

# Bewegend leren: zorg of zegen?

**Of bewegend leren een zorg of een zegen is zorgde voor een interessante discussie tussen twee redactieleden van dit vakblad. De één ziet het als een zorg (Herman Verveld, opleidingsdocent Calo) en de ander (Monique van Ark, opleidingsdocent Pabo) als een zegen. Gelukkig zijn ze het beiden wel over één ding eens, bewegend leren moet geen plek krijgen in de lessen bewegingsonderwijs. Hieronder staat de discussie uitgeschreven. Waar H. staat is Herman aan het woord en waar M. staat Monique. Ze spreken beiden in de wij vorm, Herman vanuit de Calo-visie en Monique vanuit de steeds groter wordende groep vakleerkrachten die de dynamische schooldag en het bewegend leren omarmen. | Monique van Ark en Herman Verveld**

**H.** Het bewegend leren schiet als paddenstoelen uit de grond, met name in het po. Echter, op mijn opleidingsinstituut Calo Windesheim te Zwolle heeft vanuit een principiële visie, gebaseerd op relationeel gedachtengoed, altijd het onderwijs in bewegen centraal gestaan. Leren beter bewegen vindt plaats en komt tot stand in een betekenisvolle bewegingcontext, waarin leerlingen de uitdagende beweegproblemen in de verschillende activiteiten naar eigen handelingsmogelijkheden – samen met medeleerlingen en onder leiding van de vakleerkracht – kunnen aangaan en oplossen. De Calo leidt de toekomstige vakleerkrachten op om het beweeggedrag van hun leerlingen in pedagogische en methodisch-didactische zin gunstig te beïnvloeden, zodat zij naar eigen handelingsmogelijkheden en in gezamenlijkheid de beweegproblemen leren aangaan en oplossen. Deze keuze hebben we gemaakt en wij zijn daarin uitgesproken en eigenaardig (Van der Palen, 2020a).

De vakleerkracht bewegingsonderwijs stelt beweegproblemen centraal in zijn lessen terwijl in andere vakgebieden andere specifieke ontwikkelingsproblematieken centraal worden gesteld. Het bewegend leren stelt niet die specifieke beweegproblematiek centraal, maar concentreert zich juist op die andere ontwikkelingsproblematieken.

**M.** Wij zijn het eens dat binnen bewegingsonderwijs het ‘beter leren bewegen’ centraal moet staan, daar is volgens mij geen discussie over nodig. Bewegend leren kan een verrijking van vakdidactiek van andere vakken zijn, het gaat over andere doelen (vakgebieden) dan beter leren bewegen (bewegingsonderwijs). Want voordat we met onze discussie verdergaan, moet dit helder zijn. Het gaat dus niet over een mogelijk verschil in visie op bewegingsonderwijs, maar over een visie op welke rol bewegen en spelen kan hebben op een schooldag (buiten de lessen bewegingsonderwijs).

Bewegend leren en de dynamische schooldag zijn hip, zoals te lezen is in het artikel Bewegend leren is hip! van Wim van Gelder en Mirka Janssen in dit magazine. Als je kijkt naar het overzicht van de tien mogelijkheden van een dynamische schooldag (zie figuur 1 in dat artikel) dan is duidelijk dat ‘beter leren bewegen’ een status apart heeft. Volgens mij zijn wij daar beiden blij mee. Hek erom en afblijven. Dus staat de inhoud van de lessen bewegingsonderwijs los van eventuele toepassing van bewegend leren en is bewegingsonderwijs een belangrijk onderdeel van een dynamische schooldag.

