

Beweeg!

Het praktijkonderwijs is een speciale tak. Kinderen die daarin verzeild raken, hebben het niet gered in het reguliere onderwijs. Ze kunnen best wat, alleen de wijze waarop ze moeten worden benaderd vergt aanpassing van de docenten. In dit artikel het bevlogen verhaal van een docent die de aangepaste benadering in een boek heeft verwerkt.

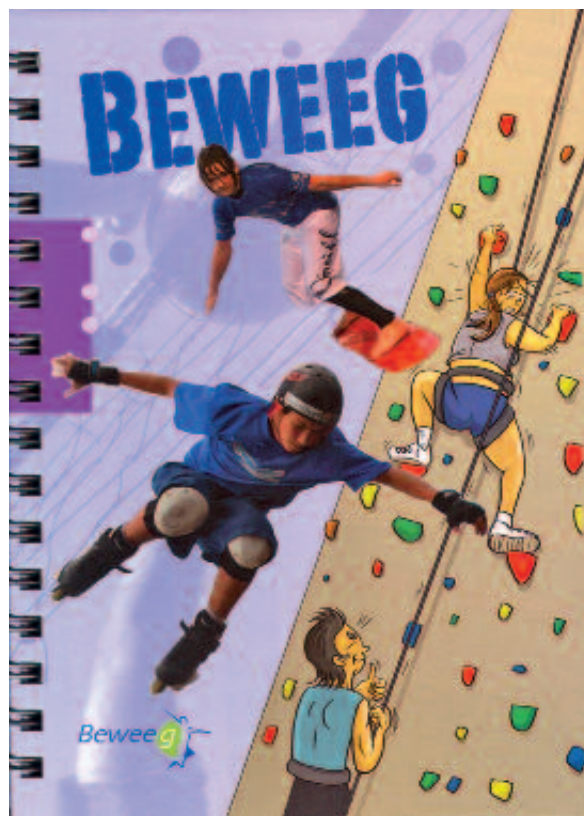
Door: Jan Willem Regtering

Onlangs heb ik mijn boek mogen presenteren op een studiedag voor het praktijkonderwijs in Rijssen. Zoals zoveel gymleraren probeer ik mijn leerlingen meer mee te geven dan alleen sport. Ik probeer van mijn leerlingen kritische bewegingsconsumenten te maken. Ik geef les in het praktijkonderwijs en hiervoor bleken nog geen boeken te zijn. Omdat ik vaak vastliep bij bepaalde onderdelen ben ik gaan schrijven! *Beweeg* is het resultaat. Het is niet alleen een leerboek, het is ook een leefboek. Het kan gebruikt worden zoals de gebruiker het zelf wil inzetten. Het is bedoeld om leerlingen te interesseren en te inspireren om in actie te komen. Ik hoop dat mijn vakcollega's het hiermee eens zijn.

Beweeg; daarom

Praktijkonderwijs is een relatief nieuw type onderwijs in Nederland. Praktijkonderwijs is gericht op het vergroten van de zelfredzaamheid van leerlingen met een leerachterstand. Het biedt kansen voor jongeren die uiteindelijk graag zo zelfstandig mogelijk willen gaan werken, wonen, recreëren, maar niet zo goed kunnen leren. Dit is ook de visie die we aanhouden op mijn school. Naast de vmbo-afdeling bieden we sinds een aantal jaren ook praktijkonderwijs aan, ook wel PrO genaamd. Veel van de leerlingen die hier naar school gaan hebben onder andere moeite met begrijpend lezen. Het gevolg was dat ik in mijn lessen bestaande boeken voor gym om ging buigen naar een iets makkelijker te begrijpen taal en werkwijze. Dit was een manier om dergelijke stof toch aan te kunnen bieden

