



Survival in het basisonderwijs (1)

Dé nieuwe sportpraktijk

Dit artikel is er voor bedoeld om u te introduceren in de innovatieve sport 'Survival', die in Nederland steeds populairder begint te worden, uitstekend toepasbaar is in het onderwijs en daarom ook zeker een plaats verdient in het sport/bewegingsonderwijs van tegenwoordig. Waar dit eerste artikel vooral een introducerende, informatieve en uitdagende aard heeft, zal het volgende artikel een meer praktische aard hebben.

Door: Wiebren Dijkstra en Rob Jansma



Wanneer u tegenwoordig door woonwijken loopt, ziet u steeds vaker mooie speelplaatsen ontstaan. Al deze speelplaatsen met glijbanen, schommels, klimrekken, evenwichtsbalken staan er natuurlijk niet voor niets. De toestellen hebben vanuit zichzelf een uitdagende werking op kinderen. Kinderen vinden op jonge leeftijd het interessant om in bomen te klimmen, om bovenop een klimrek te zitten of om tegen een glijbaan omhoog te lopen. Uiteraard is dit binnen het onderwijs niet onopgemerkt, al jaren wordt er binnen de gymles aandacht geschonken aan de grondvormen van bewegen als klimmen en klauteren.

Vaak worden spelen als het 'chagrijnenspel' en het 'ravijnenspel' aangeboden waarbij er in teams een parcours afge-

legd dient te worden, zonder de grond aan te raken. Daarbij gaat het om: hoe kom ik het gemakkelijkst met mijn team over deze hindernis, zonder de grond aan te raken? Enorm uitdagend en de leerlingen vinden het fantastisch, maar is dit wel sportgericht onderwijs, worden kinderen voorbereid op de huidige sportcultuur en valt er niet meer uit dit soort lessen te halen?

survival als sport

Binnen de survivalsport wordt het kind in u weer helemaal naar boven gehaald, toch is deze sport alles behalve kinderachtig. De survivalsport wordt gezien als de zwaarste duursport die we in Nederland kennen. Wat een marathon voor een hardloper is, is een survivalrun voor een survival-atleet.



Deze survivalruns worden door de overkoepelende survivalbond in heel het land georganiseerd. Binnen een survivalrun is het de bedoeling dat er een parcours wordt afgelegd, waarbij er verschillende (natuurlijke) hindernissen overwonnen moeten worden. Het parcours bestaat vaak uit verharde wegen, maar ook uit onverharde gebieden zoals een drassig weiland.

De hindernissen zijn er in allerlei soorten en maten en worden allemaal gebouwd met materialen zoals: touw, touwnetten, houten balken en palen, autobanden, ijzeren rekken, etc.

Je kunt het zo gek niet bedenken. Wanneer een hindernis na herhaaldelijk proberen niet gehaald wordt, dient het belangrijke rode polsbandje ingeleverd te worden. Uiteindelijk resulteert dit in straf tijd.



Het mooie aan de verschillende survivalruns zijn de verschillende manieren van deelname, waarbij iedere manier van deelname zijn eigen problemen met zich mee brengt. Wanneer je namelijk als individu aan een survivalrun deelneemt, sta je er helemaal alleen voor en zul je jezelf zowel fysiek als mentaal een aantal keer moeten overwinnen. Doe je echter mee in een team, dan moet er voor gezorgd worden dat iedereen uit het team het parcours aflegt. Uiteraard komen hier zaken als samenwerking, motiveren van elkaar en het creëren van een teamgeest aan de orde.

survival in het (basis)onderwijs

Survival is een innovatieve sport, waar ontzettend veel verschillende lesdoelen mee bereikt kunnen worden. Hierbij

kunt u denken aan zowel motorische, cognitieve en sociaal-emotionele lesdoelen. Meteen hoor ik u ook denken vanuit uw eigen praktijksituatie: hoe creëer ik situaties met touw, netten en autobanden in mijn gymzaal. Het antwoord hierop wordt in het tweede artikel gegeven, waarin er meer praktisch wordt ingestoken op de toepasbaarheid in de les. Wel kan ik u alvast zeggen dat grote gymmateriaalleveranciers niet voor niets allerlei klim- en klautertoe- stellen ontwikkelen. Ook in de gymzaal zijn geweldige survivalhindernissen te creëren.



We willen met de lessen dicht in de buurt van het dominante bewegingsprobleem blijven: *jezelf verplaatsen van A naar B, waarbij ik rekening houd met mijn eigen kunnen, de specifieke regels van de hindernis en het niet aan mogen raken van de grond.*

Wanneer we de survivalsport met al zijn mogelijkheden in het onderwijs willen neerzetten, zien we de volgende redenen om de survivalsport toe te passen in het bewegingsonderwijs:

- aansluiting bij vrije speeltijd
- uitdagende hindernissen zorgen voor intrinsieke motivatie

- betekenisvol onderwijs door inspelen op verschillen en probleemsturing
- het sportgerichte perspectief
- aandacht voor sociaal-emotionele leerprocessen
- zelfstandig leren werken
- hoge bewegingsintensiteit
- vakoverstijgende doelen.

