

Lichamelijke Opvoeding

Jaargang 102 - 28 feb. 2014

Topic Onder- zoekende leraar

Uren onder druk in VO?

'Digitale' Gymles

Zwemmen

Nummer

2

KVLO

Inhoud:

TOPIC

Onderzoekende leraar

Als professional wil je jezelf en je werkveld blijven door ontwikkelen. Een onderzoekende, kritische houding is hiervoor belangrijk. Ook OCW vindt een onderzoekende houding belangrijk. Daarom wordt in het hbo in steeds grotere mate aan onderzoek gedaan. Want tegenwoordig nemen we niets meer voor zoete koek aan. Leerlingen die naar het hbo willen, worden bij BSM alvast voorbereid op het doen van onderzoek. In dit topic voorbeelden van de onderzoekende leraar/student op vele niveaus. Ook wordt het verschil in type en niveau van onderzoek uitgelegd.

- 04 |** Bachelor- versus masteronderzoek in de lichamelijke opvoeding / *Lars Borghouts*
- 06 |** De onderzoekende leraar... / *Joost Oomen en Liesbeth Jans*
- 12 |** De relatie tussen motivatie en leermethoden binnen doelspelen / *Norbert Koelewijn*
- 14 |** Differentieel leren binnen de les LO / *Dion Geurts*
- 17 |** SALVO: startschot voor een actievere leefstijl bij vmbo-scholieren / *Lennart van Eekhout*
- 38 |** Onderzoek bij BSM, een verrijking / *Eric Swinkels*

En verder

- 42 |** Syndroom van Turner / *Angela van Silfhout*
- 44 |** **Gymleraar let op: de 'digitale' gymles komt eraan!** / *Jorieke Steenaart en Jo Lucassen*
- 48 |** Uren lichamelijke opvoeding in het voortgezet onderwijs / *Jorieke Steenaart en Hans Dijkhoff*
- 50 |** Overbeweeglijk, bewegingsonderwijs aan de hypermobiele leerling / *Irene van Veen*



PRAKTIJK

- 22 |** Een gave gymles met Gympedia / *Matthijs van der Beek en Erik Evers*
- 26 |** **Cricket op RSG** / *Bas van Beek*
- 30 |** Zwemgymlessen brengen meer / *Maria van der Valk*
- 33 |** Laat kinderen ervaren hoe leuk zwemmen is! / *Ellen Julius*
- 34 |** Een kijkje in de gymzaal van Eric Swinkels



RUBRIEK

- 03 |** Eerste pagina
- 20 |** (KV)LO en recht
- 46 |** **Schoolsport (Doe mee aan de verkiezing Sportiefste VO-school van Nederland 2014)**
- 52 |** Scholing
- 54 |** Mery Graal
- 55 |** (KV)LO-nieuws

Reageren op vakblad-artikelen? Twitter @KVLOnL



Met de qr-scan van de hiernaast afgebeelde code kun je rechtstreeks naar kvlweb.nl waar alle links uit dit nummer aanklikbaar zijn. Qr-apps zijn gratis te downloaden op je mobiel in de verschillende app-stores.

Het Rondetafelgesprek

Op woensdag 12 februari had de vaste Tweede Kamercommissie van OCW een veertiental vertegenwoordigers uitgenodigd om over lichamelijke opvoeding in het primair onderwijs en schoolzwemmen te spreken. In twee sessies van een uur mocht men standpunten naar voren brengen. Helaas hadden slechts drie politieke partijen, VVD, PvdA en SP, de moeite genomen om naar hun eigen georganiseerde rondetafelgesprek te komen. Een slechte zaak!

Van te voren hadden wij onze argumentatie voor meer en beter bewegingsonderwijs toegestuurd met ons Deltaplan hoe we het willen realiseren. In mijn toelichting tijdens het gesprek heb ik het volgende namens de KVLO naar voren gebracht:

'De brief van staatssecretaris Dekker van november 2013 waarin als uitwerking van het regeerakkoord wordt gesproken over het streven naar drie lessen lichamelijke opvoeding in het primair onderwijs en dit in het sectorakkoord van de PO-Raad en OCW te regelen, is door de KVLO aangegrepen om een Deltaplan Bewegingsonderwijs op te stellen. Beter en meer bewegingsonderwijs, waarin de kwantiteit en kwaliteit van goed leren bewegen wordt geborgd, gestimuleerd en gecontroleerd. Daarvoor zijn bindende, zo nodig wettelijke afspraken met OCW en de PO-Raad noodzakelijk. **Want:** sinds de door de Tweede Kamer geïnitieerde wetwijziging in 2001 waardoor afgestudeerden van de Pabo niet meer bevoegd zijn om bewegingsonderwijs te geven, tenzij de post-initiële opleiding lichamelijke opvoeding wordt gevolgd; sinds de in 2004 Kamerbreed aangenomen motie waarin wordt uitgesproken dat alle leerlingen in de leerplichtige leeftijd drie uur lichamelijke opvoeding moeten krijgen; **zien we dat:** op 46% van de scholen alleen groepsleerkrachten bewegingsonderwijs geven, 25% van de scholen onbevoegden inzet voor bewegingsonderwijs en maar liefst 20% van de scholen slechts één les inplant. **Als we nu niets doen dan:** zal zeker 25% van alle leerlingen, en dat zijn er bij benadering 400.000 per jaar(!), onvoldoende leren bewegen en dus minder kansen krijgen op een duurzame, actieve en gezonde leefstijl, met alle gevolgen van dien. De KVLO zet in op kwantiteit en kwaliteit van goed leren bewegen: juist ook op kwantiteit, want goed leren bewegen en motorische vaardigheden leer je niet vanuit een boek, met huiswerk of via internet en zeker niet alleen!

Kwantiteit: met ingang van schooljaar 2014/2015 willen we dat alle leerlingen minimaal twee keer 45 minuten bewegingsonderwijs krijgen.

Kwaliteit: de lessen moeten worden gegeven door de vakleerkracht en/of de vakspecialist met een omvang van ten minste 0,2 fte. De docent moet zich registreren in het leraarregister waardoor aantoonbaar is dat hij/zij de bekwaamheid bijhoudt.

Het is na 2001 van de gekke, dat de vrijblijvendheid in het onderwijs tot de schokkende cijfers in de 'nulmeting' leidt en dat de inzet van vakleerkrachten en/of specialisten ver achterblijft. De vrijheid van onderwijs is een groot goed, maar dat is wat anders dan vrijblijvendheid. Er liggen al jaren plannen en voorbeelden van hoe het kan en er is gelukkig een groot aantal schoolbesturen dat wel voor het belang van het kind kiest. De PO-Raad, OCW en de onderwijsinspectie zouden hun verantwoordelijkheid moeten nemen en niet accepteren dat schoolbesturen de wet ontduiken. Vanaf 2014/2015 mag geen kind meer verstoken blijven van twee uur bewegingsonderwijs gegeven door een vakleerkracht en/of vakspecialist, ingeschreven in het lerarenregister. En wat het derde uur betreft: wij steunen de staatssecretaris hierin. Het kost geld als het bovenop de onderwijstijd komt, daarom willen wij het fasegewijze invoeren en als men stelt dat het ten koste gaat van andere uren, dan gaan de leerlingen maar drie kwartier langer naar school voor gym. Ik weet zeker dat de leerlingen daar geen enkel bezwaar tegen hebben!



Jan Rijpstra

COLOFON

Lichamelijke opvoeding

is een uitgave van de Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke Opvoeding (KVLO)

Redactie: Hans Dijkhoff (hoofdredacteur) Maarten Massink (praktijkredacteur) Jacqueline Tangelder (redactiemedewerkster) Redactieraad: Hilde Bax, Peter Barendse, Jan Faber, Frank Jacobs, Liesbeth Jans, Mark Jan Mulder, Berend Brouwer (VZ), Jorg Radstake en Sebastiaan Platvoet. Redactieadres: KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, Tel.: 030 69 20 847, e-mail: redactie@kvlo.nl. Abonnement Lichamelijke Opvoeding: Jaarabonnement € 60,- (buitenland € 80,-) Losse nummers € 5,- (excl. verzendkosten). Iedere week verschijnt er een digitale nieuwsbrief. Aanmelden via www.kvlo.nl. Handelsadvertenties: Bureau Van Vliet BV, Passage 13-21, Postbus 20, 2040 AA Zandvoort, fax: 023 571 7680 e-mail: zandvoort@bureauvanvliet.com www.bureauvanvliet.com. Verschijningsdata 2014: 31 januari, 28 februari, 28 maart, 25 april, 30 mei, 27 juni, 29 augustus, 26 september, 31 oktober, 21 november, 19 december. Druk: Drukkerij Ten Brink Meppel, Postbus 41, 7940 AA Meppel. Tel.: 0522 855 111. Vormgeving+Opmaak: FIZZ reclame+communicatie, Stationsweg 44a, 7941 HC Meppel. Tel.: 0522 246 162. Aanbieding en plaatsing van teksten en foto's houdt tevens mogelijk gebruik op de KVLO-website in, uiteraard met vermelding van auteur en fotograaf. Overname van artikelen is alleen toegestaan met bronvermelding en na goedkeuring van de auteur. De redactie is verantwoordelijk voor de samenstelling. Niet alle artikelen behoeven de (volledige) instemming van de redactie te hebben. Wij hebben dit magazine met uiterste zorg samengesteld. Wij hebben daarbij steeds getracht mogelijke rechthebbenden te achterhalen. Indien u onverhoopt meent rechten te kunnen doen gelden, dan verzoeken wij u dit kenbaar te maken bij de redactie.

Bachelor- versus masteronderzoek in de lichamelijke opvoeding

Alle hbo-opleidingen besteden tegenwoordig aandacht aan onderzoek. Nu er ook steeds meer initiatieven komen voor masteropleidingen met relevantie voor de LO, is het in het kader van dit topic Onderzoek interessant om eens te bekijken hoe bacheloronderzoek zich nu onderscheidt van masteronderzoek.

Door: Lars Borghouts

In dit topic wordt in verschillende artikelen aandacht besteed aan onderzoek. In een eerder artikel in de *Lichamelijke Opvoeding* (Borghouts, 2010) is uitgebreid stilgestaan bij het belang hiervan voor de dagelijkse praktijk van de leraar LO. Binnen de LO-opleidingen leren studenten onderzoek doen, hoewel dat op de verschillende hbo's niet overal hetzelfde vorm heeft gekregen (zie het artikel van Joost Oomen in dit blad). In dit topic tref je enkele voorbeelden aan van onderzoek zoals dat door studenten is uitgevoerd in het kader van hun afstuderen. Het zal daarbij opvallen dat één van deze artikelen is geschreven voor een masteropleiding: de Master of Sports & Education van Fontys Sporthogeschool. Ook aan de HAN bestaat een 'sportieve' hbo-master, onder de titel 'Sport- en Beweeginnovatie'.

Er is de laatste jaren veel te doen over masteropleidingen voor leraren. Zo vindt een brede meerderheid van de Tweede Kamer dat vanaf 2020 in de bovenbouw van het vwo alleen maar WO-masteropgeleiden les zouden moeten geven (Vissers, 2013). Ook is in het Nationaal Onderwijsakkoord (NAO) uit september 2013 opgenomen dat voor alle leraren in het VO het behalen van een masteropleiding gestimuleerd moet worden, onder andere via de lerarenbeurs. En afgelopen jaren waren er al initiatieven in die richting met slogans als 'Elke Meester een Master'.

Terecht stelde de KVLO dat in het NAO slechts is opgenomen dat in 2017 alle leraren bevoegd moeten zijn voor het onderwijs dat zij geven (Roelofsen, 2013). Dit betekent dus een eerstegraadsbevoegdheid in de bovenbouw van havo/vwo. En

voor LO wordt deze van oudsher verleend met een bachelordiploma aan het hbo. Op de website merkte Sandra Roelofsen namens de KVLO echter ook op dat het *"verstandig [is] om volop aandacht te gaan schenken aan masters voor onze doelgroep en daarover in overleg te treden met de opleidingen."*

Kortom, er is volop beweging rondom het thema masteropleidingen, ook binnen de LO. Dit wordt gekoppeld aan kwaliteitsaspecten en aan het initiëren van onderzoek binnen het vakgebied. Uiteraard krijgt bij een masteropleiding het doen van onderzoek beduidend meer aandacht dan bij een bacheloropleiding. In de reeds genoemde Master of Sports & Education staat onderzoek zelfs centraal. Maar waarin onderscheidt zo'n masteronderzoek zich van bacheloronderzoek? De eisen die aan het niveau van een bachelor- en masteropleiding worden gesteld zijn in Europees verband vastgelegd in de zogenaamde 'Dublin descriptor'. Daarin is onder ander te lezen over de afgestudeerde master: *'Heeft aantoonbare kennis en inzicht, gebaseerd op de kennis en het inzicht op het niveau van Bachelor en die deze overtreffen en/of verdiepen, alsmede een basis of een kans bieden om een originele bijdrage te leveren aan het ontwikkelen en/of toepassen van ideeën, vaak in onderzoekverband'.*

Om antwoord te geven op de vraag wat dit betekent voor het verschil in onderzoek op bachelor- versus masterniveau, helpt een indeling zoals die is gemaakt door Landsheer, 't Hart en Goede (2003) (Tabel 1). Het belangrijkste onderscheid is waarschijnlijk wel de mate van *generaliseerbaarheid* van de onderzoeksuitkomsten. Onderzoek voor een bachelor-opgeleide leraar LO is vooral gericht op het verbeteren van het eigen handelen of dat van de organisatie. Dat begint meestal met een praktijkprobleem of een praktijkvraag. Bijvoorbeeld: kunnen we als vaksectie onze leerlingenbeoordelingen meer op één lijn krijgen door het invoeren van een nieuw beoordelingsschema? Onderzoek doen betekent in dat geval op zoek gaan naar goede voorbeelden en ideeën voor een nieuw beoordelingsschema, dit voor de eigen school uitwerken, in de lessen invoeren en uiteraard evalueren of het ook echt een verbetering is. Dit noemen we ook wel praktijkgestuurd onderzoek en is wat veelal aan bod komt in de bacheloropleidingen LO. De uitkomsten zijn alleen bruikbaar voor de eigen sectie, of misschien wel voor nog een aantal vergelijkbare secties LO. Dit type onderzoek heeft veel weg van een kwaliteitscyclus. Binnen een hbo-masteropleiding staat het verbeteren van de kwaliteit van de beroepsgroep meer centraal. Het gaat dus niet meer *alleen* om de eigen school of les en de *generaliseerbaarheid* is dus groter. Een onderzoeksvraag zou daar dus kunnen zijn: leidt het invoeren van spelgecentreerde beoordeling ten opzichte van techniekgecen-



Tijdens de Thomas Oriëntatiedag onderzoeken wat je kunt

treerde beoordeling, tot een hogere motivatie van leerlingen voor LO? Daarbij wordt beoogd dat de uitkomsten van het onderzoek ook bruikbaar zijn voor veel andere leraren.

Uiteraard komen ook andere vakinhoudelijke zaken aan bod in een masteropleiding, zoals bijvoorbeeld curriculumontwikkeling, samenwerking met de schoolomgeving, het gebruik van meetinstrumenten, enzovoorts. Maar altijd vanuit een kritische, onderzoekende houding. Dat betekent dat er altijd gekeken wordt naar de mate van bewijs die er is voor bijvoorbeeld de effectiviteit van een bepaalde didactische aanpak of bewegingsprogramma. Kortom, het brengt een forse verdieping aan ten opzichte van de bachelor. Daarmee zijn masteropgeleiden uiteindelijk uiteraard óók beter in staat om de eigen praktijk te verbeteren dan bachelor afgestudeerden. Dit betekent overigens niet automatisch dat masteropgeleide leraren LO ook betere lesgevers zijn; het lesgeven zelf leer je immers al op de vierjarige bachelor-docentopleidingen!

De toekomst moet uitwijzen welke kant het opgaat met masteropleidingen voor leraren LO. En welke consequenties dat eventueel heeft voor het werkveld en de bestaande bacheloropleidingen. In ieder geval heeft de ervaring tot nu toe uitgewezen dat het onderzoek dat gedaan wordt binnen de bestaande 'sportieve' masteropleidingen van grote waarde kan zijn voor de innovatie van het werkveld. ◀

Contact:

l.borghouts@fontys.nl

	Praktijkgestuurd onderzoek (hbo-bachelor)	Praktijkgericht onderzoek (hbo-master)
Doel	Verbetering eigen professioneel handelen of dat van de organisatie	Verbetering kwaliteit professioneel handelen van de beroepsgroep
Vraagstelling	Afkomstig uit de praktijk	Afkomstig uit praktijk of theorie
Doelgroep en selectie	Meestal select gekozen binnen de beroepspraktijk	Specifieke groepen waarbij de probleemstelling onderzocht wordt
Bruikbaarheid en toepasbaarheid	Toepasbaarheid voor het individuele geval en zo mogelijk voor vergelijkbare gevallen	Toepasbaarheid bij specifieke gevallen
Gebruik meetinstrumenten	Worden gebruikt om praktijkhandelen te evalueren en zo mogelijk te verbeteren	Worden gebruikt om specifieke aanpak te evalueren
Evaluatie	Kwalitatieve beoordeling en eventueel statistische toetsing	Statistische toetsing

Tabel 1: Vergelijking tussen, praktijkgestuurd onderzoek zoals in hbo-bachelors, en praktijkgericht onderzoek zoals in hbo-masters. Aangepast uit Landsheer H., 't Hart H. & Goede M.D. (2003)

Bronnen

- Vissers, P. (2013) Alle vwo-bovenbouwleraren academisch? *Onderwijsinnovatie*, 4, 29.
 Roelofsen, S., Klaassen, C., Rijpsma, J. (2013) De politieke actualiteit en het beleid van de KVLO. *Lichamelijke Opvoeding*, 9, 6-8.
 Landsheer H., 't Hart H. & Goede M.D. (2003) *Praktijkgestuurd onderzoek. Methoden van Praktijkonderzoek*. Groningen: Stenfert Kroeze.

