

Beweeg Speel Sport

Vier perspectieven op leren bewegen

In dit artikel wordt een vierkwadrantenmodel gepresenteerd met twee dimensies: 'bewegen beleven - bewegen verbeteren' en 'spelen - sporten'. Het model onderscheidt vier perspectieven: speelbeleving, speelverbetering, sportverbetering en sportbeleving. De vier perspectieven worden toegelicht aan de hand van een voorbeelduitwerking bij volleybal in onderbouw VO. Vanuit de vier perspectieven kan een vaksectie accenten leggen in het beweegprogramma.

TEKST GER VAN MOSSEL

Bewegen beleven en bewegen verbeteren

De drie doeldomeinen kwalificatie, socialisatie en subjectificatie van Biesta (2016) bieden een kader om het onderwijs in bewegingsactiviteiten nader te duiden. Bij kwalificatie gaat het om bewegen verbeteren, bij socialisatie om bewegen (samen) regelen en bij subjectificatie om bewegen beleven. De drie doeldomeinen overlappen elkaar en staan altijd in verbinding met elkaar, zie figuur 1 (Team Onderwijs KVLO, 2017). In dit artikel wordt ingegaan op twee van deze doeldomeinen oftewel twee sleutels uit het basisdocument onderbouw

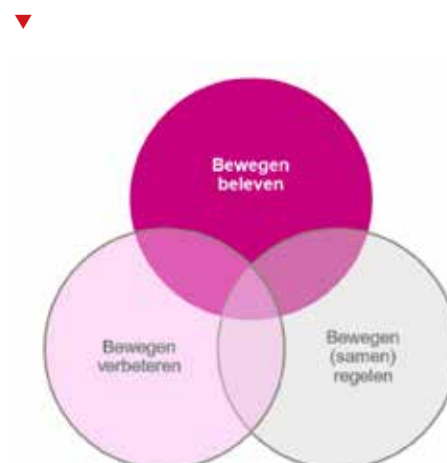
Bewegen beleven en bewegen verbeteren zijn te beschouwen als twee communicerende vaten.

VO (Brouwer et al., 2012): bewegen beleven en verbeteren en bewegen beleven. Bewegen (samen) regelen laten we in dit artikel buiten beschouwing.

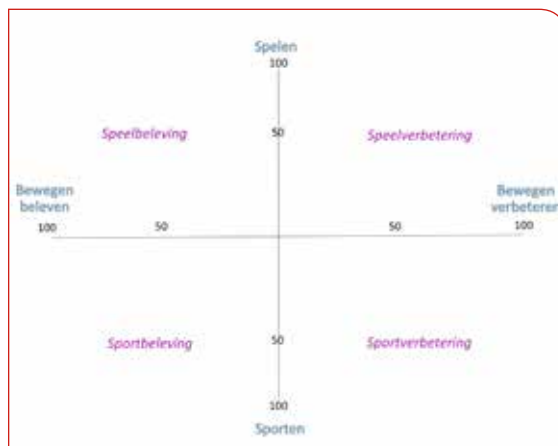
Bewegen beleven en bewegen verbeteren zijn te beschouwen als twee communicerende vaten. In de ene les ligt het accent op het bewegen verbeteren en in de andere les meer op het bewegen beleven. Ook binnen een les

vinden er steeds verschuivingen plaats. Een lesonderdeel begint bijvoorbeeld met een introductie waarbij leerlingen de 'gein' van de bewegingsactiviteit proberen op te roepen, bijvoorbeeld inspelen bij volleybal of het op eigen wijze afleggen van het gehele parcours bij freerunning (leeft 't?). Daarna legt de docent het accent op een of meerdere verbeterpunten bijvoorbeeld in een oefenspelsituatie of het oefenen van diverse freerunning-tricks (leert 't?). Het lesonderdeel wordt afgesloten met bijvoorbeeld een partijspel en het doorlopen van het gehele freerunning-parcours (lukt 't en leeft 't?).

Figuur 1. Venndiagram met de drie sleutels van het basisdocument onderbouw VO



► *Figuur 2. Beweeg Speel Sport: speelbeleving, speelverbetering, sportverbetering en sportbeleving*



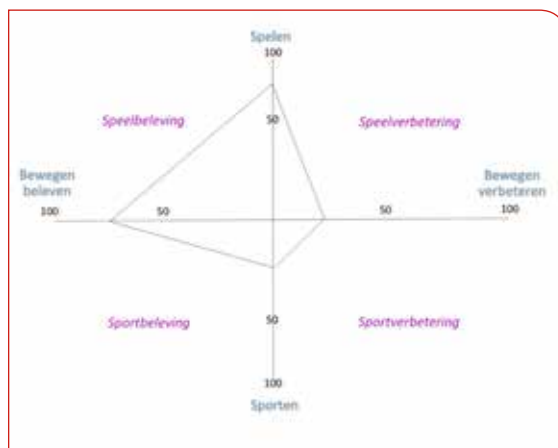
Spelen en sporten

Een andere dimensie is het verschil tussen spelen en sporten. De Canadese sportfilosoof Bernard Suits (1988) definieert sport als een vrijwillige poging om onnodig opgeworpen obstakels bewegend te overwinnen. Bij zowel spel en sport is sprake van een game-karakter. Leerlingen realiseren al bewegend een intrinsiek doel (*lusory goal*) en gaan in op de bewegingsuitdaging. Er gelden bepaalde regels en middelen (*lusory means*) en de deelnemers geven blijk van een speelse houding (*lusory attitude*). Steenberg (2004) onderscheidt agonale bewegingsvaardigheidsspelen (sporten) en speelse bewegingsvaardigheidsspelen (spelen). Bij sporten is het intrinsieke doel eenduidig vastgelegd. Middelen en regels liggen vast. Er is sprake van wedijver en ruimte tot speelse houding onder voorwaarden. Bij spelen zijn intrinsieke doelen, middelen en regels veranderlijk, nemen de deelnemers deel op eigen speelse wijze en is er zonder meer sprake van een speelse houding.

Het verschil tussen spelen en sporten is gra-
dueel. Hoe meer er wordt gespeeld volgens de officiële wedstrijdregels en sprake is van wedijver, hoe meer er wordt verwezen naar de dominante sportcultuur. Hoe meer de middelen en regels worden aangepast en minder wedijver, hoe meer de deelnemers op eigen speelse wijze ingaan op de bewegingsuitdaging van de sportieve, stedelijke of natuurlijke omgeving, bijvoorbeeld in de vorm van freesport (Van Mossel, 2014).

Vier perspectieven op leren bewegen

De twee dimensies 'bewegen beleven – bewegen verbeteren' en 'spelen – sporten' worden weergegeven in een vierkwadrantenmodel (zie figuur 2). Het model onderscheidt vier perspectieven: speelbeleving, speelverbetering, sportverbetering en sportbeleving. Door zowel op de X-as als de Y-as 100 punten te verdelen, wordt het accent op een of meerdere perspectieven gelegd. In figuur 3 en 4 legt een vaksectie respectievelijk het accent op speelbeleving (figuur 3) en op speelverbetering (figuur 4).



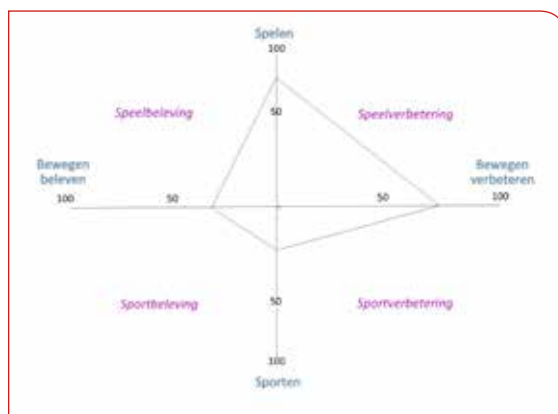
◀ *Figuur 3. Beweeg Speel Sport met accent op speelbeleving*

Spelen worden gekenmerkt door:

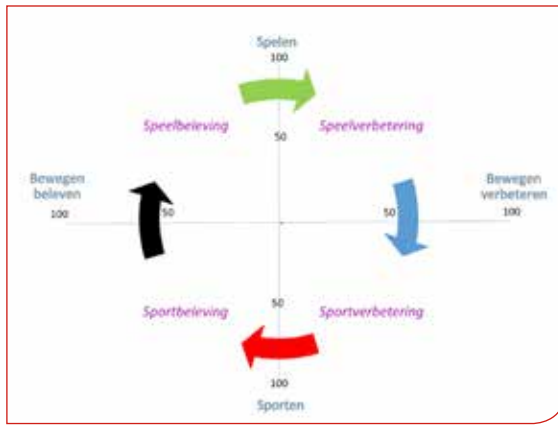
- aangepaste arrangementen, middelen en regels
- deelnemen op eigen speelse wijze
- speelse houding, geen wedijver

Sporten worden gekenmerkt door:

- gestandaardiseerde arrangementen, middelen en regels
- speelse houding onder voorwaarden
- wedijver: test met de ander(en), zichzelf, natuurlijk element of abstract limiet



◀ *Figuur 4. Beweeg Speel Sport met accent op speelverbetering*



▲
 Figuur 5. Volgorde in perspectieven op leren bewegen: van groen naar blauw, rood en zwart

Bij spelbeleving richten de leerlingen zich op het lukken van de bewegingsuitdaging in een aangepast bewegingsarrangement. De leerlingen gaan op eigen speelse wijze in op de bewegingsuitdaging. Suits (1998) noemt dit *primitive play*: een vorm van *play* waarin de deelnemers niet primair gericht zijn op het verbeteren van bepaalde vaardigheden, *play and only play*. Bij spelverbetering verbeteren de leerlingen hun bewegingsvaardigheden in een speelse context. Spelverbetering komt overeen met *sophisticated play* (Suits, 1988) waarbij de deelnemers wel gericht zijn op het verbeteren van vaardigheden. Denk bijvoorbeeld aan leerlingen die zich bij turnen of freerunning proberen te bekwaamen in een bepaalde sprong of trick of bij basketbal in een bepaalde move. Bij sportverbetering verbeteren de leerlingen hun bewegingsvaardigheid in een sportcontext



(*sophisticated sport*). Het bewegen wordt op een bepaalde wijze uitgevoerd die passen binnen de vastgestelde spelregels. Dit vindt bijvoorbeeld plaats in volleyballessen waarin wordt geoefend met in drieën spelen naar de overkant, met een extra bonuspunt voor de smash.

Bij sportbeleving is sprake van gezonde rivaliteit, de deelnemers gaan om met winst en verlies, hebben respect voor de tegenstander, et cetera (*primitive sport*). Bijvoorbeeld in een volleybalwedstrijd waarbij twee homogene teams strijden om de winst of individueel wanneer een vooraf gestelde loopprestatie net wel of net niet gehaald wordt. Tijdens de wedstrijd zijn de deelnemers niet primair gericht op het verbeteren van bepaalde vaardigheid, dat vindt vooraf plaats in de voorafgaande lessen. Tijdens de wedstrijd proberen de deelnemers het eerder geleerde toe te passen.