Ook bij ons op de Pabo van Hogeschool Leiden zijn de bewegend leren zaadjes gepland. We hebben al jaren het lectoraat Natuur en ontwikkeling kind. Zij zijn onder andere bezig met het onderzoeken wat buitenonderwijs (een vorm van bewegend leren, je zit immers niet stil op een stoel) kan betekenen voor de ontwikkeling van het kind en dus ook voor het leren (zie het artikel Wat je buiten leert, komt beter binnen van Stefan de Beukelaar & Ellen Rohaan, 2023). Meerdere docenten van de pabo geven de colleges (gedeeltelijk) buiten. Hiernaast is de vakgroep rekenen zeer bevroegen met het dynamisch maken van hun colleges onder andere door middel van het toepassen van bewegend leren. Op deze manier wordt er gewerkt aan een meer dynamische schooldag voor studenten als één van de middelen om de taakgerichtheid en betrokkenheid van studenten te verhogen. Vakleerkrachten bewegingsonderwijs kunnen hun collega's op weg helpen en advies geven hoe ze het onderwijs dynamischer kunnen maken.

**H.** Gaan we met bewegend leren de specifieke beweegproblematiek dan met andersoortige ontwikkelingsproblematieken aanvullen of zal dit het leren beter bewegen langzamerhand gaan vervangen? Met andere woorden: gaat deze groeiende aandacht voor andersoortige ontwikkelingsproblematieken het kerndoel van onze lessen niet verdringen, namelijk beweegvaardig worden? Uit reacties van mijn collega-opleiders begrijp ik dat ik mij niet zo druk moet maken over deze ontwikkeling, want bewegend leren zal het beter leren bewegen niet in de weg gaan zitten, laat staan gaan vervangen. Deze ontwikkeling sluit immers toch goed aan op het belang van goed bewegingsonderwijs, bewegen, spelen en sport op school: 2+1+2?!

