

Een kijkje op het mbo in de gymzaal van...

In de rubriek Een kijkje in de gymzaal van...komen collega's aan het woord die iets vertellen over hun ervaringen met LO-onderwijs. Dit keer een collega uit het mbo, die inmiddels enkele jaren lesgeeft. Hoe kijkt hij aan tegen het vak van LO-docent?

Door: Andries Knol



FOTO: ANDRIES KNOL

Zeven jaar geef ik inmiddels les bij het Sport Expertise Centrum (SportEC) van het ROC Deltion College in Zwolle, waar we voor de mbo-leerlingen van alle opleidingen de sportlessen verzorgen. Voor mijn actieve loopbaan als docent bewegingsonderwijs was ik werkzaam in het grafisch- en kunstonderwijs, waar ik ook drie jaar als teamleider gewerkt heb. In de jaren als teamleider merkte ik

hoezeer ik het contact met de leerlingen miste en koos ik ervoor weer voor de klas te gaan staan.

Niet meer in het grafisch- en kunstonderwijs, maar in het bewegingsonderwijs. Dat ging natuurlijk niet zomaar, maar bleek gelukkig wel realiseerbaar. Voorwaarde was dat ik de ALO zou gaan doen. Het werd de CALO in Zwolle waar ik de opleiding LO docent eerste graad heb afgerond. Ik heb enorm genoten van de opleiding aan de CALO. Ik heb het beschouwd als een cadeautje, enorm veel gelachen met klasgenoten en docenten en vooral ook heel veel geleerd.

Ik sta gemiddeld zo'n 22 uur voor de klas. Daarnaast ben ik verantwoordelijk voor de avondverhuur. We hebben hier op de Deltion Campus een super mooie sportaccommodatie, met danszalen, een grote DoJo, twee fitness ruimten, een sportcafé en zeven sportzalen. Het zou zonde zijn als deze zalen 's avonds niet gebruikt worden, vandaar de keuze om deze in de avonden te verhuren. Ik doe op dit moment, gebruikmakend van m'n lerarenbeurs ook de Master Professioneel Meesterschap aan de Universiteit van Amsterdam, dus m'n dagen zijn goed gevuld.

Samen bewegen

Wat ik heerlijk vind aan het leraarschap is het werken met leerlingen. Ze een band aanbieden en als ze dat willen deze aangaan. In de gymzaal wil ik mijn leerlingen vooral laten ervaren hoe leuk het is om in een groep samen te bewegen. Dat staat centraal in mijn lessen. Vooral de spelactiviteiten lenen zich hier uitstekend voor en deze verwerk ik dan ook bijna altijd wel in m'n lessen. De favoriete les van veel leerlingen bij mij is het trefbal met grote doelen en valmatten. Mooi om te zien welke keuzes leerlingen maken als het gaat om afgooien, doelpunten scoren of de 'bevrijdingspaal' te raken en daarmee hun teamgenoten te bevrijden.

Vitaliteit

Ik merk dat de nadruk ten aanzien van sporten op scholen steeds meer op vitaliteit is komen te liggen, een gezonde leefstijl met daarin ruimte voor bewegen. Een ontwikkeling waar we ook met het Deltion College en SportEC op aansluiten, maar waar ook wel enige nadelen aan kleven vind ik. We moeten in ieder geval oppassen dat dit niet de enige legitimatie van ons vak wordt, want dan doen we onszelf denk ik echt te kort.

Het samen bewegen, bij de club of in een groep of klas, maakt dat het plezier in



Contact:

aknol@deltion.nl





sporten en bewegen ervaren wordt. Bij mijn lessen probeer ik dat facet ook te benadrukken bij de leerlingen. Moe en voldaan na zijn les, waarin ze veel bewogen en plezier hebben gehad. Juist op het mbo zitten leerlingen in een fase waarbij het sporten onder druk komt te staan. Door veranderende interesses, weekendbaantjes en ineens veel later thuis komen van school door volle roosters en reistijd. Het laten sporten en bewegen op school en het plezier dat het met zich meebrengt

maakt dan hopelijk dat ze zich realiseren dat sporten te leuk is om op te geven.

Visie van de sectie

Binnen onze sectie doen we aan collegiale consultatie. Dit is zelfs in het Plan van Inzet vastgelegd en daar zijn dus uren voor vrijgemaakt. Bij elkaar in de lessen kijken, niet vrijblijvend, maar met evaluatie, tips, tops en feedback.

Verder hebben we er met de sectie voor gekozen om leerlingen niet met cijfers of anderszins te beoordelen. Er is een aanwezigheidsplicht van 90% en een verplichte *actieve* deelname. Als leerlingen daar niet aan (kunnen) voldoen zijn er na elke acht weken mogelijkheden tot inhalen. Dit werkt prima.

We hebben met de sectie een visie geschreven die aansluit op de visie van de school. Vitaliteit en bewegen zit in ons DNA. Onze missie is actief meewerken aan de duurzame inzetbaarheid voor onze leerlingen en medewerkers. Vitaliteit is daarbij een voorwaarde

en heeft een positieve invloed op succes op school, maatschappij, werk en persoonlijk leven. Dit betekent dat we ook voor onze medewerkers actief zijn. Naast een volleybal- en zaalvoetbaltoernooi, is er elke dag de mogelijkheid om gratis te fitnessen. Zijn er structurele activiteiten als zaalvoetbal, volleybal, bodypump, spinning, maar ook meer incidentele activiteiten als poweryoga en wintersport. Overigens staan deze activiteiten ook open voor leerlingen wanneer ze lid worden ons 'sportcentrum'.

In het mbo is bewegen en sport in de vorige eeuw langzaam maar zeker uit de curricula van de diverse opleidingen verdwenen. Gelukkig zien we nu een trend waarbij bewegen en sport weer terrein terug winnen. Nog niet in de curricula, maar wie weet komt dat ook nog.

Op het Deltion College heeft sport in ieder geval weer de positie geclaimd en gekregen die het verdient, namelijk midden in de opleidingen en in het 'hart' van de school. ◀

➔ FITHEIDSTESTEN VOOR DE JEUGD



In dit boek wordt een overzicht gegeven van diverse veldtesten en testbatterijen voor het meten van antropometrie, kracht, uithoudingsvermogen, snelheid en vaardigheid bij gezonde kinderen van 4 tot en met 18 jaar.

Er worden vier antropometrische metingen besproken, negen krachttesten, één test voor het meten van lenigheid, vier testen voor het meten van uithoudingsvermogen, één test voor het meten van snelheid, twee testen voor het meten van vaardigheid

en drie testbatterijen. Per test wordt ingegaan op de grondmotorische eigenschap die getest wordt, de leeftijdsgroep, de afnameduur, de wijze van afname, de betrouwbaarheid en de validiteit van de testgegevens en de beschikbaarheid van Europese of Nederlandse referentiewaarden.

Dit boek betreft een herziene uitgave van de TNO-publicatie *Fitheidstesten voor de jeugd* uit 2007 van Susan Vrijkotte, Sanne de Vries en Tinus Jongert.



€24,⁹⁵ incl. btw

ISBN: 978-90-72335-61-6

Te bestellen via www.janluitingfonds.nl



→ In samenwerking met Arko Sports Media

Janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN