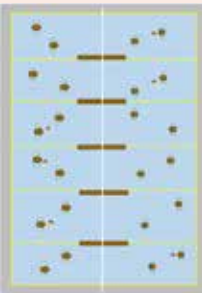
Doorlopende perspectieven

Vanuit de vier perspectieven kan een vaksectie een volgorde bepalen binnen een programma. Figuur 5 visualiseert een vaksectie die achtereen volgens het accent legt op spelbeleving,

Spelverbetering komt overeen met sophisticated play (Suits, 1988) waarbij de deelnemers wel gericht zijn op het verbeteren van vaardigheden

spelverbetering, sportverbetering en sportbeleving. Daarna keert het programma, bijvoorbeeld in de (voor)examenklassen, terug naar spelbeleving waarbij de leerlingen in heterogene groepen met elkaar bewegen. Dominant bewegingmotief is beweegplezier en sociaal contact. De leerlingen genieten van wat zij daarvoor geleerd hebben. De bewegingsvaardige leerlingen spelen zodanig dat de minder vaardige leerlingen optimaal kunnen deelnemen. Beweegplezier voor alle leerlingen in een pedagogische context. In de sport zien we dit bijvoorbeeld terug bij vriendenteams die deelnemen aan voetbal 7 tegen 7 op een half voetbalveld.

In tabel 1 staat een voorbeelduitwerking van volleybal in onderbouw VO vanuit de vier perspectieven. De overeenkomende bewegingsuitdaging is het inplaatsen van de bal in het speelveld van de tegenpartij zodat zij de bal niet of fout terugspelen. De speelse houding van de deelnemers wordt bepaald door het arrangement, de spelregels en de wijze waarop het spelen van de bal is voorgeschreven. Tussen de volleybalspelen zijn er verschillen in nethoogte,

	Speelbeleving Rambal	Speelverbetering Ramvolleybal	Sportverbetering Volleybal in drieën	Sportbeleving Smashball
Arrangement	<ul style="list-style-type: none"> - oude volleybal 'light' die goed stuitert - lengte badmintonnet, kniehoogte - zes velden van 3 x 12 m. met achtermuur, gescheiden door één bank (zie tekening) - 2 tegen 2 	<ul style="list-style-type: none"> - idem als rambal - lengte net wordt stapsgewijs verhoogd van knie- naar hoofdhoogte. Naarmate het net wordt verhoogd, wordt de bal steeds vaker met de handen gespeeld en minder vaak met de voeten. 	<ul style="list-style-type: none"> - volleybal 'light' - lengte volleybalnet, hoogte 2.15-2.24 m. - zes velden van 3 x 10 m. - 2 tegen 2 	<ul style="list-style-type: none"> - volleybal 'light' - lengte volleybalnet, hoogte tussen 1.50-2.10 m. - vier velden van 4,5 x 12 m. - 2 tegen 2 of 3 tegen 3
Bewegingsopdracht	<p>Serveer de bal vanaf achterveld met hand of voet naar de overkant. De bal moet aan de overkant minimaal één keer stuiten binnen de lijnen/de muur. Het verdedigende team speelt de bal terug voordat deze vier keer stuitert in of buiten het eigen vak (max. drie keer stuiten). De bal mag daarbij tegen de muur komen, maar niet tegen het plafond. De bal mag gespeeld worden vanuit het vak van de burens. Een speler mag de bal twee of meerdere keren achter elkaar raken. De bal voor jezelf 'hooghouden' en je daarbij verplaatsen naar het net is niet toegestaan.</p> 	<p>Probeer de aanval af te ronden met een smash.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. De rally wordt gestart met een onderhandse of bovenhandse service vanuit het achterveld. 2. De rally wordt gestart met een smash. De tosser gooit de bal met een boogje naar de setter. De setter geeft een bovenhandse set-up naar de aanvaller. De aanvaller smasht de bal naar de overkant. 	<p>Spelen in drieën.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. De rally wordt gestart met een set-up. De tosser gooit de bal met een boogje naar de setter. De setter geeft een bovenhandse set-up naar de aanvaller. De aanvaller speelt de bal naar de overkant. 2. De rally wordt begonnen met een service. Speel de bal met de onderhandse of bovenhandse service vanuit het achterveld naar de overkant. Het verdedigende team vangt de service (zonder stuit) en gooit de bal met een boogje naar de setter. De setter geeft een bovenhandse set-up naar de aanvaller. De aanvaller speelt de bal naar de overkant. 3. Idem als 2. Het verdedigende team ontvangt de service met de onderarmse techniek (zonder stuit) en past naar de setter. De setter mag de 2de bal vangen of met bovenhandse techniek doorspelen. 4. Idem als 3. De setter speelt echter de 2de bal in een keer door met de bovenhandse techniek. <p>Zie ook Massink, 2009)</p>	<p>Verplicht in drieën spelen.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Speel de bal met de onderhandse of bovenhandse service vanachter de achterlijn naar de overkant. De verdedigende partij vangt de eerste bal (direct of na een stuit) en gooit de bal met een vanggooi beweging naar de setter. De setter geeft een bovenhandse set-up naar de aanvaller. De aanvaller smasht de bal naar de overkant. Het verdedigende team vangt de bal (direct of na een stuit), et cetera. 2. Idem als 1. Het verdedigende team ontvangt de service met de onderarmse techniek (zonder stuit) en past naar de setter.