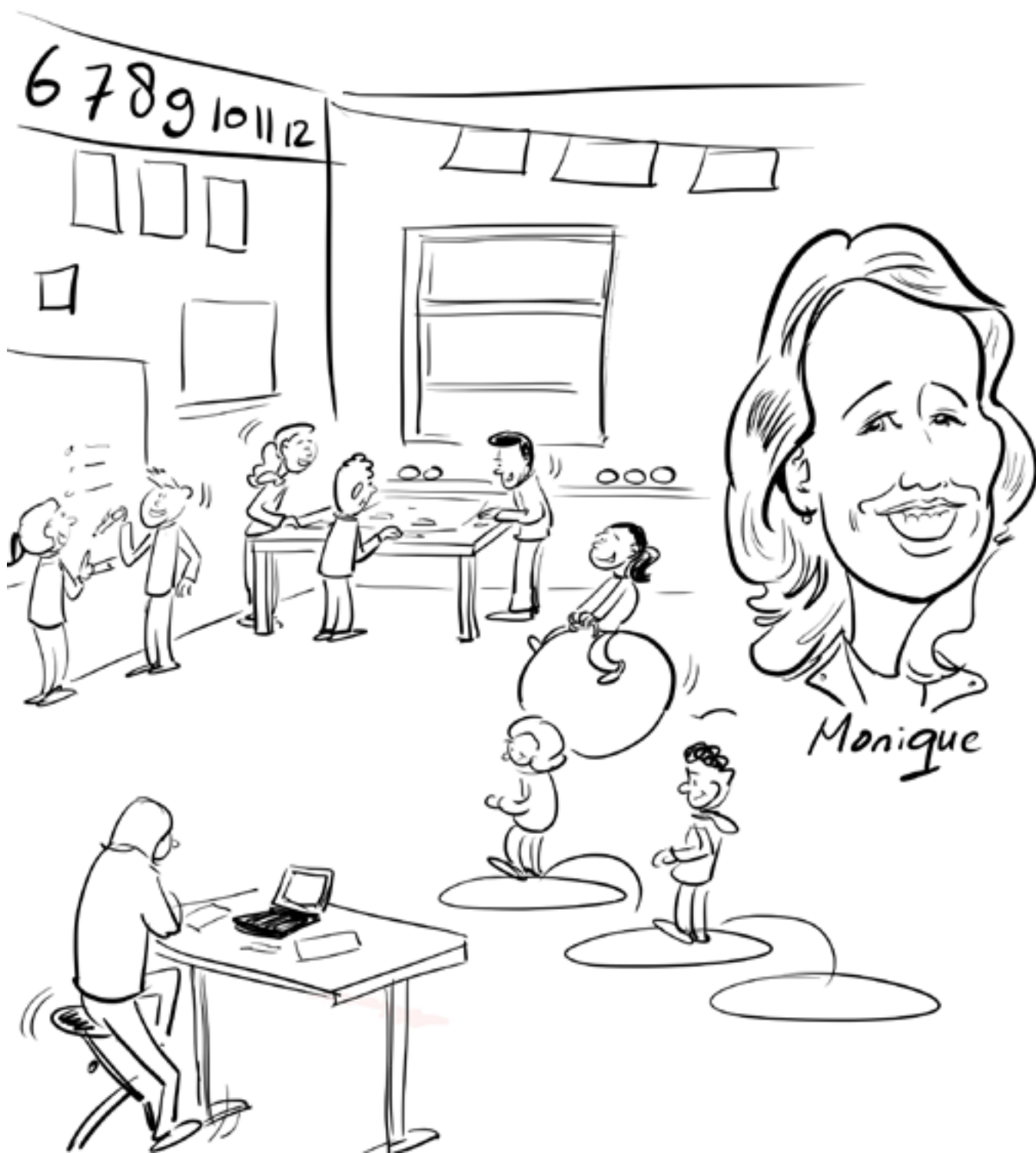
**M.** Volgens ons zal bewegend leren de aandacht voor de kerndoelen bewegingsonderwijs ook niet verdringen, het is zowel geen aanvulling op als geen vervanging van het bewegingsonderwijs. Het is een didactisch middel om aandacht en betrokkenheid te genereren en soms tot begrip te komen of te helpen bij memoriseren. Er wordt nergens geconcentreerd met de kerndoelen van bewegingsonderwijs of aangegeven op welke manier je deze moet behalen. Het zijn twee totaal verschillende zaken, die naast elkaar bestaan. Bewegingsonderwijs en bewegend leren vallen wel beide onder de paraplu van een dynamische schooldag (Van Gelder, et al. 2021), maar zijn verschillend van aard en doel. Net zoals 'schoolomgeving' en 'inrichting van de klas' ook beide onderdelen van de dynamische schooldag zijn, maar geen invloed op elkaar hebben, ze bestaan naast elkaar. Je kunt het zien als verschillende factoren (knoppen) binnen het vormgeven van een dynamische schooldag, als je alle knoppen aandraait ontstaat er een zeer dynamische schooldag. In artikel Bewegend leren is hip! van Wim van Gelder en Mirka Janssen (2023) wordt beschreven dat bewegend leren uit drie uitingsvormen bestaat: bewegen 'tussen', 'tijdens'

het leren en het leren en bewegen 'om' te leren. De reden waarom deze werkvormen worden ingezet is, omdat we de leerlingen een dynamische dag willen aanbieden. Hiernaast weten we uit onderzoek dat bewegen in z'n algemeenheid (zelfs als het tijd kost) niet ten koste gaat van de leerprestaties. Sterker nog, er zijn aanwijzingen dat het leerprestaties kan verbeteren, bijvoorbeeld bij rekenen (zie artikel Bewegend leren: stand van zaken vanuit de wetenschap van Johan Koedijker en Hilde Krajenbrink, 2023). Daarnaast kunnen kinderen die bewegen in de klas zich langer concentreren. Ook zijn leerlingen tijdens de lessen bewegend leren meer betrokken dan reguliere lessen en ervaren leraren in Nederland dat bewegend leren een positieve bijdrage levert aan de motivatie van leerlingen om naar school te gaan. Dit zijn nog meer redenen om aan de slag te gaan met bewegend leren. In het artikel van Koedijker en Krajenbrink (2023) staat hier meer over en zijn de bronnen te vinden. Uiteraard moeten de activiteiten en de begeleiding daarvan wel aan (hoge) kwaliteitseisen voldoen! In dit magazine worden meerdere activiteiten uitgewerkt via het kwaliteitskader, zodat de kwaliteit getoetst kan worden. Tijdens de twee uitingsvormen van bewegend leren staat er geen beweegdoel centraal (zie het artikel van Van Gelder en Janssen, 2023), immers de cognitieve taak moet hier voorop staan. Het bewegen moet geautomatiseerd zijn en makkelijk genoeg om ruimte te geven aan cognitieve processen. We moeten niet gaan werken vanuit angst dat een les bewegingsonderwijs ingezet gaat worden om de reken- en taaldoelen te bereiken. Dit zou hoogstens een enkele keer bijvangst kunnen zijn, maar nooit het hoofddoel. Het is aan de vakleerkrachten zelf, de alo's en KVLO om een duidelijke visie te hebben wat er bij het vak bewegingsonderwijs hoort (beter leren bewegen) en wat niet.

