

Plezier in spelen?!

Onderzoek naar het plezier van leerlingen tijdens spellessen in het voortgezet onderwijs

In de masteropleiding van de ALO's wordt regelmatig door studenten praktijkgericht onderzoek gedaan. Dit levert resultaten op die interessant zijn voor de praktijkgerichte lezer/LO-docenten. In het praktijkkatern zijn we gestart met artikelen waarin aandacht is voor resultaten van deze onderzoeken. Deze keer een onderzoek over de effecten van oefenend leren spelen of spelend leren spelen.(Red.)

Door: Bregje van Eijck

Evolutie spelonderwijs

Binnen de lichamelijke opvoeding (LO) heeft het spelonderwijs de laatste jaren enkele fundamentele veranderingen doorgemaakt. Waar voorheen de technische benadering van de spelsporten tijdens de lessen LO centraal stond, lijkt volgens onderzoek het spelend leren spelen steeds belangrijker te worden (Leysen, 2004). Helaas wordt in het voortgezet onderwijs in Nederland nog steeds vaak gekozen voor de technische benadering, ook wel 'oefenend leren spelen' genoemd. Dit heeft, onder andere, te maken met de voor-

opleiding die de meeste docenten LO gehad hebben (Leysen, 2004). Hen is aangeleerd dat het beheersen van technieken nodig is om deel te kunnen nemen aan het spel. Er blijkt echter geen wetenschappelijk bewijs te zijn dat deze visie ondersteunt (Rink, French & Tjeerdsma, 1996).

Succesvol zijn in spelen is meer gebaseerd op het beheersen van spelcompetenties dan het leren van de perfecte technieken (Turner, 2001). Het oefenen van bepaalde technieken wordt pas interessant als er iets in het spel

mislukt (Timmers & Meertens, 2001). De leerling kan dan betekenis geven aan de techniek en begrijpt beter waarom de techniek helpt om het spel beter te leren spelen. Het oplossen van spelproblemen en het betekenisvol leren komt ook terug in het 'teaching games for understanding'-model (TGFU) (Zie figuur 1).

Betekenisvol leren

Dit model is oorspronkelijk ontwikkeld door Bunker en Thorpe (1986) en werd later verfijnd door Holt, Streat en Bengoechea (2002). Deze benadering laat zien dat het

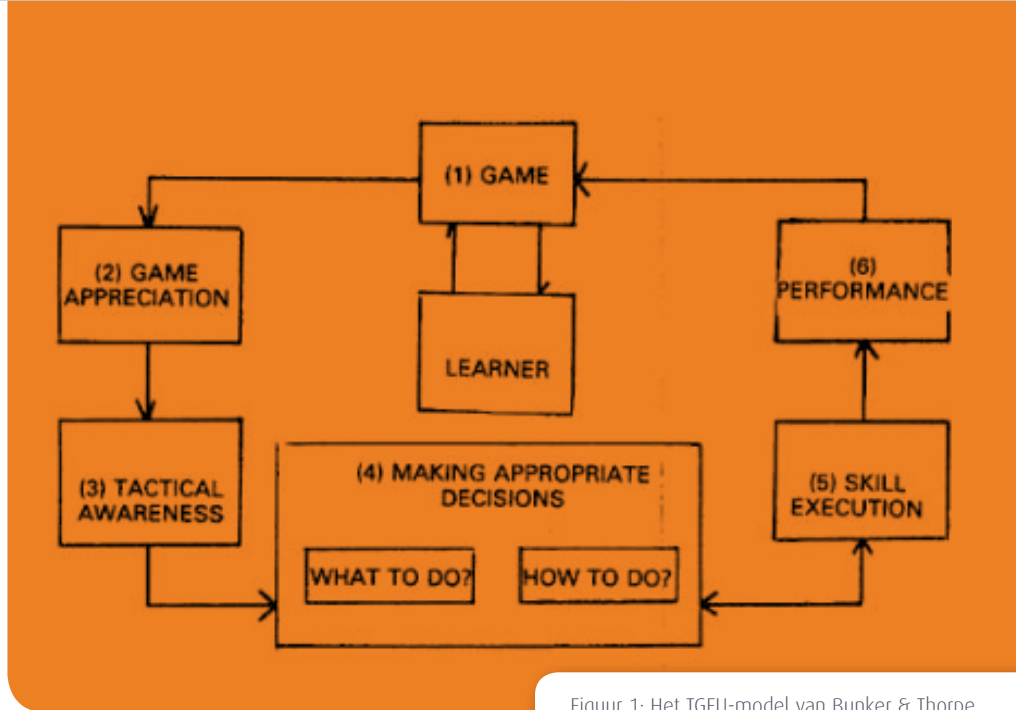


Doelen in beweging spelend leren toepassen, perfecte techniek....?