Lars Borghouts is docent-onderzoeker bij Fontys Sporthogeschool
 Contact: l.borghouts@fontys.nl

De onderzoekende leraar...

Op welke wijze krijg je dat als opleiding voor elkaar?

Hbo-opleidingen tot leraar lichamelijke opvoeding zijn de afgelopen jaren bezig geweest om onderzoek te integreren in het onderwijs. Het instellen van lectoraten aan hbo-opleidingen heeft daar ook een positieve bijdrage aan geleverd. Op school zal je te maken krijgen met stagiaires of nieuwe collega's met een onderzoekende houding.

Ondanks dezelfde kaders vanuit de NVAO¹ wordt de invulling van onderzoek in de opleidingen aan instituten zelf overgelaten. Op het HBO-symposium Sportonderzoek van 6 november 2013 zijn verschillende ALO's de discussie aangegaan over deze invulling. In dit artikel een kort overzicht van de bevindingen.

Door: Joost Oomen, Liesbeth Jans

Lars Borghouts heeft in 2010 in zijn artikel in de Lichamelijke Opvoeding een duidelijke stelling ingenomen over de plaats van onderzoek binnen het hbo-onderwijs en met name bij de professionalisering van de leraar lichamelijke opvoeding (Borghouts, 2010).

Hij maakt daarin de koppeling naar *evidence based practice* en *reflective practitioners*. Hij gebruikt in zijn betoog de volgende definitie: 'Het uitvoeren van een handeling door een beroepsbeoefenaar op zo'n wijze dat de uitvoering is gebaseerd op de best beschikbare informatie over doelmatigheid en doeltreffendheid'. De professionele leraar lichamelijke opvoeding blijft zichzelf en zijn vak doorlopend ontwikkelen. Hij dient daarvoor onderzoekvaardigheden te beheersen, maar in ieder geval een kritische grondhouding ten aanzien van het vak lichamelijke opvoeding te bezitten!

Steven Vos (2013) comprimeert deze zaken tot een afbakening van onderzoek binnen het bewegingsonderwijs op basis van twee toetsstenen: (1) de praktijkrelevantie en (2) de bijdrage aan het professioneel handelen van de docent LO.

Praktijkgestuurd versus praktijkgericht onderzoek

In 2003 beschrijft Landsheer (Landsheer, t Hart, & Goede, 2003) al een onderscheid tussen praktijkgericht en praktijkgestuurd onderzoek. Een belangrijk verschil dat hier wordt aangegeven is

dat praktijkgestuurd onderzoek uitgaat van een vraag uit diezelfde praktijk waarbij de toepassing enkel geldt voor dat individuele geval (de klas waarbij het onderzoek is uitgevoerd). Bij praktijkgericht onderzoek kan de vraag ook uit de praktijk komen, maar komt deze uit een theoretische achtergrond. De toepassing richt zich hierbij vaak op specifieke, maar niet individuele, gevallen (alle havo3-leerlingen).

Het doel van beide typen onderzoek is enigszins verschillend. Waar bij praktijkgestuurd onderzoek voornamelijk een verandering in het eigen handelen van de docent centraal staat is het bij praktijkgericht onderzoek een specifieke aanpak die voor meerdere docenten kan werken welke in de praktijk wordt getoetst.

Ondanks dat hierboven de verschillen tussen praktijkgericht en praktijkgestuurd onderzoek worden benoemd is het niet zo dat het een duidelijk zwart-wit verschil is tussen beide typen van onderzoek. Men zou eerder kunnen spreken van een continuüm waarbij de interesse van de leraar en de methodische kennis over onderzoek tot een meer of mindere mate van praktijkgericht onderzoek kan leiden. Bij het opleiden van docenten lichamelijke opvoeding dient met dit continuüm duidelijk rekening gehouden te worden.

Voorbeeld praktijkgestuurd onderzoek: Hoe kan ik de sfeer in klas X vergroten tijdens de les LO?

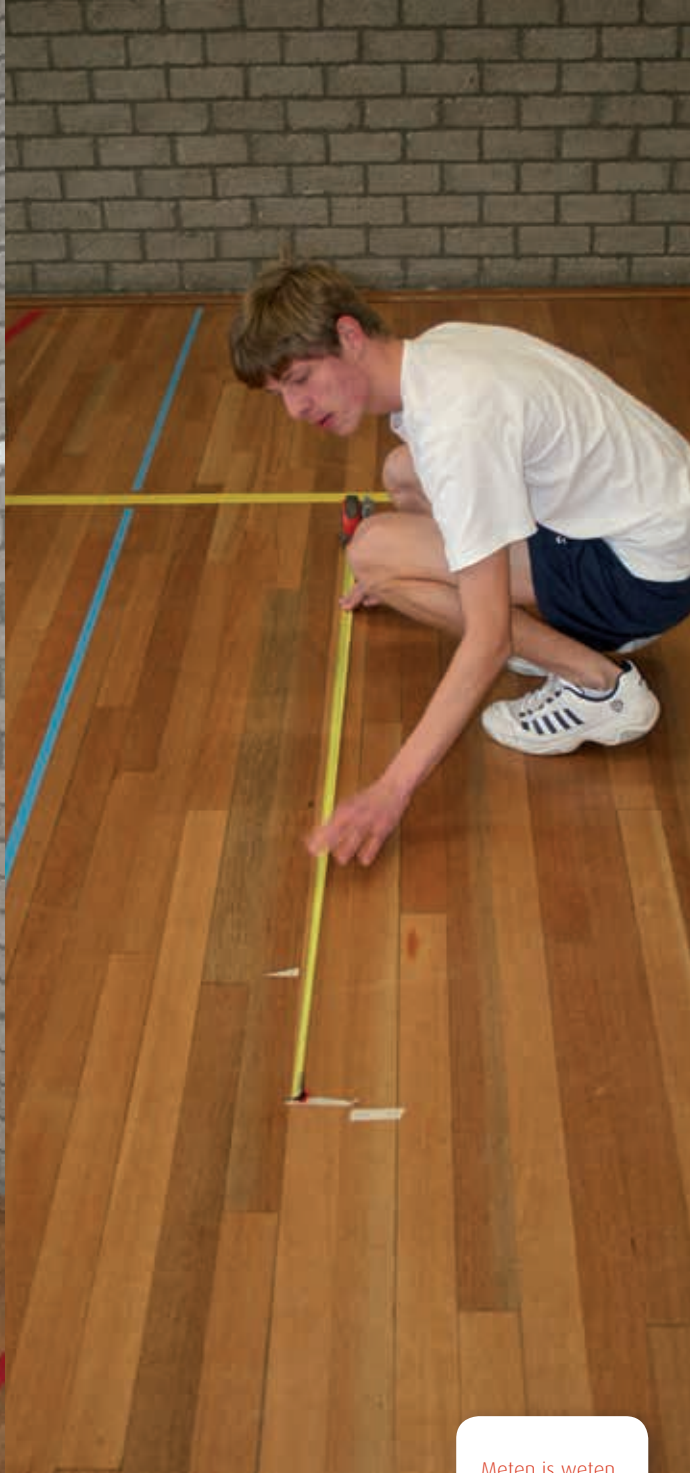
Voorbeeld praktijkgericht onderzoek: Wat is het verschil in motorische leerwinst tussen methode X en Y?

Onderwijsinvulling op hoofdlijnen

Alle opleidingen die 6 november aanwezig waren op het HBO-Symposium Sportonderzoek gaven in het eerste uur kort aan hoe het onderwijs omtrent onderzoek in vier jaar werd aangeboden op hun eigen opleiding.

Het uitgangspunt voor eigenlijk alle instituten was het aanleren van een kritische houding ten aanzien van eigen handelen specifiek en informatie van 'buiten' in het algemeen.

Op hoofdlijnen kwam de invulling van het onderwijs programma ook sterk overeen, waarbij het kennismaken met onderzoek ingeleid werd door het lezen en schrijven van stukken (veelal in het eerste leerjaar) en waarbij de studenten via het aanleren van verschillende onderzoeksmethoden (veelal in de hoofdfase) voorbereid werden op het laatste jaar waarin het uitvoeren van een eigen onderzoek een belangrijk deel van het afstuderen is.



FOTOS: HANS DIJKHOFF

Meten is weten

Jaar 1 is voor de meeste opleidingen het jaar waarin studenten kennis maken met onderzoek. Studenten beginnen met het lezen van verschillende soorten bronnen en verwerken dit tot een eigen geschreven stuk. Ook wordt er aandacht besteed aan het zoeken van goede bronnen, waarbij een kritische houding ten aanzien van geschreven informatie wordt bijgebracht. Daarnaast komt bij het schrijven van een stuk ook het aanleren van de juiste manier van bronvermelding aan bod in het onderwijs.

Jaar 2 en 3 zijn bij de meeste instituten ingevuld met het ervaren van een onderzoek doen of meemaken en op die manier ook meetinstrumenten zoals vragenlijsten, observaties, meetapparatuur voor fysieke activiteit, motoriektesten etc. leren gebruiken en onderzoeksmethodieken aanleren. De voor- en nadelen van verschillende instrumenten komen dan ook aan bod. Enerzijds gebeurt dit door als student deel te

nemen aan lopend (lectoraat)onderzoek, dan wel worden meetinstrumenten in het onderwijs ingebracht om informatie boven tafel te krijgen en tegelijkertijd wordt het meetinstrument waarmee deze informatie verkregen wordt kritisch beschouwd.

Jaar 4 is bij alle instituten het afstudeerjaar waarbij een afstudeeronderzoek een onderdeel is van de eindejaarseisen. Niet bij alle instituten is dit gekoppeld aan de afstudeerstage, want een koppeling aan lectoraatsonderzoek is ook een mogelijkheid om onderzoek uit te voeren.

Onderwijsinvulling, verschillen en discussies tussen opleidingen

Als er dan zoveel overeenkomsten zijn, waar zitten dan de verschillen en de discussiepunten, of waar zijn de instituten zelf nog zoekende om het onderwijs voor te bereiden op een kritische beroepshouding van de pas afgestudeerden?

>>

Contact:

I.jans@fontys.nl

Voorbeeld ALO Amsterdam

De wet Passend Onderwijs en de nieuwe wet Jeugdzorg leiden tot een nieuwe rol van de gymleraar die, veel meer dan nu, ontwikkeling van leerlingen met een leerlingvolgsysteem zal bijhouden. Net als andere docenten zal de gymleraar vroeg signaleren bij achterblijvende ontwikkeling en in overleg eerst in school proberen met passend onderwijs de stagnatie weg te nemen. Biedt dat geen soelaas dan is overleg met de op de school aangesloten zorgketen de weg die bewandeld wordt. De gymleraar zal meer en meer een rol krijgen bij het begeleiden van (problemen bij) gezonde ontwikkeling van de leerlingen. Hoe dat vorm krijgt en welke rol de gymleraar daarbij zou kunnen vervullen en welke technologie dat ondersteunt is onderwerp van onderzoek.

Onderzoekvaardigheden

Moet een hbo-afgestudeerde wel onderzoekvaardigheden aanleren die hij in zijn latere beroepspraktijk toch niet gaat gebruiken? Hierover was geen discussiepunt tussen de opleidingen. Alle opleidingen waren het er over eens dat een onderzoekmatige of kritische houding noodzakelijk is, zeker in het werkveld van hbo-afgestudeerden. Het ging volgens de aanwezigen om het opleiden van nieuwsgierige professionals. Dit om het dynamische werkveld te voorzien van mensen die deze dynamiek kunnen blijven voeden (zie voorbeeld in kader).

Welke vaardigheden hiervoor zeker nodig zijn was op sommige punten aanleiding tot discussie. Schrijf- en leesvaardigheden zijn onmisbaar en daar was niet al te veel discussie over. Een afgestudeerde hbo-er moet kritisch verschillende informatiebronnen kunnen lezen en er, aangevuld met zijn eigen ervaringen, ook een gedegen stuk over kunnen schrijven voor zijn collega's. Hoe er met geschreven stukken met grove fouten in de beoordeling omgegaan wordt, gaf wel aanleiding tot discussie. Meningen liepen uiteen van een aftreksystematiek gebruiken tot een voorwaardelijkheidsinsteek.

Een ander punt waar wel enige discussie over ontstond was statistiekonderwijs. Niet alle instituten waren het er evengoed over eens dat statistiek noodzakelijk is voor de hbo-afgestudeerde om praktijkonderzoek te kunnen uitvoeren. De vraag die wellicht hieraan ten grondslag ligt, is of het onderzoek van afgestudeerden wel of niet te generaliseren moet zijn voor een veel grotere groep. Dit werd in de tweede discussieronde dan ook nog uitgebreid besproken.

Onderzoek en relatie tot de praktijk

Wat betreft het afstudeeronderzoek was de insteek over het algemeen dat in ieder geval de (directe) praktijk wat aan de resultaten van het onderzoek

zou moeten kunnen hebben. *Zou moeten kunnen*, omdat niet perse het resultaat doorslaggevend hoeft te zijn, maar wellicht meer nog het proces dat de student heeft doorgemaakt: het proces als kritische, onderzoekende professional die zijn eigen handelen wil verbeteren. Als het zo bekeken wordt lijkt het niet veel uit te maken of de vraag uit de praktijk komt of de vraag/thema 'bepaald' wordt door de opleiding dan wel het lectoraat van het betreffende instituut.

Een koppeling van afstudeeronderzoek van studenten aan lectoraatsonderzoek heeft een voordeel voor de methodologie van het studentonderzoek en voor de power van het lectoraatsonderzoek, maar is wellicht wat minder gekoppeld aan

het beroepenveld waar de student na zijn afstuderen in werkzaam hoopt te worden. Zie hiervoor de aparte tabellen waarin per ALO een overzicht van de verschillende lectoraatsonderzoeken staat beschreven. Onderzoek dat in en samen met de beroepspraktijk (veelal in de regio) wordt uitgevoerd.

Beoordeling

Naast de keuze of sturing van het afstudeeronderwerp was ook de beoordeling van de afstudeerwerkstukken een punt waar de gesprekken wat langer duurden dan voorzien. Het instellen van onafhankelijke beoordelaars geeft veel organisatorische problemen maar scheidt wel de begeleiding van de beoordeling. Daarentegen kan het proces dat de student doorgemaakt heeft dan ook op geen enkele manier in de beoordeling worden meegenomen. Dit lijkt een punt waar meerdere opleidingen mee worstelen om dit op een duidelijke en toch eerlijke manier te laten plaatsvinden.

Na een middag vol informatie over de ervaringen van andere opleidingen lijkt dit bij een ieder de ogen weer wat meer geopend hebben. Duidelijker is hoe het ook kan en hoe anderen met vergelijkbare worstelingen omgaan. Dat iedereen die aanwezig was met de instelling was gekomen om van elkaar te leren en elkaars ervaringen mee te nemen in de eigen ontwikkelingen heeft alleen maar tot een leerzame middag geleid.

Elk instituut heeft duidelijk zijn kwaliteiten en interesses in bepaalde onderwerpen en weet dit dan ook te gieten in thema's en onderwerpen voor (afstudeer)onderzoek van hun eigen studenten.

Joost Oomen is docent bewegingswetenschappen en praktijkonderzoek en onderzoeker bij het lectoraat Move to Be.

Liesbeth Jans is docent praktijkonderzoek en onderzoeker bij het lectoraat Move to Be. ◀

Noot

Nederlands-Vlaamse Accreditatieorganisatie: onafhankelijke organisatie om een deskundig en objectief oordeel te geven over de kwaliteit van het hoger onderwijs in Nederland en Vlaanderen.

Referenties

Borghouts, L. (2010). De onderzoekende leraar in het bewegingsonderwijs. *Lichamelijke Opvoeding*, 11, 6-9.

Landsheer, H., t Hart, H., & Goede, M. D. (2003). *Praktijkgestuurd onderzoek*. Groningen: Stenfert Kroese.

Vos, S. (2013). Meten, ook om te weten. *Thomas van Aquino*, 73, 7-11.

Tabellen per ALO: zie volgende pagina's.