één grote speeltuin

Al eerder hebben we het gehad over het speelgedrag dat kinderen in speeltuinen vertonen. De grondvormen van bewegen klimmen en klauteren, worden hierbij op jonge leeftijd sterk ontwikkeld.

Vooral in het basisonderwijs valt te stellen dat de survivalonderdelen heel goed aansluiten op datgene wat kinderen doen in hun vrije speeltijd. Hierdoor speel je als docent direct in op de belevingswereld en het beweggedrag van de kinderen. Wanneer een kind situaties herkent in de gymles, is het als docent erg mooi om een transfer te leggen naar deze speelplaatsen. Leerlingen kunnen zelfs oefenen in hun vrije tijd op de speelplaats.

intrinsieke uitdaging binnen de hindernissen

Iedereen kent de situatie waarbij alle leerlingen voor de les al op het klaargezette materiaal gaan spelen. Wanneer een bal wordt neergelegd, zal er worden gevoetbald of gebasketbald. Zo werkt het ook met het

uithangen van touwen, klaarleggen van matten en kasten, etc.

De verschillende survivalhindernissen hebben allemaal hetzelfde doel.

Je moet je namelijk verplaatsen van A naar B, waarbij de grond niet geraakt mag worden. De uitdaging om dit doel te halen werkt bij bijna alle klassen zeer uitdagend. Ook hierbij valt weer een transfer te maken want in heel veel spelen in het onderwijs komt dit zelfde doel naar voren.

Hierbij kan gedacht worden aan het 'chagrijnenspel', het 'ravijnenspel', 'apenkooi', etc. De hindernissen zijn intrinsiek uitdagend.



betekenisvol onderwijs

Onderwijs is met de tijd nogal veranderd. Waar er vroeger een strenge docent voor de groep stond die precies vertelde wat er moest gebeuren, zie je nu steeds vaker dat leerlingen zelf kunnen kiezen wat ze willen ontwikkelen. Dit heeft te maken met datgene wat leerlingen zelf betekenisvol vinden. Het uitdagende doel voor de docent is daarbij natuurlijk dat er onderwijs wordt aangeboden dat voor iedereen betekenisvol is. Wanneer leerlingen verschillende rollen aangeleerd krijgen, wil de ene leerling zich ook verder ontwikkelen in de scheidsrechtersrol, en weer iemand anders zich in de coachrol. Hier moet je als docent uiteraard organisatorisch wel eerst even over nadenken. Wat maakt het betekenisvol?

- Bij survival geldt het algemene doel dat de leerlingen zich moeten verplaatsen van punt A naar B, waarbij ze zich houden aan hindernisspecifieke regels en de grond niet raken. Het mooie hierbij is dat de specifieke techniek niet het doel is, maar juist de verplaatsing. Het kan dus zijn dat het ene kind bij de apenhang bijvoorbeeld eerst met de benen klimt, terwijl een ander dit eerst met de armen doet. Het is prachtig om te zien welke keuzes verschillende kinderen maken. Verschillende uitvoeringen zijn mogelijk.
- Er worden in de les daarom ook geen specifieke technische voorbeelden klassikaal gegeven. Het kan namelijk zo zijn dat deze voorbeelden voor de helft van de klas totaal niet betekenisvol zijn. Uiteraard kan de hulp van de

docent wel ingeschakeld worden door vragen vanuit de klas. Ook kunnen veel problemen verholpen worden door het gebruik van de leskaarten.

- Wanneer de leerlingen actief aan het oefenen zijn met bijvoorbeeld het touwklimmen omhoog, ontstaan er problemen (probleemsturend onderwijs). Deze problemen moeten ontdekt worden en vervolgens worden opgelost. Hier speelt u als docent een sturende rol in. Problemen zoals vermoeidheid in de armen, pijn aan de handen, kunnen door met elkaar te praten, vragen te stellen en oplossingen te bedenken, erg goed opgelost worden.
- Binnen de survivalsport bestaat het eindevenement uit een survivalrun, die het liefst buiten op een survivalbaan plaatsvindt. Iedere les naar dit eindevenement wordt het oefenen van de hindernis betekenisvol gemaakt, door te vertellen dat datgene wat ze binnen de les leren, toegepast moet worden binnen de echte survivalrun. Er ontstaat een soort 'trainings sfeer' waarbij leerlingen alle onderdelen beslist willen kunnen, omdat ze willen presteren op het eindevenement. Dit proces sluit aan op datgene wat we terug zien in de 'sportmaatschappij' van tegenwoordig.
- Verschillende hindernissen moeten worden geoefend. Maar door het niveauverschil tussen leerlingen bestaat de kans dat sommige leerlingen al lang hindernissen onder de knie hebben. Het is dan niet betekenisvol voor hen om deze hindernissen iedere les te blijven oefenen. Het is logisch dat zij moeten leren kiezen welke hindernissen ze dan wel zullen gaan oefenen. In hun team of individueel, kiezen ze voor de hindernis die zij zelf willen ontwikkelen.

