

Beweegidentiteit, wat kun je ermee?

Het perspectief van vierde jaars Calo-studenten op de ontwikkeling van de BI van leerlingen

Ideaal gesproken hebben alle leerlingen in de gymles de gelegenheid hun klik met bewegen en sporten te ontdekken en te ontwikkelen. Vaak gebeurt dit 'onder de radar', gewoon tijdens het doen en tijdens korte terloopse gesprekjes tussen leraar en leerling of tussen leerlingen onderling. Misschien omdat er iets is gebeurd (positief of negatief) dat aanleiding geeft tot een gesprek, maar niet planmatig en structureel. Meer en meer raken we ervan doordrongen dat het veel krachtiger is om deze zoektocht naar die klik zichtbaarder en tastbaarder te maken. We zijn dus op zoek naar voorbeelden die ons een beter zicht geven op de beweegidentiteit (BI) van leerlingen, hoe die zich ontwikkelt en hoe we daaraan kunnen bijdragen. In dit artikel gaan we in op het perspectief van Calo-studenten. Hoe kunnen en willen zij hun toekomstige leerlingen in gelegenheid stellen hun klik met bewegen te ontdekken en ontwikkelen? | [Jacob Nienhuis](#)

Het gaat om vragen als 'Wat vind ik leuk om te doen?, Waar ben ik (niet) goed in?, Waarom vind ik dit leuk (of juist saai)? Waar ben ik benieuwd naar? Wat vind ik spannend? Wat laat ik aan anderen zien van mezelf als beweger/sporter? Hoe kijken anderen naar mij als beweger/sporter? Hoe laat ik me door anderen beïnvloeden? Heb ik vertrouwen in mijn eigen kunnen? Mag ik er zijn als beweger/sporter? Voel ik me veilig?'

Wat beweegt Calo-studenten?

Tijdens een studie tweedaagse bij de start van het schooljaar 2023-2024 hebben vierde jaars Calo-studenten deelgenomen aan een workshop over beweegidentiteit. Tijdens de workshop hebben ze nagedacht en gedachten uitgewisseld over hun eigen beweegidentiteit aan de hand van de volgende vragen: Wat drijft jou als beweger/sporter? Wat heeft je beïnvloed als beweger/

sporter? Heeft school daarin een rol gehad? Uiteindelijk hebben de studenten nagedacht over de vraag: Hoe kun je leerlingen in de gymles helpen hun klik met bewegen en sporten te ontdekken en te ontwikkelen? En bedenk wat dat betekent voor de leerling en voor de leraar. Met deze vraag proberen we beelden op te roepen van hoe de gymles een bijdrage zou kunnen leveren aan de ontwikkeling van de BI van leerlingen.

Rol van LO bij ontwikkeling BI

Voordat we ons richten op de kijk van de Calo-studenten op de mogelijkheden om in de gymles te werken aan de BI van leerlingen schetsen we eerst een kader. Als we het hebben over de (ontwikkeling van) BI van leerlingen en de rol die de LO daarin kan spelen, dan zijn er een paar belangrijke richtpunten. Deze richtpunten helpen ons te duiden op welke vlakken er een bijdrage geleverd kan worden. De opbrengsten van de gesprekken met de studenten maken ook duidelijk

op welk vlak er beelden zijn bij hoe dat in de les kan plaatsvinden en op welk vlak er minder of geen beelden zijn.

Richtpunten voor LO

- 1 Het opdoen van positieve ervaringen met een breed scala aan vormen van bewegen en sporten en de (ervaren) beweegcompetentie van leerlingen.
- 2 Interactie met anderen, zowel tijdens de deelname aan bewegen en sport als tijdens het 'gesprek' over die deelname.
- 3 Autonomie en vrijheid van leerlingen om beweegactiviteiten mede vorm te geven.
- 4 Bewustwording en reflectie op de ervaringen met bewegen en sport en de mogelijkheid om daarin keuzes te maken.
- 5 Verbinden van beweegcontexten binnen en buiten de school.