belangrijk is om spelsituaties te leren verstaan en op te lossen. Het model heeft dan ook de doelstelling om leerlingen het spel beter te laten spelen, te begrijpen en het plezier in spelen te bevorderen (Griffin & Butler, 2005). Op die manier wordt het, onder andere, mogelijk gemaakt dat leerlingen hun kennis transfereren naar andere spelvormen of spelsituaties (Leysen & Dehandschutter, 2008). Geleerde tactische vaardigheden bij basketbal, kunnen bijvoorbeeld ingezet worden bij voetbal en hockey.

In een artikel van Hopper (2002) worden onderzoeken van Alison & Thorpe (1997), Rink (1996) en Turner & Martinek (1992) aangehaald. Deze onderzoekers hebben bewezen dat leerlingen in Amerika en Australië, die volgens het TGFU-model les kregen meer plezier in het leren hadden dan leerlingen die voornamelijk technieken aangeleerd kregen. Griffin & Butler (2005) vullen aan dat hoe dichter de trainingsvorm bij het daadwerkelijke spel ligt, hoe gemotiveerder leerlingen in de les LO zijn (Griffin & Butler, 2005).

Een kanttekening met betrekking tot het TGFU-model kan echter geplaatst worden. Het is belangrijk om in te zien dat TGFU meer is dan alleen spelend leren spelen (Griffin & Butler, 2005). Het vereist behoorlijk wat pedagogische vaardigheden om volgens dit model les te geven. Eerst moet de docent de tactieken en vaardigheden van



Figuur 1: Het TGFU-model van Bunker & Thorpe

specifieke spelproblemen verstaan, waarna deze voorgelegd kunnen worden aan studenten door middel van aangepaste spelvormen die tactische en strategische problemen opleveren (Griffin & Butler, 2005).

Plezier in bewegen

Ondanks de nog veel voorkomende traditionele spellessen, omschrijft het nationaal expertise-centrum leerplanontwikkeling (SLO) in Nederland in haar kerndoelen en eindtermen dat het uiteindelijke doel van bewegingsonderwijs is dat het bewegen gaat leven bij de leerlingen. Leerlingen moeten graag willen bewegen (www.slo.nl). Het graag

willen bewegen, komt overeen met 'plezier' in bewegen. Beleven en leren zijn noodzakelijk voor het ervaren van plezier (Timmer & Meertens, 1998). De achterliggende gedachte van 'plezier' in de lessen LO is dat plezier een positieve invloed heeft op de intrinsieke motivatie (Massink, 2006; Woods, 2007).

Het is belangrijk om de intrinsieke motivatie van leerlingen te bevorderen, omdat de intrinsieke motivatie samenhangt met het ontwikkelen van een actieve leefstijl (Massink, 2006). Spel als onderdeel van de LO is bij uitstek een onderdeel waarbij intrinsieke motivatie een grote rol speelt. Spel op zich is doelloos, het kent geen extrinsieke doelen (Leysen, 2004). Het gaat erom intrinsiek gemotiveerd bezig te zijn en zo voldoening uit het spelen te halen (Leysen, 2004).

Spelsporten zijn toegenomen

Daarnaast blijkt uit onderzoek dat spelvormen en sportspelen een groot potentieel hebben om de intrinsieke motivatie van leerlingen te stimuleren (Oslin, 2006, in Leysen, 2004). Het is dan ook niet vreemd dat de laatste jaren het aandeel spel in bewegingsonderwijs alleen maar is toegenomen. Uit onderzoek van Slingerland (2010) blijkt dat 61% van de lestijd op het voortgezet onderwijs wordt besteed aan teamactiviteiten (met namen spelsporten als basketbal, voetbal, handbal en volleybal). Daarnaast worden spelonderdelen ook door leerlingen zelf als favoriet onderdeel gezien (Bax, 2009).

