

Het ontwerpen van een naschools sportaanbod

In dit artikel gaan we in op het ontwerpen van een naschools sportaanbod. Want hoewel er al veel is ontwikkeld om de aansluiting tussen school en sport(vereniging) te verbeteren, blijkt het voor lesgevers en begeleiders van een naschools sportaanbod toch nog altijd lastig om de juiste activiteiten te kiezen en deze te begeleiden.

Door: Chris Hazelebach en Chris Mooij

In naschoolse trajecten zijn er veel mogelijkheden om voor de basisschooljeugd een sportkennismakingsaanbod te organiseren. Via de inzet van combinatiefunctionarissen, initiatieven rond de brede school, via de naschoolse opvang of via projecten als de sportactieve school of de schoolactieve sportvereniging (zie artikel 'Sportaanbod in het onderwijs' van Jorg Radstake elders in dit blad).

Een brug slaan tussen onderwijs en sport

Er zijn op dit moment diverse sportkennismakingsmappen beschikbaar met een activiteitsaanbod waarmee het mogelijk is kinderen vanuit de basisschool kennis te laten maken met een tak van sport. De sportkennismakingsmappen bevatten een lessenserie voor binnenschools gebruik, een oriëntatieserie met een naschools activiteitsaanbod voor kinderen die daarvoor interesse hebben en een trainingsserie voor de eerste trainingen binnen de sportvereniging (voor een overzicht van de mappen zie www.slo.nl). De organisatie van een kennismakingsles gebeurt op een wijze die past bij het huidige basisonderwijs, waarin zes tot acht kinderen in groepjes zelfstandig met een activiteit bezig zijn en die ook met elkaar proberen te reguleren. De activiteiten zijn zo gekozen dat ook gemiddelde bewegers toch op een succesvolle wijze deel kunnen nemen. In de vervolgsérie, de oriëntatieserie na schooltijd, is gerekend op een deelname van 16 kinderen. Met zo'n kleinere groep heeft de begeleider meer tijd om de kinderen complexere sportvormen aan te bieden. De overstap vervolgens naar de vereniging betekent dat een kind wordt opgenomen in een bestaande trainingssgroep. De serie

kunnen het beste gegeven worden door dezelfde begeleider, die in het onderwijs gesteund wordt door de vakleerkracht of groepsleerkracht of bij de oriëntatie- en trainingsserie door een trainer of combinatiefunctionaris. We gaan nu wat dieper in op het naschoolse sportaanbod.

Het kenmerkende van een naschools sportaanbod

Het kenmerkende van een naschools sportaanbod is dat het kenmerken moet hebben van het aanbod in zowel het onderwijs als de sport. Maar de naschoolse context heeft ook duidelijk eigen kenmerken, die te vaak over het hoofd worden gezien door een begeleider die vanuit of de school- of de sportcontext aan het werk gaat. De kinderen die aan de naschoolse sport deelnemen komen daar in de eerste plaats om 'lekker gezellig te sporten of bewegen'. Ze komen vrijwillig, dus het moet vooral 'leuk' zijn. Diezelfde instelling hebben kinderen uiteraard ook wel in het onderwijs en de sport, maar de deelname gebeurt toch in een andere organisatorische context. Op school hoor je bij een klas en daar gelden schoolregels en afspraken, waarop wordt toegezien door de leraar. De sport kent de structuur van een team of trainingssgroep en tijdens de training kijkt de trainer of je wel goed je best doet. En wanneer je niet goed meedoet of een keer verzuimt sta je in het weekend reserve bij de wedstrijd. Dit soort 'externe' machtsmiddelen zorgen er voor dat het in het onderwijs en sport vaak makkelijker is om 'orde' te houden. Het naschoolse sportaanbod heeft meer een 'instuifkarakter' en moet het dus vooral hebben van het aantrekkelijke en uitdagende aanbod, een goede en leuke begeleider of de binding met vriendjes en vriendinnetjes waarmee je optrekt. Daarom kan het naschoolse aanbod niet hetzelfde zijn als onderwijs of sport en is het nodig om te zoeken naar een specifieke invulling van het naschoolse



