

# Bewegen regelen: een praktijkvoorbeeld

Als je een willekeurige vakleerkracht vraagt om de opbouw van het aanleren van een koprol uit te leggen dan blijkt dit in het DNA van vakleerkrachten te zitten. Zonder problemen kan op motorisch vlak een methodische opbouw worden uitgelegd die aansluit bij de verschillende leeftijdsgroepen. Maar dit blijkt een stuk minder eenvoudig als je vervolgens vraagt welke methodische opbouw vakleerkrachten toepassen op zaken als hulpverleners, organiseren, zelfregulatie of de verschillende rollen die er zijn binnen bewegingsonderwijs. We onderzoeken dus wat we aanbieden, in welke leeftijdsgroep en daarnaast hoe we dit aspect van bewegen regelen toepassen.

TEKST OSCAR SCIPIO EN WIEBE FABER

Naast onderwijsadviseur in het Primair onderwijs voor de KVLO, bekleden Oscar Scipio en Wiebe Faber ook een rol als coördinator van de vakgroep bewegingsonderwijs Almere (ASG). Om meer inzicht te verkrijgen in de wat-, waarom- en hoe-vraag, is de vakgroep ASG betrokken bij deze zoektocht naar de methodische aanpak van bewegen regelen (red.).

2 Welke methodische opbouw is er binnen één rol? Dus waarin kan een leerling zich ontwikkelen binnen deze rol.

Aan de hand van deze twee vragen zijn de werkgroep en de vakgroep ASG gaan brainstormen hoe dit in de praktijk methodisch beschreven kan worden.

## Onbewust

Uit onderzoek is gebleken dat vakleerkrachten vaak onbewust bekwaam/onbekwaam zijn als het gaat om het inzetten van bewegen regelen. Onbewust bekwaam kwam hierbij neer op het aanbieden van zelfstandig werken en zelfstandige oefenvormen die op gevoel werden ingezet.

## Concretiseren

Een belangrijke eerste stap is de vraag te beantwoorden: wat is bewegen regelen? In de werkgroep van de leerstoel waarin ALO's en KVLO vertegenwoordigd zijn, bleek dat het concretiseren van de vraag, "Wat is bewegen regelen", in deze fase vrijwel onmogelijk leek. We hebben daarom in dit artikel ervoor gekozen om het vraagstuk terug te brengen naar een deelvraag gericht op een individuele leerling. De werkgroep heeft geprobeerd dit deelvraagstuk te concretiseren tot bepaalde gedragingen en rollen die op het vlak van bewegen regelen toepasbaar zijn voor individuele leerlingen. We beseffen daarbij zeer goed dat andere zaken als groepsdynamica en bewegingsvaardigheid ook van grote invloed zijn op het bewegen regelen.

## Rollen

We hebben onszelf de volgende vragen gesteld; 1 Welke rollen kan een leerling aannemen ter bevordering van zelfstandig werken en/of zelfregulatie?

Tijdens de brainstorm werden een aantal rollen benoemd waaronder:

- Hulpverlener
- Scheidsrechter
- Regelaar/Organisator
- Opbouwer/opruimer
- Mediator
- Puntenteller
- Instructeur
- Coach
- Feedbackgever
- Jurylid
- Evaluator
- Ontwerper
- Observator/toeschouwer.



Hulpverlener

In dit artikel willen wij jullie meenemen in de voorlopige opbouw binnen één van deze rollen. Een voorlopige opbouw omdat de conclusie is dat we nog in de beginfase zijn van de praktische uitwerking op bewegen regelen.

Binnen de methodische opbouw geven wij een gemiddelde vaardigheid weer die een leerling op leeftijdsniveau kan uitvoeren. Op dezelfde wijze als bij reguliere beweegleerlijnen is hierbij getracht om verschillende leerstappen aan te brengen. Voor elke leerling is het tempo waarin deze leerstappen worden gedaan vanzelfsprekend verschillend, kan een leerling hierin stappen overslaan en is niet voor elke leerling de laatste leerstep het doel om te halen. Daarnaast zijn er binnen de leerstappen verschillende gradaties van moeilijkheid. Op de gradaties komen wij verderop in dit artikel terug.

