

# (H)erkend beweger: opvoeden binnen bewegingsonderwijs (en sport) bij het **verwerven** van een **beweeg- en sportidentiteit**

Bewegingsonderwijs en de georganiseerde sport leveren elk een belangrijke bijdrage aan de ontwikkeling van jonge mensen als beweger en sporter. Kinderen en jeugdigen worden ondersteund bij het ontwikkelen van een – herkenbare – eigen beweeg- en sportidentiteit. Bewegingsonderwijs (lichamelijke opvoeding) vindt als schoolvak plaats in een pedagogische context en zorgt ervoor dat alle jongeren vanaf hun vierde jaar tenminste twee keer per week bewegen en sporten. Voor leerlingen is er heel wat meer te ‘halen’ dan alleen even lekker bewegen in plaats van stilzitten in de schoolbanken.

Door: Henk van der Palen en Jorg Radstake

**B**ewegingsonderwijs is een *leervak* met als overkoepelend doel het inleiden van jonge mensen in het bestaansveld bewegen. De inzet van bewegingsonderwijs is dat leerlingen op hun eigen wijze deel gaan en blijven uitmaken van onze huidige en toekomstige beweeg- en sportcultuur. Er is dus sprake van een toerustingsfunctie (mee kunnen doen) en een persoonlijke ontplooiingsfunctie (jouw wijze van bewegen ontwikkelen). Om dat verantwoord te doen wordt een krachtige pedagogische omgeving gecreëerd waarin beleving van jongeren een belangrijke rol speelt. Drie basisbehoeften worden gerealiseerd: competentie, autonomie en verbondenheid. Leerlingen ontwikkelen op eigen niveau beweegvaardigheden (competenties). Dat staat centraal in het bewegingsonderwijs. Ze worden regisseur van het eigen leerproces (autonomie). De kracht van samen leren wordt benut (verbondenheid).

## **Beweeg- en sportidentiteit**

Dat bewegen en sporten belangrijk zijn, staat niet ter discussie. Maatschappelijke instituties en de politiek onderschrijven de kracht van beide. Niet zelden worden aan bewegen en sport allerlei instrumentele waarden toegedicht. Belangrijk zijn dan onder andere de invloed op gezondheid (hot item is de bestrijding van obesitas), op het

verhogen van sociale cohesie (in een multiculturele samenleving) en op de ontwikkeling als persoon (denk aan burgerschapscompetenties). Er zijn veel verschillende beweegcontexten. Bewegingsonderwijs is een van de contexten waarin beïnvloeding plaatsvindt op de ontwikkeling van de beweeg- en sportidentiteit van jongeren. Het bewegingsonderwijs heeft met name een pedagogische taak en verantwoordelijkheid: jongeren leren verantwoord te bewegen en te sporten. Het perspectief is een duurzame en eigen wijze van deelnemen aan de beweeg- en sportcultuur.

## **(Bewegings)onderwijs is een pedagogische context**

Het belang van de pedagogische bijdrage van bewegingsonderwijs voor de introductie van jongeren in de wereld van bewegen en sporten, kan niet worden onderschat. In ieder geval is die bijdrage specifiek gerelateerd aan het deelnemen aan beweegactiviteiten. De vakleerkracht is kennisdrager op het gebied van bewegen en sport. Evenzeer is hij een ontwikkelingsgerichte pedagoog. Dat verplicht hem overigens tot voorbeeldig gedrag. Uiteraard is bewegingsonderwijs als vakgebied ingebed in het geheel van de school en van daaruit levert het een bijdrage aan de pedagogische idealen van een school. De opvoedende taak van de school bestaat in ieder geval uit het – samen met de ouders/verzorgers – bijbrengen van normen en waarden die op schoolniveau zijn geformuleerd en zijn ‘vertaald’ naar regels die voor iedereen gelden of ten minste voor een belangrijk deel van de schoolpopulatie. De uitvoering van dit (school)beleid is een gedeelde verantwoordelijkheid van de medewerkers en wordt ook als zodanig ervaren. Leerlingen worden aangesproken op hun gedrag en geholpen om dit waar nodig te veranderen. Grensoverschrijdend gedrag wordt niet getolereerd en zeker waar dit negatieve effecten heeft op medeleerlingen, wordt ingegrepen. De school moet voor de leerlingen een veilige omgeving zijn. Hierbij is de docent de eerste ‘bewaker’ van het naleven van schoolregels en op klassenniveau geformuleerde regels en afspraken. Ook de leerlingen leren elkaar op het naleven ervan te wijzen. Als dit lukt, is het internaliseren van normen en waarden in belangrijke mate gelukt.



