



Programma

- (Ervaren) Zelfsturing bij leerlingen
 - Literatuur
 - Ervaringen uit onderzoek
 - Praktijk
- Variatie en motorisch leren
- Video-instructie



Zelfsturing

De mate van zelfstandigheid en controle die een leerling ervaart tijdens het leren van een (in ons geval) motorische vaardigheid.

Autonomie in verschillende facetten van het leren bewegen:

- Timing van feedback (Chiviacowsky e.a., 2008)
- Gebruik van hulpmiddelen (Wulf e.a. 2001)
- Volgorde en duur van gekozen oefeningen (Wisberg e.a., 2002; Wulf e.a., 2010)
- Niveau van de oefeningen (Andrieux e.a., 2012)

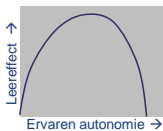


Mastery climate

Geleidelijke toename van de verantwoordelijkheden van leerlingen. (Robinson e.a., 2012)

- Zelfsturing kan op die manier ook 'gewoon' een leerlijn zijn.

De mate waarin zelfsturing wordt toegepast is essentieel!



Ervaringen uit eigen onderzoek

Propedeuse studenten van de Calo.

- Leren jongleren met 14 groepen, 4 condities
 - Leskaarten, video-instructie, zelfsturing en controle.

Studenten vinden autonomie erg leuk, maar ook verwarrend.

In het basisonderwijs is kaderen van zelfsturing buitengewoon belangrijk.

- Keuze in oefeningen beperken
- Zelf variaties laten bedenken





Praktijk



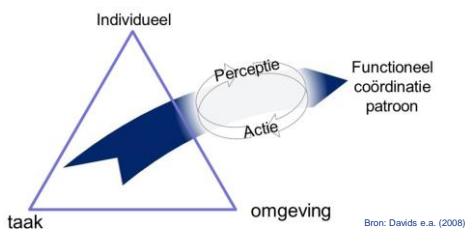
Differentieel leren

- Een ideale uitvoering bestaat niet!
- o "Het uitbuiten van natuurlijke fluctuaties in bewegingsgedrag om een impliciet proces van zelforganisatie te induceren." (Beek e.a., 2005)
 - o Leren is geen lineair proces, de begeleiding zou dat ook niet moeten zijn. (Davids e.a., 2008)

Een benadering op basis van zogenaamde 'constraints' is gepaster.



Leren omgaan met jezelf, je omgeving en de taak



Ervaringen uit eigen onderzoek

Van der Capellen scholengemeenschap, Zwolle.

Leren van een handstand bij 4 klassen, 4 condities:

- o Traditioneel,
- o Differentieel door de leraar,
- o Differentieel m.b.v. videobeelden,
- o Differentieel zelfgestuurd.

Belang van activiteitskeuze. Differentieel leren is uitermate geschikt voor het bewegingsonderwijs!



Ervaringen uit eigen onderzoek

Balanceren op de handen is een geschikte activiteit voor het bo, maar het aanbod moet goed op maat zijn.

- o Focus van leerlingen moet liggen op proberen en leren i.p.v. lukken.
- o Groot belang voor kwaliteit hulpverlening.

Kinderen vinden balanceren moeilijk, maar leuk!

- o Zone van naaste ontwikkeling
- o Uitermate uitdagend beweegaanbod



Praktijk





Voordelen van video-instructie

Leren is het vinden van oplossingen in de huidige *omgeving*, door het betreffende *individu* binnen de (ervaren) *taak*.

Het voorbeeld dat een bewegingsonderwijzer geeft, is *zijn* antwoord in *zijn* context.

Zowel een te makkelijk als een te moeilijk plaatje mist het gewenste effect. (Tsukazaki e.a., 2012)

- o Leerlingen zijn goed in staat om passende voorbeelden te kiezen als het aanbod groot genoeg en goed geordend is.



Een nieuwe rol voor de bewegingsonderwijzer

Gebaseerd op de niet-lineaire pedagogiek. (Davids e.a., 2008)

Kinderen worden uitgedaagd om *functionele coördinatiepatronen* te ontwikkelen. Dat is iets heel anders dan een *beweging* te leren!

Het gebruik van een digitale leeromgeving blijkt eerder *meer* dan *minder* begeleiding te vragen. Die begeleiding is overigens wel van een totaal andere aard.



Conclusie

Zelfsturing kan gezocht worden in:

- o Timing van feedback
- o Gebruik van hulpmiddelen
- o Volgorde en duur van gekozen oefeningen
- o Niveau van de oefeningen
- o ...

Variatie leidt tot anders leren (of het leren van iets anders...)

Video-instructie is een aansprekende waardevolle toevoeging aan je les!





Referenties

- Andrieux, M., Danna, J., & Thon, B. (2012). self-Control of task difficulty during training enhances motor learning of a complex coincidence-anticipation task. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 83(1), 27-35.
- Beek, P. J., Koedijker, J. M., & Oudejans, R. R. (2005). Weten wat je doet is niet noodzakelijk goed. *Sportgericht*, 59(1), pp. 33-38.
- Chiviawowsky, S., Medeiros, F., Kaefer, A., Wally, R., & Wulf, G. (2008). Self-Controlled Feedback in 10-Year-Old Children. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 79(1), 122-127.
- Davids, K., Button, C., & Bennett, S. (2008). *Dynamics of Skill Acquisition; A Constraints-Led Approach*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Duivenvoorden, J., & Klok, L. J. (2012). Begeleiding van het motorisch leerproces onder de loep. Van programma's naar perceptie-actiekoppeling. *Lichamelijke Opvoeding*, 100(9), 38-40.
- Robinson, L., Kipling Webster, E., Wood Logan, S., Amarie Lucas, W., & Barber, L. (2012). Teaching Practices that Promote Motor Skills in Early Childhood Settings. *Early Childhood Education Journal*, 40, 79-86.
- Tsukazaki, I., Uehara, K., Morishita, T., Ninomiya, M., & Funase, K. (2012). Effect of observation combined with motor imagery of a skilled hand-motor task on motor cortical excitability: Difference between novice and expert. *Neuroscience Letters*(518), 96-100.
- Wrisberg, C., & Pein, R. (2002). Note on learners' control of the frequency of model presentation during skill acquisition. *Perceptual and Motor Skills*, 94(3), 792-794.
- Wulf, G., Clauss, A., Shea, C., & Whitacre, C. (2001). Benefits of Self-Control in Dyad Practice. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 72(3), 299-303.
- Wulf, G., Shea, C., & Lewthwaite, R. (2010). Motor skill learning and performance: a review of influential factors. *Medical Education*, 44, 75-84.