Ad 1. Het opdoen van (het liefst) positieve ervaringen met een breed scala aan vormen van bewegen en sporten is het startpunt voor de ontwikkeling als beweger/sporter. Het mag duidelijk zijn dat het in aanraking komen met diverse vormen van bewegen en sport in allerlei contexten (buiten spelen, sportvereniging, schoolplein, gymles) plaatsvindt. De gymles is dus een van de contexten. Hoe dan ook, een brede beweegbasis die vaak samengaat met een vertrouwen in eigen kunnen (ervaren beweegcompetentie) is bepalend voor de mogelijkheden die je hebt om succesvol en met plezier deel te nemen aan bewegen en sporten, en heeft daarmee grote invloed op je ontwikkeling als beweger en sporter. Het is dus cruciaal dat leerlingen vertrouwen opbouwen in hun kunnen en plezier beleven aan beweegactiviteiten in de gymles.

Ad 2. De interactie met anderen tijdens en rondom het bewegen en sporten is eveneens een belangrijke bepalende factor voor hoe je je ontwikkelt als beweger/sporter. Word je gestimuleerd om te bewegen/sporten door je ouders? Hoe ga je om met anderen tijdens het sporten? Ben jij iemand die zich makkelijk laat beïnvloeden? Of ga je meer je eigen weg? De interactie met anderen kan heel bepalend zijn voor de mate van plezier in het meedoen en daarmee ook op de eventuele keuzes die je maakt (Koekoek, 2023). Het gaat hier om wat je van jezelf laat zien als beweger en sporter en hoe anderen naar jou kijken als beweger en sporter. En hoe dat jou dan weer beïnvloedt. De zichtbaarheid van je eigen lichaam en hoe je beweegt/sport maakt dat je er niet achter kunt verstoppen. Dat betekent dat het voor onzekere, minder vaardige, bange leerlingen niet vanzelfsprekend iets leuks is. Daarom is de manier van interactie tussen leraar en leerlingen, maar ook tussen leerlingen onderling, een zeer bepalende factor voor het al dan niet met plezier kunnen deelnemen aan bewegen en sporten.

Ad 3. Betekenisvol deelnemen aan beweegactiviteiten door leerlingen

betekent ook dat het perspectief van leerlingen op bewegen en sporten wordt meegenomen. Wanneer leerlingen autonomie ervaren bij de keuze en vormgeving van beweegactiviteiten zal hun betrokkenheid toenemen. Het gevoel dat je zelf verantwoordelijk bent en aan het roer zit maakt het leerproces sterker. Zie ook *agency* (Boonekamp, 2022) en het toenemende belang van 'bewegen regelen'. De kans neemt toe dat leerlingen ervaringen opdoen met activiteiten die beter passen bij hun deelnamemotieven en eigen voorkeuren. Daarmee wordt ook een stap gezet in het handelingsvermogen van leerlingen om hun klik met bewegen en sporten te ontdekken en te ontwikkelen.

Ad 4. Bewustwording van en reflectie op de ervaringen die je opdoet met bewegen en sporten kan helpen bij de zoektocht naar welke klik je hebt met bewegen en sporten. Vaak zijn we ons niet zo bewust van waarom we een bepaalde activiteit wel of niet leuk vinden. Door het gesprek hierover te openen, en dat kan heel eenvoudig, bijvoorbeeld door *active reviewing*, kun je meer duidelijkheid krijgen over wat je achterliggende drijfveren zijn bij het

bewegen en sporten. Zie ook de procedure *Triple I: interactive interviewing and imaging* (Boonekamp, 2022). Dit kan weer helpen bij het maken van duurzame keuzes. Het achterliggende doel is dat leerlingen meer zicht krijgen op wie ze zijn als beweger/sporter, hoe ze zich daarin verhouden tot anderen en tot de beweegcultuur.

Ad 5. De pluriforme beweegcultuur komt ook tot uiting via diverse beweegcontexten, zoals het schoolplein, de sportvereniging, de camping, de speeltuin, de sportschool. Het is allereerst van belang dat de leerling in aanraking komt met uiteenlopende beweegcontexten binnen en buiten de school en zo ervaart en weet dat bewegen en sporten op verschillende manieren en vanuit verschillende motieven gedaan kan worden. Vervolgens is het belangrijk dat er verbindingen worden gelegd tussen ervaringen met het bewegen en sporten binnen en buiten de school. Daardoor blijven het niet allemaal op zichzelf staande losse ervaringen maar ontstaat er een samenhangend geheel aan ervaringen waardoor je makkelijker kan switchen tussen contexten, maar ook een beter