Sportidentiteit, eigen wijze van deelnemen

Vaak worden op het niveau van onderwijsteams collectieve afspraken gemaakt. Dat gebeurt ook door de sectie bewegingsonderwijs. Het zorgt ervoor dat sectieleden gezamenlijk zorg dragen voor een gelijkwaardige toepassing van regels die met name gelden in en rondom de lessen bewegingsonderwijs. Steeds vaker worden klassikale afspraken gemaakt over de wijze waarop leerlingen onderling met elkaar om moeten gaan, zodat een positief leef- en leerklimaat ontstaat. Het gaat dan van het aanbieden van hulp aan een medeleerling bij een complexe activiteit tot het niet uitlachen van elkaar bij het mislukken van een activiteit.

## Het pedagogische karakter van bewegingsonderwijs nader geconcretiseerd

### Aansluiten bij de belevingswereld

Bewegingsonderwijzers zoeken nadrukkelijk aansluiting bij interesses van de jongeren. Door in gesprek te zijn met de leerlingen krijgt de docent beter zicht op wat bij de jongeren speelt. En meer nog dan aansluiten bij de belevingswereld van leerlingen moeten leerlingen geholpen worden de grenzen van die belevingswereld te openen en te overstijgen.

Aansluiten betekent in ieder geval beweegactiviteiten kiezen die actueel zijn, herkenbaar en uitdagend. Bewegen en sporten moeten door de leerlingen 'beleefd' en 'doorleefd' kunnen worden. Hierin zitten verschillen tussen leerlingen. Een docent schept een gevarieerd 'beleefklimaat' door binnen de activiteiten een diversiteit aan haal-

bare uitdagingen voor te stellen. Door een betere aansluiting bij hun belevingswereld worden jongeren gemotiveerd mee te doen aan en te leren binnen de aangeboden beweeg- en sportactiviteiten. Leren wordt krachtiger wanneer er voldoende interesse is in de activiteit en er ontstaat ook minder last bij de lesgever om leerlingen 'in beweging' te krijgen en te houden. Pubers willen hierbij niet alleen de wereld om zich heen ontdekken en zich daaraan aanpassen (adaptatie). Ze willen deze ook steeds nadrukkelijker zelf vormgeven (cocreatie). En als daar gelegenheid toe is, zal de betrokkenheid toenemen, doordat dan vorm kan worden gegeven aan belangrijke eigen waarden en idealen.

### Toerustingsfunctie

Het bewegingsonderwijs biedt een gevarieerd aanbod van beweegactiviteiten. Alle leerlingen worden daarmee breed geïntroduceerd in het bestaansveld bewegen, zowel in de schooleigen (binnenschoolse) als in de buitenschoolse beweeg- en sportcultuur. Leerlingen krijgen zicht op welke activiteiten bij hen passen en door hier als leraar regelmatig navraag naar te doen, ontstaat er ook een kijk op waarom en wanneer dat zo is. Juist deze reflectie helpt jongeren goede keuzes te maken voor beweeg- en sportactiviteiten, ook of met name buiten de school, mogelijk in het verband van een sportvereniging. Het ontwikkelen en uitbreiden van beweegvaardigheden staat centraal. Ze krijgen gaandeweg een hoger beweegniveau en leren daarnaast de activiteiten steeds adequater te reguleren, waarbij de regelcomplexiteit toeneemt. Het reguleren kan betrekking hebben op het zelfstandig en samen met anderen opstarten van de les en/of activiteit (bijvoorbeeld het helpen opbouwen van het arrangement, de zaal inrichten), het op gang houden van de activiteiten (bijvoorbeeld in de vorm van scheidsrechters, het verlenen van vanghulp en het leren les- en leidinggeven) en het aanpassen van de activiteit en/of het eigen beweeggedrag, zodat het beter lukt een antwoord te geven op het gestelde bewegingsprobleem.

### Ontploffingsfunctie

De leraar en mogelijk ook de leerlingen zelf formuleren doelen die in de activiteiten gerealiseerd zouden moeten worden. Deze leerdoelen zijn binnen het bereik van de leerlingen, maar ze moeten wel hun best doen om ze te halen. Talentvolle bewegers en de minder sterke bewegers kunnen op hun eigen niveau deelnemen. De leerkracht observeert het beweeggedrag en geeft hulp bij het zoeken naar en realiseren van leereffecten. De ruimte die aan leerlingen wordt gegeven om tot een eigen manier van handelen te komen impliceert dat de docent niet denkt en handelt vanuit ideaaltypische bewegingsuitvoeringen, maar daarentegen juist ondersteunt op basis van verschillen in beweeggedrag tussen leerlingen. De docent sluit aan bij het specifieke leerproces van leerlingen op dat moment en in die context.