De centrale vraag is hoe men de spellessen in het voortgezet onderwijs zo kan aanpassen, dat leerlingen meer plezier ervaren en >>





Oefenend leren spelen, matig intensief?



de beleving van het spel belangrijker wordt dan het aanleren van technieken. Het lijkt erop dat het spelend leren spelen een centrale rol in de aanpak van de docenten LO in het spelonderwijs dient te krijgen. De speldocenten van Fontys Sporthogeschool trachten hun onderwijs al aan te passen naar het 'spelend leren', om op die manier de toekomstige LO-docenten mee te geven dat het kunnen deelnemen aan een spel niet afhangt van het beheersen van bepaalde ingewikkelde technieken. Beleving en plezier moeten centraal staan tijdens de spellessen in plaats van de primaire gedachte dat leerlingen pas kunnen spelen als ze de technieken beheersen. Dit kan alleen door de spellessen betekenisvoller te maken voor de leerlingen, waarbij het oplossen van

spelproblemen in de les LO van groot belang is (Leysen & Dehandschutter (2001).

Al met al genoeg redenen om het Nederlandse spelonderwijs in het voortgezet onderwijs eens kritisch te bekijken. Een verdere verschuiving van oefenen naar spelen zou in het voortgezet onderwijs zeer wenselijk zijn voor de intrinsieke motivatie van leerlingen. Tot op heden is er helaas weinig bewijs vanuit Nederland, dat aantoont dat leerlingen in het voortgezet onderwijs met 'spelend leren spelen' ook daadwerkelijk meer plezier beleven aan de spellessen dan leerlingen die 'oefenend leren spelen'. Het onderzoek richt zich dan ook op de volgende onderzoeksvraag:

Beleven leerlingen uit klas 2 van het voortgezet onderwijs die spelend leren spelen meer plezier aan het spelonderdeel dan leerlingen die het spel oefenend leren spelen?

Motivatie en intensiteit

Behalve de visie dat leerlingen plezier dienen te hebben tijdens de lessen LO, is het gezondheidsaspect ook onlosmakelijk verbonden aan het vak. Slechts 17,3% van de jongeren (12-17 jaar) voldoet aan de Nederlandse Norm voor Gezond Bewegen (NNGB) (www.tno.nl). De NNGB houdt in dat jongeren dagelijks minstens één uur tenminste matig intensief lichamelijk actief zijn, waarbij de activiteiten minimaal twee keer per week gericht zijn op het verbeteren of handhaven van lichamelijke fitheid (www.nisb.nl).

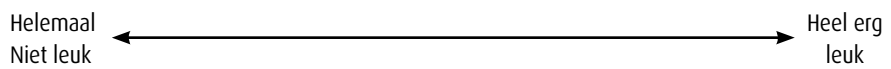
Matig intensieve activiteit wordt in onderzoeken veelvuldig aangeduid met de term Moderate to Vigorous Physical Activity (MVPA). Dit omvat zowel matige als intensieve inspanning (Slingerland & Borghouts, 2008). Er wordt vaak verondersteld dat de les LO een positieve bijdrage levert aan het behalen van NNGB. Op zich is dat niet vreemd gedacht, maar dat betekent wel dat de activiteiten in de aangeboden LO-lessen bij moeten dragen aan de hoeveelheid MVPA. De frequentie, duur en inhoud van de lessen zijn van belang voor het genereren van de hoeveelheid MVPA uit de les (Barnett e.a., 2006).

Klas: _____

Geslacht: J / M *omcirkel juiste antwoord*

VOLLEYBAL LES

Kruis op de balk aan hoe leuk jij deze les volleybal vond?



**voor iedere les wordt een apart strookje afgedrukt*

Figuur 2: Visueel-Analogue-Schaal (10 cm)