### Eerste voorbeelden

Om toch een voorzichtige aanzet te geven tot concretiseren willen we starten met een opbouw die rollen beschrijft van 'Omgaan met arrangement'. Hierin hebben wij vier verschillende rollen als doorlopende leerlijn beschreven;

1 Opruimer > 2. Hersteller > 3. Aanpasser > 4. Ontwerper.

Binnen elke rol zijn een aantal leerstappen te maken. De rollen zijn passend bij een gemiddelde van elke leeftijdsgroep. Daarnaast zien wij binnen het omgaan met arrangement ook een rol als opbouwer van de activiteit. Omdat deze in de praktijk vaak alleen aan de eerste klas van een dag kan worden toebedeeld, hebben wij deze in de opbouw weggelaten. De rol van opbouwer heeft weer zijn eigen leerstappen.

#### 1 Opruimer

**Leerstep 1:** De leerling kan met hulp van de leerkracht of medeleerling de eigen gebruikte materialen op de juiste plek opruimen.

**Leerstep 2:** De leerling kan de eigen gebruikte materialen op de juiste plek opruimen.

**Leerstep 3:** De leerling kan met behulp van de leerkracht of medeleerling gezamenlijk gebruikte materialen op de juiste plek opruimen.

**Leerstep 4:** De leerling kan op eigen initiatief gezamenlijk gebruikte materialen op de juiste plek opruimen.

De opbouw gaat van verantwoordelijkheid leren nemen op eigen gedrag naar een gedeelde verantwoordelijkheid verkrijgen en/of nemen over een groter geheel.

#### 2 Hersteller

**Leerstep 1:** De leerling kan met hulp van de leerkracht of medeleerling de activiteit in de originele staat herstellen. Bijvoorbeeld het herstellen van materialen die door gebruik zijn verplaatst

**Leerstep 2:** De leerling kan op eigen initiatief de activiteit herstellen in de originele staat. Bijvoorbeeld het herstellen van materialen die door gebruik zijn verplaatst.

De opbouw gaat van gestuurd herstellen van materiaal naar initiatief nemen wanneer materiaal hersteld dient te worden.

#### 3 Aanpasser

**Leerstep 1:** De leerling kan eenvoudige door de leerkracht aangeboden aanpassingen toepassen in de activiteit om het beter te laten lukken voor zichzelf. Zoals aantal getikte spelers aanpassen of aantal rake worpen.

**Leerstep 2:** De leerling kan eenvoudige door de leerkracht aangeboden aanpassingen toepassen in de activiteit om het voor zichzelf uitdagender te maken. Zoals aantal vrijplaatsen of afstand tot het mikdoel.

**Leerstep 3:** De leerling kan door de leerkracht aangeboden aanpassingen toepassen in de activiteit om het beter te laten lukken of uitdagender te maken voor medeleerlingen.

**Leerstep 4:** De leerling kan eigen bedachte aanpassingen toepassen in de activiteit om het beter te laten lukken of uitdagender te maken voor zichzelf (afstemmen met leerkracht in verband met veiligheid).



*Aanpasser, verplaatsen van materialen*

De opbouw gaat van aanpassingen leren maken om het eigen beweeggedrag te beïnvloeden, de ander zijn beweeggedrag te beïnvloeden naar zelf bedachte aanpassingen bedenken om beweeggedrag te beïnvloeden.



### ▲ Puntenteller

#### 4 De ontwerper

**Leerstep 1:** De leerling kan variaties (of organisatievormen) ontwerpen, door met materiaal te ontwerpen binnen een bestaande activiteit. Zoals nieuwe mikdoelen, aantal spelers veranderen of verplaatsen van materialen in een tikspel.

**Leerstep 2:** De leerling kan regels en afspraken ontwerpen op een bestaande activiteit. De activiteit is door de leerkracht klaargezet, de leerling bepaalt de regels en afspraken.

**Leerstep 3:** De leerling kan een activiteit ontwerpen aan de hand van een leerlijn. De leerkracht geeft de leerlijn als opdracht, de leerling ontwerpt zelfstandig het arrangement (bijvoorbeeld als huiswerkopdracht).