### Verantwoord bewegen: competentie, autonomie en verbondenheid

Een belangrijke opdracht van een docent is elk kind in het bewegingsonderwijs plezier te laten ervaren doordat binnen het bewegen hem of haar dingen lukken. Dat ontstaat wanneer leerlingen op een positieve en ondersteunende manier worden benaderd door leerkracht en medeleerlingen. Als kinderen ergens beter in worden, stijgt hun gevoel van **competentie** en zullen ze eerder meedoen aan beweeg- en sportactiviteiten. Dat veronderstelt bij vakdocenten een groot inzicht in leerprocessen binnen bewegen en in de manier



Contact:

[j.radstake@nocnsf.nl](mailto:j.radstake@nocnsf.nl)





Nadrukkelijker zelf vormgeven, cocreatie

waarop deze begeleid kunnen worden. Plezier in bewegen wordt ook vooral dan ervaren als er een zekere onafhankelijkheid is van de lesgever. Om dat te realiseren krijgen leerlingen de ruimte op zoek te gaan naar een eigen manier van bewegen, het oplossen van bewegingsproblemen. In deze **autonomie** wordt en voelt de leerling zich steeds competent. De betrokkenheid op het eigen leerproces en op dat van anderen, zal groter worden. Een docent is er op gericht de afhankelijkheden van leerlingen af te bouwen, hoewel deze steeds opnieuw weer ontstaan als er nieuwe activiteiten worden aangeboden. Maar per saldo zullen leerlingen gaandeweg de regulering van hun eigen leerproces ter hand nemen. Leerlingen kunnen zo aansluiten bij eigen interesses en leerbehoeften. De docent ondersteunt de leerlingen bij het komen tot wenselijke en onderbouwde keuzes. Met het maken van keuzes nemen leerlingen daar ook verantwoordelijkheid voor en zijn ze erop aanspreekbaar. Binnen bewegingsonderwijs wordt geleerd in *verbondenheid* (relatie) met anderen, met medeleerlingen. Maar ook in het regelende aspect is samenwerking te concretiseren: hoe maak je samen een goede dans bij bewegen en muziek en hoe waardeer je beslissingen van een medeleerling die de scheidsrechtersfluit hanteert? Leerlingen leren op een positieve en constructieve manier samen met anderen mee te doen aan beweegactiviteiten. Sociale interacties kunnen daarbij worden beïnvloed door de wijze waarop leerlingen worden gegroepeerd.

### Onderwijs en sport: een winnende combinatie

Sportverenigingen vormen een andere context dan die van de scholen waarin de ontwikkeling van een sportidentiteit plaatsvindt. Aan verenigingen wordt steeds meer gevraagd om een pedagogische taakstelling, om het leren normatief en waardenvol te handelen. Zeker voor vrijwilligersorganisaties die sportverenigingen meestal zijn, is dit een complexe taak. Als sport en onderwijs nadrukkelijk samenwerking zoeken, waarbij elk de eigen specifieke context inbrengt en borgt, leidt dat tot een perspectiefrijke krachtenbundeling voor een gewenste gedragsbeïnvloeding van jonge sporters. De kwaliteit van de begeleiding speelt daarbij een grote rol, zo niet de hoofdrol. Er komen gelukkig steeds meer verbanden tussen het onderwijs en de sport en dus ook meer ontmoetingen tussen leraren bewegingsonderwijs en sporttrainers/-coaches. Hierdoor neemt de kennisuitwisseling toe, ook met betrekking tot de vraag hoe je kunt zorg dragen voor verantwoord een veilige ontwikkelomgevingen voor jongeren. In deze zin horen sport en onderwijs bij elkaar en versterken elkaar. Een naschools programma kan (daarmee) een brug slaan tussen onderwijs en sport, waarbij gedacht kan worden vanuit een doorlopende leerlijn tussen onderwijs, naschoolse sport en de sportvereniging. Hier ontmoeten de bewegingsonderwijzer en de trainer elkaar en daar vindt een wederzijdse beïnvloeding plaats, onder andere vanuit pedagogische perspectieven en opvoedkundig handelen. Niet alleen een uitdaging, maar ook zeker een mooie kans, voor sport en onderwijs als een winnende combinatie <http://www.nocnsf.nl/sportenonderwijs>.

Dit artikel betreft een ingekorte versie van het complete artikel dat te vinden is op [www.kvlo.nl](http://www.kvlo.nl). Het is één van de hoofdstukken, die in het boek 'Goud in elk kind, jeugdsport in een pedagogisch perspectief' (uit de reeks 'Sport en kennis' van daM uitgeverij) in november 2012 uitgegeven is. Het boek geeft handvatten aan al die vrijwilligers of betaalde krachten die werken met jeugdige sporters en hen willen begeleiden – middels sport – naar volwassenheid. Het geeft inzichten in hoe zij een pedagogische aanpak kunnen realiseren.

*Henk van der Palen is hoofddocent aan de Hogeschool Windesheim in Zwolle. Jorg Radstake is opleidingsdocent aan de Hogeschool Windesheim in Zwolle en tevens als adviseur sport en onderwijs bij NOC\*NSF (vanuit een detachering) werkzaam. ◀*