

# Kennismakingsmappen verbinden sport en LO

Met regelmaat verschijnen er kennismakingsmappen waarmee verschillende sportbonden verenigingen gereedschap willen geven waarmee ze hun sport op school kunnen promoten. Voor verenigingen een uitdaging lessen te bedenken voor 'schoolse' omstandigheden qua leerlingenpopulatie en accommodatie. Voor scholen een gelegenheid contact te leggen met sportverenigingen in de buurt die hun sport en vereniging onder de aandacht van leerlingen willen brengen. Als docent LO een kans om contacten te leggen en kennis te nemen van de opvattingen van de sportbonden hoe we leerlingen enthousiast kunnen maken voor hun sport. In het praktijkkatern zijn voorbeelden van de kennismakingsmappen opgenomen. (red.)

Door: Kara Meijer en Vincent Weggemans (hockey)  
Marco Jansen (korfbal)

## Hockey

De KNHB wil leerlingen laten zien hoe leuk hockey (eigenlijk) is. Maar er zit meer achter. Sport, bewegen en onderwijs horen bij elkaar en versterken elkaar. Sport en bewegen is niet alleen leuk om te doen, het levert ook een belangrijke bijdrage aan de motorische, sociale en cognitieve ontwikkeling van jongeren. Jongeren die voldoende sporten en bewegen groeien gezond op en voelen zich ook gezond. Door meer jongeren te laten sporten en bewegen is een goede samenwerking tussen sport en onderwijs essentieel. De afgelopen jaren hebben negentien sportbonden, waaronder de KNHB en NOC\*NSF, hard gewerkt om verenigingen te ondersteunen en meer samen te werken met het onderwijs en een extra sportaanbod te verzorgen. Inmiddels is bijna 70% van de hockeyverenigingen actief met schoolhockey en probeert een langetermijnsamenwerking met scholen op te bouwen.

### Plezier en veiligheid

Voor het voortgezet onderwijs heeft de KNHB een lesmap samengesteld, waarmee leerlingen uit de eerste twee klassen op een leuke en veilige manier kunnen leren hockeyen. In samenwerking met de KNHB en de Stichting Leerplan Ontwikkeling tekende Robbert Paul Aalbregt, voormalig bondscoach van de Nederlandse hockeyjeugd en al bijna twintig jaar actief als trainer in de hoofdklasse, voor het lesprogramma en de uitwerking van alle activiteiten. Aalbregt: "Ik ben zelf docent Lichamelijke Opvoeding in Gouda. Deze ervaring kwam goed van pas. Bij het samenstellen van deze kennismakingslessen zijn we uitgegaan van het meest realistische scenario: een klas van dertig leerlingen in een gymzaal van elf bij twintig meter. Daarbij hebben we ons primair gericht op plezier en veiligheid: hoe kun je een oner-

varen groep van dertig leerlingen leuk laten hockeyen zonder dat ze elkaar met zwaaiende hockeysticks verwonden? Binnen de beperkte ruimte vraagt dat een slimme opzet van de activiteiten, maar natuurlijk ook de nodige discipline van de leerlingen. In de map staan dan ook meerdere tips over veiligheid, bijvoorbeeld dat in de zaal alleen gepusht mag worden en dat de krul van de stick altijd op de vloer moet blijven. Dat betekent niet dat er nooit eens een stick omhoog gaat, maar zo houden we het risico binnen de perken."