Instituut voor Sport en Bewegingsstudies, Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (HAN)

Onderzoeksgebied/-richting	Titel onderzoeksprojecten met korte toelichting	Website, contactpersoon, lectoraat
Sportvoeding	1. Dietary exposure assessment in athletes 2. Sport nutrition intervention evaluation studies Het team voeding richt zich op zowel voeding met betrekking tot een gezonde leefstijl als voeding om prestaties te verbeteren. Ook wordt gekeken of het eetgedrag van kinderen directe invloed heeft op het presteren tijdens de gymles.	Floris Wardenaar: Floris.Wardenaar@Han.nl Expertiseteam ISBS1 Lectoraat KcRAS2
Lifestyle and Health Promotion	1. Fysieke omgeving en beweeggedrag Welke elementen uit de fysieke omgeving staan in relatie tot gezond beweeggedrag? Wat is het effect van aanpassingen aan de fysieke omgeving op het beweeggedrag (bijv. schoolpleinen, groenvoorzieningen of aanpassingen in het schoolgebouw)? 2. Sociale omgeving en beweeggedrag Welk elementen uit de sociale omgeving staan in relatie tot gezond beweeggedrag? Hoe kun je deze sociale omgeving betrekken bij het stimuleren van het beweeggedrag? 3. Effectieve methodieken om assets te identificeren en te benutten.	Rianne den Heijer: Rianne.denHeijer@Han.nl Expertiseteam ISBS
Herkennen en ontwikkelen van sporttalent	1. Slimme sportkeuze Het onderzoek richt zich op het geven van een sportadvies aan kinderen (6 tot 15 jaar) dat gebaseerd is op relevante fysieke en cognitieve kenmerken alsmede de persoonlijke voorkeur van het kind. 2. Talentherkenning en -identificatie Waaraan kunnen kinderen met bewegingstalent herkend worden? Ontwikkeling van meetinstrumenten voor leerkrachten Bewegen en Sport (kinderen tot 12 jaar) en voor trainers-coaches (meerdere sporten waaronder voetbal, atletiek, tennis, turnen en zwemmen; tot 18 jaar). 3. Uitdagende leeromgeving: topbegeleiders en optimale programma's. Ontwikkeling van interventies voor zowel het bewegingsonderwijs als de sport waarin kinderen hun bewegingsvaardigheden verbeteren door middel van het stimuleren van hun zelfregulatie. Hier vallen ook 'train de trainer' programma's onder.	Sebastiaan Platvoet: Sebastiaan.Platvoet@Han.nl Marije Elferink: Marije.Elferink@Han.nl http://www.han.nl/onderzoek/kennis-maken/revalidatie-arbeid-sport/lectorat/herkennen-en-ontwikkelen-sporttalent/ Expertiseteam ISBS Lectoraat KcRAS Center of Expertise van de HAN

¹ ISBS: Instituut voor Sport en Bewegingsstudies, dit wordt ook HAN Sport en Bewegen genoemd

² KcRAS: Kenniscentrum Revalidatie, Arbeid en Sport van de faculteit Gezondheid, Gedrag en Maats

Instituut voor Sportstudies, Hanzehogeschool Groningen

Website lectoraat: http://www.hanze.nl/home/Schools/Instituut+voor+Sportstudies/lectorat-sportwetenschap/Lectoraat_Sportwetenschap.htm

Lector Bewegingsonderwijs en motorisch leren: Remo Mombarg (r.mombarg@pl.hanze.nl);

Lector Healthy Lifestyle, Sports and Physical Activity : Johan de Jong (jo.de.jong@pl.hanze.nl)

Onderzoeksgebied/-richting	Titel onderzoeksprojecten met korte toelichting	Website, contactpersoon, lectoraat
Stimuleren van sport en bewegen	1. BSLIM-project Vanuit de wijkgerichte gedachte wordt er door sportteams (studenten, docenten, werkveld) gekeken wat dat kind in die wijk nodig heeft om een levenlang te gaan en te blijven sporten. Voor een zo krachtige mogelijke bewegingsomgeving worden onder andere de speelpleintjes, de gymles, het naschools sportaanbod, motorische remedial teaching en de sportvereniging ingezet. 2. Quantified Self: onderdeel van het Quantified Self insitute Groningen Met behulp van moderne technische hulpmiddelen, zoals de fitbit en de GPS wordt het beweeggedrag en het energieverbruik van kinderen in kaart gebracht. 3. Special Heroes Sportstimuleringsprogramma waarbij leerlingen binnen het speciaal onderwijs via een gefaseerde aanpak op brede schaal kennis kunnen maken met diverse sport- en bewegingsvormen, zowel binnenschools als naschools en buitenschools. Het uiteindelijke doel van dit programma is om een structurele verankering na te streven van sport en bewegen binnen het vorm te geven bewegingsonderwijs op de scholen in het speciaal onderwijs.	Jim Lo-A-Njo: j.s.r.lo-a-njoe@pl.hanze.nl Jan-willem Bruining: j.w.bruining@pl.hanze.nl Jan-willem Bruining: j.w.bruining@pl.hanze.nl
Bewegingsonderwijs en motorisch leren	1. Kwaliteit van de sportleraar Onderzoek naar de kwaliteit van de sportleraar en kenmerken van de loopbaan in het licht van professioneel handelen als leraar. 2. Ieder kind kent gymtalent! (promotieonderzoek) Onderzoeksproject gericht op hoe een docent bewegingsonderwijs in interactie met een kind een optimale leersituatie kan creëren waardoor het kind meer en effectiever gaat bewegen binnen zijn/haar eigen mogelijkheden (krachtige leersituaties). 3. Sport op basisscholen in Friesland Effectonderzoek naar het project Sport op Basisscholen. Doel van het project is om op alle basisscholen in Friesland structureel niet 2, maar 3 uur gymonderwijs per week te geven onder leiding en/of begeleiding van een professionele leerkracht bewegingsonderwijs, zodat de kwaliteit van de lessen wordt gewaarborgd.	Dinant Roode: d.roode@pl.hanze.nl Ingrid van Aart: i.van.aart@pl.hanze.nl Ben Moolenaar: b.j.moolenaar@pl.hanze.nl
Bewegingsonderwijs en secundaire effecten	1. MBO: bewegen tegen voortijdig schoolverlaten Middels een sportprogramma wordt getracht om het voortijdig schoolverlaten van de AKA-leerlingen te voorkomen. Hierbij kiezen de leerlingen en docenten een eigen sportpakket op maat en gaan ook daadwerkelijk samen sporten. 2. Speciaal bewegingsprogramma in het SBO (promotieonderzoek) Onderzoek op een SBO-school in hoeverre er een relatie is tussen de motorische ontwikkeling, de cognitieve ontwikkeling en de sportdeelname van kinderen in het speciaal basisonderwijs.	Wouter de Groot: w.de.groot@pl.hanze.nl Remo Mombarg: r.mombarg@pl.hanze.nl

Academie voor Sportstudies, Haagse Hogeschool, Den Haag

Onderzoeksgebied/-richting	Titel onderzoeksprojecten met korte toelichting	Website, contactpersoon, lectoraat
Technologie	1. De Perfecte sportrolstoel (promotieonderzoek) Vierjarig onderzoeksproject in samenwerking met o.a. VU Amsterdam, TU Delft, UMCG Groningen en NOCNSF om de sportrolstoel te optimaliseren. Het onderzoek vindt in eerste instantie plaats bij het Nederlands rolstoelbasketbalteam maar heeft als uitgangspunt om ook kennis te gebruiken in de breedtesport.	Expertisecentrum bewegingstechnologie (ECBT) Annemarie de Witte: a.m.h.dewitte@hhs.nl
Motorisch leren	1. Athletic Skill Model Onderzoek naar het motorisch leerproces van kinderen in de basisschoolleeftijd en de relatie tussen een algemene betrouwbare en valide motorische test en het Athletic skill Model. In de toekomst kan het een bijdrage leveren aan het verder ontwikkelen van methodieken en didactieken voor de docent LO.	Lectoraat 'Gezonde leefstijl in een stimulerende omgeving' Joris Hoeboer: j.j.a.a.hoeboer@hhs.nl
Stimuleren sport en bewegen	1. SPRING-lab (ontwikkeling onderzoekinstelling voor Zuiderpark) Hoofddoelstelling is het creëren van een omgeving (een proeftuin/ living lab) waarin studenten, docenten, onderzoekers, beroepspraktijk, overheid, onderwijs en ondernemers samen praktijkgericht onderzoek doen naar innovaties binnen het domein sport en bewegen resulterend in (kosten) effectieve toepassingen op het niveau van architectuur (de fysieke omgeving), producten en processen ter bevordering van een actieve leefstijl.	Lectoraat 'Gezonde leefstijl in een stimulerende omgeving' Peter van Gastel: p.j.vangastel@hhs.nl
Pedagogiek	1. Coaches en hun gedrag (promotieonderzoek) Onderzoek naar hoe de coaches (nog beter) bij kunnen dragen aan de brede ontwikkeling van sportende jeugdigen. Een ontwikkelde cursus voor coaches wordt in dit traject zowel kwalitatief en kwantitatief onderzocht. 2. Pedagogisch klimaat in de lessen bewegingsonderwijs. Onderzoek naar of en hoe docenten bewegingsonderwijs bijdragen aan de sociale (en morele) ontwikkeling van jeugdigen. Daarbij wordt specifiek onderzoek gedaan naar factoren die mogelijk bij kunnen dragen aan het stimuleren van een pedagogisch klimaat.	Lectoraat 'Jeugd en Opvoeding' f.m.jacobs@hhs.nl

³ Website lectoraat 'Gezonde leefstijl in een stimulerende omgeving': <http://www.dehaagsehogeschool.nl/lectoraten-en-onderzoek/overzicht-lectoraten/gezonde-leefstijl-in-een-stimulerende-omgeving/over-het-lectoraat>

Bewegen, sport en voeding, Hogeschool Amsterdam

Website lectoraat: <http://www.hva.nl/kenniscentrum-dbsv/lectoraten/bewegingswetenschappen/>

Lector: Huub Toussaint: h.toussaint@hva.nl

Onderzoeksgebied/-richting	Titel onderzoeksprojecten met korte toelichting	Website, contactpersoon, lectoraat
Stimuleren sport en bewegen	1. SALVO-project In het SALVO-project (samen met de HAN) gaan we leerlingen van het VMBO helpen te komen tot een actievere leefstijl door aan te sluiten op wat voor hen belangrijk is. Dit gebeurt door de leerlingen zelf in staat te stellen op basis van hun eigen kracht die leefstijl in te richten. 2. PLAYground-project Het PLAYground-project koppelt de gymles aan het gebruik van het schoolplein dat voor actief gebruik zo goed mogelijk is ingericht. De interventie blijkt een positief effect te hebben op de mate van fysieke inspanning van kinderen tijdens de pauze. 3. De gezonde middelbare school Onderzocht wordt welke interventies invloed hebben op de gezondheid van leerlingen, zoals een stimulerend aanbod van sport- en spelactiviteiten, een fitheidstest voor leerlingen, waar nodig gevolgd door advies, een kantine met gezonde voeding, aanleg van watertappunten, het bannen van frisdrank enzovoort. Ook ouders en de omgeving van de school zijn bij het project betrokken.	Huib van de Kop: j.h.van.de.kop@hva.nl Mirka Janssen: m.janssen@hva.nl Huib van de Kop: j.h.van.de.kop@hva.nl
Bewegingsonderwijs en technologie	2. PEPPA-project (Physical Education Personal Progression Assistant) ICT-oplossing voor de iPad, waarmee docenten LO ter plekke kunnen documenteren wat ze in de lessen doen en wat dit oplevert voor de leerlingen. Door koppeling met de schooldatabase kan een docent bijvoorbeeld eenvoudig actuele leerlinggegevens opvragen, aanvullingen maken, cijfers invoeren en absentie registreren. Via internet biedt de iPad bovendien toegang tot tal van applicaties (apps). 2. Signalering motorische ontwikkeling op de basisschool Achterstanden in de motorische ontwikkeling bij kinderen komen steeds vaker voor. De vraag is welke tests zich het best lenen voor opsporing van motorisch zwakke kinderen. En hoe die zijn te verwerken in een iPad-programma dat gegevens automatisch opslaat in een database.	www.hva.nl/kenniscentrum-dbsv/lectoraten/bewegingswetenschappen/

Hogeschool Windesheim, Zwolle

Lectoraat 'Bewegen, School & Sport': <http://www.windesheim.nl/onderzoek/onderzoeksthemas/bewegen-en-sport/bewegen-school-en-sport/>

Onderzoeksgebied/-richting	Titel onderzoeksprojecten met korte toelichting	Website, contactpersoon, lectoraat
Pedagogiek, didactiek, motorisch leren	1. Digitalisering in de gymles (RAAK/publiek project) Hoe kan innovatieve digitale technologie ingezet worden in de context van het bewegingsonderwijs? Doel van dit project is om voor en samen met docenten bewegingsonderwijs, nieuwe kennis op te doen en digitale middelen te ontwikkelen, die de kwaliteit van de gymles voor zowel leerlingen als docenten verbetert.	www.windesheim.nl/onderzoek/onderzoeksthemas/bewegen-en-sport/bewegen-school-en-sport/digigym.wordpress.com/author/digigym/ Ivo van Hilvoorde: i.m.van.hilvoorde@vu.nl
	2. Leerling percepties in de context van lessen bewegingsonderwijs (promotieonderzoek) Onderzoek naar de percepties van leerlingen over hun leeraanpak, eigen vaardigheid, de sociale context en de leerkracht op het uitvoeren van leertaken in het bewegingsonderwijs.	Jeroen Koekoek: jh.koekoek@windesheim.nl
	3. De betekenis van leerling-diversiteit in het bewegingsonderwijs (promotieonderzoek) Onderzoek naar de rol van leerling-diversiteit voor (de didactiek van) het bewegingsonderwijs.	Corina van Doodewaard: cl.van.doodewaard@windesheim.nl
(Sport)sociologie, (sport)psychologie	1. Schoolsport en sportidentiteit (promotieonderzoek) Dit onderzoek heeft als doel de effecten van schoolsport in Nederland en voorwaarden waaronder die effecten plaatsvinden in kaart te brengen. Bijv. effect schoolsport op de identificatie van leerlingen met school; en mate waarin schoolsport een aanvulling is op het huidige sportaanbod voor de jeugd.	Niek Pot: j.n.pot@vu.nl
	2. Schoolsport en pedagogisch klimaat Onderzoek naar de relatie tussen schoolsport en de rol van het pedagogisch klimaat van de school.	Arnold Bronkhorst: a.bronkhorst@windesheim.nl
Sportbeleid, sportmanagement	Instrumentalisering van sport en de invloed op professionals (promotieonderzoek) Onderzoek naar de vraag wat de toegenomen overheidsbemoeienis betekent voor de professional in de jeugdsport. Het onderzoek maakt inzichtelijk hoe professionals kunnen inspelen op de huidige ontwikkelingen en tot welke veranderingen in de beroepspraktijk deze trends leiden.	Ad Hoogendam: acj.hoogendam@windesheim.nl

Fontys Sporthogeschool, Eindhoven

Website lectoraat: www.fontys.nl/lectoraatmvetobe. Lector: Steven Vos: Steven.Vos@fontys.nl

Onderzoeksgebied/-richting	Titel onderzoeksprojecten met korte toelichting	Website, contactpersoon, lectoraat
Bewegingsonderwijs	1. Punt voor Gym!? Wat is de huidige stand van zaken rondom beoordelen binnen LO in het Voortgezet Onderwijs? Welke best practices zijn er en hoe succesvol zijn deze? In samenwerking met verschillende partners wordt gezocht naar motiverende beoordelingsvormen in de les LO.	Lars Borghouts: L.Borghouts@fontys.nl
	2. Netwerk Teaching Games (NTG) Netwerk dat een spel(er)gecentreerde benaderingswijze aanhangt en zich richt op het beter en enthousiaster leren deelnemen aan spel(sport)activiteiten. Het NTG wil een verbindende schakel vormen tussen theoretische opvattingen over leren spelen en de praktijk (didactiek) van het spel(sport)onderwijs. Hierbij wordt aansluiting en verantwoording gezocht bij actuele opvattingen over (sociaal) constructivistisch leren, motivatie en motorisch leren.	Gwen Weeldenburg G.Weeldenburg@fontys.nl
Stimuleren fysieke activiteit	1. De bijdrage van de les LO aan de hoeveelheid fysieke activiteit bij kinderen en adolescenten (promotieonderzoek) Onderzoek naar de directe en indirecte bijdrage van het vak LO aan de fysieke activiteit van kinderen en adolescenten. Daarbij is ook de rol van motivatie in de les LO onderzocht.	Menno Slingerland: M.Slingerland@fontys.nl
	2. Brabantse Basisscholen in Beweging (BBiB) Onderzoek naar de invoering van de methode 'Basisschool in Beweging' in vijf grote Brabantse gemeenten. Aan de hand van zes pijlers (actief schoolplein, schoolbeleid, buitenschools bewegen, actief en veilig transport, ouderbetrokkenheid en bewegingsonderwijs) worden kinderen via school gestimuleerd om meer te sporten en bewegen.	Menno Slingerland: M.Slingerland@fontys.nl www.basisschoolinbeweging.nl
	3. Actieve pauze en aandacht Onderzoek naar het stimuleren van bewegen op het schoolplein en de korte termijn effecten van de fysieke activiteit op de aandacht direct na de pauze.	Liesbeth Jans: L.Jans@fontys.nl
	4. PlayFit Verschillende instanties en disciplines (ICT, gaming, toegepaste psychologie TuE) werken samen om uitdagende concepten te realiseren die (VMO)-jeugd tot bewegen brengt, daarbij gebruik makend van een spelkarakter (games) waarbij de deelnemer zelf leert en spelprincipes kan uitproberen en bepalen. Mogelijk kunnen deze concepten op scholen worden toegepast (tijdens pauzes).	Joost Oomen: J.Oomen@fontys.nl
Didactiek / pedagogiek	1. Expertisecentrum Zwemonderwijs Onderzoek naar pedagogische en didactische principes om meer en betere praktijkkennis over zwemmen en zwemvaardigheid te genereren. Deze kennis wordt verzameld, verspreid en geïnnoveerd om het werkveld van (zwem)onderwijs te ondersteunen. De innovatieve waarde hiervan bestaat uit het creëren van 'de zwemles van de toekomst' gebaseerd op nieuwe onderzoeksresultaten en inzichten.	Vincent Verdoorn: V.Verdoorn@fontys.nl www.expertisecentrumzwemonderwijs.nl/

De **relatie** tussen motivatie en leermethoden binnen **doelspelen**

Een docent wil graag dat de leerlingen gemotiveerd zijn en blijven in de lessen Lichamelijke Opvoeding. Onderzoek toont aan dat als de lesstof verder van het daadwerkelijke spel af ligt de motivatie bij leerlingen zakt. Dit bachelor afstudeeronderzoek richt zich op de motivatie van leerlingen bij de speelleermethode en bij de oefenleermethode

Door: Norbert Koelewijn

Motivatie kan verdwijnen als men verveeld raakt. Dit kan gebeuren doordat bijvoorbeeld de oefenstof betekenisloos is. Plezier hebben in de lessen LO is iets dat niet iedere leerling heeft. Toch willen de docenten LO het plezier overbrengen op de leerlingen. Het is een feit dat plezier een positieve invloed heeft op de intrinsieke motivatie (Bakker, 2012). Intrinsieke motivatie is motivatie die van binnenuit komt, bijvoorbeeld voetballen omdat je voetbal echt leuk vindt. Het is belangrijk om de intrinsieke motivatie om te bewegen bij de leerlingen te bevorderen en te stimuleren, omdat het samenhangt met het ontwikkelen van een actieve leefstijl. Wat ook uit onderzoek is gebleken is het feit dat intrinsieke motivatie uit leerlingen zelf komt en dat competentie, competitie, autonomie en afwisseling de grootste componenten zijn die een rol spelen bij intrinsieke motivatie (Maas, 2012). Spel kan, als onderdeel van de LO, een stimulerende werking hebben op de intrinsieke motivatie van de leerling (Maas, 2012). Bakker & Oudejans (2012) stellen dat, hoe verder de leerstof van het werkelijke spel afligt, hoe lager de motivatie wordt. Dit wil dus zeggen dat hoe meer de oefenvorm afwijkt van het daadwerkelijke spel, hoe minder motivatie het bij de leerlingen opwekt. Dit in tegenstelling tot de leerlingen die wel speelvormen aangereikt krijgen die een direct verband houden met het daadwerkelijke spel. Binnen dit onderzoek is dan ook met name gekeken naar de verschillende leermethoden binnen de lessen doelspelen. Gebruikte leermethoden zijn

de speelleermethode, dat wil zeggen dat de lesstof spelenderwijs wordt aangeboden en de oefenleermethode, dat wil zeggen dat de lesstof veelal in afgebakende oefenvormen wordt aangeboden waarbij aan het eind van de les gespeeld gaat worden. De keuze voor doelspelen is gebaseerd op de ervaring dat doelspelen op het Voortgezet Onderwijs zeer uitdagend kunnen zijn. Tevens is het een geschikte activiteit voor meerdere verschillende lessen (verschillende doelspelen). De volgende onderzoeksvraag is geformuleerd: *Hebben leerlingen uit klas 3 en 4 van het voortgezet onderwijs (vmbo) die volgens de speelleermethode les krijgen meer intrinsieke motivatie aan doelspelen dan leerlingen die les krijgen volgens de oefenleermethode?*

Methode

De totale duur van het onderzoek was vier weken. Om de intrinsieke motivatie in dit onderzoek te meten is gebruik gemaakt van de vragenlijst van Gratton & Jones (2004). De vragenlijst bestond uit achttien items. De leerlingen hebben tweemaal dezelfde vragenlijst ingevuld (voor en na de lessenserie van vier weken).

