



# De overgang van basis- naar voortgezet onderwijs (1)

**Lesgeven aan een brugklas! Elk schooljaar komen ze weer, de nieuwe brugklassers! Allemaal jonge kinderen die een nieuw avontuur aangaan op het voortgezet onderwijs. De één vol verwachtingen en erg nieuwsgierig, de andere teruggetrokken en wat afwachtend wat er gaat gebeuren. Al deze leerlingen met verschillende achtergronden willen wij graag in beweging brengen. Deze artikelenserie is een uitwerking van de workshop 'Hoe beginnen we in de brugklas?' die gegeven is op de Thomas Oriëntatie dag in Tilburg.**

*Door: Joris Houben*

## Hoe beginnen we in de brugklas?

De aanleiding voor het schrijven van dit artikel is een aantal jaren geleden ontstaan. Een groepje bewegingsonderwijzers kwam bijeen om ervaringen, opgedaan tijdens de lessen bewegingsonderwijs in het VO met elkaar uit te wisselen. Deze bijeenkomst heeft er toe geleid dat er nu een groep 'bruggenbouwers' is gestart die ongeveer vier keer per jaar bijeen komt om samen ideeën uit te wisselen. Doel is om met deze groep 'bruggenbouwers' een brug te slaan tussen het PO en VO en zo de overgang van nieuwe brugklasleerlingen soepeler te laten verlopen.

## Aanleiding

Wat heeft ons nu doen besluiten om extra aandacht te vestigen op deze groep leerlingen? De overgang van PO naar VO is erg groot. De brugklasperiode is voor alle leerlingen een nieuwe start. Vele nieuwe ervaringen dringen zich op. Groot gebouw, verschillende lokalen, veel docenten en vooral heel veel nieuwe klasgenoten. Iedereen is bezig met een plekje te verwerven binnen een groep. Onze voorname taak in de eerste weken is leerlingen te begeleiden zich thuis te laten gaan voelen op hun nieuwe school. Elke docent kan hier een steentje aan bij dragen. Zeker voor ons vak, de gymlessen, is het van enorm belang om zorgvuldig met onze 'bruggers' om te gaan.

Na de basisschool gaan de leerlingen allemaal naar verschillende stromingen binnen het voortgezet onderwijs. De één kiest voor

het vmbo, de andere voor havo of vwo. Met een goed advies zit een leerling op de juiste plek. Alleen in een gymles heb je juist wel te maken met heterogene groepen. Leerlingen met verschillende achtergronden en bewegingservaring stappen zo je les binnen.

## Wat viel ons op?

### 1 Bewegingservaring?

In elke klas zie je ze.... leerlingen die aan één woord of plaatje genoeg hebben om de activiteit met succes uit te voeren. Aan de andere kant leerlingen die met veel pijn en moeite soms wel, maar vaak ook niet, de activiteiten weten te volbrengen. De grote niveauverschillen in een klas ontstaan doordat de ene leerling aanleg heeft, veel sport en buiten speelt terwijl de ander minder aanleg heeft en bijvoorbeeld liever kiest voor computeren. Daar komt ook nog eens bij dat grote groepen leerlingen in het basisonderwijs, nooit les hebben gehad van vakleerkrachten.

### 2 Gekozen activiteiten vaak te moeilijk in het VO?

Daar waar het bij andere vakken heel normaal is om in de brugklas te beginnen met herhalen zien we dat in de lessen bewegingsonderwijs meteen gestart wordt met typische VO-activiteiten zoals basketbal, wandklimmen, speerwerpen, volleybal, softbal en tip-salto. Juist vanwege de enorme verschillen in bewegingservaring lijkt het ons wenselijk om te starten met activiteiten die bij de leerlingen bekend zijn. We willen dat leerlingen zich zo snel mogelijk thuis voelen. Succeservaring, beleving en deelgenoot zijn van de