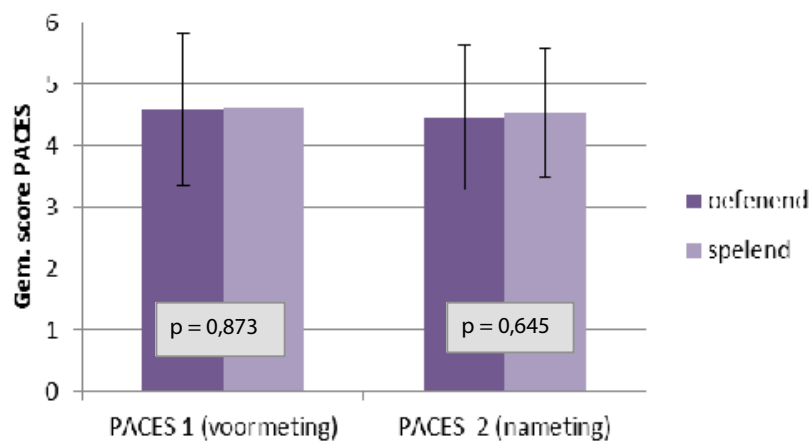


FOTO: HANS DIJKHOFF

Dat de hoeveelheid MVPA tijdens gymlessen niet altijd groot is, blijkt uit onderzoek van Stratton (1996). Stratton (1996) concludeerde dat tijdens de les LO maar 27 tot 49% van de tijd wordt besteed aan matige tot intensieve lichamelijke activiteit. Slingerland (2010) laat in zijn onderzoek vergelijkbare waarden zien. Onderzoek van Slingerland (2010) wijst uit dat slechts 40,1% van de lestijd in het voortgezet onderwijs matig-intensief bewogen wordt. Dit komt overeen met een bijdrage van 21 minuten per les LO aan de NNGB. De les LO draagt dus ongeveer slechts een derde deel bij aan de NNGB (Slingerland, 2010). Fairclough en Stratton (2005) laten een nog lagere bijdrage zien. In hun onderzoek naar de intensiteit van bewegen onder 11- tot 12-jarige Amerikaanse meisjes, blijkt dat slechts 11 tot 14 minuten per les MVPA bewogen wordt. Om een grotere bijdrage te leveren aan het behalen van de NNGB (en daarmee de gezondheid van leerlingen) zouden de lessen intensiever gemaakt kunnen worden.

Het eerste gedeelte van dit onderzoek richt zich voornamelijk op plezier in bewegen. Cox (e.a. 2008) suggereert dat leerlingen die plezier in bewegen ervaren tijdens de LO-les ook actiever zijn tijdens deze les (Haerens, 2010). Daarnaast geeft Verstraete (2006) aan dat de intensiteit van de lessen LO een posi-

Plezier in spel



Figuur 3: Verschil van de gemiddelde scores op de Physical Activity Enjoyment Scale tussen de controlegroep (oefenend) en de experimentele groep (spelend). Het verschil is in kaart gebracht voor zowel de voor- als de nameting. Standaarddeviaties zijn in de figuur opgenomen.

tieve invloed heeft op de intrinsieke motivatie van leerlingen. Hoe leuker leerlingen de les LO vinden, hoe intensiever er bewogen wordt. Wiel (2010) geeft mogelijkheden aan om de lessen LO intensiever te maken. Het onderwijs spelend inrichten is volgens haar een manier om deze intensiteit te verhogen.

Naast het feit dat leerlingen wellicht meer gemotiveerd voor LO raken door het spelonderwijs anders in te richten, zouden leerlingen ook intensiever gaan bewegen. Daarom wordt de volgende onderzoeksvraag als subonderdeel meegenomen in dit onderzoek:

Bewegen leerlingen uit klas 2 van het voortgezet onderwijs die spelend leren spelen intensiever dan leerlingen die het spel oefenend leren spelen tijdens de lessen lichamelijke opvoeding?

Al met al lijkt het erop dat beleving en plezier belangrijke elementen zijn tijdens de lessen LO. Plezier in bewegen brengt vele positieve effecten met zich mee. Dit onderzoek richt zich dan ook op plezier in het spelonderwijs en de relatie met de intensiteit van bewegen.

Methode

In totaal hebben 343 leerlingen uit klas 2 deelgenomen aan het onderzoek dat op twee scholen voor voortgezet onderwijs heeft plaatsgevonden. Op het Heerbeek College werd aan drie klassen spelend leren volleyballen aangeboden (interventiegroep) en aan drie klassen oefenend leren volleyballen (controlegroep). Op het Beatrix-College is de verhouding vergelijkbaar, alleen stond

daar basketbal als spelsport centraal. Volgens de spelsectie van Fontys Sporthogeschool zijn volleybal en basketbal de onderdelen waar de meeste winst te behalen valt. Om de validiteit te waarborgen zijn de lessenreeksen voor het onderzoek in samenwerking met speldocenten van Fontys Sporthogeschool ontworpen.