**H.** Laat mij duidelijk zijn. Ook ik ben een voorstander van het richten van

de blik van de vakleerkracht naar buiten, waarbij het belang van een gezonde leefstijl en een duurzame introductie in de sport- en beweegcultuur wordt onderkend. Ook ben ik helemaal niet tegen persoonlijke en sociale vorming binnen het onderwijs. Maar zijn dit niet voornamelijk overkoepelende leerdoelen die vanuit de drie algemene onderwijsdomeinen van kwalificatie, socialisatie en subjectificatie als zodanig kunnen en moeten worden geformuleerd (Biesta, 2011)? Het huidige onderwijssysteem – waar natuurlijk best veel op aan te merken valt – wordt gekenmerkt door verschillende vakgebieden die vakspecifieke leerdoelen uitdragen. En de vakleerkracht bewegingsonderwijs maakt het mogelijk dat het ontwikkelingsveld 'bewegen' voor de leerlingen wordt geopend, net als leerkrachten van andere vakgebieden dat voor hun specifieke ontwikkelingsvelden mogelijk maken, zoals; het muzische, de andere kunsten, de talige en historische wereld, de natuur- en cijfermatige wetmatigheden, het spirituele en vakgebieden als biologie, economie en aardrijkskunde. Deze specifieke onderwijsvelden kennen elk zo hun eigen uitdagingen en problematieken, die samen met de leerlingen worden aangegaan en waarin ze zich verder kunnen ontwikkelen en bekwamen. Schoenmaker, blijf dus bij je leest! Ons vak is een fantastisch en specifiek ambacht. Het is al een hele klus om je zodanig pedagogisch, didactisch en methodisch te bekwamen om goede en adequate lessen bewegingsonderwijs te geven. Als je je vervolgens ook nog expliciet moet richten op andere vormingsdoelen, wordt ons vak een toverbal en lijkt het overal goed voor, maar mist het de kern waar het allemaal om draait.

**M.** Ons vak zal ook een fantastisch en specifiek ambacht blijven en bewegend leren zal de inhoud van de les bewegingsonderwijs niet veranderen. Ook wordt er niet verwacht dat de vakleerkracht de kerndoelen van rekenen en taal leert kennen. Immers, de leerkracht bewegingsonderwijs is



daar niet toe opgeleid. Waarom is volgens ons de vakleerkracht de ideale motivator van het bewegend leren? Hij/zij kent het belang van bewegen en spelen, van een dynamische schooldag. Hij/zij is de beweegexpert in de school; hij/zij weet welke

motorische vaardigheden eenvoudig genoeg zijn om te kunnen inzetten tijdens het bewegend leren en kan hier variatie in aanbieden. Een andere competentie die vakleerkrachten vaak hebben is dat hij/zij vaak goed is in het motiveren van anderen