### Driehoekjes

Een ander probleem voor grote groepen in een kleine zaal is het aantal keren balcontact: hoe zorg je ervoor dat iedereen zo vaak mogelijk een bal aan de stick krijgt? Want juist het 'pielen' met een balletje maakt de sport leuk, ook voor minder ervaren hockeyers. Daarnaast is het (snel) behalen van succes één van de belangrijkste ingrediënten voor plezier. Aalbregt: "We hebben de activiteiten dusdanig opgesteld, dat alle leerlingen uitgebreid aan de bal komen. De KNHB heeft bij het samenstellen van deze map ook goed gekeken naar trainingsmethoden bij andere sporten. Hoe doen ze het daar? Erg interessant en leerzaam. Daarin verschillen balsporten niet zoveel van elkaar. Hockey is alleen technisch wat moeilijker, omdat je met de stick moet leren omgaan, maar tactisch zijn er veel overeenkomsten. Dat kun je ook zien aan ons lespakket; driekwart daarvan is bruikbaar voor lessen in voetbal, korfbal of handbal. Een voorbeeld: voor veel leerlingen is het lastig in te zien wanneer en hoe ze bij balbezit driehoekjes kunnen vormen. Wij hebben een activiteit bedacht waarin ze niet anders kunnen dan driehoekjes vormen. Op het moment dat ze snappen hoe dat moet, kunnen we weer een stap verder met de tactiek. Zo proberen we de leerlingen in een aantal leuke lessen (iets) beter te maken in hockey."





Lopen met de bal



Driehoeken in de praktijk



Overspelen en aannemen

Maar in elke klas zitten ervaren hockeyers die het allemaal al weten. Hoe betrek je die bij de voor hen soms eenvoudige oefenstof? De KNHB adviseert docenten om zulke spelers als mede-lesgever in te schakelen of als scheidsrechter. Aalbrecht: "Zij kunnen het voortouw nemen in het voortdoen van activiteiten, zoals ze later bij iets als turnen zelf weer begeleiding krijgen van een vaardiger klasgenoot. In de spelvorm zet ik meestal de goede hockeyers achterin om het spel te verdelen. Zo komt een pass beter aan en lopen ze niet voorin te pingelen. Zo maak je de activiteiten in de lesmap voor ieder niveau uitdagend. En niet te vergeten in de lesmap staan ook nog zes lessen voor buiten school. In principe vinden deze zes lessen op school plaats, maar kunnen natuurlijk ook op de verenigingsaccommodatie worden gegeven."

### Speciale hockeyklas

De lesmap staat vol handige aanwijzingen en tips voor docenten LO. Om ervoor te zorgen dat de oefenstof ook op een juiste manier wordt gegeven, zijn er de afgelopen maanden overal in het land clinics gegeven. Richenel Jacopucci, docent LO aan Het College te Weert, volgde zo'n clinic bij Oranje Zwart in Eindhoven. "Ik heb me zeer vermaakt. Het is natuurlijk altijd leuk om weer de praktijk in te gaan en aan je eigen vaardigheden te schaven. Ik ben zelf absoluut geen hockeyer. Na de academie heb ik het weinig meer gedaan. Ik

ben twee meter lang, dat heeft er ook mee te maken. Dat voortdurende bukken is niets voor mij. Maar een activiteit voortdoen, dat kan ik natuurlijk prima. De oefenstof in de map is trouwens op vele manieren te gebruiken; zo staan er tips in om activiteiten moeilijker of juist eenvoudiger te maken. Ik maak dan ook dankbaar gebruik van de beschreven activiteiten. Deze zijn slim in elkaar gezet. Dat geldt eveneens voor de clinic zelf, echt een aanrader. Ik heb er zelf veel profijt van gehad. Nu hebben wij in Weert een bijzonder gunstige locatie voor sportonderwijs: onze school grenst bijvoorbeeld aan een atletiekbaan en aan een hockeyclub met drie kunstgrasvelden. In de daluren kunnen wij van die velden gebruikmaken, dus wij hebben alle ruimte. Ik zou best nog eens een clinic willen volgen waar specifieke oefenstof voor op het grote veld aan bod komt, de ruimte die we hebben wil ik graag benutten. Over de populariteit van hockey hebben wij namelijk geen klagen: vorig jaar hadden we zelfs een speciale hockeyklas, die na schooltijd aparte trainingen volgde."