Voor het meten van plezier is gebruik gemaakt van een vragenlijst die leerlingen tweemaal hebben ingevuld (nulmeting en nameting). Er is gebruik gemaakt van de bestaande vragenlijst, de 'Physical Activity Enjoyment Scale' (PACES) (Kendzierski en DeCarlo, 1991). Per leerling is de mate van plezier berekend, door de gemiddelde score van de achttien stellingen van de vragenlijst te berekenen. Voor het meten van hoeveel plezier leerlingen ervaren hebben, is gebruik gemaakt van een visueel-analoge-schaal (VAS). Het ging erom dat leerlingen op een balkje van 10 cm aangaven hoe leuk ze die les vonden. De afstand tot het kruisje is opgemeten en diende als score (zie figuur 2).

Tot slot is ook de SOFIT-6-observatiemethode (Pope, e.a., 2002) in het onderzoek gebruikt. Dit instrument heeft de intensiteit van de lessen basketbal gemeten. In SPSS zijn statistische testen toegepast om scores van beide groepen te vergelijken.

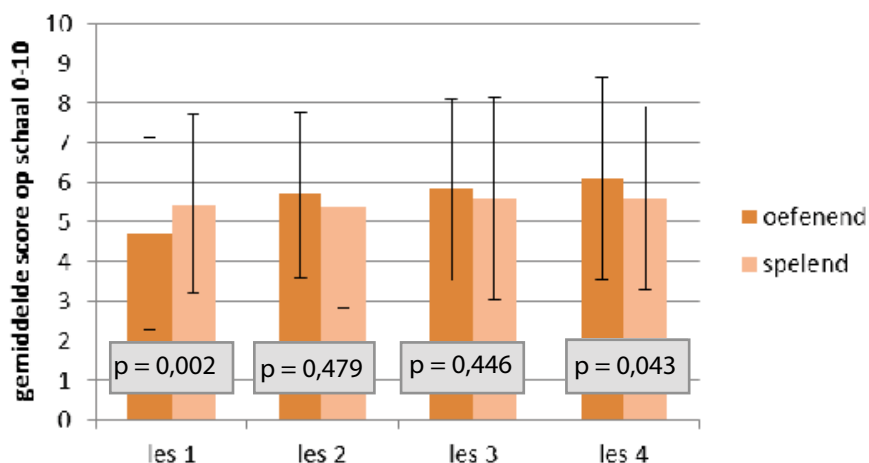
Discussie

De resultaten uit onderzoeken van Alison & Thorpe (1997), Rink (1996) en Turner & Martinek (1992), waarin bewezen wordt dat leerlingen in Amerika, die volgens het TGFU-model les kregen meer plezier in het >>

Contact:

bregje_van_eijck@hotmail.com

Scores strookjes (plezier)



Figuur 4: Per les is gemeten hoe leuk leerlingen de les vonden. Leerlingen konden een score van 0 tot 10 geven. Les 1 wordt door de experimentele groep leuker gevonden, terwijl les 4 door de controlegroep hoger beoordeeld wordt. Standaarddeviaties zijn in de figuur opgenomen.

leren hadden dan leerlingen die voornamelijk technieken aangeleerd kregen, worden in dit onderzoek niet ondersteund. (zie figuur 3 en 4).

Hiervoor kan een aantal verklaringen genoemd worden. Aan het onderzoek hebben twaalf klassen deelgenomen, waarvan de klassen in totaal van negen verschillende docenten LO hebben les gehad. Ondanks dat iedere docent een zeer gedetailleerd uitgewerkte lessenreeks heeft ontvangen, gaf geen enkele docent precies dezelfde les als zijn of haar collega. De ene docent speelde perfect in op de beleving, zoals de bedoeling was van de spelend leren lessenreeks, terwijl de andere docent alleen de spelvormen gaf zonder expliciet in te gaan op de beleving.

Volgens Griffin en Butler (2005) vereist het behoorlijk wat pedagogische vaardigheden om les te geven volgens het TGFU-principe en is het voor docenten niet eenvoudig omschakelen van een techniekgerichte naar een spelgerichte benadering.