(collega's). Als laatste is het voor de betrokkenheid van de vakleerkracht enorm waardevol om op een andere manier betrokken te zijn bij het team en de kinderen. Hierbij moet wel worden opgemerkt dat een beginnend vakleerkracht zich



de eerste jaren zou moeten richten op het geven van super goed bewegingsonderwijs voor alle kinderen. Daarna kan hij/zij buiten de gymzaal-muren kijken om het buitenspelen en het naschoolsaanbod te verbeteren. Tenslotte zijn de andere knoppen

van de dynamische schooldag aan de beurt en als dit allemaal staat is bewegend leren het sluitstuk. Het kan vakleerkrachten helpen om zich te laten nascholen en inhoudelijke artikelen te lezen over het thema, zoals in topic LO2 in 2021 en in dit

magazine. Remco Hoeymans (2023), rekenspecialist, heeft een artikel voor ons geschreven dat de brug kan slaan tussen de vakleerkracht en groepsleerkracht. Op de pabo motiveren we andere vakcollega's om tijdens de colleges

de studenten van hun stoelen te laten komen, met als uiteindelijk doel dat de studenten meer aandacht kunnen hebben voor hun lessen en dat ze kennismaken met meerdere vormen van bewegend leren: *teach as you preach*. Het is onze taak om de studenten tools mee te geven om als stagiaire en als groepsleerkracht de dynamische schooldag te adopteren. Het zou fijn zijn als de beweegexpert in de school hen hierbij zou kunnen ondersteunen.

**H.** Mijn vakvisie is hier erg duidelijk: beweegactiviteiten dienen niet als middel voor het aanleren van ander-soortige vaardigheden te worden ingezet, want dan wordt het *moving to learn* in plaats van *learning to move* (Auteurscollectief, juli 2022). Als je maar niet stilzit is het motto van bewegend leren. Als je maar veel en intensief beweegt, dan word je vanzelf slimmer, socialer en gezonder, aldus vele aangetoonde onderzoeken (Janssen et al., 2021). Dit is voor de onderwijspolitiek natuurlijk *gefundes fressen* en boter bij de vis, want dat betekent dat vele en verschillende beweegmomenten altijd zullen leiden tot meerdere ontwikkelingsmogelijkheden van de leerlingen. Daarom ben ik er juist wel huiverig voor dat een dergelijke visie op bewegen in onze lessen bewegingsonderwijs binnensluipt. Dan worden deze lessen vooral een vorm van breed motorisch leren waarin niet de beweeghandelingen en beweegproblemen van de beweegactiviteiten centraal staan, maar de ideaaltypische lichaamsgerichte bewegingen en voorgeschreven basisvaardigheden. Deze lessen stellen dan de grondvormen van bewegen centraal die naar basisvaardigheden en voorgeschreven, ideaaltypische en technische uitvoeringswijzen worden vertaald (Verveld, 2020). Dan kunnen deze typen vaardigheden namelijk ook gemakkelijk worden getest in MQ-scans en kan daarmee worden aangetoond dat de leerlingen daadwerkelijk slimmer en gezonder zijn geworden. Echter, vanuit ons relationele gedachtengoed kijken wij met een andere blik naar 'bewegen' en wat leren beter bewegen zou kunnen

inhouden. Beweegproblemen zien wij hier als ordeningsprincipe niet terug. We geven onderwijs in bewegen, we zijn bewegingsonderwijzers. De methodiek en didactiek die we daarbij inzetten is dan ook betekenisvol en handelingsgericht (*action approach*) en niet contextloos en lichaamsbewegingsgericht (*motor approach*) (Van der Palen, 2000). Als het leren beter bewegen onder een dynamische schooldag gaat vallen, dan is de kans aanwezig dat alles met elkaar samenvalt en hoeven we ons niet meer druk te maken of bewegen nu doel of middel is of zou moeten zijn. Dat is mijn grootste zorg, want hebben we onze eigenheid daarmee niet om zeep geholpen? Dan zeggen schoolleiders, ouders, leerlingen en de onderwijspolitiek: "Laat die dure uren bewegingsonderwijs maar opgaan en integreren in al die vele en verschillende beweegmomenten die we hebben en kunnen creëren in en rondom de school". Daarom wil ik – tegen de huidige ontwikkeling in – een ferm pleidooi houden voor een handelingsgerichte visie op bewegen, die op een relationele visie is gestoeld. Dit moet leiden tot elke dag minstens een uur bewegingsonderwijs voor alle leerlingen, dan hoeven we niet alles in te zetten voor het verder uitbreiden en uitrollen van dynamische schooldagen.

