

# Topprogramma's in het voortgezet onderwijs:

## Leerlingen zelf een rol geven in hun motorische ontwikkeling

Begin 2013 is het Centre of Expertise Sport- en Beweeg Talent opgericht, waarin HAN Sport en Bewegen, SLO en een aantal scholen voor primair en voortgezet onderwijs samenwerken om processen van talentherkenning en -ontwikkeling te bevorderen in het bewegingsonderwijs. De Stedelijke Scholengemeenschap Nijmegen (SSgN) en het Montessori College in Nijmegen zijn twee scholen die betrokken zijn bij het onderdeel Topprogramma's: programma's gericht op talentontwikkeling in het voortgezet onderwijs (VO). De afgelopen vier maanden hebben zij een programma uitgevoerd gericht op het bevorderen van zelfregulatie in het bewegingsonderwijs.

Door: Wilbert Lamers e.a.

### Aanleiding SSgN voor deelname

De SSgN is een Cultuur-Profielschool en een Topsport Talentschool. Dit betekent dat de SSgN een school is die leerlingen kansen biedt. Daarbij hoort ook het ontdekken en ontplooiën van hun talenten. Dit geldt op intellectueel, creatief en sportief gebied. Als Topsport Talentschool heeft de school een nauwe samenwerking met de ALO van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen en Topsport Gelderland. Om de beweegtalenten en de leerlingen die graag bewegen en sporten op sportief gebied uit te dagen wordt op de SSgN niet alleen het vak LO, maar ook de vakken LO+ en BSM gegeven. Hiernaast is LO2 in ontwikkeling. Naast deze speciale vakken faciliteert de SSgN met ingang van het schooljaar 2013-2014 ook het Regionaal Talentencentrum Volleybal Nijmegen en de Basketball Academy Nijmegen. Er is dus veel aandacht voor bewegen, sport en talent.

Khalid Mansouri is als vakdocent van de SSgN betrokken bij het project Topprogramma's van het Centre of Expertise Sport- en Beweegtalent. Hij is voortdurend op zoek hoe hij de leerlingen zowel cognitief als fysiek kan uitdagen tijdens de lessen. Hij is van mening dat zelfregulatie een middel kan zijn voor meer verdieping in de lessen LO en om de talenten van leerlingen verder te ontplooiën maar dat hiervoor nog weinig aandacht is.

### Aanleiding Montessori College voor deelname

Het Montessori College te Nijmegen heeft een breed aanbod van cultuur (Cultuur-Profielschool) en sport

(sportactieve school). Alle leerlingen op school kunnen zichzelf ontwikkelen en ontplooiën op de gebieden die ze zelf voor ogen hebben. Op het gebied van sport kunnen alle leerlingen (vmbo tot vwo) in het eerste en tweede jaar kiezen voor extra sport: de sportspecialisatie (SPSP). Deze SPSP wordt aangeboden in de keuzewerktijd en een uur aan het einde van de lesdag. Hierdoor krijgen de leerlingen naast de 140 minuten lichamelijke opvoeding 110 minuten extra lestijd aangeboden. In de bovenbouw kunnen de leerlingen verder gaan met deze SPSP of kiezen voor LO2. Aan havo en vwo wordt, als de nieuwbouw van de school klaar is, een programma op maat aangeboden.

Het Montessori College zal na de realisatie van de nieuwbouw veel gaan samenwerken met verenigingen uit de buurt. Op dit moment wordt gebruikgemaakt van het zwembad en vanaf maart 2015 zal in de eerste fase van de nieuwbouw een eigen turnhal in gebruik worden genomen. De turnvereniging wordt betrokken bij het uitvoeren van de lessen. Samenwerkingsafspraken met de voetbalvereniging en tafeltennisvereniging zijn in een vergevorderd stadium. Verder zijn er voorzichtige gesprekken gaande met de volleybalvereniging en het talentvolle hardloopteam in Nijmegen. Leerlingen met een sporttalent die op school zitten kunnen door deze intensieve samenwerking, school en sport prima combineren. Wilbert Lamers werkt als leraar lichamelijke opvoeding op het Montessori College. Om de beweegtalenten op zijn school extra te kunnen aanspreken is ervoor gekozen om te participeren in het Centre of Expertise Sport- en Beweegtalent.

### Vorbereiding op de uitvoering van het topprogramma

Het voorjaar van 2013 is gebruikt om met de leden van het Expertiseteam van de HAN, SLO en de VO scholen na te denken over de opzet en inhoud van het topprogramma. Na de zomer selecteerden beide scholen de klassen die zouden gaan deelnemen. Voor de SSgN werd een derde klas havo/vwo LO+ gekozen en op het Montessori College een eerste SPSP klas. Beide scholen wezen ook een reguliere klas aan die als controlegroep diende.