Tabel 1 Richtpunten BI in de gymles vanuit perspectief leerling en leraar

N=45, rood ≥ 10 keer genoemd, zwart ≤ 10 keer genoemd

	Leerling	Leraar
1 Positieve ervaring m.b.t. B&S	• Veel uitproberen/ontdekken/ervaren	• Breed en gevarieerd aanbod
2 Interactie		• Persoonlijke aandacht, in gesprek gaan met leerlingen
3 Autonomie	• Keuzes kunnen maken • Aanbod aanpassen/meedenken • Op eigen wijze deelnemen • Verantwoordelijkheid nemen	• Ruimte geven voor keuzes, openstaan voor ideeën van leerlingen • Aandacht voor niveauverschillen • Vrije lessen
4 Bewustwording/reflectie	• Reflectie op ervaringen/keuzes, zoeken en benoemen van interesses	• Nabespreken en evalueren, reflecteren op wat je ziet bij leerlingen • Leerlingen laten nadenken over motieven
5 Verbinden beweegcontexten		• Introductielessen, kennismaking onbekende sporten • Verschillende contexten en verschijningsvormen aanbieden
Voorwaardelijk	• Uitdaging aangaan, actieve deelname, initiatief nemen	• Motiveren, stimuleren, creëren wow-effect

zicht krijgt op contexten die beter bij jou passen.

De (be)grijpbaarheid van BI

In dit slotdeel bespreken we de feedback van de Calo-studenten aan de hand van de bovengenoemde richtpunten voor LO als het gaat om de ontwikkeling van BI van leerlingen in de gymles. Met wat de studenten naar voren brengen hopen we meer grip te krijgen op hoe de ontwikkeling van de BI van leerlingen in de gymles eruit kan zien. Welke puzzelstukjes zijn er? Welke stukjes krijgen al invulling? Welke zijn nog blanco? Wat betekent dit?

De vraag die we studenten hebben voorgelegd was: Hoe kun je in de

gymles leerlingen helpen hun klik met bewegen en sporten te ontdekken en ontwikkelen? Beschrijf dit zowel vanuit het perspectief van de leerling als van de leraar. De feedback is opgehaald bij vierde jaars Calo-studenten tijdens een workshop over BI als onderdeel van een studie tweedaagse op 28 en 29 augustus 2023. In tabel 1 zijn de opbrengsten verwerkt en gerubriceerd.

Conclusie (of beter: discussie)

Vooraf moet worden opgemerkt dat de opbrengsten in de tabel niet moeten worden gezien als 'wetenschappelijk' onderzoek. Het is een soort vooronderzoek, een manier om te kijken naar de opbrengsten, een raamwerk om te

hanteren, zodat het gesprek hierover wat meer structuur krijgt. Verder is het belangrijk het perspectief van de leraar en van de leerling te onderscheiden. Het is vanzelfsprekend dat een veilig pedagogisch klimaat de voorwaarde is om leerlingen in de gelegenheid te stellen zichzelf te zijn als bewegende/sporter. Dat vraagt dus iets van de leraar. Bijvoorbeeld de leerling in de gelegenheid stellen keuzes te maken. Tegelijkertijd zijn we juist ook benieuwd naar het perspectief van de leerling. Wat doet de leerling als hij zijn BI ontwikkelt? Hoe ontwikkelt de leerling zijn BI (klik met bewegen en sporten)?

Als we kijken naar de ervaringen en ideeën van de Calo-studenten, wat valt er dan op?

De tabel spreekt redelijk voor zichzelf: sommige richtpunten roepen veel associaties op, andere wat minder, en enkele helemaal geen.

Volop mogelijkheden

Voor deze groep Calo-studenten begint alles met werkhouding en motivatie. Dat is onmisbaar om tot leren te komen, juist ook als je leerlingen een klik wilt laten ontwikkelen met bewegen en sporten. De leerling heeft daar uiteraard een rol in, maar ook de leraar. Vervolgens is het ervaring opdoen met een breed scala aan beweeg- en sportactiviteiten de basis van waaruit je werkt en dus van waaruit je je klik met bewegen en sport ontdekt en ontwikkelt. Het is van belang dat er iets te kiezen valt en dat leerlingen inbreng hebben in de inhoud/vormgeving van de les. Ook moet er aandacht worden besteed aan het reflecteren op gemaakte keuzes en het benoemen van interesses. Ten slotte moet de leraar ook zorgen dat bewegen en sporten in verschillende contexten en verschijningsvormen worden aangeboden.