**M.** Het beter leren bewegen binnen het bewegingsonderwijs is inderdaad een 'knop' van de dynamische schooldag. Het staat echter wel apart. Misschien zou het jou geruststellen als het een ander kleurtje krijgt in het overzicht met de tien mogelijkheden van een dynamische schooldag (zie het schema in het artikel van Van Gelder en Janssen, 2023). Ons mooie vak is echter ook zonder apart kleurtje bijzonder, immers wij hebben een wettelijk verplichte lestabel. Hiernaast moet ons vak gegeven worden door een leerkracht met een speciale bevoegdheid. Niet alleen in het vo en mbo, maar ook in het po (zie de factsheet Bevoegdheden primair onderwijs & speciaal onderwijs op [www.impulsbewegingsonderwijs.nl](http://www.impulsbewegingsonderwijs.nl) (KVLO, 2023). Die lestabel en aparte bevoegdheid

betekent echter niet dat door het geven van een les bewegingsonderwijs een schooldag automatisch dynamisch is. Dit betekent dat er, op een dag met een gymles, alsnog ruim 4,5 uur wordt stilgezeten. We (Nederlanders) zijn al Europees kampioen stilzitten en school doet hieraan mee. De risico's van te veel zitten in het onderwijs zijn onder andere uitgebreid beschreven in het artikel Te veel zitten in het onderwijs: risico's en oplossingen van Yannick de Korte en Johan Koedijker in LO3 van dit jaar. Een dynamische schooldag is een antwoord op deze inactiviteit in school.

De angst dat het didactisch middel 'bewegend leren' ooit ten koste zal gaan van onze doelen voor het bewegingsonderwijs is nergens op gebaseerd, behalve een onderbuikgevoel. Mijn onderbuikgevoel zegt zelfs het tegenovergestelde. Ten opzichte van 2021 is er immers onder de 4- tot 12-jarigen sprake van een daling in het percentage kinderen dat aan de beweegrichtlijn voldoet: van 62,3 procent in 2021 naar 56,8 procent in 2022 (CBS & RIVM, 2022). In die beweegarmoede die er steeds meer opkomt, zal het vak bewegingsonderwijs wellicht juist steeds belangrijker worden in plaats van dat we bang moeten zijn voor die verschaling van het bewegingsonderwijs. Kijk maar naar de nieuwe wet die is aangenomen, elke basisschool moet wettelijk verplicht 90 minuten bewegingsonderwijs geven door een bevoegde leerkracht. Er komt juist meer besef vanuit allerlei hoeken dat aandacht voor het beter leren bewegen essentieel is voor de totale ontwikkeling van een kind.

Wel moet de kwaliteit van de bewegend leren werkvormen in de gaten worden gehouden. In het werkveld, op internet en de socials, zie je helaas regelmatig activiteiten voorbijkomen waar wel bewogen, maar weinig geleerd wordt. Gelukkig is er een aanzet tot een kwaliteitskader gedaan, dit kader wordt in het artikel van Wim van Gelder en Mirka Janssen (2023) toegelicht en is er het Bewegend Leren platform ontwikkeld (zie artikel van Eline Geschiere, Sofie Vrieswijk en Marthe Westerbroek, 2023).

Hiernaast zie je steeds meer digitale middelen die bewegend leren aanbieden. In het artikel over serious games van Dion Bulkens, Johan Koedijker en Eline Geschiere (2023) worden de kansen en zorgen hiervan besproken. Ook bij de activiteiten die met deze digitale middelen gedaan worden, zou het eerdergenoemde kwaliteitskader gebruikt kunnen worden.