aan mijn leerlingen. Als ik gymles gaf en er was een leerling die niet goed mee kon komen, dan besteedde ik er veel aandacht aan om deze leerling ook dat te bieden wat de anderen deden. Dit zorgde er soms voor dat de rest van de groep opgehouden werd. Dit vond ik vervelend. Toen begon ik met het elkaar leren helpen. Hierbij leren de kinderen die ergens goed in zijn, de kinderen die minder goed zijn, hoe ze iets beter kunnen aanpakken. Uiteindelijk leverde dit niet het gewenste resultaat op. Ik ontwikkelde toen een boekje voor leerlingen uit de bovenbouwgroepen van het praktijkonderwijs dat ik 'de afsluiting' noemde. Ik heb ervoor gezorgd dat het zoveel mogelijk aansluit bij het leerplan dat ik gebruik op school. 'De afsluiting' heeft heel veel raakvlakken met het PTA dat op vmbo-scholen wordt gebruikt. Het verschil is dat leerlingen hier niet uit *moeten* werken, maar *mogen* werken. Ik gaf aan wanneer we eruit gingen werken, dan moesten ze het boekje meenemen naar de les. Dit ging goed maar ik miste de aansluiting naar de sport buiten school. Ik heb toen het sportoriëntatieprogramma geïntroduceerd. Dit deed ik met de schoolverlaters. Op deze manier wilde ik ze voorbereiden op een toekomst waarin sport een belangrijke plaats inneemt. Het voelde nog niet goed, omdat het op deze manier eigenlijk niet goed kon worden uitgediept. In mijn beleving moest je een leerling al eerder 'sport-minded' maken. Hierdoor is de kans dat ze een betere attitude tegenover sporten krijgen groter.



De opzet van Beweeg

Om de inhoud van het boek te bepalen heb ik eerst een onderzoek gedaan onder circa 500 jongeren op Het Stedelijk College Zoetermeer, afdeling Van Doornenplantsoen. Dit is een grote vmbo-school met ongeveer 1500 leerlingen. Ik wilde graag weten welke sporten of activiteiten leerlingen leuk vinden om te doen. Van de 500 uitgedeelde enquêtes heb ik er ongeveer 300 ingevuld teruggekregen. De resultaten waren even verbluffend als bijzonder. Sporten zoals vissen en bowlen werden boven verwachting vaak genoemd. Maar ook skeeleren, tennis en paardrijden scoorden hoog. De twintig sporten die als meest aantrekkelijk genoemd werden, heb ik verwerkt in *Beweeg*. Deze sporten zijn; klimmen en abseilen, kajakken of kanoën, survivalrun, vissen, wildwaterraften, skeeleren of skaten, fitness, frisbee, skateboards, e-fitness,



fietscross en ATB, skiën en snowboarden, zeilen, rugby, karate, balsporten, paardensport, streetdance, tafeltennis en bowlen. Deze sporten spreken in ieder geval mijn leerlingen erg aan!

Thema's

De thema's in *Beweeg* zijn; Avontuur, Cool, Ruig, Samen en Jij!. De thema's bestaan ieder uit vijf hoofdstukken met activiteiten. We hebben expliciet voor vijf duidelijke thema's gekozen om het boek voor de leerling overzichtelijk en handzaam te maken. Om een aantrekkelijk product af te leveren voor zowel leerling als docent is aan de layout en de docentenhandleiding veel aandacht besteed.

Elk hoofdstuk begint met een inleidend verhaaltje om een beeld te geven van de activiteit. Wat de leerling eventueel nodig heeft en wat hij kan verwachten als hij voor deze activiteit kiest. Daarna staat er een actieplan met vragen klaar voor de gebruiker om in te vullen (Denken). Aan het eind van elk hoofdstuk staat een woordenlijst met uitleg over moeilijke woorden uit de tekst. Achter elk woord staat tussen haken hoe je het uitspreekt.