De opbouw gaat van eenvoudig ontwerpen binnen een activiteit (regels en afspraken) naar het complexer zelf bedenken van een activiteit. Bij de ontwerper gaan we uit van begeleiding van de vakleerkracht.

In deze methodische opbouw ontwikkelt een leerling zich in vier rollen en verschillende leerstappen van opruimer van een activiteit tot ontwerper van de activiteit. Het wordt zo voor de leerkracht en leerling helder wat de volgende leerstep is in het leren regelen van bewegen. De vier rollen hebben vervolg op elkaar maar afhankelijk van de leerwens van de leerling is niet de vierde rol het einddoel. Ook kan de leerkracht tussen de leerstappen in nog kleinere leerstappen aanbrengen afhankelijk van diezelfde leerwens van de leerling.

#### **Praktijkvoorbeeld**

De vraag is: hoe kun je dit nu in de praktijk toepassen? Hoe maak je inzichtelijk dat een leerling hierbinnen bewust zich ontwikkelt.

Allereerst de notitie dat de bovenstaande vier rollen van omgaan met arrangement binnen verschillende activiteiten een verschillende moeilijkheidsgraad hebben. De vier rollen hebben binnen een toestelactiviteit een andere moeilijkheidsgraad dan binnen spelactiviteiten.

Om kinderen te leren de rollen uit te voeren, kan gestart worden door een 'kapitein' aan te wijzen in een groepje. De kapitein is bewust bezig is met het uitvoeren van de aangeboden leerstappen en de leerkracht begeleidt deze leerling in het proces.

Om bovenstaande leerstappen praktischer te maken leggen wij deze daarom uit aan de hand van een kapitein die zich binnen het groepje bezighoudt met het omgaan met een arrangement binnen een tikspel. De kapitein krijgt een van de vier rollen aangewezen. Deze rol (opruimer, hersteller, aanpasser, ontwerper) moet passen bij het niveau van de leerling. De leerkracht kijkt samen met de leerling welke rol bij de leerling past. Binnen deze rol gaat de leerling starten met de leerstappen. De eerste rol opruimer, tweede rol hersteller en vierde rol ontwerper zijn hierboven beschreven en helder toepasbaar bij een tikspel. Voor rol 3 (aangepasser) maken wij als voorbeeld een meer uitgebreide praktische beschrijving.

Opdracht: Basistikspel met vrijplaatsen, bijvoorbeeld in groep 6.

*Hierbij zijn er kasten waar leerlingen omheen kunnen lopen, meerdere vrijplekken en pionnen die omgelegd worden wanneer iemand getikt is om het einde van het spel weer te geven. De tikker krijgt één minuut de tijd om een x aantal pionnen om te krijgen. De kapitein speelt mee als tikker en als loper en kiest voor hen de aanpassingen.*

**De opbouw gaat van eenvoudig ontwerpen binnen een activiteit (regels en afspraken) naar het complexer zelf bedenken van een activiteit. Bij de ontwerper gaan we uit van begeleiding van de vakleerkracht.**