**H.** Wellicht, verder onderzoek zal dat nog moeten uitwijzen, leiden dynamische schooldagen tot de broodnodige meervoudige ontwikkelingen bij onze leerlingen, maar zoals ik hiervoor heb betoogd, niet tot hun meervoudige beweeghandelingsbekwaamheid. Ik was ook blij met de conclusie van collega Maarten Massink (2023) in het topic van LO3

over Gezonde leefstijl: “De gedachte dat in ons vak in de les gezondheidsdoelen (fitheid: uithoudingsvermogen, lenigheid, kracht) worden nagestreefd en beoordeeld, is een zorgelijke misvatting”. Het is namelijk al een hele klus om meervoudige beweeghandelingsbekwaamheid te bewerkstelligen in de korte tijd die deskundige vakleerkrachten tot hun beschikking hebben. Laten we daar dan onze energie, kunde en geld op blijven insteken.

**M.** Gelukkig vinden we elkaar in jouw conclusie, ik ben het ook eens met onze collega Massink: tijdens de les bewegingsonderwijs heeft de vakleerkracht al zijn deskundigheid nodig om, in de korte tijd die hij/zij heeft, een meervoudige beweeghandelingsbekwaamheid

te bewerkstelligen. Maar dat is in de gymzaal tijdens de les bewegingsonderwijs. En er is meer dan dat, vakleerkrachten kunnen meer betekenen voor een school dan alleen binnen de muren van die zaal. Diezelfde vakleerkracht kan buiten deze les bewegingsonderwijs om een geweldige motivator zijn om collega's bewegen te laten inzetten voor verschillende lesdoelen. De taakuren van die vakleerkracht kunnen worden ingezet om zijn/haar school op weg te helpen naar een dynamische schooldag. In het topic-praktijkartikel Drie aanjagers bewegend leren in dit magazine zijn verschillende voorbeelden te lezen op welke manier vakleerkrachten hun collega's hebben gemotiveerd om bewegend leren op hun school te gaan inzetten. Uiteraard niet ten koste van het beter leren bewegen en buiten de lessen bewegingsonderwijs om. Dus probeer die angst van je af te zetten en laten we er ook voor gaan om tijdens de schooldag bewegen in te zetten als vakdidactisch middel. Op naar een prachtige dag vol spel en beweging, die jij als klein jongetje vast ook erg had gewaardeerd. ●

## Kleurrijk omgaan met gedrag in beweging

### scholing ZPORTIVO gedragsmethodiek



voor **DOCENTEN LO** en **BEWEEGSPECIALISTEN**  
midden-en bovenbouw PO brugjaren VO



**ZPORTIVO THEMA'S**

GEDRAG  
AUTONOMIE  
GROEP  
BEGELEIDING



**ZPORTIVO MODEL**

ZES GEDRAGSKLEUREN  
DRIE DIMENSIES  
METHODISCH TOEPASBAAR



**SCHOLING**

- INCOMPANY VOOR VAKGROEP OF  
BEWEEGTEAM 2023/2024

- KASTEEL UTRECHT WO-MI/AVOND  
6-3/27-3/17-4/12-6-2024 € 750,-

**ONTSPANNEN**

PLEZIER  
BETER LEREN  
SAMENSPLEN  
SPORTIEF  
SPELEN  
WIN-WIN  
GEDRAG  
ZELFSTANDIG  
HEID  
ZELF  
VERTROUWEN  
INCLUSIEF  
RESPECTVOL

**IETS VOOR JOU?**

[zportivospeelgedrag@gmail.com](mailto:zportivospeelgedrag@gmail.com)  
EN ONTVANG INSCHRIJFFORMULIER  
WIL JE MEER WETEN?  
<https://www.zportivo.nl/scholing/>

WWW.ZPORTIVO.NL ERIK BOOT ZPORTIVOSPEELGEDRAG@GMAIL.COM



#### Bronnen

Scan of klik op de QR-code naar de bronnen



#### Contact

[ark.van.m@hsleiden.nl](mailto:ark.van.m@hsleiden.nl)

[hd.verveld@windesheim.nl](mailto:hd.verveld@windesheim.nl)

**Monique van Ark** is opleidingsdocent aan de Pabo in Leiden en **Herman Verveld** is opleidingsdocent aan de Calo

#### Tekening

John Körver

#### Kernwoorden

bewegend leren, dynamische schooldag