klas is erg belangrijk. Leren is namelijk voortbouwen op ervaringen die je hebt meegemaakt. Als deze ervaringen voor een groot deel negatief zijn, doordat het vaak niet lukt of omdat je buiten de groep staat, dan dreigen kinderen af te haken. Wij willen leerlingen introduceren in 'eenvoudige' bekende activiteiten, die ook voor de betere beweger voldoende uitdaging bieden. *Het is van belang dat we activiteiten kiezen die meteen lukken. Succeservaring is voor elk kind heel erg belangrijk, zeker in het begin van een leerproces. Het lukken en plezier ervaren zijn één van de pijlers van geluk en dagen uit tot verder leren. Een goed gekozen arrangement en duidelijk leervoorstel zijn van essentieel belang.*

### 3 Kennismaking en samenwerken?

Voor veel leerlingen is het erg spannend in een nieuwe groep. Zeker als je voor de eerste keer, voor een volle klas, iets moet doen. Vooral die leerlingen die niet zo goed zijn in bewegen, zijn bezig met vooral niet op te vallen. Stel je voor dat het net bij jou voor de hele klas fout gaat... wat zal de rest dan van je denken? Kennismaken met elkaar gaat het beste als er niet heel veel druk op staat.

## Station 1: Over het ravijn

### Organisatie

#### Arrangement:

- 1 omgekeerde bank op twee verhogingen
- 1 kast als verhoging
- 1 bok als verhoging
- 2 maten voor veiligheid
- 4 touwtjes op de bank om de verhoging vast te binden
- 1 pilon als wachtplek.



Foto 1 lesgeven in de brugklas

#### Extra:

- lintjes
- springtouwtjes
- wandrek / brug als verhoging
- muur / springplank om met voeten op te steunen
- losse materialen (bijvoorbeeld blokjes / touwtjes / ballen groot en klein / pittenzakjes).

#### Opdracht:

Zet je voeten tegen de poten van de bok aan en pak met je handen de bank vast. Klim nu met handen en voeten naar de overkant.

#### Regels:

##### Startregel

- begin is bij de bok
- raak je de grond dan stap je weer op en klim je verder
- ben je klaar met klimmen sluit je achteraan bij de wachtplek.

##### Stopregel

- als je bij de kast bent
- als je moe bent
- als je er drie keer gevallen bent.

##### Wisselregel

De volgende mag gaan klimmen als de vorige klimmer klaar is.

Het werken in kleinere groepjes helpt leerlingen om zich eerder in een activiteit te laten zien. Niet de hele klas let op jou! Een 'foutje' is dus minder erg.

*Een goede beweger zal geen problemen hebben om zich bloot te geven ook niet in een nieuwe klas. Echter voor een leerling met minder bewegingservaring kunnen de eerste lessen een behoorlijk blok aan het been zijn en dat terwijl ze zich al niet zo zeker voelen.*

Kennismaken is niet alleen belangrijk voor leerlingen. Voor ons als docenten is het zaak om snel zicht te krijgen in het niveau van onze brugklasleerlingen. Dit om goed aan te kunnen sluiten bij de ervaring en beleving van de leerlingen. Het aanbieden van verschillende activiteiten in één les biedt dan ook voordelen. Leerlingen doen verschillende activiteiten in één les. Dat betekent dat als je niet zo goed bent in het één, je kunt uitblinken in het ander. De leerlingen werken in kleine groepjes en hoeven niet bang te zijn te falen voor de hele groep. De docent krijgt snel inzicht in het bewegingsniveau van leerlingen in verschillende activiteiten. Het werken met verschillende activiteiten zorgt ervoor dat leerlingen veel meer beurten krijgen.

Het werken in groepjes vraagt ook het één en ander. Leerlingen moeten met elkaar een activiteit op gang brengen en deze onderhouden. Samenwerken is iets wat je moet leren. Het leren samenwerken doe je in een klein groepje waar overleg nog mogelijk is, en in een makkelijke activiteit met niet al te moeilijke regels en opdrachten. Veel kinderen hebben al ervaring met het werken in kleine groepjes vanuit de basisschool. Ook tijdens de gymles. Basisscholen die bewegingsonderwijs serieus nemen werken allemaal via een methode. Hierin wordt vaak in kleine groepjes gewerkt. Uiteraard staat de docent altijd klaar om te begeleiden, aan te passen of te coachen daar waar nodig.