Aan het onderzoek hebben twee klassen van een school te Bunschoten-Spakenburg en twee klassen van een school in Amsterdam meegedaan. Aan het onderzoek hebben op beide scholen een derde- en een vierdejaars klas deelgenomen. Er zijn aan de twee klassen in Bunschoten-Spakenburg volgens de methode oefenend leren spelen (oefenleermethode) spellessen aangeboden en op de school in Amsterdam zijn aan de twee klassen de lessen volgens de methode spelend leren spelen (speelleermethode) aangeboden. De keuze om de oefenspeelleermethode toe te passen in Bunschoten-Spakenburg is dat hier voornamelijk volgens de speelleermethode wordt lesgegeven. In Amsterdam is dit het omgekeerde. Hier wordt voornamelijk volgens de oefenleermethode les gegeven. De volgende doelspelen zijn tijdens het onderzoek aan bod gekomen: basketbal, handbal, hockey en voetbal.

Resultaten/Discussie

De resultaten en dan met name de verschillen tussen de nulmeting en de nameting zijn verdeeld. Bij de twee klassen die volgens de oefenleermethode les hebben gekregen, is de intrinsieke motivatie van de leerlingen meer toegenomen dan bij de twee klassen die les hebben gehad volgens de speelleermethode.

Een mogelijke verklaring voor de gevonden verschillen in vergelijking met de oefenleermethode kan zijn, dat de leerlingen het juist enorm interessant en leerzaam vonden



Basketbal het ultieme doelspel

dat er nu meer aandacht aan de techniek in gesloten situaties werd gegeven. Een mogelijke verklaring waarom er geen verschil is gevonden bij leerlingen die les kregen volgens de speelleermethode is dat het niet motiverend is voor de leerlingen die motorisch wat minder getalenteerd zijn. Zij hebben nu namelijk niet de tijd om de juiste techniek aan te leren en/of te verbeteren en moeten dit al in een vroeg stadium binnen een spel toepassen. Nog een mogelijke verklaring kan zijn dat de leerlingen al dusdanig veel ervaring hebben opgedaan in de jaren daarvoor, dat de verwachting dat er een verschil in intrinsieke motivatie zou gaan optreden niet gerechtvaardigd was.

Conclusie

Het doel van dit onderzoek was om te kijken of leerlingen in de 3e en 4e klas van het vmbo, intrinsiek meer gemotiveerd zouden worden door les te krijgen volgens de speelleermethode dan door de oefenleermethode. In dit onderzoek is gebleken dat juist bij leerlingen met de oefenleermethode de intrinsieke motivatie steeg.

In mogelijke vervolgonderzoeken zou de interventie langer moeten duren dan vier weken om zodoende een uitgebreider beeld te krijgen en de leerlingen het verschil tussen de twee leermethodes duidelijk te maken. Ook is het aan te bevelen om in een vervolgonderzoek goed te kijken naar het type school en het type docent die voor de klas staat. Dit zijn belangrijke variabelen die tijdens het onderzoek een rol kunnen spelen. ◀

Literatuurlijst

- Bakker, F. & Oudejans, R. (2012). Motivatie en sport. In *Sportpsychologie* (pp. 31 - 87). Arco Sports Media BV.
- Maas, H. (2012). Intrinsieke motivatie van kinderen in sport en spelsituaties. Tilburg: Universiteit van Tilburg.
- Gratton, C. & Jones, I. (2004). Onderzoeksmethoden voor sportstudies. Groningen: Routledge.

Contact:

norbertkoelewijn@hotmail.com

Differentieel leren binnen de les LO

Werpen met verschillende soorten ballen

Volgens onderzoek kan differentieel leren tot grote prestatieverbeteringen van sporters leiden. Om differentiële lessen binnen het onderwijs te rechtvaardigen is er echter onvoldoende onderzoek gedaan naar differentieel leren specifiek gericht op het onderwijs. Gezien de potentiële meerwaarde is er op het Maaslandcollege in Oss een onderzoek gedaan naar de meerwaarde van differentieel leren voor het voortgezet onderwijs, als afstudeeronderzoek voor de Master of Sports aan Fontys Sporthogeschool.

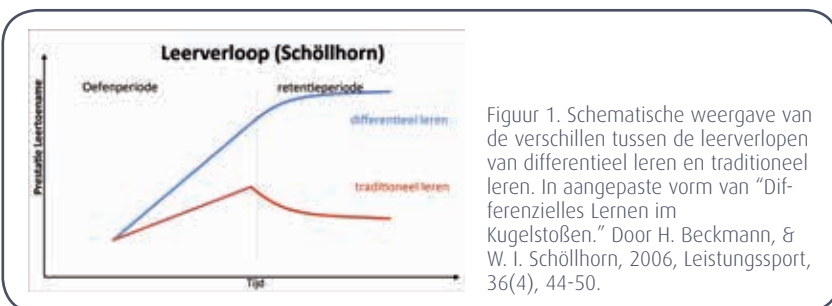
Door: Dion Geurts

Uit sportmotorisch onderzoek¹ is gebleken, dat er een sterke achteruitgang van de fundamentele bewegingsvaardigheden bij kinderen is. Aangezien kinderen steeds minder bewegen zal er om de onderwijsdoelen te halen tijdens de lessen lichamelijke opvoeding effectiever met de tijd moeten worden omgegaan². Een manier om dat te bereiken is actiever gebruik te maken van de bestaande inzichten in motorische leerprocessen. Een voorbeeld daarvan is differentieel leren. Waar men bij de traditionele manier van leren zo min mogelijk van de (vermeende) ideale doelbeweging probeert af te wijken, probeert men bij differentieel leren, voortdurend andere uitvoeringen van bewegingen te krijgen. Zo probeert men in de traditionele aanpak bij volleybal bijvoorbeeld zoveel mogelijk de 'echte' wedstrijd situatie na te bootsen, met wedstrijdbal, het net op wedstrijdhoogte, etcetera. Bij differentieel leren gaat men er van uit dat juist onvoorspelbare elementen op termijn leiden tot een hogere leerwinst. Zo zal in het voorbeeld van volleybal als omgevingsvariabele voor de onvoorspelbaarheid bijvoorbeeld een ovale bal gebruikt kunnen worden. Taakvariabelen die men kan variëren zouden bijvoorbeeld verplicht hinkelen, verplicht zittend spelen en verplicht gesprongen in de lucht spelen kunnen zijn. Bij organismevariabelen moet bijvoorbeeld gedacht worden aan eerst vijf kilometer hardlopen en daarna techniek trainen.

Uit een literatuuronderzoek naar zeven recente vergelijkbare onderzoeken³⁻⁹ blijkt dat er bij al deze onderzoeken, onafhankelijk van het aantal trainingsweken en beginniveau van de deelne-

mers, een beter oefenresultaat is bij de groep die de differentiële training volgde dan bij de groep die de traditionele les volgde. In meer dan de helft van de onderzoeken is het verschil zelfs significant. Hierdoor lijkt de differentiële leermethode superieur ten opzichte van de traditionele leermethode.

Volgens de theorie vindt er na afloop van de oefenperiode bij traditioneel leren een afname in prestatie plaats. Bij differentieel leren zou de prestatie na afloop van de oefenperiode nog toenemen (figuur 1). In minder dan de helft van de onderzoeken is er ook gekeken naar dit leerresultaat (langetermijn resultaten). De uitkomsten zijn echter wisselvallig en niet significant.



Dit onderzoek richt zich op één van de fundamentele bewegingsvaardigheden, namelijk het werpen. Het doel is de meerwaarde van differentieel leren met manipulatie van omgevingsvariabelen voor de onderwijspraktijk te onderzoeken door middel van de vraag: Is een bovenhandse strekwerples met verschillende soorten ballen effectiever dan een vergelijkbare les met dezelfde soort ballen?

Methodologie

Aan dit cross-sectionele longitudinale onderzoek hebben 796 leerlingen van het Maaslandcollege deelgenomen. Na een interventie-lessenreeks van vier keer 60 minuten zijn de nauwkeurigheid en snelheid van de worp gemeten en is onderzocht of er een verschil is tussen een traditionele lessenreeks en een waarin differentieel leren met omgevingsvariabelen centraal staat. Uitgangspunt is dat de lessen de onderwijspraktijk weerspiegelen. De lessenreeks bestaat uit een combinatie van oefeningen en spelvormen met als doel de werptechniek van de bovenhandse strekwerp te verbeteren. Beide groepen kregen dezelfde lessenreeks met als verschil de gebruikte ballen. De interventiegroep



oefende de voorgeschreven oefenstof met verschillende soorten ballen, de controlegroep met slechts één soort bal. In dit onderzoek is ook het leerresultaat gemeten. Hiervoor heeft er zeven weken na de interventie een retentiemeting plaatsgevonden.

Elke leerling wierp tien keer op 7.10 meter afstand op een glazen wand. De maximale snelheid van de geworpen bal is bepaald met behulp van een snelheidsmonitor.

De gemiddelde radiale fout (nauwkeurigheid) is bepaald met behulp van een camera en een observatiereferentie (figuur 2).

Uit diverse onderzoeken (10) blijkt dat er geen correlatie bestaat tussen de snelheid en de nauwkeurigheid van de worpen tussen verschillende personen.

Resultaten

Uit het onderzoek blijkt dat leerlingen uit zowel de interventie- als uit de controlegroep direct na de lessenreeks (oefenresultaat) geen significante verbetering hebben gerealiseerd in de maximale werpsnelheid. Tussen beide groepen is er ook geen verschil gevonden. Gedurende de rustperiode na de lessenreeks blijft de maximale werpsnelheid bij de interventiegroep nagenoeg gelijk, terwijl de controlegroep ten opzichte van de nul- én de éénmeting vooruitgaat. Hierdoor heeft de controlegroep (oefen-

nen met dezelfde soorten ballen) een significant beter ($p < .01$) leerresultaat dan de interventiegroep (oefenen met verschillende soorten ballen). Uit een statistische toets blijkt dat er bij de werpsnelheid een significant interactie-effect ($p < .000$) is tussen de motorische vaardigheid en de onderzoeksgroep waarin de leerlingen zitten. De gemiddelde nauwkeurigheid van de worp is bij beide groepen direct na de interventie (oefenresultaat) ook niet significant verbeterd. Het leerresultaat is daarentegen voor de gehele groep bij elkaar significant beter ($p < .05$) dan de nulmeting. Uiteindelijk is er echter geen significant verschil in het leerresultaat tussen de twee onderzoeksgroepen gevonden voor de nauwkeurigheid van de worp (figuur 3).

Discussie

Uit de resultaten blijkt dat leerlingen die een interventie ondergaan met verschillende soorten ballen, een vergelijkbaar oefenresultaat hebben als leerlingen die een interventie ondergaan met dezelfde ballen. Dit komt overeen met drie van de zeven vergelijkbare andere onderzoeken. Twee onderzoeken waarbij geen significant verschil tussen de groepen is gevonden zijn uitgevoerd bij scholieren^{6,9}. Het derde onderzoek¹¹ bestond uit slechts tien competitiesporters, wat waarschijnlijk onvoldoende was om een significant verschil te vinden. Bij alle vier de onderzoeken waar wel een significant verschil tussen de groepen gevonden is bestond de onderzoekspopulatie uit recreatieve of competitiesporters die allen in meer of mindere mate actief met de onderzochte sport bezig zijn.

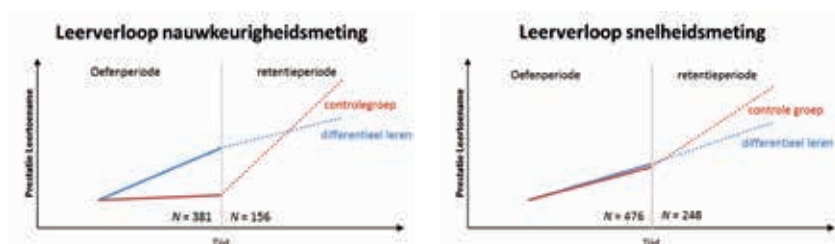
Een verklaring voor de verschillende uitkomsten uit dit onderzoek en de eerdere onderzoeken waar wel significante verschillen zijn gevonden kan zijn dat differentieel leren



Figuur 2. Meetinstrument. Met één cirkel en een aantal ijkpunten op de glaswand, een snelheidsmeter 80 cm achter de glaswand en achter de camera een rustgevend scherm.

Contact:

d.geurts@maaslandcollege.nl



Figuur 3. Links: een schematische weergave van de verschillen tussen de leerverlopen van het differentieel leren en de controlegroep bij de snelheidsmeting. Rechts: idem tussen de leerverlopen van differentieel leren en de controlegroep bij de nauwkeurigheidsmeting.

vooral efficiënt lijkt te zijn bij groepen met een hoog beginniveau. Uitkomsten uit dit onderzoek lijken deze mogelijke verklaring te bevestigen. In dit onderzoek is namelijk ook gekeken of er een interactie effect is tussen het beginniveau van leerlingen, de interventie en de maximale snelheid van de worp. De resultaten lijken uit te wijzen dat differentieel leren vooral effectief is bij groepen met een hoog motorisch beginniveau. Bij een laag niveau lijkt het voor het oefenresultaat effectiever om de ideale techniek aan te leren.

Naast de kortetermijneffecten is ook gekeken naar de veel relevantere middellangetermijneffecten (leerresultaat). Als de vooruitgang die tijdens de retentieperiode ontstaat, bij het oefenresultaat opgeteld wordt, blijkt dat leerlingen die met dezelfde ballen gooien een grotere (significante) vooruitgang in werpsnelheid hebben geboekt dan leerlingen die met verschillende ballen gooien. Dit komt niet overeen met de theorie, maar wel met één van de zeven vergelijkbare onderzoeken⁹. Bij twee andere vergelijkbare onderzoeken worden er geen verschillen tussen de leerresultaten van de verschillende groepen gevonden^{3,6}. De resterende vier onderzoeken hadden geen geïntegreerde retentieperiode. Het lijkt er op dat de theorie die in potentie zoveel impact wordt toegedicht op de invulling van het bewegingsonderwijs, vooralsnog niet ondersteund wordt door empirisch bewijs.

Binnen het onderwijs willen scholen leerlingen voorbereiden op een leven lang bewegen. Dit zijn langetermijndoelen. In de praktijk wordt er vooral op de kortetermijn gefocust. De curricula van veel scholen bestaan namelijk vaak uit korte lessenreeksen, die afgesloten worden met een beoordeling. Om de langetermijndoelen te verwezenlijken zijn onder andere aanpassingen van lessenreeksen en aanpassingen binnen de beoordelingssystematiek noodzakelijk. Om te achterhalen welke aanpassingen wenselijk zijn zou er meer onderzoek gedaan moeten worden naar de processen die plaatsvinden tijdens de retentieperiode. Aangezien het leerresultaat bij differentieel leren in dit onderzoek minder goed is dan bij een traditionele

manier van lesgeven, moet de focus blijven liggen op de uiteindelijke eindvorm. Bij het aanleren van balwerpen (o.a. soft-, basket- en handbal) lijkt het bij lessen LO met een relatief korte oefenperiode van belang steeds met de sportspecifieke bal te oefenen. Dat deze bevindingen zich ook uitstrekken tot andere sporten en materialen (zoals rackets, honkbalknuppels enzovoort) ligt in de lijn der verwachtingen, maar is niet met zekerheid te zeggen.

De lessenreeks in deze interventie bestond uit spel- se, ludieke werpspelletjes: spelletjes die veel docen- ten gebruiken om de samenwerking te bevorderen

of het plezier in het bewegen te vergroten. Op het eerste gezicht dragen deze spelletjes niet bij aan het verbreden van de bewegingscompetenties van de leerlingen. Maar niets is minder waar: zowel de snelheid als de nauwkeurigheid van de worp is op langere termijn door vier lessen significant verbeterd. Je zou dus wel kunnen zeggen: "Een potje trefbal is leerzaam!"