### Schooltoernooi

Docente Marieke Verhoef, van het Gertrudiscollege in Roosendaal, was met haar sectie aanwezig bij de clinic op de velden van Hockey Club Rotterdam. Een leuke oefenles op een indrukwekkende locatie, aldus Verhoef. "Wat een prachtig complex hebben ze daar! Bij onze school moeten we het met een eenvoudig grasveld doen, dus het was heerlijk om op zo'n mooi veld te kunnen spelen. Onze leerlingen hebben er nogal wat moeite mee om op gewoon gras te hockeyen, de bal blijft snel liggen en is moeilijk te controleren. Daarom is het goed dat de

»

Contact:

hockey: [kara.meijer@knhb.nl](mailto:kara.meijer@knhb.nl)

korfbal: [jan-tonny.visser@knkv.nl](mailto:jan-tonny.visser@knkv.nl)

lessen op de afmetingen van een gymzaal zijn toegesneden. De technische activiteiten doen we altijd in de zaal, maar we gaan ook nog wel met de hockeybal naar buiten. Die keuze laten we aan de docenten zelf." Hoewel het nabijgelegen Breda veel meer actieve hockeyers telt, doen toch elk jaar twee middelbare scholen uit Roosendaal mee aan voorronden van de Nationale Shell Schoolhockeycompetitie die de KNHB organiseert. Verhoef: "Dat is altijd een leuke dag. We zijn helaas niet goed genoeg om door te dringen tot de finale in Amsterdam, maar sinds we meedoen aan dat toernooi lijken we op onze school steeds meer hockeyers te krijgen. Wie weet wat er in de toekomst nog mogelijk is! In ieder geval hebben ze wel plezier!"

### Nationale Shell Schoolhockeycompetitie

Sinds 2003 organiseert de KNHB voor scholen in het voortgezet onderwijs een schoolhockeycompetitie, waaraan ieder jaar ongeveer 700 schoolteams meedoen, verdeeld over vier categorieën. In april vinden op 50 verenigingen door het hele land regionale voorronden plaats en de winnaars gaan in juni naar de landelijke finale te Amsterdam. De inschrijving start in oktober en duurt tot 1 december. Dit jaar zijn de regionale voorrondes op 20 april.

### Maatschappelijke stage: hockey op school

Veel leerlingen vinden het leuk om hun maatschappelijke stage te combineren met hun favoriete sport. Deze lesmap leent zich uitstekend voor die combinatie. De leerlingen die hockeyen en al training geven op een vereniging, kunnen prima naschoolse hockeylessen verzorgen. Met behulp van de oefenstof uit deze map geven ze een gevarieerd sportaanbod, terwijl ze meteen medescholieren enthousiast kunnen maken voor de sport. Maatschappelijke stage, hockeytraining én ledenwerving: drie vliegen in één klap!

### Bijscholing

De KNHB organiseert jaarlijks een bijscholing speciaal voor docenten LO. Dit jaar wordt deze clinic gekoppeld aan het EK onder 21, dat plaatsvindt van 26 augustus t/m 1 september in Den Bosch. Houd de KNHB-website in de gaten voor meer nieuws!

### Vraag een gratis lesmap aan

De KNHB heeft hockeylessmappen ontwikkeld voor gebruik door groepsleerkrachten, docenten LO, studenten van sportopleidingen en trainers van verenigingen die lessen en clinics geven op scholen. Er zijn drie lessmappen: Funkey (leeftijd: 4 t/m 8), Kennismaken met hockey (8 t/m 12) en Kennismaken met hockey in het VO (12 t/m 16).

*Funkey* is het lesprogramma voor kinderen van 4-8 jaar. *Fun* in goed leren bewegen staat centraal, dat is de *key* om plezier in het sporten te hebben. *Funkey* bestaat daarom uit een breed aanbod in bewegingsoefeningen, waarvan hockey een onderdeel is. Een *Funkey*-les wordt gegeven in twee of drie kleine groepjes en omvat loopscholing, balvaardigheid en een vorm van hockey.