Structuur

Beweeg is bovenal een leefboek. Je kunt het boek individueel, samen met anderen of klassikaal gebruiken. Het boek is gelinkt aan het voor praktijkonderwijs ontwikkelde leermiddelenpakket PrOmotie van uitgeverij Edu'Actief. *Beweeg* werkt met hetzelfde didactische principe Denken-Doen-Nakijken dat ook in PrOmotie gehanteerd wordt. Elk onderdeel wordt voorafgegaan door een inleidend verhaal, waarna de leerling zelf aan de slag kan met plan en uitvoering. Denken wordt weergegeven met het icoon vraagteken, Doen met het icoon uitroepteken en Nakijken wordt met het icoon denkwoolkje weergegeven. Deze gestructureerde werkwijze is herkenbaar en helpt de leerling een succeservaring op te doen.

Meerdere manieren van gebruik

Individueel

Als een leerling het boek individueel doorneemt zou het als volgt kunnen gaan.

De leerling gaat op vakantie naar België. Hij heeft gehoord dat je daar goed kunt mountainbiken [mountain-baiken] en hij wil wel weten wat dat is. De leerling pakt *Beweeg* erbij en gaat bladeren. Het hoofdstuk is snel ontdekt door de vele plaatjes. De leerling leest het verhaal en wordt meer en meer enthousiast. Nu het actieplan, dat in het boek staat, invullen. Op vakantie weet de leerling precies hoe alles gaat, hoe het heet en wat hij moet doen. Door zijn voorkennis kan de leerling vragen van anderen beantwoorden en dat voelt prettig. Deze succeservaring zal de leerling altijd met zich meedragen. Hij vertelt over zijn belevenissen aan vrienden en in het beste geval zal hij vaker gaan mountainbiken of zelfs de sport in clubverband gaan beoefenen.

Klassikaal

Beweeg kan ook klassikaal of in een vriendengroep gebruikt worden. Bijvoorbeeld als ouders samen met het kind iets willen ondernemen in een weekend of vakantie. Ze lezen samen *Beweeg* en zien dat je in Zoetermeer goed kunt skiën en snowboarden. Ze besluiten erheen te willen en maken hun plan. Er moeten nu verschillende disciplines gecombineerd worden. Namelijk rekenen, plannen, reizen enzovoort. Leerlingen die graag bezig zijn en graag bewegen houden niet altijd van rekenen. Maar als ze vier kaartjes moeten kopen voor de indoorskibaan á € 11,50 dan wordt rekenen een stuk makkelijker. Hier zit namelijk een positieve gedachte achter. Het uitzoeken van de route, vertrektijden en kosten van de trein maken dat de leerling op zijn zelfstandigheid wordt aangesproken. Als ze eenmaal zijn geweest dan pakt niemand dat meer van ze af. Het gevoel van zelfstandigheid zal een positief gevoel zijn dat overheerst bij deze leerlin-

gen. Hier wordt sport dus een middel om andere doelen na te streven, maar de sport blijft wel de katalysator van het geheel.



Beweeg bij mij in de praktijk

Beweeg kan tijdens de les gebruikt worden. Het is bedoeld voor leerlingen die moeite hebben met taal of anderstaligen en voor eenieder die geïnteresseerd is. De leraar leest een stuk voor. Als de leerlingen uit de klas iets leuk lijkt om te gaan doen, kan hij alleen of samen het daarop volgende plan gaan uitwerken. Als het plan er eenmaal is, kan het ook daadwerkelijk uitgevoerd worden. De leraar ondersteunt de leerlingen dan gedurende dit proces. Hoe meer de leerling zelf doet des te groter de winst. De leerlingen moeten soms verschillende vaardigheden combineren om tot een activiteit te komen. 'Mijn leerlingen willen alleen maar bewegen' is een veel gebruikte zin die ik hoor op de uitleg van dit verhaal. Daar heeft u ook helemaal gelijk in, maar op school is het de bedoeling dat deze leerlingen meer leren dan alleen maar bewegen. Ze leren ook over de randvoorwaarden van bewegen; denk aan: Wat kost het? Waar kun je de activiteit doen? Wat heb je ervoor nodig? Door de leerlingen dit ook aan te bieden zullen ze in het dagelijks leven = vrije tijd, dezelfde stappen ook eerder kunnen en durven nemen. De leerkracht LO is vaak een geliefd persoon binnen de school, staat bekend om zijn of haar organisatietalent en zijn of haar flexibiliteit. Maak daar gebruik van samen met het (gebruik van dit) boek.