Dion Geurts is met dit onderzoek afgestudeerd als professional 'Master of Sports', aan de Fontys sporthogeschool in Eindhoven. Tevens is hij docent LO, BSM en vwo-research op het Maaslandcollege in Oss.

Geïnteresseerd in de resultaten van het onderzoek? Het volledige artikel met literatuurlijst is via het correspondentieadres op te vragen. 

Referenties/noten

- Runhaar, J., Collard, D. C. M., Singh, A. S., Kemper, H. C. G., Mechelen, W., & Chinapaw, M. (2010). Motor fitness in Dutch youth: Differences over a 26-year period (1980-2006). *Journal of science and medicine in sports*, 13, 323-328
- Kißmann, M., Beckmann, H., & Michelbrink, M. (2009). Reflexionen über den Einsatz des Differenziellen Lehrens und Lernens im Sportunterricht. *Sportunterricht*, 58(2), 51-54.3 Beckmann, H., & Schöllhorn W.I. (2006) Differenzielles Lernen im Kugelstoßen. *Leistungssport*, 36(4), 44-50.
- Jaintner, T., Kretzschmar, D., & Hellstern, W. (2003). Changes of movement patterns and hurdle performance following traditional and differential hurdle training. In E. Müller, H. Schwameder, G. Zallinger & V. Fastenbauer (Eds.). *Proceedings of the 8th annual congress European college of sport science*, 224
- Schöllhorn, W. I., Beckmann, H., Janssen, D., & Drepper, J. (2010). Stochastic perturbations in athletics field events enhance skill acquisition. In I. Renshow, K. Davids, G. J. P
- Beckmann, H., & Gotzes, D. (2009). Differenzielles Lehren und Lernen in der Leichtathletik. Ein Sprintexperiment im Sportunterricht. *Sportunterricht*, 58(2), 46-48.
- Savelsbergh, G. J. P., Kamper, W. J., Rabius, J., Koning J. J., & Schöllhorn, W. (2010). A new method to learn to start in speed skating: a differential learning approach. *International journal of sport psychology*, 41, 415-427.8 Schöllhorn, W. I., Hegen, P., & Davids, K. (2012). The Nonlinear Nature of Learning. A Differential Learning Approach. *Bentham open*, 5, 100-112.
- Schöllhorn, W. I., Paschke, M., & Beckmann, H. (2006). Differenzielles training im volleyball beim erlernen von zwei techniken. *Langolf & Roth (Hrsg.), Volleybal 2005 -Beach -WM*, 97-105
- Urban, M. A., Stodden, D., Boros, R., & Shannon, D. (2012). Examining Impulse-Variability in Overarm Throwing. *Motor Control. Human Kinetics inc*, 16, 19-30.
- Jaintner, T., Kretzschmar, D., & Hellstern, W. (2003). Changes of movement patterns and hurdle performance following traditional and differential hurdle training. In E. Müller, H. Schwameder, G. Zallinger & V. Fastenbauer (Eds.). *Proceedings of the 8th annual congress European college of sport science*, 224

SALVO: startschot voor een **actievere leefstijl** bij vmbo-scholieren

Middelbare scholieren bewegen steeds minder. Dat geldt vooral bij twaalf- tot zeventienjarigen en nog meer bij vmbo-scholieren in die doelgroep (Dorselaer, S. van, et al., 2010). Hoe kunnen deze vmbo-scholieren in beweging worden gebracht om meer te bewegen? En hoe denken de scholieren zelf dat ze meer in beweging gebracht kunnen worden? Antwoorden op deze vragen moeten gevonden worden in het SALVO-project, dat staat voor stimuleren van actieve leefstijl in het vmbo-onderwijs.

Door: Lennart van Eekhout

Sporten en bewegen dragen op veel manieren bij aan gezondheid. Behalve dat je lichamelijk gezonder bent als je beweegt, draagt actief bezig zijn ook bij aan de psychische gezondheid. Jongeren die regelmatig sporten en bewegen voelen zich gezonder en hebben betere schoolprestaties. Hierdoor komt studie vertraging veel minder voor (Visscher et al., 2011).

Vmbo'ers bewegen minder

Naast het feit dat vmbo-scholieren steeds minder bewegen, eten ze nog eens minder gezond waardoor overgewicht onder deze groep leerlingen sterker toeneemt dan bij leeftijdsgenoten op havo of vwo (Dorselaer, S. van, et al., 2010). De afgelopen jaren is de nodige energie gestoken in het opzetten van activiteiten om deze doelgroep in beweging te krijgen. Dit blijkt erg lastig te zijn. Tot nu toe hebben getrainde professionals naar de jongeren gekeken en geanalyseerd hoe ze zich gedragen. Op basis van deze analyse hebben ze allerlei activiteiten bedacht die de jongeren aan zouden moeten zetten tot meer bewegen. Dit is echter maar gedeeltelijk gelukt, waardoor er op dit moment nauwelijks tot geen activiteiten bekend zijn die op de lange termijn effectief zijn om vmbo-leerlingen blijvend aan te zetten tot bewegen.

SALVO brengt leerlingen aan slag

SALVO is een door ZonMW gesubsidieerd project waarin onder andere de Hogescholen van Arnhem

en Nijmegen en Amsterdam, de Wageningen Universiteit en het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen samenwerken. Tijdens het project wordt allereerst aan de hand van innovatieve methodes gezocht naar wensen, maar vooral ook reeds aanwezige capaciteiten, vaardigheden, kansen en mogelijkheden van leerlingen. Ze hoeven dus niet het ene gedrag af te leren en een ander gedrag aan te leren. Dit gegeven vormt het vertrekpunt om een geschikte en effectieve interventie te vinden en op maat te maken. Hiermee wordt verwacht leerlingen tot een meer actieve leefstijl te verleiden. »



Mindmap

FOTOS: LENNART VAN EEKHOUT

Contact:

Lennart.vanEekhout@han.nl

Maar wat wordt er dan nagestreefd? Pepijn van Hove is als docent en onderzoeker van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (HAN) betrokken bij het project. Hij zegt hierover: "Binnen SALVO willen we de leerlingen in beweging brengen, zowel letterlijk als figuurlijk. Het is hiervoor nood-



Rondetafelgesprek

zakelijk om met de scholieren zelf te gaan praten zodat ze kunnen aangeven wat ze leuk vinden en wat hen beweegt. Op deze manier kan in kaart gebracht worden welke factoren volgens de scholieren bijdragen aan een actieve leefstijl. Deze factoren worden ook wel 'assets' genoemd". De scholieren gaan dan zelf nadenken over de manier waarop ze nu dingen doen en welke dingen ze leuk vinden om te doen. Zo gaan scholieren zoeken naar een leefstijl die dicht in de buurt ligt van hun huidige leefstijl. "Enerzijds leren wij hun interesses en behoeften kennen en tegelijkertijd denken de leerlingen actief na over hun eigen leefstijl en assets", aldus Van Hove.

De gebruikte methode (Structured Interview Matrix, SIM) doorlopen blijkt niet makkelijk voor vmbo-scholieren. Ze hebben weinig ervaring met interviewen en ze moeten hier dan ook goed in gecoacht en begeleid worden. Hier helpen studenten van de HAN hen bij. In de rol van facilitator begeleiden ze de vmbo-scholieren bij het stellen van de hoofdvragen en eventuele verdiepende vragen. Tijdens de eerste pilots zijn al diverse verbeteringen aangebracht om de interactie tussen de scholieren te verbeteren, waardoor hun inbreng ook groter wordt.

SIM

De methode *Structured Interview Matrix* (SIM) kan gebruikt worden om kennis en ervaringen bij grote groepen (variërend van acht tot veertig participanten/leerlingen) boven tafel te halen waarbij iedere leerling een evenredige bijdrage levert. De leerlingen interviewen elkaar waardoor de invloed van de facilitator beperkt is. De leerlingen hebben hierdoor zelf veel invloed op de richting waarin de gesprekken verlopen.

SIM begint met het verdelen van een groep in subgroepen en voorziet vervolgens iedere subgroep van een concrete vraag. De leden uit de subgroepen gaan vervolgens met deze specifieke vraag leden uit een andere subgroep interviewen. De resultaten van de interviews worden teruggekoppeld in de subgroepen waarna alle vragen en uitkomsten plenair worden teruggekoppeld aan de gehele groep. Meer uitleg over de methode:

Corneil, W., O'Sullivan, T., Lemyre, L., McCrann, L. & Kuziemy, C. (2011). *Instructional video of the Structured Interview Matrix*, available at www.enrichproject.ca.

Deelnemen in project

Op dit moment wordt er getest in de gemeente Oosterhout, waar zowel de Gemeente als de scholen zeer positief reageren op het initiatief. De werving van de scholen in Amsterdam en de regio Arnhem en Nijmegen loopt nog. Vanaf begin 2014 kunnen er nog tien vmbo-scholen in Amsterdam en tien in de regio Arnhem-Nijmegen deelnemen aan het project.

De scholen kunnen zich hier zelf voor aanmelden. Er wordt naar beide regio's gekeken, zodat er rekening gehouden kan worden met eventuele geografische verschillen. Ook het uitvoeren van de pilot op Oosterhoutse scholen draagt hier aan bij.

ALO studenten als begeleiders

Yvonne de Keyzer is als studente van de HAN ALO betrokken bij het project als begeleider. Volgens haar is de gebruikte SIM methode de juiste voor deze doelgroep: "Het sterke van de methode is dat de doelgroep elkaar interviewt. Hierdoor is de invloed van de onderzoeker op het interview minimaal." De SIM-methode werd tot nu toe alleen bij volwassenen gebruikt. Volwassenen zijn bekend met het houden van interviews en weten hoofd- en bijzaken te onderscheiden. Dat blijkt voor de vmbo-scholieren die aan het onderzoek mee hebben gedaan een lastige opgave. "Het doorvragen en het opschrijven van steekwoorden vinden ze lastig. Het is voor ons als begeleiders de taak om hen hierbij te helpen. Dat ze het hele antwoord opschrijven is niet erg. Door voldoende tijd te geven, is dat probleem opgelost. Het leren doorvragen is lastiger. Door in de instructie aan te geven hoe ze dat kunnen doen en hen hierbij tijdens de interviews te helpen, proberen we zoveel mogelijk resultaten te verzamelen. Het is niet de bedoeling dat we het interview gaan sturen. Dit is een uitdaging voor ons als begeleiders," aldus de ALO studente.

Renee Mulder is ook ALO studente bij de HAN en zij hoopt dat het project zijn vruchten af gaat werpen: "Het is bewezen dat leerlingen op de middelbare school minder gaan bewegen. Dit zou komen door interesseverlies, geen tijd door huiswerk enzovoort. Ook is bewezen dat bewegen erg gezond is en erg goed is ter ontspanning. Met in mijn achterhoofd dat de Nederlandse jeugd steeds zwaarder wordt, zou ik het top vinden als leerlingen meer plezier gaan beleven aan bewegen! Ik wil dat ze dit kunnen doen op de manier die zij willen. Ik hoop dan ook dat als leerlingen die mogelijkheid hebben, dat ze langer blijven bewegen."

Bij de uitwerking is de rol van de studenten als facilitatoren essentieel. Omdat ze de subgroepjes geleid hebben, kunnen ze in een kort gespreksverslag nauwkeurig de verzamelde informatie verwerken. Onderzoeker Pepijn van Hove vertelt enthousiast over de rol van de HAN studenten: "Op deze manier wordt alle informatie betrouwbaar verwerkt en leidt het tot een betrouwbaar beeld van de assets van de vmbo-scholieren. Daarnaast zorgen zij ook direct voor verspreiding van de resultaten. Het is een prachtig leer-werk project voor studenten. De studenten delen hun ervaringen enthousiast met hun medestudenten. Zo bouwen de studenten ook voort op hun eigen assets."

Assets als voorwaardelijke tussenstap

Het achterhalen van de assets is niet het einddoel van het project maar een voorwaarde om vervolgv activiteiten op te baseren, volgens Gwendolijn Boonekamp, eveneens als docent en onderzoeker van de HAN, betrokken bij het project. "Aan de hand van de gevonden assets gaan we op zoek naar bestaande interventies. We selecteren vervolgens de activiteiten die aansluiten bij de gevonden assets en daarmee de behoeften van de leerlingen. Tegelijkertijd gaan we samen met de leerlingen kijken naar die bestaande activiteiten. Hierbij laten we ze die activiteiten kiezen die volgens hen aansluiten bij hun behoeften en interesses. We komen op die manier uiteindelijk per school tot een (mix van) activiteit(en) die de leerlingen mogen gaan uitvoeren en passend maken voor hun eigen school en omgeving. Hierbij zullen wij als onderzoekers slechts een coachende en faciliterende rol hebben. Zo zullen we, samen met de leerlingen, per school een projectvoorstel schrijven waarin we de school adviseren op welke wijze zij kunnen bijdragen aan een actieve(re) leefstijl van de leerlingen."

Metten is weten

Uiteraard wil de projectgroep graag weten of deze aanpak nu ook echt werkt en anders is dan de aanpak die tot nu toe is gehanteerd. Daarom gaan ze elk jaar met fittesten (Eurofittest) meten of de leerlingen ook fitter worden. Ook wordt elk jaar met vragenlijsten gekeken of, en zo ja hoe de ideeën van de scholieren over een actieve leefstijl en bewegen veranderd zijn gedurende de periode dat SALVO loopt. Om dit goed te kunnen, worden er metingen gedaan op scholen waar zowel de assets bepaald zijn en de activiteiten uitgevoerd, als op scholen waar niets gedaan is (controlescholen).

Duurzaam SALVO

Uiteindelijk is het de bedoeling dat scholen deze stappen zelf gaan uitvoeren of onder begeleiding van bijvoorbeeld de GGD of de gemeente. "Daarmee proberen we te bereiken dat dit hele traject een duurzaam programma wordt dat geïntegreerd is in de onderwijsagenda van het vmbo-onderwijs. In het project is het dan ook erg belangrijk dat de activiteiten op de deelnemende scholen passen in het reguliere curriculum van die scholen, zoals bij Nederlands (leren interviewen) of in de gymles. De scholen moeten dus niets anders doen dan normaal. Op deze manier hopen we een daadwerkelijke duurzame verandering te realiseren in de leefstijl van vmbo-scholieren," sluit Gwendolijn Boonekamp hoopvol af.

Voor vragen en belangstelling kun je terecht bij John.dierx@han.nl, projectleider van SALVO.



Discussie in groepen

Lennart van Eekhout is Programmamanager Communicatie bij HAN Sport en Bewegen, het sport- en beweeginstituut van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (HAN). Pepijn van Hove is docent en onderzoeker Lifestyle & Health Promotion bij de HAN Sport en Bewegen. Gwendolijn Boonekamp is docent en onderzoeker Lifestyle & Health Promotion bij de HAN Sport en Bewegen. John Dierx is docent en onderzoeker bij de opleiding Sport, Gezondheid en Management bij HAN Sport en Bewegen. ❏

Referenties

- Dorselaer, S. van, e.a. (2010) Gezondheid, welzijn en opvoeding van jongeren in Nederland, HBSC rapport 2009, Trimbos Instituut
- Visscher C, Hartman E, Elferink-Gemser M. (2011). Fit, vaardig en verstandig!: een decennium "Groninger" onderzoek naar de relatie tussen bewegen en cognitie, sport- en schoolprestaties bij de jeugd.



Ziekte, wat betekent dit voor je werk en inkomen?

Om het aantal langdurig zieke werknemers en de instroom in de WAO terug te dringen is per een april 2002 de Wet verbetering poortwachter van kracht (hierna: de WVP). De WVP is een verzamelnaam voor verschillende bepalingen en artikelen die in een aantal regelingen en wetten binnen het arbeids- en socialezekerheidsrecht terug te vinden zijn.

Door: mr. Maarten Segers

M

Met de introductie van de WVP is een groot deel van de verantwoordelijkheden die eerst bij de overheid lagen neergelegd bij jou en je werkgever. Een van de belangrijkste veranderingen met de introductie van de WVP is dat er voor de werkgever gedurende de eerste twee jaar van ziekte een loondoorbetalingsverplichting geldt van 70%. In veel sectoren zijn echter collectieve afspraken gemaakt die bepalen dat er een hogere loondoorbetalingsverplichting geldt dan 70%. In het onderwijs geldt in het eerste ziektejaar een loondoorbetalingsverplichting van 100%. Gedurende het tweede ziektejaar geldt dan weer een loondoorbetalingsverplichting van 70%.

Naast de loondoorbetalingsverplichting zijn er met de WVP ook re-integratieverplichtingen. Je werkgever zal zich gedurende de loondoorbetalingsplicht van twee jaar moeten inspannen om je weer zo snel mogelijk en op een duurzame manier terug te begeleiden naar de arbeid. Bij de vraag welke inspanningen daarvoor nodig zijn en wat er medisch gezien wel en niet mogelijk is dient je werkgever zich te laten adviseren door je bedrijfsarts. Echter, ook jij als werknemer hebt een inspanningsverplichting. Zo kan het - zonder een deugdelijke grond - weigeren van tijdelijke, passende arbeid leiden tot een stop van de loondoorbetalingsverplichting. Welke inspanningen je gaat verrichten en welke stappen er in het kader van het re-integratietraject worden gezet leg je met je werkgever vast in het plan van aanpak.

In sommige gevallen blijkt dat terugkeer naar de eigenlijke functie niet mogelijk is. In zo'n geval zal als einddoel gezocht moeten worden naar een nieuwe passende functie binnen de organisatie. Is deze functie niet binnen de organisatie te vinden dan zal buiten de organisatie gezocht moeten worden naar een passende functie (het tweede spoor).