De lesmap *Kennismaken met hockey* voor het basisonderwijs is een soortgelijke map als die voor het voortgezet onderwijs. De lessen bestaan steeds uit drie fases, binnen school, naschools en bij de vereniging. De lessen zijn zo gemaakt dat ze gegeven kunnen worden door zowel een groepsdocent als door een docent LO of een ALO-stagiair.

Deze mappen worden gratis aangeboden door de KNHB en haar partner Shell. Stuur een mail naar [knhb@knhb.nl](mailto:knhb@knhb.nl) met je aanvraag en adresgegevens, dan krijg je de map toegestuurd. Vergeet niet te vermelden om welke lesmap het gaat!

## Korfbal

Jaarlijks geven sportconsulenten zo'n 20.000 kinderen op basisscholen korfballessen op een didactische en pedagogisch verantwoorde manier. De leskaarten voor het basisonderwijs spelen in op de mogelijkheden binnen scholen en matches goed met de doelgroep. In een kleine gymzaal is geen ruimte voor korfbal in twee vakken. De activiteiten moeten goed passen bij de leeromstandigheden van het basisonderwijs. "Dus hebben we ons goed afgevraagd hoe we korfbal moeten spelen met een klas van 24 kinderen. Het spel moet vooral leuk en uitdagend zijn", benadrukt Jan Tonny Visser, programmamanager Leven Lang Sporten bij het KNKV.

### Scoren, samenspel, korfbalspel

De leskaarten worden nu opgeschaald richting de onderbouw van het voortgezet onderwijs. "Wij bepalen niet wat er voor het onderwijs wel of niet geschikt is, maar de kracht is dat de ontwikkeling samen met de Stichting Leerplan Ontwikkeling (SLO) heeft plaatsgevonden. De SLO heeft met de kennis en expertise vanuit hun vakgebied - het onderwijs - het KNKV geholpen. In het kader van de doorlopende leerlijnen van binnen- buitenschools leren sporten en bewegen moet het aanbod namelijk goed aansluiten met wat er al op de basisscholen is aangeleerd."

Het KNKV wil dat korfbalverenigingen structureel gaan samenwerken met het onderwijs. Dit is nodig om het door de Ministeries van VWS en OCW gepresenteerde project Sportaanbod voor het Onderwijs te realiseren. De doelstelling is dat er medio 2012 zo'n 75 korfbalverenigingen schoolactief zijn. Hierbij geeft de lesmap een kwaliteitsimpuls. Het aanbod is vernieuwend en aansprekend voor de door de diversiteit gekenmerkte onderwijsgroepen. Visser zocht een ontwikkelaar voor het maken van leskaarten en kwam uit bij Ewoud Broekema, afstudeerder aan de Calo te Zwolle. "Hij heeft een prima eindproduct geleverd, dat hij zelf op het Groevenbeek in Ermelo, een school voor het voortgezet onderwijs, heeft getest." Broekema had als trainer van de C1-aspiranten van korfbalclub ASVD in Dronten al ervaring met deze leeftijdscategorie (twaalf tot vijftien jaar) opgedaan. "Het voordeel is dat ik weet wat er leeft bij de doelgroep. De activiteiten zijn ook al ruimschoots getest in Ermelo en bij korfbalvereniging Wolderwijd in Zeewolde, waar ik één keer per week de C1 train. Ik ben vooral benieuwd naar wat anderen, en dan vooral docenten er van vinden. Ik zie uit naar hun reacties."

