve bijdrage levert aan het leerproces.

Het onderzoek werd uitgevoerd op basis van een lessenreeks waarin processen van zelfstandig werken binnen de 'vrije les' centraal stond. In deze 'vrije lessen' werden wekelijks zes bewegingsactiviteiten aangeboden. Binnen de les was ruimte voor de inbreng van de leerlingen. Zij kregen de mogelijkheid zelf het arrangement en de regels (tot op een zekere hoogte) aan te passen of toe te voegen. Tijdens de reeks werd er wekelijks één activiteit gegeven op basis van video-instructie, video-feedback en zelfgestuurde feedback. De video-instructie bestond uit beschrijvingen

van meerdere beweegniveaus en de bewegingsuitvoeringen konden op een iPad worden teruggekeken. Bovendien was de docent beschikbaar om verbale of fysieke leerhulp te geven. Door middel van digitale monitoring en evaluatie werd het leerproces in kaart gebracht. Ook voor deze activiteit waren de leerlingen vrij in hun keuze om al dan niet te gaan oefenen. Met behulp van focusgroep gesprekken zijn de perspectieven van leerlingen in kaart gebracht.

Een geladen perspectief op 'vrijheid krijgen' in de gymles

Uit de gesprekken met leerlingen kwam naar voren dat de motivatie van de leerlingen over het algemeen hoog is als het gaat om deelname aan autonomie-ondersteunend bewegingsonderwijs (de vrije les). Leerlingen hechten veel waarde aan 'vrijheid' en het maken van hun eigen keuzes met eigen inbreng. Bewegingsonderwijs wordt dan ook gezien als een vrijplek omdat op andere momenten in de klas al veel momenten van verplichtingen door leerlingen worden ervaren. Leerlingen raakten zelfs al minder gemotiveerd wanneer de docent tijdens de les al een bepaalde sturing aanbracht. Opvallend was dat leerlingen niet alleen positief zijn over hun deelname aan 'vrije lessen'. Leerlingen willen actief deelnemen als



Zelfstandig werken in de gymles bevat didactische principes van leren (samen) regelen, zelfregulatie en autonomie-ondersteunend lesgeven

bewegingsactiviteiten aansprekend genoeg zijn en als ze voornamelijk plezier geven. Bewegingsactiviteiten die niet uitdagend of interessant genoeg zijn, met de gegeven vrijheid die leerlingen krijgen in een vrije les, hebben volgens hen extra negatieve invloed op beleefde motivatie en plezier in de les. Deze leerlingen benoemden echter ook specifieke bewegingsactiviteiten die juist te uitdagend waren. De toegezegde vrijheid in het maken van keuzes door de docent zorgden er dan voor dat leerlingen dit type bewegingsactiviteiten juist probeerden te vermijden. Leerlingen hadden een voorkeur voor een goede afwisseling van lessen in groepjes en klassikaal.

Door zelfstandig werken tijdens de vrije les te organiseren is duidelijk geworden dat leerlingen vriendschappen erg belangrijk vinden in hun motivatie om goed mee te blijven doen tijdens de les. De meeste bewegingsactiviteiten werden in de les

gekozen op basis van vriendschapsrelaties. Het bevestigt dat sociale interacties een belangrijke rol spelen in de beleving van kinderen en hoe zij het leerproces ervaren (Koekoek & Knoppers, 2015). Ook door het werken met een digitale methode (video-instructie, video-feedback en monitoring) raakten bepaalde leerlingen meer gemotiveerd. De leerlingen vonden dat ze meer inzicht kregen in hun eigen vaardigheid en ook beter gingen leren door te reflecteren op het eigen proces. Dat perspectief werd echter niet door alle leerlingen gedeeld. Sommige leerlingen vonden dat feedback krijgen van klasgenoten, video-instructies bekijken en ook nog het eigen beweeggedrag monitoren vaak te veel tijd kosten in de les. Met het gebruik van de digitale methode wordt volgens hen juist de vrijheid van kiezen ingeperkt. Niet op basis van beelden gaan bewegen, maar juist een eigen manier vinden of oplossing bedenken werd uitgesproken

door meerdere leerlingen: "We willen gewoon spelen".

Conclusie

In dit artikel hebben we beschreven wat leerlingen van groep 7 en 8 vinden van een autonomie-ondersteunende setting met behulp van digitale middelen. Over het algemeen waarderen leerlingen de vrijheid om tijdens de les zelfstandig beslissingen te kunnen en mogen nemen. Bijvoorbeeld ten aanzien van het zelf beoordelen en het samen reguleren van bewegings-situaties. Maar er is ook een andere kant van het verhaal, waarbij leerlingen de beperkingen van deze didactiek zien en de nadrukkelijke inbreng van hun docent juist waarderen. Bewegen regelen en zelfregulatie zijn belangrijke onderwijsprocessen die in de praktijk van de gymles een genuanceerde aanpak vragen. Onderzoek naar nut en noodzaak van zelfstandig werken in de gymles blijft voorlopig nog een interessant thema. Daarbij is het perspectief van leerlingen op deze processen een belangrijke factor om rekening mee te houden. ●



Bronnen

Scan de QR-code naar de bronnen



bit.ly/3GMQ3SG

Contact

m.semplonius@hva.nl

jh.koekoek@windesheim.nl

Marieke Semplonius is vakleerkracht bewegingsonderwijs binnen de stichting AWBR en verbonden als opleidingsdocent aan de alo van de HvA. Marieke is in 2021 afgestudeerd aan de master LO en sportpedagogiek van de Calo.

Jeroen Koekoek is als docent-onderzoeker verbonden aan de Calo en het lectoraat Bewegen, School & Sport van Hogeschool Windesheim. Daarnaast is Jeroen docent in de master LO en sportpedagogiek.

Foto's

Marieke Semplonius en Anita Riemersma

Kernwoorden

autonomie-ondersteunend lesgeven, zelfregulatie, basisonderwijs, bewegen regelen