Brug tussen onderwijs en sport

sportaanbod. In het algemeen wordt het naschoolse sportaanbod gekenmerkt door een groep kinderen die zo'n vier tot acht keer bij elkaar komen om na schooltijd deel te nemen aan een sportactiviteit. Het is mogelijk dat de kinderen uit verschillende klassen en ook uit verschillende scholen afkomstig zijn en elkaar nog niet kennen. Ze kunnen ook met diverse soorten begeleiders te maken krijgen: combifunctionaris, vakleerkracht, trainer van een vereniging, sportbuurtwerker of een student van een hbo- of mbo-opleiding. De werkplek is meestal een gymzaal bij school, maar kan ook een sporthal in de buurt zijn of een speelveldje. De werkomstandigheden zijn heel divers. De activiteit en de sociale binding, met elkaar en de begeleider, moeten ervoor zorgen dat de kinderen gemotiveerd blijven deelnemen. De binding vanuit de activiteit kan lukken doordat een kind daadwerkelijk beter gaat bewegen en dit zo fijn vindt dat het daarom door wil gaan. Maar soms blijkt de sport zoals ze die op tv zien toch moeilijker dan ze eerst hebben gedacht en veel oefening en training te vragen. De doelstelling 'beter leren uitvoeren van een sportactiviteit zodat die in een georganiseerd competitieverband kan worden bedreven', ligt voor de deelnemers aan het naschoolse aanbod dan ook niet het meest voor de hand. Natuurlijk moet een sportactiviteit in het naschoolse sportaanbod wel bij iedereen lukken, maar het hoeft niet direct gericht te zijn op het beoefenen van een eindvorm. Bij het naschoolse sportaanbod gaat het voor de kinderen om de combinatie van twee belangen: het beleven van de sportactiviteit en het elkaar ontmoeten bij de deelname.

We zien in de praktijk dat begeleiders van het naschoolse aanbod al vaak aansluiten bij de behoefte van de kinderen. Wanneer de kinderen niet veel animo meer hebben voor technische oefeningen, maar wel voor een spelvorm als paaltjesvoetbal dan wordt het aanbod aangepast. Niet alleen de activiteiten vragen om een aanpassing, ook de wijze van samenwerken moet anders georganiseerd worden. De kernvraag is wat werkt wel en wat werkt niet in het naschoolse aanbod en hoe kunnen begeleiders hierover van elkaar leren? De kunst is om activiteiten en een aanpak te kiezen die een brug slaan tussen de sport en het onderwijs. Het gevaar van te grote aanpassingen kan zijn dat het naschoolse sportaanbod te weinig binding behoudt met waardevolle elementen van de onderwijs- en de sportcontext. Daarom zou het mooi zijn wanneer het naschoolse sportaanbod wel die verbinding maakt, maar tegelijkertijd ook de plaats wordt waar vernieuwingen in de sport- en beweegcultuur een plek kunnen krijgen.

Het ontwerpen van naschools sportaanbod

Het zoeken naar nieuw naschools sportaanbod zien we dagelijks om ons heen gebeuren. De oudere jeugd is innovatief in het bedenken van aangepaste sporten, zoals panna, freerunning, streetbasketbal, skateboardtrucs, enz. Jongere kinderen kennen hun eigen spelvormen zoals volleytafeltennis, knikkeren, allerlei tikspelletjes en behendigheidstrucs. In de 'vrije ruimte' ontwikkelen groepen kinderen hun eigen activiteiten en regelingen. Wat opvalt in deze nieuwe beweegvormen is dat de jeugd zich minder vastpint op één organisatievorm (de wedstrijd volgens vaste regels) of op één bewegingsprobleem. Pannavoetbal heeft de bijzondere uitdaging van de 'panna' en bij freerunning gaat het om een combi van springen en balanceren. Het mixen van