Aan het einde van het tweede ziektejaar zal er voor het verkrijgen van een arbeidsongeschiktheidsuitkering een WIA-aanvraag gedaan moeten worden bij het UWV. Het UWV zal dan toetsen of de werkgever aan zijn inspanningsverplichtingen in het kader van het re-integratietraject heeft voldaan. Concludeert het UWV dat dit niet het geval is, dan kan het UWV een zogenaamde loonsanctie opleggen. Dat betekent dat het UWV de loondoorbetalingsplicht van je werkgever met maximaal een jaar verlengt. De toetsing voor het antwoord op de vraag of je in aanmerking komt voor een arbeidsongeschiktheidsuitkering wordt daarmee ook uitgesteld. Bij deze toetsing zal het UWV aan de hand van je medische toestand en functionele mogelijkheden berekenen wat het arbeidsongeschiktheidspercentage is. Is dit lager dan 35% dan kom je sowieso niet in aanmerking voor een arbeidsongeschiktheidsuitkering. Afhangend van je arbeidsongeschiktheidspercentage heeft je werkgever na twee jaar ziekte de mogelijkheid het dienstverband te beëindigen.

Tips

- Ben je er van bewust dat je geen verplichting hebt om je medische informatie te delen met je werkgever. Je bedrijfsarts heeft een medisch beroepsgeheim en mag je medische informatie zonder je toestemming dan ook niet doorgeven aan je werkgever.
- Trek op tijd aan de bel op het moment dat je het idee krijgt dat je werkgever op de medische stoel gaat zitten. In zo'n geval is het verstandig dit met je bedrijfsarts te bespreken.
- De weg die je in het re-integratietraject belooft komt mede door jouw input en visie tot stand. Geef dus duidelijk aan wat je zelf wilt en oefen invloed uit op de inhoud van het plan van aanpak.
- In sommige gevallen is een zieke werknemer het niet eens met de visie van de bedrijfsarts. Is de bedrijfsarts niet te overtuigen dan kan voor een deskundigenoordeel (second opinion) contact opgenomen worden met het UWV. Een deskundigenoordeel is een zwaarwegend advies aan de werkgever door een neutrale UWV-arts.

Heb je vragen over deze of andere zaken op rechtspositioneel gebied dan kun je je wenden tot de juridische afdeling van de KVLO, te bereiken per e-mail: juristen@kvlo.nl en op telefoonnummer 030 693 7678.



Praktijk katern



Nummer

2

Jaargang 102 - 28 feb. 2014

Lichamelijke Opvoeding

Een **gave gymles** met
Gympedia

Cricket op RSG

Zwemgymlessen brengen
meer

Laat kinderen **ervaren** hoe
leuk zwemmen is!

Een **kijkje in de gymzaal** van
Eric Swinkels

Een gave gymles met Gypmedia

Björn kijkt op de iPad naar een kijkwijzer, in dit geval naar een kort filmpje met een oefening voor het freerunnen. In de gymzaal staat een prachtig parcours waar hij met allerlei trucs overheen kan. "Deze wil ik doen" zegt Björn. Hij springt op en gaat oefenen. Vijf minuten later holt hij naar vakleerkracht Tanja. "Juf, juf, ik kan het trucje en ik heb het zelf geleerd".

Door: Mathijs van der Beek en Erik Evers

Björn krijgt les van een vakleerkracht die werkt met de methode Gypmedia. "Eén van de toegevoegde waardes die de methode zo interessant maken is het werken met de iPad in de gymles. Een echt vakinhoudelijke verbetering", vertelt vakleerkracht Tanja Iets.

Tanja is blij met deze innovatie. Door de iPad zijn er zoveel mogelijkheden om de gymles te verrijken. Pluspunt dat Tanja opnoemt is het eenvoudig in te vullen leerlingvolgsysteem. Ook het werken met instructiefilmpjes, het iBook met de lesinhouden en de flexibele jaarplanning zijn een uitkomst! De kinderen zijn dolenthousiast.

Hoe is de methode ontstaan?

Vanaf het jaar 2000 is er bij Sportservice Noord-Holland ruim elf jaar aan gewerkt, met als rode draad de twaalf leerlijnen van het Basisdocument Bewegingsonderwijs. Alle collega's hebben regelmatig vakinhoudelijk overlegd over de samenstelling en inhoud van de lessen. Hieruit is een mooie methodische opbouw ontstaan die gekoppeld is aan een verantwoorde jaarplanning.

Na elf jaar hebben Erik Evers en Mathijs van der Beek deze lessen gedigitaliseerd en vorm-



gegeven in een iBook voor de iPad. Samen met Erik Boot, die de methode speelgedrag heeft ontwikkeld, hebben ze de handen ineen geslagen om een compleet product te maken. Uitgangspunt is een holistische visie waarbij het kind centraal staat.

Differentiatie gymles

Met combinaties van leerlijnenkaarten kan de (vak)leerkracht naar eigen inzicht een les samenstellen (zie jaarplanning). Goed gekozen lesinhouden staan garant voor leuke, afwisselende en uitdagende gymlessen waarbij een hoog beweegrendement wordt gehaald. De methode is, zoals gezegd, geschreven in een iBook en bevat nu al 66 leerlijnenkaarten. Hierop staan alle activiteiten, met leerdoelen en leerstof. Het kind kan werken in BASIS, PLUS of EXTRA oefenstof.

De leerlijnen doel- en tikspelen zijn uitgewerkt in 42 leskaarten. Vele spelen zijn hierop overzichtelijk uitgewerkt met daarbij een foto of film van het spel. Deze leskaarten geven tips en inhoudelijke ondersteuning aan de (vak)leerkracht.

Voor bewegen op muziek zijn er behalve lesbeschrijvingen ook korte instructiefilms van de lessen in het iBook Gypmedia opgenomen. Hierin is goed te zien hoe je de les kunt geven.

LESKAART 2 CHAOS DOELEN SPEL

BASIS

MATERIALEN:

- speelballen; velcro-elastiek.
- 6 mutten; 2 hoogsprong palen.
- 12 pylonen (6 per kant).
- 12 blokjes (op elke pylon 1).
- 3 knotsen.
- 3 banken (op de kaart: kegelbaan).

SCORE:

- mat geraakt? Punt.
- bal door het pylonen-doei? Punt.
- pylon geraakt? Punt.
- blokjes van de pylon af? Punt.

VERLOOP VAN HET SPEL:

Het speelveld is verdeeld in 2 gelijke vlakken. Op een (achterlijn) staan meerdere doelen van pylonen met blokjes erop. Tegen de wanden staan matten (3 per kant). Twee partijen proberen (ieder voor zich) te scoren tegen de matten of tussen de doelen in het andere vak. Functies wisselen elkaar af. Spelers zijn keeper en werper. Het spel kan ook hockeyend of voetbalend gespeeld worden.

Naast deze situatie is een kegelbaan met knotsen. Hier kunnen spelers die 'af' zijn (of in blauw) spelen.

SPELREGELS:

1. Afhankelijk van de gekozen spelvorm de bal rollen, werpen, pushen of schieten.
2. Oplopen tot de middenlijn is toegestaan.
3. Jouw doel geraakt? Ga naar de kegelbaan!
4. Terughen naar het spel mag als de omgevoerde knotsen in de kegelbaan weer rechtop staan.
5. Onder het velcro-elastiek door werpen? Goed! Eroverheen werpen? Af! naar de kegelbaan!

VELDINDELING:



TIPS MOTORISCH LEREN

1. INDIRECT LEREN

Differentieel leren: sturende aanpassingen in het arrangement (de opstelling: het aantal spelers; speelveld afmetingen; de doelgrootte en/of positie; de spelregels).

Random leren: variabel oefenen met verschillend materiaal (bijvoorbeeld: variëren in balsoort en maat, korf, basket-tennis-soft-volley-rugby-voetbal etc.).

2. PROBLEEMOPLOSSEND LEREN

Leren met dwangstelling: het sturen van richting, houding en/of plaats van het lichaam in de beweging en arrangement (bijvoorbeeld: de hoogte van de ballijn beïnvloeden m.b.v. een -eventueel schuin- gespannen velcro-elastiek tussen hoogsprong palen over de middenlijn waar de bal onderdoor moet).

Foutloosleren: geleidelijke opbouw in 'altijd raak' kansen (afstand tot het doel).

3. CONTEXTUEEL LEREN (omstandigheden waaronder de taak geoefend wordt)

Analogie-leren: geef metaforen (bijvoorbeeld: vang met een krokodillenbek; werp zo snel als een kogel; rof de bal alsof je aan het bowlen bent).

Imitatie-leren: betreft observatie leren (kijken naar voorbeelden/video interactie).

Externe focus: het verplaatsen van intern naar extern gerichte focus (kijk naar de plaats waar de bal naar toe moet; volg de bal na het wgspeel; zoek een slimme plaats waar je de bal kunt stoppen).

GYM
PEDIA

Leskaart chaos doelen spel

der conflicten, meer effectieve speeltijd en zelfs ontwikkeling in speelgedrag is iets wat GYMpedia toepast binnen het bewegingsonderwijs. Je kunt eenvoudig zien hoe je een speelactiviteit anders kunt inrichten of je leervoorstel kunt veranderen.

Door middel van workshops, trainingen en cursussen (www.speelgedrag.nl) is het mogelijk je verder te bekwalen in de toepassing van de gedragskleuren. Zo kun je leren slim sociaal te differentiëren binnen activiteiten of effectiever je begeleidingsstijl af te stemmen op het gedrag van het kind. Ook is er een cursuslijn om extra zorg te verlenen aan kinderen met een hulpvraag. Voor de toepassing van de gedragskleuren op het speelplein zijn licentiafspraken nodig met 'Beweegwijs'. Deze organisatie heeft een speelpleinmethode gebaseerd op de gedragskleuren.

Motorisch leren

Motorisch leren principes zijn in 2006 door Peter Beek (opnieuw) onder de aandacht gebracht. Met zijn wetenschappelijk onderzoek heeft hij aangetoond dat er een hogere kwaliteit van bewegen is op langere termijn. Wij denken dat je met behulp van motorisch leren meer creativiteit ontwikkelt en je een beroep doet op het aanpassingsvermogen, waardoor je ook de cognitieve ontwikkeling binnen de gymles meeneemt. *Dit vraagt om nader onderzoek* (red.). Op elke leerlijn- en leskaart staan motorisch leren tips die je kunt toe passen in de les (zie bijvoorbeeld leskaart hurksprong).

iPad

De iPad brengt ook het digitale leren de gymzaal in. Er zijn veel handige apps beschikbaar die ons vak ondersteunen. Denk daarbij aan video-analyse of video met tijdvertraging (waarmee een kind zichzelf in actie ziet en daarmee zelf coachend kan zijn). Hierover zijn eerder artikelen in de *Lichamelijke Opvoeding* verschenen (zie o.a. *Lichamelijke Opvoeding* nr. 1 2013).

De kinderen gebruiken de tablet bijvoorbeeld om kijkwijzers en instructiefilmpjes te bekijken om vervolgens zelf aan de slag te gaan. Deze eigentijdse en leuke manier van leren spreekt de kinderen erg aan. Een geblesseerde leerling kan bij de les betrokken worden, door bijvoorbeeld scores bij te houden. Per les zal de iPad anders

HURKSPRONG



BASIS

Leerdoel: 2 benige zijst en overtoomturnen over een lage situatie.

Leerstof: Steunen op 2 schuin gestelde banken en een hurksprong maken over het elastiek (4 sprongen achter elkaar). Hurksprong over het touwtje of op de kast.

PLUS

Leerdoel: ophurken op een kast met kleine zweefase.

Leerstof: Een hurksprong met landing voor op de kast. Een hurksprong met landing midden op de kast.

EXTRA

Leerdoel: ophurken op een kast met verlengde zweefase, landen in balans.

Leerstof: Een hurksprong met landing achter op de kast. Een hurksprong met landing over de kast op de mat.

Leskaart hurksprong

Sociaal-emotionele differentiatie door speelgedrag

Speelgedrag is een eigen product van en ontwikkeld door Erik Boot en volledig geïntegreerd en verbonden in de lesmethode. Door de toevoeging van speelgedrag met de gedragskleuren, is het voor een lesgever mogelijk bewust in te spelen op het sociaal gedrag van individuele kinderen en de groep. De gedragskleuren, welke onderscheiden worden zijn: wit, blauw, geel, oranje, groen en rood.

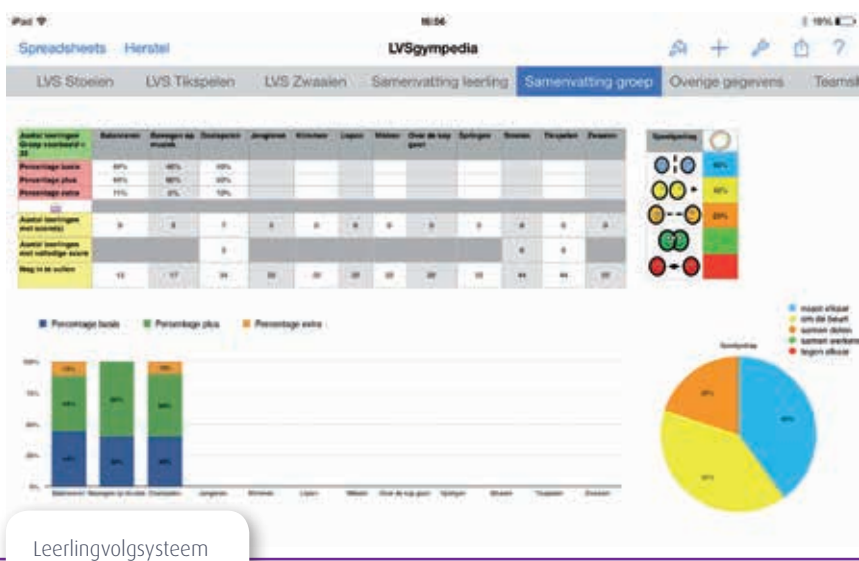
Aan elke leerlijnkaart is een gedragskleurenkaart van speelgedrag gekoppeld.

Contact:

mvanderbeek@sportservicenoordholland.nl

Je maakt een keuze voor de kleur, waarin kinderen zich plezierig voelen en het gedrag in die kleur nagenoeg beheersen. Zo kun je er ook voor kiezen bewust het niveau van sociale ontwikkeling en de zelfstandigheid van kinderen verder te stimuleren door de 'zone van de naaste ontwikkeling' aan te bieden. Door de juiste kleur te kiezen en een passende begeleidingsstijl, ontwikkel je bij kinderen meer zelfvertrouwen en zelfstandigheid.

Differentiatie in speelgedrag zet je in om maatwerk in gedrag te bieden aan kinderen door middel van verschillende 'tools', welke samenhangen met de gedragskleuren. Min-



Leerlingvolgsysteem

(afhankelijk van het gestelde doel) ingezet kunnen worden.

Jaarplanning

De jaarplanning is gebaseerd op de richtlijnen, onder andere ontwikkeld door de KVLO en SLO. Deze zijn terug te vinden in het Basisdocument Bewegingsonderwijs5.

De jaarplanning is geschreven op het werken in drie vakken. Misschien wil je als vakleerkracht eigen regie voeren. Dan biedt het digitale systeem de mogelijkheid een eigen jaarplanning te maken. Hierdoor heeft de (vak)leerkracht ruimte om zijn eigen visie te volgen en kan kiezen om klassikaal in twee, drie, vier, vijf of zelfs zes vakken te werken.

Leerlingvolgsysteem

De (vak)leerkracht kan het LVS eenvoudig en snel op de iPad invullen. Deze gegevens laten de (vak)leerkracht in één oogopslag een overzicht zien van:

- leerstof waar kinderen in oefenen per leerlijn
- kleuren waar kinderen in oefenen met speelgedrag
- kwaliteiten van de groep
- overzicht van alle gevolgde jaren.

Informatie kun je digitaal delen met bijvoorbeeld de leerkracht, IB-er of ouders.

De moderne gymzaal

Erik Evers heeft een blauwdruk ontwikkeld voor nieuwe en te renoveren gym-

zalen. Bij de inrichting is veel aandacht besteed aan goede akoestiek, een (bij voorkeur) vlak-elastische sportvloer en een slimme indeling voor vaste toestellen om met meerdere groepen (en veel kinderen tegelijk) te kunnen bewegen.

Verder zijn er speciale verrolbare kasten ontworpen voor de pakketten 'klein spel-materiaal' die nodig zijn in de gymzaal en het speellokaal. In Den Helder (maar ook op andere locaties) is een voorbeeldzaal van de nieuwe brede school de Poolster te bekijken (alleen op afspraak).

Gympedia in de praktijk

We kiezen drie activiteiten uit de leerlijnkarten keeperspelen, steunspringen en zwaaien. In dit voorbeeld zijn dat het chaosdoelenspel, hurkspringen en schommelen. Dit arrangement zetten we klaar voor de hele dag.

Kunst is om het arrangement zo in te richten dat alle elementen voor de ontwikkeling van het kind optimaal tot hun recht kunnen komen voor groep (1-2) 3 tot en met 8. De mogelijkheden hiervoor zijn duidelijk beschreven op de kijkwijzers, leerlijn- en leskaarten in het iBook.

De elementen differentiatie, motorisch leren, speelgedrag en een stukje visie (zie visie) over psychosociale factoren, beschrijven we bij de foto's.



Chaosdoelenspel: zie foto 1 met speelgedrag.

Naast de opstelling, waarbij kinderen 1 tegen 1 (of in meertallen) tegen elkaar kunnen spelen, is ook een aparte baan uitgezet voor speelgedrag waar kinderen in blauw(alleen) kunnen spelen. Hiermee reguleer je het spelen door middel van speelgedragkleuren en waarborg je dat iedereen mee kan doen.



Hurkspringen: zie foto 2 met motorisch leren.