Broekema is bij het maken van de leskaarten uitgegaan van de drie thema's die de bond al bij de lessen voor het basisonderwijs als uitgangspunt hanteerde: scoren, samenspel en korfbalspel. Die onderdelen zijn de basis van korfbal. De leerling krijgt elk thema gedurende een derde deel van de les behandeld. Broekema: "Korfbal is één van de sporten met behoorlijk ingewikkelde regels. Hoe meer regels je hebt, hoe vaker je stilstaat en aan het uitleggen bent. Om het laagdrempelig te houden, hebben we de regels net iets anders gekozen en bijvoorbeeld het verdedigen weggelaten. Het plezier dat de kinderen eraan beleven moet groot zijn. Korfbal gaat namelijk alleen aanslaan als het leeft. Zo vergroot het scoren de beleving van de kinderen. We laten heel duidelijk een stukje schottechniek zien en zetten dat neer in een mooie wedstrijdvorm, want dat drijft kinderen



om mee te doen. Normaal gesproken is de korfhoogte bij deze leeftijdsgroep drieënhalve meter, maar om vaker te kunnen scoren, zetten wij de korf een halve meter lager. Een stukje samenspel is ook heel belangrijk. Leren hoe je vrijloopt, waar je moet lopen, hoe je uitstapt om een bal te spelen. Door heel veel in een uitdagende spelvorm over te spelen gaan ze dat ervaren.”

Een combinatie van thema 1 en 2 vormt de basis voor het derde: korfbalspel. Doordat ze het recht van aanval kunnen halen aan twee kanten van de zaal, wordt het spel dynamischer en leren kinderen hoe ze snel moeten schakelen. Als ze weten hoe ze moeten schieten



Korfbal: op de basisschool aangeleerd

en overspelen, kunnen ze al snel de uitdagende wedstrijdvorm 4Korfbal spelen. Deze staat beschreven op de Infokaart 2, visie KNKV (zie praktijkartikel).

### Praktijk

Broekema beoogt met zijn leskaarten het beeld van de korfbalsport op scholen te veranderen. “Het beeld van het spelletje is niet altijd zoals wij dat graag willen zien. Het wordt lang niet altijd gezien als de snelle en wendbare sport die het kan zijn. Een goede methodische opbouw is dan ook erg belangrijk.” De lesmap bevat een binnenschools deel, zodat de vakdocent of vereniging korfbal kan aanbieden binnen de gymlessen voor de scholen die dat willen. Het deel Mission Olympic is buitenschools. “Deze spelvorm is heel dynamisch en geeft de kinderen veel plezier”, zegt Broekema over de naschoolse lessen die aansluiten op de nationale schoolsportcompetitie die de KVLO al sinds 2003 organiseert. De kaarten zijn zo geschreven dat deze opzet ze voorbereidt en op weg helpt richting het Mission Olympic-toernooi. “Er zijn al een heel veel scholen die meedoen aan dit evenement en die willen we graag zo goed mogelijk ondersteunen met behulp van de leskaarten, en door die scholen in contact te brengen met verenigingen.”

Broekema heeft inmiddels zelf ook al een aantal lessen gegeven. “Ik bied het vier weken achter elkaar aan op de brugklas en de tweede klas van het Almere College in Dronten. Die school zocht iemand die bevoegd was om les te geven en korfbalclub ASVD vroeg mij dit te doen. Bij het project Talentprofiel konden leerlingen onder andere kiezen voor sport. Mijn groepje bestaat uit twaalf tot vijftien leerlingen en is dus kleiner dan een gemiddelde klas. Met name bij het samenspelen zie je dat het niveau in drie weken gigantisch omhoog is gegaan. Ze vinden elkaar makkelijk en komen makkelijker vrij. Met scoren merk ik dat er behoefte is aan een passende uitvoeringswijze. Als je tijdens een wedstrijdje zegt waar ze op moeten letten, merk je dat ze er toch mee bezig zijn. Ik kan hier goed mijn leskaarten neerzetten en aan de docenten presenteren. Hopelijk kan ik zo in Dronten op gang brengen dat het korfbal ook in de lessen bewegingsonderwijs terecht komt.”