activiteiten en regels gebeurt in onderwijs en sport vaak minder snel. Maar, hier liggen wel nieuwe kansen voor het naschoolse sportaanbod. Op zoek naar bijzondere mixen van activiteiten en regels. Bijvoorbeeld sportactiviteiten mixen met 'speelactiviteiten'. Bijvoorbeeld dribbelen met een bal gecombineerd met een tikspel en het hanteren van allerlei verschillende wedstrijdvormen en puntentellingen bij eenvoudige bewegingsactiviteiten. Op deze wijze kan beter voldaan worden aan de gewenste doelstellingen, namelijk dat elk kind leert bewegen op basis van zijn eigen ambities en dat de kinderen geïntroduceerd worden in het participeren in een sportcultuur, die ze zelf mede vormgeven. We schetsen hieronder een kader waarmee we op zoek gaan naar nieuwe ontwerpen voor het naschoolse sportaanbod, met een doorgaande lijn tussen onderwijs, naschools aanbod en de sport.

Ontwerpkader voor naschools sportaanbod

De drie algemene doelstellingen voor onderwijs, sport en naschools sportaanbod kunnen praktisch vertaald worden met het begrippenkader *lukt 't*, *loopt 't* en *leeft 't*. Een les, training of naschools sportaanbod is goed wanneer de activiteit op niveau lukt (in het uitvoeren), de organisatie ordelijk loopt (in het participeren) en elk kind een positieve beleving ervaart (leeft 't, in het waarderen van ambities).

Doelstellingen	Praktijkvragen
Het (beter) leren uitvoeren van sport- en bewegingsactiviteiten	Hoe Lukt de activiteit? (Lukt't)
Het (beter) leren participeren in een sport- en bewegingsorganisatie	Hoe Loopt de organisatie? (Loopt't)
Het (beter) leren waarderen van eigen sport- en bewegingsambities	Hoe Leeft de betrokkenheid? (Leeft't)

Figuur 1 analyseschema

In zo'n analyseschema lijkt het of de drie praktijkvakken los van elkaar staan, terwijl ze in werkelijkheid altijd door elkaar heen spelen. De drie praktijkvragen kunnen gezien worden als drie torens die uitzicht geven over wat er in de zaal of op het veld goed gaat of misgaat.



Bewegingslandschap met de drie torens

Het ontwerpkader van loopt't, lukt't, leeft't ('LoLuLe') kan gezien worden als een zich herhalende rondreis langs alle drie de torens. Wanneer de les leeft en goed loopt, dan zullen de kinderen automatisch beter gaan bewegen. Waardoor het vervolgens nodig is om ook op lukt't de activiteit moeilijker te maken voor de betere bewegers. In de sportkennismakingsmappen wordt het kader 'LoLuLe' gebruikt om de sportactiviteiten beter op maat te maken,

maar het kader kan ook gebruikt worden om vooraf aangepaste sportvormen te ontwerpen.

Loop 't, lukt 't en leeft 't als pedagogisch/didactische uitgangspunten

Het ontwerpen begint voor het naschoolse sportaanbod op de leeft'itoren met een analyse van een bepaalde sport. Welke activiteiten van die sport passen bij de belevingwereld van de doelgroep? Dat is voor een zesjarige anders dan voor een achtjarige en dat is weer anders dan voor een 12-jarige. Meestal is er een aantal deelaspecten van een sport, dat aangepast kan worden tot een op zichzelf staande activiteit. Om de sportactiviteit aan te passen aan het niveau van de doelgroep gaat de begeleider op de lukt'itoren staan om te beoordelen of de sportactiviteit ook uitvoerbaar is voor iedereen. Hiervoor kan gebruikgemaakt worden van het *Basisdocument bewegingsonderwijs* waar in leerlijnen en tussendoelen een duidelijk beeld wordt gegeven van het bewegingsniveau van basisschoolkinderen. Nadat de leeft'it- en de lukt'it-toren bezocht zijn, komt de volgende vraag van de loopt'it-toren. Is de activiteit ook enige tijd herhaalbaar? Het aanbieden van 'eenmalige' activiteiten is arbeidsintensief voor de begeleider, maar zorgt er bovendien niet voor dat kinderen de activiteit zelfstandig leren spelen. Tot zover een rondgang langs de torens, waarbij het eerste ontwerp punt van elke toren aan de orde kwam: sportgericht, uitvoerbaar en Long Play (langdurend speelbaar). Afhankelijk van de problematiek kan daarna weer een volgende ontwerp toren bezocht worden.