Zet het arrangement anders neer om motorisch leren toe te passen. Daarmee leren kinderen actief en bekijken bewegingspatronen langer. Rechts op de foto wordt met dwangstelling uitgelokt met twee benen af te zetten.

Schommelen:

zie foto 3 met inzicht in bio- psychosociaal model.



Werken met je lichaam (in interactie met de omgeving en anderen) staan in relatie tot psychosociale factoren zoals: veiligheid, communicatie, ontdekken van emoties, aanleg, verbinding.

Beweegnorm

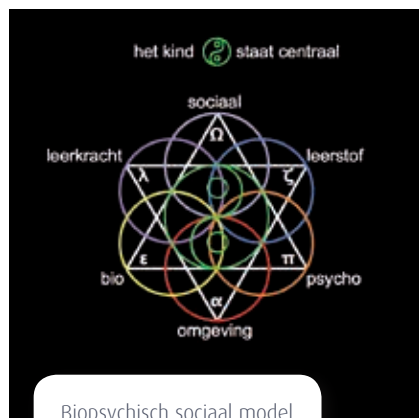
De wens van veel scholen is om tegemoet te komen aan de beweegnorm voor kinderen, namelijk elke dag een uur matig intensief bewegen. Door een juiste mix van onderstaande aspecten kunnen kinderen volop bewegen.

Gympedia combineert de volgende elementen:

- goed ingerichte gymzaal, speellokaal en beweegplein
- veel en gevarieerde speelmogelijkheden
- toepassing van alle organisatievormen
- een evenwichtige jaarplanning
- veel differentiatie en uitdaging in de activiteiten
- afgestemd motorisch leren
- het gebruik van de iPad
- inspelen op sociaal gedrag
- ontwikkeling zelfstandigheid en zelfvertrouwen.

Biopsychosociaal model Gympedia

Kijkend naar het kind vanuit ons vak, waarbij motorische- en sensorische factoren het uitgangspunt zijn, dienen we rekening te houden met alle factoren (bio-psycho-sociaal). Om de samenhang te kunnen begrijpen, is beweeggedrag een logisch gevolg van al deze factoren.



Deze gedachtegang is de onderliggende laag van Gympedia. Op de website van gympedia (www.gympedia.nl) staat een filmpje waarin het Biopsychosociaalmodel wordt uitgelegd.

Een uitgebreide versie van dit artikel staat op kyloweb.nl

Tijdens de Thomas studiedag van 11 april aan de Fontys Sport Hogeschool in Eindhoven is er een workshop over gympedia. 



Leerlijn klimmen

FOTO'S ANITA RIEMERSMA EN ERIK EVERS

Ontwikkelaars

Erik Evers (Ontwikkelaar)
Mathijs van der Beek (Ontwikkelaar)
Erik Boot (Speelgedrag)
Kees Doets (Les samenstellingen) !

Bronnen

Versluijs-Eering, H. (mei 2004). Biopsychosociaal model. Scriptie Europees begeleider: Mw. G. Koster-Korsmit. hilda@echoecho.nl,
Beek, P. (2011) Motorisch Leren, Sportgericht nr. 1, 3; 4; 5; 6 / 2011 – jaargang 65

Bioritme, Wikipedia. Verkregen op 7 januari 2014: [http://nl.wikipedia.org/wiki/Bioritme_\(theorie\)](http://nl.wikipedia.org/wiki/Bioritme_(theorie))

Berkel van, M.e.a. (2003), Basisdocument bewegingsonderwijs, Zeist, Jan Luiting Fonds

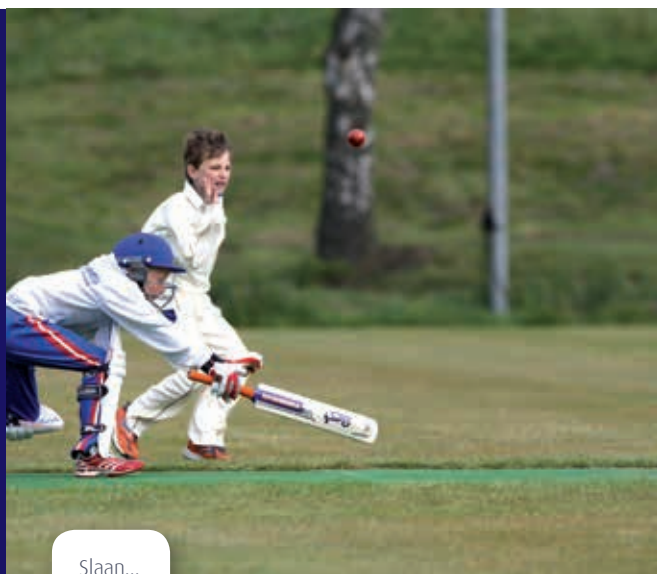
Boot, E Verkregen op 7 januari 2014: www.speelgedrag.nl

Theoriën motorische ontwikkeling, Verkregen op 7 januari 2014: <http://www.ukessays.com/essays/teaching/theorieen-motorische-ontwikkeling>.

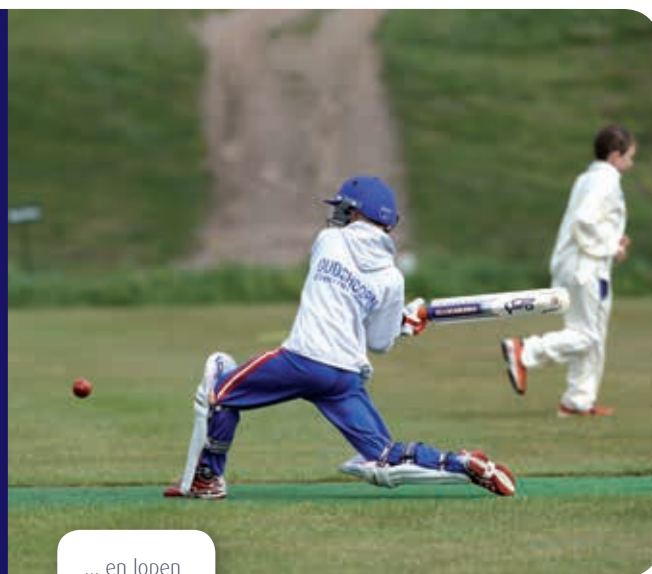
Cricket op RSG

Ook al heb je als docent LO geen of weinig verstand van cricket, met een beetje goede wil kun je in een paar jaar leuk meedoen op schoolniveau. In dit artikel een drietal lessen om je klas goed voor te bereiden op de regionale voorrondes. Verder is in dit artikel beschreven hoe de Regionale Scholengemeenschap uit Epe zich voorbereidt. Als Nationaal scholenkampioen (tweetalig, klassen 2) van het afgelopen jaar doen we namelijk nog meer dan alleen maar ballen gooien en slaan.

Door: Bas van Beek



Slaan...



... en lopen

Belangrijk

Als je gaat trainen met een klas, dan zijn drie dingen belangrijk om iedere les te doen. Namelijk gooien/vangen, slaan en spel/tactiek.

Samenwerking met club

Onze school staat in Epe, een klein dorp waar geen cricketclub is gevestigd. Dichtstbijzijnde cricketclub is in Deventer (Salland cc). Met deze club hebben we een goede samenwerking. Toch is het nog niet zo geweest dat de RSG leerlingen op cricket 'zitten'. Wij bieden cricket aan op onze school voor leerlingen uit onze tweetalige stroom. De tweede klas doet mee met de Cricket Challenge. Een mooie kans om de schoolvariant van cricket vanaf niets op te

bouwen. Bij ons op school blijken meisjes het vooral goed te spelen en leerlingen die op hockey zitten.

Voorbereiding

Zoals je hebt kunnen zien in de lesvoorbereidingen beginnen we in de zaal. Voor onze regio is de voorronde op 15 mei. Eind maart gaan we starten. We doen dan drie keer een blokkur (afgewisseld met andere LO onderdelen). In onze situatie

beschikken we wel over een sporthal en gedurende de cricketlessen over twee docenten. We beseffen dat dit een luxe situatie is. Maar de lessen, zoals beschreven in de drie lesvoorbereidingen, kunnen ook gedaan worden door één docent en in een 'gewone' gymzaal.

Tweetalige stroom themadag

De sport cricket is in een groot aantal landen deel van de cultuur. Als RSG vinden

	Vakken die 'meedoen'	Titel/ thema van de opdracht	Eindproduct
Groep 1	Biologie en LO	Cricket versus honkbal	Presentatie
Groep 2	English native en Frans	Verklaring van het spel	Toneelstuk
Groep 3	Geschiedenis en aardrijkskunde	Cricket als mondiale sport.	Presentatie

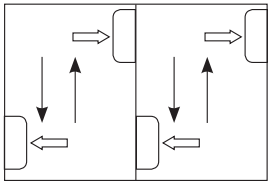
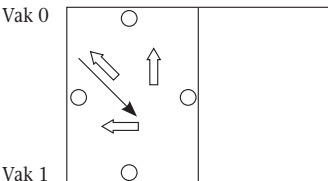
Figuur 1

in Epe

Lesvoorbereiding les 1

Les 1	Organisatie	Didaktiek
Inleiding les 1: <i>Balbehandeling individueel</i> <i>Balbehandeling 2 tal/ meer tal</i> <i>Bal verwerken op wicket</i>	- Alle leerlingen een bal - Lege plek in de zaal - Groepen maken (net zoveel als je wickets hebt) - Zie boven	- Tikken op de handen/vuisten - Stuiten vangen goede/zwakke hand - Hoog gooien - Wedstrijd op tijd/punten - Overgooien bovenhands/onderhands - Overgooien met/zonder stuit - Rollende bal oppakken en zo snel mogelijk op wicket gooien
Kern 1: <i>Aangooien en slaan</i> (Double V grip (fig 1.))	Maximaal zes groepjes (veiligheid) Slagman, aangooier, coach en ballenraper	- Onderhands aangooien met stuit - Zie tekening of film you tube (straight drive/off drive/on drive) - Tip: Bat rechtop houden, Voorste arm gebogen houden, hoofd rechtop/stil, ogen op de bal - Tip filmen van zijkant met videodelay
Kern 2: <i>'Continues cricket'</i>	Zaal in twee delen verdelen (matten/kasten) 	- Bal onderhands aangooien met stuit - Raken is lopen naar pilon - Gelijk opnieuw aangooien als de bal verwerkt is, ook al is de loper nog niet terug - Wicket raken is 'uit' - Vangbal is uit - Doorgaan tot alle slagmensen zijn geweest - Punten van slagman twee optellen bij slagman 1 et cetera. - Als slagman slim spelen, niet 'rammen'

Lesvoorbereiding les 2

Les 2	Organisatie	Didaktiek
Inleiding: Vangen van een hoge bal	In viertallen (één wicket)	Wicketkeeper gooit bal hoog, de andere loopt in, vangt en gooit snel op het wicket
Kern 1: Slaan onder een hoek	 - Enkele pijl is aangooi - Dubbele pijl is de slag (bal tegen dikke mat).	- Eerst kort slaan recht naar voren met stuit - Slaan recht naar voren - Slaan naar links - Beweging gaat vaak beter als je 'openstapt'
Kern 2: Partij 'continues cricket' (met bonuspunten)	Vak 0 Vak 2  Vak 1 In vergelijking met les 1 ligt het veldje nu onder een hoek in de halve zaal	- Deze partij vorm is gelijk aan les 1 - Veldje ligt gedraaid in de halve zaal - Bal tegen de muur spelen in vak 0 levert geen pluspunt op - Bal tegen de muur in vak 1 spelen levert één bonuspunt per keer op - Vak 2 is 2 punten - Gevarieerd slaan levert punten op!!! - Veldpartij probeer te lezen waar de bal naartoe gaat

Contact:

b.vanbeek@rsgnov.nl

we het een mooie kans om de leerlingen uit onze tweetalige stroom ook kennis mee te laten maken. Dit doen we tijdens een cricket 'themadag'. De leerling uit 2At werken dan gedurende deze dag aan een speciale vakoverstijgende opdracht. Afgelopen jaar was er bij ons de keuze uit drie opdrachten: zie figuur 1 op pag. 26.

De leerlingen gaan in de ochtend en in de middag aan de slag met de opdrachten.

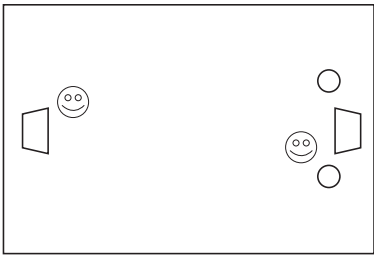
Van ieder thema is er steeds minimaal één docent aanwezig om te assisteren. Tussen de middag gaan de leerlingen anderhalf uur aan de slag in de gymzaal. Doel van deze sessie is de leerlingen startklaar te maken om cricket vaardigheden aan hun ouders aan te leren.

Ouders betrekken

's Avonds komen de leerlingen weer met hun ouders op school. De leerlingen

presenteren eerst hun eindproducten aan hun ouders (groep 1 en 3 presentatie en groep 2 een toneelstuk). Als dit allemaal klaar is gaan de ouders naar het sportveld. De leerlingen verzorgen daar samen met de docent LO een clinic cricket. De ouders komen in circuitvorm in aanraking met slaan, gooien/vangen en een simpele partijvorm. Als 'grote finale' spelen de ouders een grote partij cricket tegen de leerlingen.

Lesvoorbereiding les 3

Les 3	Organisatie	Didaktiek
Inleiding: Gooien/vangen/slaan	In groepjes van 4 Gooien/vangen in 2 2tallen Aangooien/slaan in 4-tal, iedereen heeft taak	Benadrukken dat dit ook een mooie warming-up is voor op de wedstrijddag
Kern: Partij in de zaal (heel) of buiten <i>Let op:</i> <i>Heb je als docent geen vertrouwen dat je de regels snapt van de partij dan doe je in les 3 basis dingen (gooien/vangen/slaan/partij). Uitleg van de partij doet de kncb ook op de regio-wedstrijd</i>		Slagmensen slaan in 'paren' Ze krijgen ieder 4 ballen aangegooit Aangooi is onderhands met stuit Wicket raken is 5 punten voor de veldpartij Vangbal en wicket raken is slagman: 'uit' Aangooi buiten de kegels is -2 voor de veldpartij. Iedere keer lopen is 1 punt voor de slagpartij. Iedereen doet alles (wicketkeeper, aangooier Voor de regels: zie site europees platform/knbc.nl
Afsluiting: Kiezen van de 10 leerlingen voor regio toernooi		Keuze op basis van niveau van cricket of niveau van Engels praten

Beoordelingskader cricket klas 2

Vaardigheden	Cijfer lager dan 5	5,5 tot 6,5
Gooien (pass)	Gooit de waarbij richting en snelheid vaak niet goed zijn.	Gooit de bal waarbij richting goed is, maar de snelheid niet altijd.
<i>X voor behaalde niveau</i>		
Gooien onderhands (bowlen)	Gooit de bal zonder stuit en raakt heel zelden het wicket.	Bal stuit altijd en is in de buurt van het wicket. Af en toe wordt het wicket geraakt.
<i>X voor behaalde niveau</i>		
Bal verwerken (vangen/velden)	Laat ballen vaak passeren door de lucht/over de grond.	Laat ballen zelden passeren. Vangt de bal niet altijd.
<i>X voor behaalde niveau</i>		
Slaan (batten)	Slaat op softbal manier, raakt weinig ballen. Grip 'double V' is niet goed	De grip V2 is goed, de slagbeweging is goed, maar slaat soms mis.
<i>X voor behaalde niveau</i>		
Partij	Kent de regels niet en snapt het spel nauwelijks.	Kent de regels en weet wat te doen bij de verschillende posities (slag/veld).
<i>X voor behaalde niveau</i>		
Inzet	Is niet gemotiveerd en straalt geen interesse uit	Motivatie is zichtbaar en blijft doorgaan met oefenen
<i>X voor behaalde niveau</i>		

Onze ervaring is dat als je deze thema dag vlak voor het regio-toernooi of finale dag plakt het zorgt voor een maximale betrokkenheid van alle partijen (ouders, leerlingen, rest van de school). Ook is het een mooie kans voor de krant om een stukje over cricket op jouw school te schrijven.

Trainen op expertise met film

De beide keren dat we ons als school

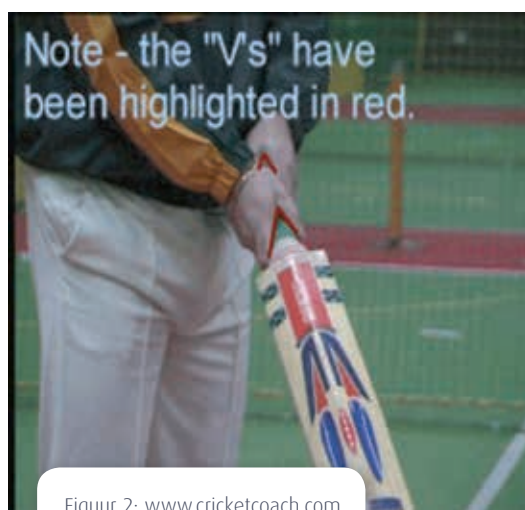
plaatsten voor de landelijke finale hebben we nog een extra keer getraind. De laatste keer hebben we het accent gelegd op het bovenhands aangooien. Dit is een complexe beweging en vereist nog wel wat extra oefening. Tijdens deze training werden we ondersteund door de cricket-club. Gewoon omdat het handig is om wat extra expertise te hebben. Onze leerlingen vonden het vooral fijn dat we tijdens deze training ook gebruik maakten van film.