### Uitvoering topprogramma

Na de herfstvakantie is het project op beide scholen van start gegaan. Op het SSgN voerde Khalid Mansouri het programma uit en op het Montessori College was dit Merel Bardeel. Het programma op beide scholen duurde twaalf weken, onderverdeeld in vier blokken van drie weken. Elke drie weken is gekozen voor een ander onderdeel, namelijk atletiek





(lopen), turnen (salto), korfbal en judo. Per les was de docent ongeveer twintig minuten gericht bezig met het stimuleren van zelfregulatie. Beide docenten werden gecoacht gedurende de twaalf weken door het expertiseteam van de HAN.

Vooraf en na afloop van het programma hebben de deelnemende leerlingen een zelfregulatievragenlijst ingevuld en fysieke testen uitgevoerd. Hiernaast zijn per klas vier leerlingen geïnterviewd over zelfregulatie. Om de motorische ontwikkeling en ontwikkeling van het spelinzicht van de leerlingen te beoordelen is gedurende de twaalf weken zes keer een tik- en afgooispeel gespeeld, waarvan de eerste en laatste keer op video zijn opgenomen.

### Toekomstvisie SSgN

De SSgN heeft de ambitie vanaf leerjaar 1 zelfregulatie te bevorderen in het LO-onderwijs. Khalid: "We geloven dat we met een dergelijk traject kinderen meer bewust kunnen maken van hun eigen talenten en hen zo helpen zichzelf beter te kunnen ontwikkelen". Er is een drietal speerpunten. Op basis van de resultaten van het onderzoek en de ervaringen van beide docenten kan een doorlopende leerlijn ontwikkeld worden voor het bewegonderwijs op de school. Voor BSM (havo en vwo), ziet de SSgN ook mogelijkheden door integratie van het zelfregulatieprogramma in het bestaande programma. Verwacht wordt dat leerlingen die interesse hebben in een vervolgstudie op het gebied van sport en bewegen een meer weloverwogen keuze kunnen

maken. Een derde speerpunt voor de SSgN zal zijn om een leermethode te ontwikkelen voor onze sporttalenten, gebaseerd op het zelfregulatieprogramma, ter ondersteuning van en in samenwerking met de verenigingen. Beter leren bewegen is daarbij het doel.

### Toekomstvisie Montessori College

Op het Montessori College wordt het onderzoek gebruikt om te kijken of het aanwezige talent zich daadwerkelijk beter ontwikkelt wanneer het zelfregulerend leren wordt gestimuleerd. Los van het onderzoek zal in de toekomst het aanwezige talent gekoppeld worden aan de verenigingen in de omgeving (turnen, zwemmen, voetbal, tafeltennis, volleybal en hardlopen). Het Montessori College is van mening dat aanwezig talent zich sterker ontwikkelt als het ook op school wordt gestimuleerd, en als school en sport elkaar aanvullen. Wanneer zelfregulatie op school wordt gestimuleerd, zou dit eveneens bevorderend kunnen zijn in de sport specifieke trainingen. De docent lichamelijke opvoeding zal hierdoor dus een belangrijke rol kunnen spelen in de ontwikkeling van sporttalent.

Vooraf jongeren die niet in aanmerking komen voor een sportstatus maar wel veel potentie hebben, krijgen op deze manier de kans het eigen talent verder te ontwikkelen. Het feit dat deze leerlingen ontdekken waar hun beweegtalent ligt, zal hen kunnen stimuleren om langduriger en intensiever de betreffende sport te beoefenen.

Wilbert: "Deze jongeren zullen in de toekomst in samenspraak met een sportcoördinator van school de eigen leerlijn uit gaan zetten, hierbij is een examen op het gebied van lichamelijke opvoeding een pre maar geen must". ◀

*Khalid Mansouri is docent lichamelijke opvoeding op het Stedelijke Scholengemeenschap Nijmegen (SSgN).*

*Wilbert Lamers is docent lichamelijke opvoeding op het Montessori College in Nijmegen.*

*Marjolein Torenbeek is sportpsycholoog, en werkzaam als docent en onderzoeker binnen het expertiseteam Talent Identification & Talent Development van HAN Sport en Beweging en verbonden aan het Centre of expertise sport- en beweegtalent.*

*Tamara Kramer is bewegingswetenschapper en werkzaam als docent en onderzoeker binnen het expertiseteam Talent Identification & Talent Development van HAN Sport en Beweging en verbonden aan het Centre of expertise Sport- en beweegtalent.*

Contact:

[marjolein.torenbeek@han.nl](mailto:marjolein.torenbeek@han.nl)