De verschillende ontwerp punten zullen we per toren behandelen om het geheel enigszins overzichtelijk te houden, dat wil dus niet zeggen dat een ontwerp in die volgorde gemaakt wordt. Elke begeleider zal een eigen voorkeur ontwikkelen in de rondgang langs de torens.



Hockey sneller dan voetbal

Ontwerppunten vanuit leeft 't

Er zijn drie vragen van belang.

Hoe beleeft de deelnemer: wat hij kan? (*beloningsgericht*); wat hij wil? (*sportgericht*); wat hij mag? (*wedstrijdgericht*).

Beloningsgericht

Het is stimulerend als kinderen iets verdienen, als er een activiteit goed is gegaan. Bekend zijn de blokjes als je iemand getikt hebt of een lintje als je vijf keer gescoord hebt. Wasknijpers of pittenzakjes zijn ook goede middelen om een stand of telling bij te houden. Het telsysteem kan later gebruikt worden om een differentiatieregel in te voeren.

Wedstrijdgericht

Toepassen van verschillende soorten wedstrijdverbanden. Bijvoorbeeld wedstrijd tegen jezelf, tegen een ander, als groep of alleen. Er kan een opbouw gemaakt worden met betrekking tot de complexiteit van het wedstrijdverband, bijvoorbeeld eerst met de hele groep, dan per speler, dan 1 tegen 1 en dan pas 2 tegen 2, 3 tegen 3 enz. De wedstrijden kunnen 'door elkaar' heen gespeeld worden, maar dat is lastiger dan 'naast elkaar' uitvoeren, bijvoorbeeld 'wie heeft het eerst vijf ballen in de basket'.

Sportgericht

Wat zijn sport specifieke activiteiten (deelhandelingen) die voor kinderen aansprekend zijn, bijvoorbeeld de tennisopslag, de smash bij volleybal, penalty's bij voetbal, scrum bij rugby. Elke sport kent zijn eigen ordening waarin de deelaspecten benoemd zijn. Soms is dat geordend op technieken of fases in het spel.

Ontwerppunten vanuit loopt 't

Er zijn drie vragen van belang.

Zorgt de organisatie voor:

- gehoorzame orde? (*long play*)
- duidelijke functieverdeling? (*different play*)
- gezamenlijke oplossingen? (*fair play*).

Long play

Als vijf minuten al saai is, dan ontstaan er problemen. Het moet zeker tien tot twintig minuten door de kinderen zelfstandig gespeeld kunnen worden. Bovendien moet het zo interessant zijn dat ze het een week later en daarna nog een keer willen spelen. Wanneer een spel drie of vier keer achter elkaar aangeboden kan worden, dan ontstaat er ook een soort structuur in de bijeenkomsten. De kinderen weten dan wat ze gaan doen. Om een spel langduriger speelbaar te houden kan ook gebruikt gemaakt worden van allerlei competities (bijvoorbeeld Kingscourt, Laddertoernooi, afvalcompetitie, zelf tegenspeler kiezen enzovoort).