Blinde vlek?

De bovengenoemde zaken liggen redelijkerwijs voor de hand. Iets anders is wellicht interessanter: Waar blijven de vakjes leeg? En waarom is dat? Op het vlak van interactie en beweegcontexten verbinden worden door de Calo-studenten geen voorbeelden genoemd als het gaat om het perspectief van



de leerling. Dat zou kunnen betekenen dat men er geen beelden bij heeft, dat het buiten de rijkwijdte ligt van hun ervaring met lesgeven, of dat men het niet belangrijk vindt. Misschien zijn dit wel onderwerpen waar we als vakwereld in zijn geheel nog weinig beelden bij hebben en waar dus werk aan de winkel is. Hoe laten we leerlingen interactie hebben met elkaar als het gaat om het ontdekken en ontwikkelen van een klik met bewegen en sporten? Uit onderzoek weten we dat interactie tussen leerlingen veel invloed heeft op hun deelname, motivatie, keuzes met betrekking tot bewegen en sporten. Dus ligt het voor de hand daar in de gymles explicieter aandacht voor te hebben. Hetzelfde geldt voor beweegcontexten verbinden. We zien wel dat het belangrijk is dat de leraar ervoor zorgt dat er variatie is in de context of verschijningsvormen van beweeg- en sportactiviteiten in de gymles, maar we hebben nog niet bedacht wat de leerling daarmee moet. Is dit een vrijblijvend onderdeel van het programma of moet er meer structureel aandacht zijn, zodat leerlingen daadwerkelijk ervaring opdoen met en kennis hebben van bewegen en sporten in diverse contexten en verschijningsvormen?

Open houding

Al met al zien de studenten volop mogelijkheden om met leerlingen te werken aan de ontwikkeling van hun BI, het ontdekken en ontwikkelen van hun klik met bewegen en sporten. Op sommige vlakken zijn er nog weinig beelden bij hoe dat in de praktijk eruit ziet. Belangrijk is dat de studenten een open houding hebben over het onderwerp en het belang zagen om hierover na te denken. Dat is een eerste stap naar een professionele aanpak van dit thema.

Spiegel

Voor de vakwereld als geheel kan dit artikel als spiegel dienen: Wat doe ik eigenlijk al tijdens mijn lessen om leerlingen te begeleiden op dit vlak? Is dat tussen de bedrijven door of besteed ik er expliciet aandacht aan? Waar laat ik kansen liggen? Welke onderdelen zou ik verder willen onderzoeken? Velen van ons zullen beamen dat ze nastreven dat leerlingen hun klik met bewegen en sporten ontdekken en



ontwikkelen. Maar hoe we dat doen en waar we dan op letten, dat is nog erg onder de radar. Met dit artikel willen we het gesprek hierover verder helpen en een raamwerk bieden om ermee aan de slag te gaan. Uiteindelijk is het doel om dit fascinerende en relevante thema binnen ons vakgebied (be)grijpbaarder te maken.

Dankwoord

In het schrijfproces van dit artikel heb ik steun gehad van een vijftal studenten die met mij verder in gesprek zijn gegaan over dit onderwerp. Dit heeft mij weer een stap verder gebracht in het denken over BI. Dank daarvoor aan Tom Dorrepaal, Hanna Steen Redeker, Niek Veldman, Rutger Mulder en Thomas van der Roest. ●



Bronnen

Boonekamp, G. (2022). Wat beweegt ons? *LO Magazine* 110(9), 12-15.
Koekoek, J. (2023). Sociale interacties in de LO-les. *LO Magazine*, 111(4), 8-13.
Nienhuis, J. (2022). Beweegidentiteit (BI), Verkenning voor de actualisatie van de kerndoelen en examenprogramma's voor het leergebied Bewegen & Sport. SLO, Amersfoort

Contact

j.nienhuis@slo.nl

Jacob Nienhuis is leerplanontwikkelaar bij SLO, nationaal expertisecentrum voor leerplanontwikkeling

Foto's

Anita Riemersma

Kernwoorden

beweegidentiteit, identiteitsontwikkeling, interactie, beweegcontexten