Sportoriëntatie

Met klas vijf en zes van het praktijkonderwijs doen we aan sportoriëntatie. We behandelen dan soms een hoofdstuk uit het boek voordat we erheen gaan. Laatst hebben we het hoofdstuk Wildwaterraften behandeld. Gezamenlijk hebben we het inleidende verhaal gelezen toen volgde een gesprek over de activiteit. Samen hebben we het plan ingevuld. Om de vragen te kunnen beantwoorden moesten de leerlingen verschillende dingen opzoeken met behulp van de computer.

Sommige leerlingen hebben de route uitgezocht. 'Hoe kun je er komen?' was de vraag van één van de leerlingen. 'Zoek maar uit!' was mijn antwoord. En dat hebben ze gedaan. Dit deel van de les nam slechts dertig minuten in beslag. Hierna gingen we nog een spel doen in de gymzaal.

De week erna zijn we naar Dutch Water Dreams gegaan en zijn we gaan bodyboarden. De voorbereiding met *Beweeg* zorgde ervoor dat de leerlingen wisten wat ze gingen doen dit gaf rust in de groep. Het uur ging zo voorbij en iedereen kon goed op zijn of haar bodyboard blijven liggen. Er werden zelfs een paar trucjes gedaan. Tijdens een les avo, in de week erna, hebben de leerlingen de dag geëvalueerd. Ze bespraken hoe ze het vonden en wat ze allemaal konden. Waar ze de volgende keer op moesten letten is opgeschreven in het boek. Iedereen was het erover eens dat ze graag nog een keer wilden gaan. De werkwijze vonden ze ook fijn. In de klas zitten een paar leerlingen die niet heel goed tegen verandering kunnen. Zij gaven aan het prettig te vinden om van tevoren te weten waar ze aan toe waren. Ze hebben van te voren de website bekeken en konden zien wat ze gingen doen. Het inleidende verhaalje vonden ze heel prettig lezen. Hierin wordt verteld over een jongen die gaat wildwaterraften. Dat wilden ze ook graag doen. Misschien de volgende keer.

Beweeg 'los' gebruiken

Ondanks de link met de methode PrOmotie, is het boek ook 'los' te gebruiken. Met je leerlingen lees je een hoofdstuk door en bespreekt de activiteit. Je kunt gebruikmaken van internet en van de ervaringen van elkaar.

Zo kan het zijn dat je een keer met de klas naar een fitnesscentrum wilt gaan. In het boek staat hierover een hoofdstuk. Na het



lezen van het hoofdstuk komen de vragen van de leerlingen vanzelf. Je probeert die dan op te lossen met elkaar. De vragen in het boek vullen ze zelfstandig of samen in. Dan kun je een keer in de klas een 'echte' instructeur uitnodigen. Hij of zij kan dan vertellen over de sportschool, de regels en de gang van zaken aldaar. Vervolgens maak je de afspraak met de klas om de week erna naar het fitnesscentrum te gaan. Naderhand bespreek je het bezoek en wat is gedaan in de klas. De leerlingen kunnen voor hen belangrijke zaken in het boek schrijven om te onthouden.

In het vmbo kan het boek ingezet worden bij anderstaligen of bij leerlingen die moeite hebben met lezen.

Hierbij wil ik Inge, Caroline en Roland bedanken voor hun inzet en hulp en expertise.

Jan-Willem Regtering is docent bij Effatha, school voor doven in Zoetermeer.

Nieuwsgierig geworden? Vraag nu een beoordelingsexemplaar aan via de online catalogus op www.edu-actief.nl.

Correspondentie:

janwillemregtering@hotmail.com