Fair play

Bij fair play gaat het allereerst over de sportieve wijze waarop een kind deelneemt aan de sportactiviteit. De kinderen leren de belangen van fair play ook door verschillende functies in het spel uit te voeren, zoals teller, scheidsrechter, tijdwaarnemer, coach, opbouwer, toeschouwer enz. Door deze functies in te bouwen in de activiteit ontstaat er meer kans op het verbeteren van de samenwerking tussen de kinderen

Different play

Elk spel is aan verandering onderhevig (zie b.v. spelregels van



Wedstrijdgericht

hockey of het knikerspel). Teveel veranderingen geven chaos en te weinig veranderingen geven verveling. De regels kunnen per week veranderen of soms per spelgroep. Het gaat niet alleen om de regelveranderingen, ook de sfeer of het tempo van het spel of de pauzes in het spel. Bijvoorbeeld bij hockey duren de spelonderbrekingen korter dan bij voetbal. Zo heeft elk spel zijn eigen dynamiek, die toch ook weer afwisselend is. Bovendien is het interessant om in het spel zelf te differentiëren met regels, bijvoorbeeld dat een goede speler alleen met een stuitschot op een handbaldoel mag scoren.

Ontwerppunten vanuit lukt 't

Ook hier zijn drie vragen van belang:

Is de activiteit:

- *uitvoerbaar* voor niveau 1 bewegers?
- *uitbouwbaar* voor niveau 2 bewegers?
- *uitvouwbaar* voor niveau 3 bewegers?

Uitvoerbaar

Het is van belang dat alle kinderen mee kunnen doen aan de activiteit. Wanneer de activiteit te moeilijk is dan ontstaat er eerder 'lastig' gedrag. Om een beeld te krijgen van het te verwachten niveau van de kinderen kan de begeleider gebruik maken van het *Basisdocument bewegingsonderwijs* voor de basisschool. Daarin staan voorbeelden van activiteiten die kinderen op de basisschool doen en er staan niveaubeschrijvingen over hoe een matige, goede en betere leerling beweegt.

Uitbouwbaar

Een activiteit blijft langer interessant als het past bij het niveau van een kind. Daarom moet voor de betere beweger de activiteit ook uitbouwbaar zijn, zodat het moeilijker gemaakt kan worden. Hiermee wordt niet bedoeld dat een goede beweger een compleet andere activiteit gaat doen, maar dat dezelfde activiteit in een andere uitvoeringswijze of in een complexer arrangement uitgevoerd wordt.

Uitvouwbaar

Jonge kinderen vinden het fijn om te experimenteren. Als ze iets kunnen gaan ze er al snel iets anders bij halen, of het op een

andere wijze uitproberen. Voor het naschoolse sportaanbod is het interessant om te onderzoeken of de gekozen sportactiviteit gecombineerd kan worden met een andere activiteit. Zo kunnen sportactiviteiten in een tikspel gedaan worden, of springoefeningen op de maat van de muziek, of een combinatie van springen en mikken. Dit soort combinaties is typisch een kans voor het naschoolse aanbod, want voor het onderwijs zijn dit soort combi's soms verhinderend voor het leerproces van zwakke bewegers en binnen de sport past het vaak niet bij de training, die gericht is op bestaande conventies en voorschriften. Het combineren van activiteiten maakt de activiteit vaak boeiender voor de kinderen.

Leeft'- ontwerppunten:

- sportgericht; verwijzing naar typerende sportactiviteit
- beloningsgericht; waardering van prestaties (punten)
- wedstrijdgericht; vergelijken van prestaties.

Loopt'- ontwerppunten:

- 'long play'; activiteit is vaak te herhalen
- 'fair play'; kinderen kunnen zelf regels hanteren
- 'different play'; gedifferentieerde regelingen.

Lukt'- ontwerppunten:

- uitvoerbaar voor alle deelnemers
- uitbouwbaar voor de betere beweger
- uitvouwbaar met een andere activiteit.

Figuur 2 combinaties ontwerppunten

Meer info over de sportkennismakingsmappen en het samenwerken in beweegteams is te vinden op de website van SLO: www.slo.nl

Op dit moment is SLO in samenwerking met NOC*NSE, KNVB, KNKV en KNHB bezig in dezelfde reeks sportkennismakingslessen te ontwikkelen voor het basisonderwijs (voetbal) en onderbouw VO (hockey, korfbal en voetbal).

Correspondentie:

c.mooij@slo.nl en/of ca.hazelebach@planet.nl