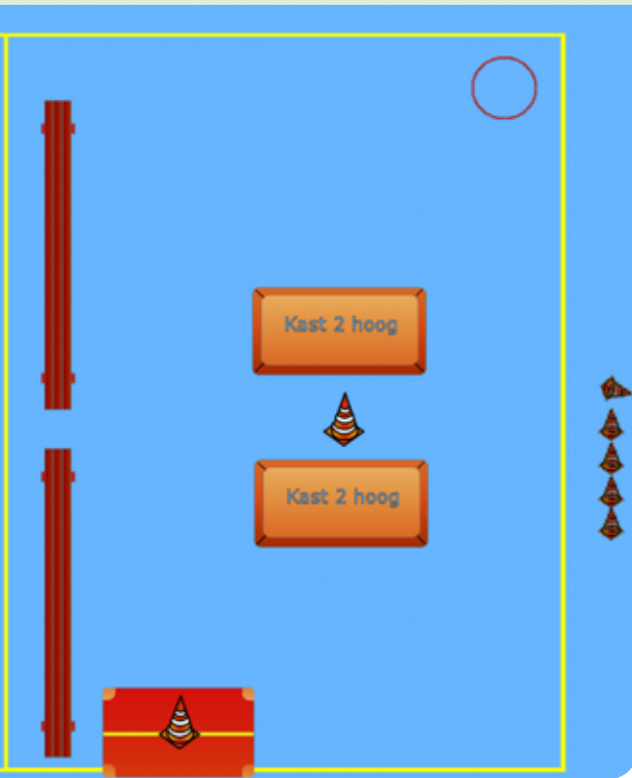
#### 3 Aanpasser in een tikspel

**Leerstep 1:** De tikker (in dit geval kapitein) kiest in plaats van 5 pionnen voor 3 pionnen, waardoor er minder kinderen getikt hoeven te worden voordat het spel eindigt.

*Het leerdoel voor de leerling is het aanleren van de vaardigheid om een spel aan te kunnen passen voor zichzelf, waardoor lukken spannend wordt. Bij welk aantal pionnen lukt het je net om binnen één minuut de kinderen te tikken?*

In dit geval heeft de tikker ervoor gekozen om de volgende aanpassingen te maken;

1. 4 lopers tikken i.p.v. 5
2. De route tussen de kasten is gesloten met de grote pion.
3. De mat is geen vrijplek meer (hier mogen normaal meerdere lopers op staan).
4. Alleen de hoepel wordt nog gebruikt als vrijplek. (Hierbij geldt twee is teveel).



◀ *Scheidsrechten*

**Leerstap 2:** De tikker (in dit geval kapitein) maakt gebruik van meer/minder vrijplaatsen bij het basistikspel door met pionnen de vrijplaatsen dicht te maken.

*Het leerdoel* voor de leerling is het aanleren van de vaardigheid om het arrangement van een spel aan te kunnen passen voor zichzelf, waardoor er voor de leerling een uitdaging ontstaat.

**Leerstap 3:** De kapitein krijgt de opdracht om niet mee te doen in het tikspel, de kapitein gaat over de uitvoering van de activiteit. De aanpasser past door de leerkracht aangereikte differentiaties toe om ervoor te zorgen dat het spel spannender wordt voor de deelnemers. Dit kan zijn dat er looproutes worden dichtgemaakt, meer/minder vrijplaatsen, meer/minder kinderen tikken door de tikker.

*Het leerdoel* voor de leerling is het aanleren van de vaardigheid om een spel aan te kunnen passen voor anderen, waardoor het de tikker net lukt om binnen één minuut alle pionnen om te krijgen.

**Leerstap 4:** De leerling krijgt de opdracht om het spel aan te passen met zelfbedachte mogelijkheden om het makkelijker of moeilijker te maken voor de spelers.

*Het leerdoel* voor de leerling is het aanleren van de vaardigheid om een spel aan te kunnen passen voor anderen en daarnaast het aanleren van nieuwe oplossingen voor de activiteit. Welke oplossing kun je bedenken om het spel moeilijker of makkelijker te maken? De leerling komt zelf met deze oplossingen, bijvoorbeeld het gebruiken van een tikstok(foam) of een extra tikker als hulp voor de zwakke beweger. Of voor de sterke beweger een zandloper van 30 seconden in plaats van 60 seconden.

Het uiteindelijke doel van de werkgroep bewegen regelen is om een werkboek te maken, waarmee studenten en vakleerkrachten bewust bekwaam kunnen worden op het gebied van bewegen regelen. Zodat in de toekomst een methodische opbouw zowel op motorisch als op zelfregulatie vlak een vanzelfsprekendheid is.

Oscar Scipio -  
Onderwijsadviseur PO bij  
de KVLO – coördinator  
vakgroep ASG

Wiebe Faber -  
Onderwijsadviseur PO bij  
de KVLO – coördinator  
vakgroep ASG

### **Contact**

*Onderwijs@kvlo.nl*

### **Kernwoorden**

bewegen regelen, rollen  
voor leerlingen, aanpasser,  
ontwerper

### **Foto's**

Oscar Scipio

*Tijdwaarnemer*