## Leskaarten

De 'bruggenbouwers' zijn bezig met het schrijven van verschillende brugklaslessen. In elke les zullen vier activiteiten aan bod komen. Natuurlijk is het altijd mogelijk om activiteiten van verschillende lessen met elkaar te combineren. De opzet is om een les een aantal keren te herhalen zodat leerlingen de tijd krijgen om te leren en te genieten van een leuke uitdagende activiteit. Elke tien minuten wordt er van activiteit gewisseld. De leerlingen krijgen elke les dus vier activiteiten te doen. Mocht dit qua tijd niet lukken dan kan er gekozen worden de activiteiten minder lang te doen of om maar drie keer door te draaien. Bij het ontwikkelen van de leskaarten zijn we uitgegaan van groepen tot 32 leerlingen. Is het leerlingaantal kleiner, wat hopelijk het geval is, dan kun je de vier activiteiten met minder leerlingen doen. Mocht dit echter problemen geven dan kun je er voor kiezen drie groepen te maken en te zorgen dat één activiteit dan steeds open ligt. Bij het samenstellen van de activiteiten hebben we geprobeerd uit te gaan van een normale standaardinrichting van een gymzaal.

## Voor wie zijn deze leskaarten?

Deze leskaarten zijn ontwikkeld voor vakdocenten VO. De leskaarten bieden de mogelijkheid om op een andere manier les te geven. Er bestaat altijd de mogelijkheid activiteiten van de verschillende lessen uit te wisselen. Natuurlijk staat het vrij, aanpassingen aan arrangement en/of regels te maken. Het gebruik van deze leskaarten kan ook voor stagiaires een steuntje in de rug zijn. Hopelijk

**Loopt het?.....tips**

Er is geen bank meer. Er is geen kast of bok meer.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gebruik een ladder of balanceerbalk.</li> <li>• Op rekstok leggen of in de ringen hangen.</li> <li>• Gebruik wandrek of brug.</li> </ul>
Kinderen moeten te lang wachten.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De volgende klimmer mag starten als de eerste klimmer over het midden is.</li> <li>• Maak twee of meerdere situaties.</li> </ul>
Kinderen krijgen te veel beurten, pijn aan handen en voeten.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beurt overslaan.</li> <li>• Maximaal acht keer op een neer klimmen.</li> <li>• Balanceren in plaats van klimmen.</li> <li>• Klimmen met handschoenen. (winterbeklimming!!)</li> </ul>

**Lukt het bijna?.....tips**

Klimmer vindt het moeilijk / eng om onder de bank te klimmen.	<p>Arrangement:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• de situatie lager maken</li> <li>• steunpunten maken op de grond waar een leerling met de voeten mag rusten. Bijv. bank of springplank</li> <li>• situatie dicht tegen muur bouwen zodat leerling met voeten tegen muur kan lopen</li> </ul> <p>Aanwijzing:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• klem de handen en voeten aan allebei de kanten van de bank en verplaats eerst de voeten een stukje en daarna de handen</li> <li>• laat het kind met handen en voeten en zittend op de bovenkant naar de overkant klimmen</li> <li>• balanceer over de balk van de omgekeerde balk naar overkant</li> <li>• klimmer ondersteunen bij de rug.</li> </ul>
Kind komt niet met de voeten op de bank.	<p>Arrangement:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• de bank steunt op aan één kant op de grond of op één kastkop en staat dus schuin</li> <li>• stoel plaatsen zodat het opstappen makkelijker gaat.</li> </ul> <p>Aanwijzing:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• loop met de voeten op tegen de bokpoten en leg dan de voeten op de bank</li> <li>• klimmer ondersteunen.</li> </ul>