### Mission Olympic

Dolf Nijbroek, sportconsulent Koninklijk Nederlands Korfbal Verbond, is contactpersoon namens de bond voor de KVLO. Hij constateert dat de ‘schoolvariant’ van korfbal het goed doet bij Mission Olympic. “Het eerste jaar heeft het KNKV er nog niet aan mee gedaan, maar direct er na kregen wij het verzoek of wij er ook in wilden participeren. Als spelvorm hebben bondscoach Jan Sjouke van den Bos en ik een combinatie gemaakt tussen het monokorfbal zoals we dat kennen bij de E’tjes en F’jes en Quattrobal, het oude beachkorfbalverhaal. De korven staan naar de achterkant van het veld gericht. Als je vanuit de hoeken van het veld scoort, heb je een dubbelteller, waardoor je heel duidelijk de ruimte achter de korf en dus het hele veld gebruikt. Het spel is supersnel, doordat je bij een onderschepping een fastbreak naar de overkant kunt maken. De in het voortgezet onderwijs gebruikelijke vorm van vijf tegen vijf hebben we na enige tijd losgelaten en we zijn teruggedaan naar vier tegen vier en teams met twee dames »



en twee heren. Men is continu bezig, het tempo is hoog en er is veel beleving. Verdedigd doelen doen we niet aan, het scoren staat centraal.”

Nijbroek ziet dat Mission Olympic een groeiende populariteit geniet en ook korfbal gaat daarmee in de lift. “De KVLO regelt de voorrondes en wijst de locaties toe. Zelf coördineer ik de finale in Amsterdam. Vorig jaar deden er zo’n 39 scholen mee en was de finale op een vrijdag in juni een spectaculair evenement. Mission Olympic wordt populairder en men is zeer tevreden over hoe het georganiseerd wordt. Nu willen we met verenigingen en combinatiefunctionarissen begeleiding geven in de vorm van lessen op scholen.”

Die interactie ziet ook Visser graag verder tot stand komen. “Vanuit het beleidskader sport en bewegen in de buurt willen we verenigingen koppelen aan voortgezet onderwijs-scholen die meedoen aan Mission Olympic. Dat is uitgegroeid tot een ‘hugé’ evenement: de finale in Amsterdam was een happening van jewelste. Als het op deze wijze een gat in de markt blijkt te zijn, is deze vorm misschien wel een extra korfbalproduct. Dat willen we omarmen en er veel meer aandacht aan besteden, vandaar dat we Mission Olympic in ons beleid hebben opgenomen en er zeker iets mee willen doen. Verenigingen kennen deze vorm niet of nauwelijks, maar door ze er bij te betrekken en kaarten te ontwikkelen, kunnen we nog meer scholen stimuleren om aan Mission Olympic mee te doen. Een win-winsituatie.”

### Special Heroes

Korfbal is van oudsher een onderwijssport en op dat gegeven wil het KNKV verder borduren en breder inzetten. Met het project Special Heroes zet het KNKV qua onderwijs in op meersporenbeleid. Dat zorgt ervoor dat er sportaanbod komt binnen het regulier speciaal onderwijs. Het leidt van binnenschools naar het naschoolse verenigingsleven. Visser: “Wij hebben van het NOC\*NSF subsidie gekregen om de G-korfbaltak uit te breiden. Om dit te bereiken, willen we dat verenigingen zich richten op de jongere verstandelijk gehandicapten van 8 tot 18 jaar, om hen aan het sporten te krijgen. Ook daar gaan we leskaarten op toespitsen.” Sportconsulent Nijbroek heeft zich hiervoor sterk gemaakt en Visser heeft Oranje-international Marjolijn Kroon aangesteld als projectleider. “We zoeken verenigingen bij scholen voor speciaal onderwijs en vragen of ze G-korfbal willen introduceren”, verklaart Nijbroek. “Gezien de speciale doelgroep zijn daar striktere randvoorwaarden en speciale leskaarten met extra aandachtspunten voor nodig.”

Foto's hockey: Els Zweerink

Foto's korfbal: Anita Riemersma ◀



Korfbal leeft alleen als het aanslaat



Korfbal als Mission Olympic



Korfbal in een win-winsituatie