Sportgericht bewegingsonderwijs als uitgangspunt

Steeds meer willen we de kinderen voorbereiden op de huidige 'sportmaatschappij'. Leerlingen krijgen gedurende de lessen allerlei verschillende sporten aangeboden die ze helpen om een keuze te maken in welke sporten ze zich verder willen ontwikkelen.

In het onderwijs worden vaak klim- en klautersporten aangeboden die lijken op de survivalsport. Met een schuin oog kijken we naar spelen zoals het 'chagrijnenspel' en het 'ravijnenspel'.

Toch wordt er geen link gemaakt naar de survivalsport die tegenwoordig ook in verenigingsverband beoefend kan worden. Wij zien het sportechte karakter binnen de les als een mooi kader, waar ook sociaal - emotionele doelen kunnen worden behaald.

Beïnvloeden van sociaal - emotionele leerprocessen

Hindernisbanen, managementgames, samenwerkingsspellen worden overal toegepast. Niet alleen in het onderwijs zie je deze activiteiten, ook binnen bedrijfsuitjes, speciaal onderwijs kom je ze vaak tegen. Het gaat bij al deze spelen ook om het leren observeren en evalueren van het groepsgedrag. Uiteindelijk gaat het om het beïnvloeden van dit groepsproces.

Binnen het afleggen van het survivalparcours gedurende de les, geldt de vuistregel dat je iedere hindernis *als team* neemt. Het kan dus niet zo zijn dat sommige teamleden al naar een volgende hindernis vertrekken. Er mag pas gestart worden met een volgende hindernis als het gehele team compleet is. Iedereen wil zo snel mogelijk over de hindernissen heen, wat vaak uitloopt op zeer intensieve hulpverlening. Iedereen helpt elkaar op zijn eigen manier, om er maar voor te zorgen dat ze als team verder kunnen. Samenwerking in de zin van coachen, tillen, aangeven van materiaal, meedenken met elkaar, is erg belangrijk en essentieel. Zonder samen te werken, kun je simpelweg niet naar een volgende hindernis. Voor de docent is er gelegenheid te observeren en vervolgens samen met de kinderen te evalueren en reflecteren.

Zelfstandig werken met behulp van de leskaarten

Om leerlingen te laten oefenen met de specifieke hindernissen, kan er heel goed gebruik worden gemaakt van leskaarten. Omdat leerlingen hun eigen technieken mogen verzinnen, is de leskaart er slechts op gericht de regels en bedoeling van een hindernis uit te leggen. Voordat ze de hindernis nemen, kij-



ken leerlingen eerst hoe deze regels uitgevoerd kunnen worden. Als team wordt de leskaart doorgenomen, en vervolgens kan er worden begonnen. Naast de regels staat er op iedere leskaart ook één tip om de hindernis tot een succes te maken.

Hoge bewegingintensiteit

Doordat er heel veel hindernissen in een les neergezet kunnen worden, kan er op al deze hindernissen geoefend worden. Er wordt in teams geoefend voor de uitvoering bij de echte survivalrun. Het is belangrijk dat iedereen elkaar helpt. Wanneer dit niet gebeurt, zijn de hindernissen simpelweg bijna niet te halen. Iedereen is betrokken bij het proces om het gemeenschappelijke doel te behalen. Deze betrokkenheid in combinatie met veel oefenmogelijkheden zorgt ervoor dat leerlingen eigenlijk de gehele les actief bezig zijn.

Vakoverstijgende doelen

Het geheel kan nog betekenisvoller voor de kinderen worden gemaakt door an-

dere vakken erbij te betrekken. De leerlingen kunnen met handvaardigheid bijvoorbeeld hun eigen wedstrijdshirt met startnummer maken of met rekenen een tijdschema in elkaar zetten. Hoe meer betrokkenheid, hoe leuker!

lespakket

Voor het schrijven van dit artikel is een module survival in het onderwijs getest op een aantal basisscholen in Nederland. Uit deze gegeven lessen zijn een aantal zaken erg duidelijk geworden. Alle gegeven lessen zijn er op gericht voorbereidend te zijn op de echte survivalrun, die als eindevenement wordt aangeboden.

Bent u nieuwsgierig geworden en heeft u behoefte aan lesmateriaal? De schrijvers van dit artikel hebben een praktische hulp ontwikkeld.

Het ontwikkelde lespakket bestaat uit een theoretisch gedeelte dat zich richt op de beschrijving en waarde van de survivalsport. Daarnaast is er een praktisch gedeelte met:

- organisatie uitleg
- survivalhindernissen in de gymzaal, opstelling en materiaalgebruik
- voorbeeldlessen en wedstrijdorganisatie
- digitale assistent: dvd met allerlei ondersteunend beeldmateriaal.

In een volgend artikel zullen hier voorbeelden van worden gegeven.

Wiebren Dijkstra en Rob Jansma zijn beide derdejaarsstudent aan het Instituut voor Sportstudies in Groningen en ook beiden fanatiek survivalatleet.

Foto's: Wiebren Dijkstra

Correspondentie:

info@survivalinhetonderwijs.nl

Website: www.survivalinhetonderwijs.nl