**Lukt het beter?.....tips**

Voor de echte klimgeiten!!	
De klimmer klimt gemakkelijk met handen voeten geklemd om de bank naar de overkant.	<p>Arrangement:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bok verhogen en de bank schuinplaatsen</li> <li>• een kant in de ringen vastzetten zodat het minder stabiel wordt. Let op bevestiging!</li> </ul> <p>Aanwijzing:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• klim met handen en voeten in een ritme om en om en in een hoger tempo</li> <li>• klim heen en ook weer terug</li> <li>• klim met beide handen aan één kant</li> <li>• klim met handen en voeten aan één kant</li> <li>• maak halverwege de klim een hele draai en klim weer verder</li> <li>• klim van de bok naar de kast en probeer op de kast te klimmen</li> <li>• klim halverwege op de bank</li> <li>• klim eerst om de bok of kast en klim daarna verder onder de bank</li> <li>• plaats kast in de buurt van de muur, de leerling klimt tussen kast en muur richting bank om vervolgens door te klimmen.</li> </ul>

**Leeft het?.....later**

Kind durft niet te klimmen of op de kop te hangen.	<p>Arrangement:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lagere situatie maken</li> <li>• steunpunten maken op de grond waarop een leerling kan steunen met de voeten.</li> </ul> <p>Aanwijzing:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• de leerling ondersteunen door te ondersteunen bij de schouders</li> <li>• klimmen boven over de bank</li> <li>• balanceren boven over de bank.</li> </ul>
Klimmen wordt saai.	<p>Arrangement:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• verhogen door de bok hoger te maken en aan de andere kant de bank laten steunen op de rekstok of in de ringen hangen</li> <li>• leerlingen starten met een lintje om en moeten deze halverwege vastmaken aan de bank met ankersteek</li> <li>• er zitten lintjes vast (ankersteek) aan balanceerlat van de bank. Wie kan in één beurt de meeste lintjes losmaken en omhangen zonder met de voeten aan de grond te komen?</li> </ul> <p>Aanwijzing:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wedstrijdje: wie kan het vaakst heen en weer klimmen zonder met de voeten aan de grond te komen?</li> <li>• twee klimmers klimmen samen naar de overkant verbonden met een touwtje en moeten beiden op de kast uitkomen</li> <li>• elkaar klimmend onder bank passeren</li> <li>• klimmen met een blinddoek</li> <li>• een langer klimparcours bouwen</li> <li>• vervoer verschillende materialen naar de overkant zonder ze te laten vallen.</li> </ul>

**Later.....**

Klimmen onder.	<p>Aanwijzingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• klim halverwege van onder de bank boven op de bank en klim daarna weer door</li> <li>• klim van de bok naar de kast en probeer om de kast te klimmen</li> <li>• je zit op de kast en klimt onder bank en bok door om boven op de bok te kunnen klimmen</li> <li>• bank ophangen aan vier ringen op 1.50 m. hoogte. Ga op de kast staan en klim onder de bank door en probeer aan de andere kant op de bank te klimmen.</li> </ul>
Klimmen samenwerken.	<p>Aanwijzing:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zes wachters houden een bank horizontaal vast op borsthoogte terwijl de klimmer rondom de bank probeert te klimmen.</li> </ul>

**Ontwikkelen van leskaarten**

- In hoeverre kan de overgang van basisschool naar VO beter op elkaar aansluiten zodat de stap voor iedereen beter te maken is?
- Welke basisschoolactiviteiten zijn geschikt voor de brugklas?
- Hoe kunnen we een aanbod maken dat vooral geschikt is voor de mindere beweger die met grote onzekerheid meedoet aan de gymlessen en op zijn nieuwe school behoefte heeft aan succeservaringen?
- Hoe kunnen we binnen activiteiten waarin zwakke kinderen bewegen betere bewegers nog beter maken?
- Hoe kunnen we kinderen meer verantwoordelijkheid geven voor het verloop en organisatie van de les?
- Hoe kunnen we aansluiten bij de belevingswereld van de brugklassers?

Correspondentie: jaehouben@hotmail.com