wel of niet vangen van de bal, aantal keren stuiten van de bal op de grond, al dan niet via de muur, wel of niet met de voeten, starten van de rally en wel of niet verplicht spelen in drieën.

Als de bal met zowel de handen als de voeten mag worden gespeeld ontstaat er een andere speelse houding bij de deelnemers dan wanneer de bal met een bepaalde techniek moet worden teruggespeeld. Een heel laag net lokt eerder uit tot spelen met de voet dan een hoog net. Bij een laag net is het makkelijker om op

verschillende manieren te smashen dan bij een hoog net. Vergelijk het verschil tussen springen (turnen) en freerunning. Bij turnen doen de leerlingen bijvoorbeeld *de* hurksprong en bij freerunning springen de deelnemers op eigen speelse wijze vanaf en over obstakels (Houthoff, Van Mossel & Vijfhuizen, 2010)

Ger van Mossel werkt als docent LO op Het Vlietland College te Leiden en is opleidingsdocent aan de HALO. Hij adviseert en begeleidt vaksecties LO bij vwp-ontwikkeling.

◀ Tabel 1. Volleybal in onderbouw vo vanuit vier perspectieven

Contact

gvmossel@xs4all.nl

Website: www.BeweegSpeelSport.com

Foto's

Hans Dijkhoff

Literatuur

Biesta, G. (2016). *Het prachtige risico van onderwijs*. Culemborg: Uitgeverij Phronese.

Brouwer, B., Houthoff, D., Massink, M., Mooij, C., Mossel, G. van, Swinkels, E., & Zonnenberg, A. (2012). *Basisdocument Bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs*. Enschede: SLO.

Houthoff, D., Mossel, G. van & Vijfhuizen, M. (2010). Dvd Freerunning in voortgezet onderwijs. *Lichamelijke Opvoeding*, 98, (6), 20-23.

Massink, M. (2009). Volleybal: het samenspel opzetten (3). *Lichamelijke Opvoeding*, 97, (6), 24-25.

Mossel, G. van (2014). Beweegplezier! Freesport in VO. *Lichamelijke Opvoeding*, 102, (4), 36-39.

Nevobo (2019). *Smashball*. Verkregen van <https://www.smashbal.nl/media/2810/smashball%20levelkaarten%20nieuw.pdf>

Steenbergen, J. (2004). *Grenzen aan de sport*. Maarssen: Elsevier.

Suits, B.H. (1988). The Trick Triad: Games, Play and Sport. *Journal of the Philosophy of Sport*, 15, 1-12.

Team Onderwijs KVLO (2017). Bewegen als noodzakelijk doel en krachtig middel (1). *Lichamelijke Opvoeding*, 105, (2), 44-46.