Intensiteit

In dit onderzoek blijkt er geen verband te zijn tussen motivatie en intensiteit (zie figuur 5)

Volgens Cox (e.a. 2008) en Verstraete (2006) zou er een positief verband bestaan tussen motivatie en intensiteit. De onderzoeksresultaten uit dit onderzoek kunnen dit verband niet aantonen. Er kan een aantal redenen genoemd worden om de onderzoeksresultaten te verklaren. Op de eerste plaats is er

geen tweede observant aanwezig geweest om de interne betrouwbaarheid te waarborgen. Daarbij komt dat er, om een goede uitspraak te kunnen doen over de intensiteit van de lessen LO, eigenlijk een observatie moet plaatsvinden van minimaal vijf lessen. Het was niet haalbaar in het lesprogramma om vijf lessen spel te observeren. Verder heeft er geen nulmeting plaatsgevonden om de intensiteit vooraf te bepalen. Tot slot heeft (in verband met de praktische haalbaarheid) de observatie alleen plaatsgevonden onder de klassen die basketbal hadden.

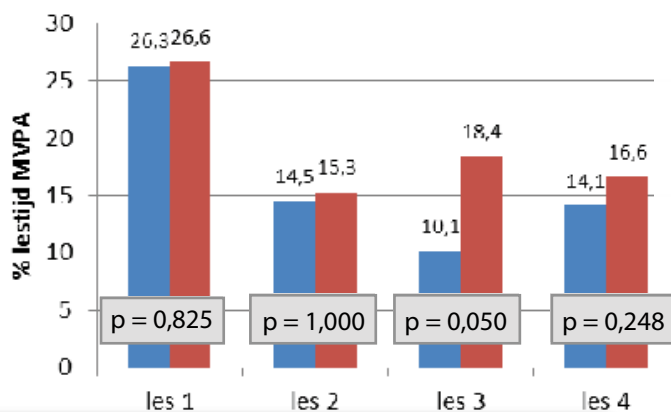
Conclusie

Op basis van dit onderzoek kan niet gezegd worden dat leerlingen die 'spelend leren spelen' meer of minder plezier beleven aan de spellessen dan leerlingen die 'oefenend leren spelen'. Daarnaast kan ook niet vastgesteld worden dat de intensiteit van de lessen LO verhoogd wordt door de lessen meer spelend in te richten. Aangezien het onderzoek een aantal tekortkomingen kent, is het echter niet duidelijk of er niet toch voor een vernieuwde aanpak van de spellessen gepleit dient te worden. Vervolgonderzoek is nodig om hier een gedegen uitspraak over te kunnen doen.

Bregje van Dijk – van Eijk is docent LO op het Beatrix-College in Tilburg en docent praktijkonderzoek aan Fontys Sporthogeschool. In juni 2012 heeft ze de opleiding Master of Sports afgerond.

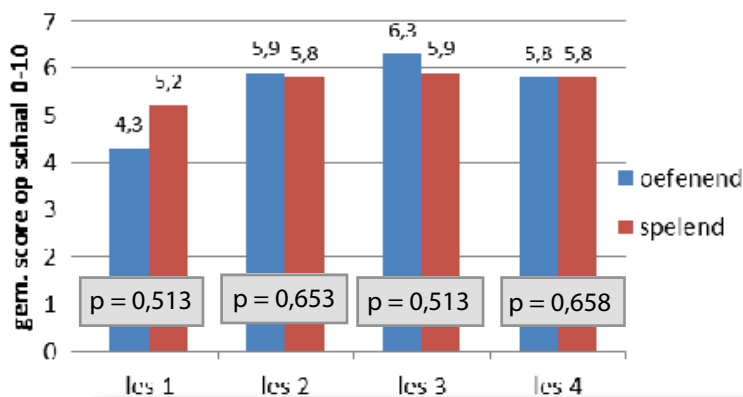
Geïnteresseerd in de resultaten van het onderzoek? Het volledige artikel met literatuurlijst is te vinden op de website. ◀

Intensiteit per basketballes



Figuur 5: Met de SOFIT-observatiemethode is gemeten hoeveel lestijd er matig-intensief bewogen wordt (MVPA). Deze figuur geeft de hoeveelheid MVPA per les weer en het gemiddelde over de gehele lessenreeks.

Plezier in basketbal (strookjes)



Figuur 6: De score die wordt weergegeven voor plezier in basketbal is gemeten met de strookjes, waar de leerlingen de waardering voor de les konden uitdrukken in een cijfer van 0 tot 10.