Het middels een vertraging terugzien van het bewegingsverloop van de (al dan niet) gestrekte arm werkte heel goed. ■

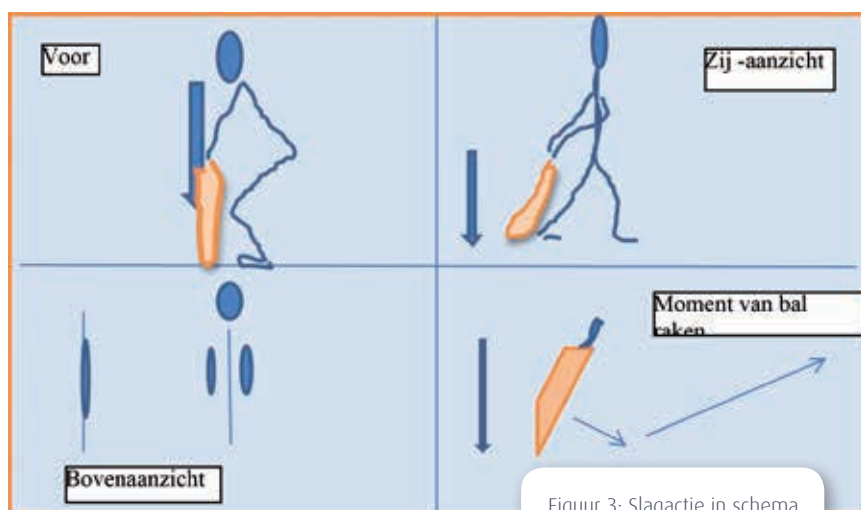
Voor vragen of een uitwerking van de opdrachten van de themadag kun je mailen naar:

b.vanbeek@rsgnov.nl (drs. Bas van Beek, RSG N.O. Veluwe)

Foto's: Anita Riemersma



Figuur 2: www.cricketcoach.com



Figuur 3: Slagactie in schema

7,0 tot 8	8,5 tot 10
Gooit de bal waarbij de richting en snelheid goed zijn. De bal is vangbaar.	Snelheid en richting zijn goed en de bal is vangbaar voor de borst. Worp is op maximale snelheid.
Bal raakt regelmatig het wicket.	Bal is op snelheid en raakt regelmatig het wicket.
Vangt regelmatig ballen en verwerkt ballen redelijk snel.	Vangt bijna alle ballen en verwerkt ballen heel snel.
De grip V2 is goed, de slagbeweging is goed, raakt veel ballen en slaat ze rechtdoor (laag)	Alles van cijfer 7-8 is goed. En is in staat om ballen gevarieerd (richting) te slaan.
Kent de regels en weet wat/waar te doen en voert dit uit onder tijdsdruk.	Kan alles van cijfer 7-8. Stuurt anderen aan in het veld (positief!).
Motivatie is zichtbaar, blijft oefenen. Doet ook minder leuke taken als het wordt gevraagd (ballen halen).	Laat alles van cijfer 7-8 zien. Doet ongevraagd klusjes (ballen halen, spullen opruimen enz.).

Zwemgymlessen brengen meer

De insteek van het schoolzwemmen in de gemeente Haarlem is sinds september 2012 veranderd. Niet alleen in de benaming, maar ook in de uitvoering. De zwemgymlessen brengen veel meer dan de wekelijkse beweging in het water, namelijk sociale, fysieke en mentale ontwikkeling.

Door: Maria van der Valk



De wethouders doen vrolijk mee



Maria

FOTOS: MARIA VAN DER VALK

Garantie tot 2016

De zwemgymlessen staan nog niet onder druk. Tot en met mei 2016 is door de gemeenteraad besloten dat er gegarandeerd geld is. Bij de aftrap van dit project waren ook twee wethouders aanwezig. Jack van den Hoek van sport en Jan Nieuwenburg van onderwijs. Dat geeft wel aan hoe belangrijk het schoolzwemmen in nieuwe vorm gevonden wordt in Haarlem.

Combinatiefunctionaris

Ik ben combinatiefunctionaris bij SRO. In Haarlem coördineer ik de zwemgymlessen. Ik ben een spin in het web en onderhoud

vele contacten met de ambtenaren van de gemeente en de besturen van de scholen. Voor de lessen in beide zwembaden maak ik een jaarplanning. In samenspraak met de bedrijfsleiders van het Boerhaavebad en De Planeet delen we daar de zwemonderwijzers bij in.

Minimaal zwemdiploma A

De leerlingen die meedoen aan de zwemgymlessen dienen minimaal in het bezit te zijn van zwemdiploma A. Anders dan bij het 'oude' schoolzwemmen wordt les gegeven aan kinderen uit groep 6 of 7. Normaal kwamen de kinderen die meededen aan

het schoolzwemmen uit groep 3 of 4. Die moesten soms alles nog leren. Anderen hadden al het complete zwemABC doorlopen. De kinderen die nu meedoen zijn al wat ouder en dus ook wat krachtiger. Ondanks het feit dat ze al een zwemdiploma hebben is het in het begin toch even aftasten. Het kan best wel vermoeiend zijn namelijk.

Grote diversiteit

Het aanbod in de lessen is heel divers. Van waterpolo tot reddend zwemmen. Van wedstrijdzwemmen tot een spelletje. En soms gaat het nog verder. Dan passen we



FOTO: REMCO VAN DER KRUIS

Omslaan en dan...



bijvoorbeeld ook de lessen aan bij de tijd van het jaar. Net voor de wintermaanden hebben we bijvoorbeeld wakzwemmen. Met zeilen op het water bootsen we het ijs na. Ergens bevindt zich een gat waar de kinderen in kunnen vallen. En dan is het zaak om naar het lichtere plekje onder het zeil te zoeken. Uiteraard is ook aan de veiligheid gedacht. Van de plaatselijke duikvereniging helpen leden maar al te graag mee.

Modulair aanbod

De lessen duren over het algemeen 45 minuten. Alle lessen worden in drie modules aangeboden. Per onderwerp. Soms doet een school bijvoorbeeld de eerste module waar wedstrijdzwemmen in zit wel mee, en de tweede niet. Of andersom. Maar we hebben natuurlijk liever dat ze het hele schooljaar meedoen. De keuze is aan de school. Dat maakt het flexibel en makkelijker inpasbaar voor de basisscholen.

Bemoedigende resultaten

De effecten en resultaten van de zwemgymlessen zijn bemoedigend. Inmiddels is het tweede jaar al voor de helft om en kan ik een beeld vormen. We hebben ingestoken op kinderen die al hun zwemdiploma A hebben, maar we zijn ook flexibel. Als er groepjes kinderen zijn die hun B- of C-diploma willen halen en het is ook de wens van de schooldocent, dan geven we daar gehoor aan. Een ander bijkomend voordeel is dat de leerlingen op een andere

manier leren samenwerken. Soms moeten ze elkaar helpen bij een opdracht. Dan zie je een heel andere hiërarchie ontstaan binnen de groep. Zwemvaardigheden zijn natuurlijk wezenlijk anders dan een potje voetbal bijvoorbeeld.

Ouders zelf verantwoordelijk

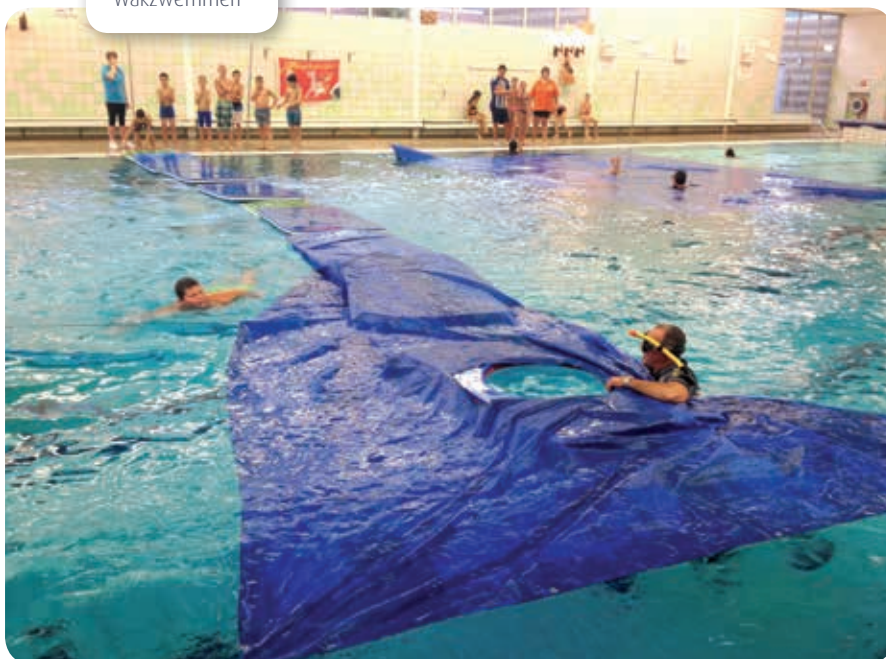
De basisgedachte achter de zwemgymlessen is dat ouders er zelf voor verantwoordelijk zijn dat hun kind een zwemdiploma haalt. Om welke reden dan ook hebben niet alle leerlingen een zwemdiploma. Deze leerlin-

gen krijgen les in diploma zwemmen. Als ze hun A-diploma eenmaal hebben sluiten ze gewoon aan bij de zwemgymlessen. Het beleid binnen de gemeente Haarlem is dat kinderen de basisschool verlaten met minimaal een zwemdiploma A. Hoewel we vinden dat de ouders daar zelf verantwoordelijk voor zijn, hebben we op deze manier een oplossing: het vangnet.

Vangnet

En dat vangnet geldt voor drie groepen. Uiteraard voor de kinderen van groep >>

Wakzwemmen



Contact:

mvdvalk@sro.nl

8 die nog geen zwemdiploma A hebben. Daarnaast willen we de groep bereiken die komend jaar naar ons toe komt en nog geen zwemdiploma heeft. Tot slot is niet iedereen even snel, dus de wat tragere leerlingen kunnen ook nog instromen tot ze het zwemdiploma halen. De naam vangnet spreekt voor zich: je wordt opgevangen voor je eigen veiligheid. Deze lessen vinden op speciale momenten plaats. Ieder kind uit groep 8 kan hieraan meedoen. Binnen SRO heb ik de taak dit af te stemmen met de betrokken partijen.

Geen kind zonder zwemdiploma van school

Het gevolg van het vangnet is dat geen kind van de basisschool gaat zonder een zwemdiploma-A. Maria: Ik zie dat heel veel kinderen zich opgeven. Deze zijn al wat ouder natuurlijk, daardoor sterker en motorisch vaardiger. Het halen van het gewilde papiertje gaat veel sneller. De combinatiefunctionaris is niet bang dat alle ouders wachten tot hun kind bijna naar het voorgezet onderwijs gaat. Als

dat de trend wordt, moeten we in overleg met de scholen. We blijven benadrukken dat de verantwoording van het zwemdiploma primair bij de ouders ligt. Die worden door de scholen benaderd, want dat mogen wij niet doen vanwege privacyregels.

De helft doet mee

Net als met het oude schoolzwemmen doen ook nu niet alle scholen mee met de zwemgymlessen. Hoewel de lessen ook modulair te volgen zijn, blijven scholen koudwaterrees houden. Ik vind het jammer dat tot op heden ongeveer de helft mee doet. Sommige scholen vinden het te veel onderwijstijd kosten of hebben een gymzaal vlak bij of aan school. Die maken bewust de keuze om niet mee te doen. Daarmee ontnemen ze de kinderen een unieke gelegenheid wekelijks in het zwembad te komen.

Kostenbesparing

Los van de tijd die het kost, zijn de keiharde euro's ook altijd een overweging met schoolzwemmen te stoppen. Zeker in deze

tijd van bezuinigingen. Omdat de kinderen die meedoen aan de zwemgymlessen al wat ouder zijn is er minder busvervoer nodig. Soms lopen de kinderen naar het zwembad of komen ze gezamenlijk op de fiets. Maar het levert een flinke besparing op vanuit het budget gerekend.

Zwemgymlessen brengen meer

Oud-bondscoach zwemmen Jacco Verhaeren maakt zich al jaren zorgen over de voortgang van het zwemmen na het behalen van het zwemdiploma. De ervaring leert dat kinderen met een zwemdiploma over het algemeen niet al te vaak meer naar het zwembad gaan als daar geen vervolg plaatsvindt. Door zwemgymlessen krijgt het zwemmen voor leerlingen een vervolg na het zwemdiploma en worden zwemactiviteiten hopelijk een onderdeel van hun levensstijl. ◀

Waterpolo



Laat kinderen ervaren hoe leuk zwemmen is!

Als vakleerkracht of buurtsportcoach ben je altijd op zoek naar nieuwe sport- en spelvormen. Afwisseling is voor kinderen belangrijk. Zo ontdekken ze welke sport het beste bij hen past. Heb je weleens aan een zwemactiviteit via de KNZB gedacht? De Koninklijke Nederlandse Zwembond (KNZB) heeft verschillende mogelijkheden om kinderen op een leuke manier kennis te laten maken met de zwemsport. Misschien een idee om eens op jouw school of in je gemeente op te pakken.

Door: Ellen Julius

Veel kinderen hebben na zwemles geen beeld van zwemmen als sport. Schoolzwemmen vindt in steeds minder gemeenten plaats. Kinderen komen daardoor nauwelijks in aanraking met de zwemsport. Na het behalen van het zwemdiploma kiezen ze al snel sporten als basketbal, hockey, tennis, voetbal of turnen. En dat terwijl de verschillende zwemsporten toch leuk, spannend, gezond en niet blessuregevoelig zijn. Wedstrijdzwemmen is een sport voor mensen die individuele prestaties belangrijk vinden, terwijl waterpolo een echte teamsport is. Voor dans- en muziekliefhebbers is juist synchroonzwemmen leuk. En voor turnliefhebbers kan schoonspringen een prachtige sport zijn.

Al 125 jaar zet de KNZB zich samen met verenigingen in om mensen te stimuleren te bewegen en te kiezen voor de zwemsport. Een jubileum waar we trots op zijn. Met onze kennis en expertise helpen we (toekomstig) sporters en organisaties in de zwembranche het beste uit zichzelf te halen, jong en oud, zowel op recreatief als op wedstrijdniveau en in heel Nederland. We hebben veel producten en diensten beschikbaar voor verenigingen, zwembaden en gemeenten om kinderen op een leuke manier kennis te laten maken met de zwemsport.

Welke zwemactiviteiten kun je zoal opnemen in het sportprogramma op school of in je gemeente? Je kunt bijvoorbeeld een

schoolzwemkampioenschap organiseren en verschillende scholen tegen elkaar laten strijden. Of een Swimstar evenement opzetten, waarbij kinderen in vier lessen kennismaken met de verschillende zwemsporten, tijdens of na schooltijd. Kinderen sparen dan stickers om een echte Swim-STAR te worden. Wil je ook de ouders van de kinderen erbij betrekken, organiseer dan de Zwem4daagse waar jong en oud samen baantjes kunnen zwemmen.

Wil je meer weten over de mogelijkheden die de KNZB biedt? Neem dan contact op met Cécile Veldman, 030 751 3217 ■

Ellen Julius is communicatiemedewerker bij de KNZB

FOTOS ARCHIEF KNZB



Contact:

cecile.veldman@knzb.nl

Een kijkje in de gymzaal van....

Eric Swinkels

In de rubriek 'Een kijkje in de gymzaal van...' komt een collega aan het woord die vertelt over zijn praktijk in de gymzaal. Wat is de visie van de docent en hoe werkt het uit in de praktijk, wat zijn drijfveren en idealen? Eric Swinkels is in zijn praktijk onder andere bezig met het ontwikkelen van BSM en LO2. Daarin heeft hij ervaring opgedaan met het onderzoek doen door leerlingen. Dit leidt tot interessante tips.

Door: Eric Swinkels



Eind januari gaf ik 23 jaar les op Twickel College in Hengelo. Na mijn opleiding in Groningen en als sportinstructeur in militaire dienst ben ik op mijn oude middelbare school gaan werken. De eerste jaren was ik vooral bezig allerlei activiteiten voor en met leerlingen te organiseren. Van de triatlonclub, tot volleybalclubje en frisbeeën. Al vrij snel ben ik zes jaar sectievoorzitter geweest. De laatste vijftien jaar heb ik me, mede door mijn werk bij SLO, meer verdiept in het ontwikkelen van het examenprogramma BSM, freesport, onderzoeken (KWALO, Gym's'cool, Freesport, implementatie basisdocument) en projecten in samenwerking met andere vakken (DOiT), met de gemeente Hengelo (combinatiefunctie Sport), met FBK-games en atletiekvereniging MPM (FBK-school-atletiek) en niet te vergeten de aanvraag Sportactieve School bij de KVLO.

Fundament

Eind jaren negentig veranderde veel in het onderwijs. De invoering van de basisvorming werd door de sectie LO aangegrepen om in de nieuwe scholengemeenschap Twickel van vijf locaties het vak LO vast te leggen in een vakwerkplan zodat de doorstroming van locaties beter was afgestemd. Veelvuldig schoolbreed overleg resulteerde in een gedegen vakwerkplan van een sportieve en actieve scholengemeenschap. Dat fundament staat nog steeds, maar inmiddels ook weer uitgebreid. Sinds 2009 zijn we gecertificeerd als Sportactieve school.

Examenvak LO2

Op dat fundament konden we in 1999 de nieuwe tweede fase vorm geven. Op

de bovenbouwlocatie, het oude Twickelcollege, mocht ik het examenvak LO2 invoeren. Uiteraard werd ook het LO1 programma ambitieus opgebouwd met in eerste instantie veel keuzemogelijkheden voor leerlingen. Gaandeweg de jaren hebben we meer de nadruk op het klassenverband gelegd, waardoor leerlingen beter gemotiveerd bleven het vak LO1 voldoende af te sluiten. De start van LO2 verliep in aanloop stroef met maar weinig belangstelling: met maar zes leerlingen was het een sprong in het diepe. Na zes jaar was dat aantal gegroeid naar 96 leerlingen die tegelijk LO2 volgden op Twickelcollege. Geholpen door het LO2 netwerk in Noordoost Nederland onder leiding van Berend Brouwer, werd de basis gelegd voor een nieuwe uitdaging. Na drie jaar werd ik gevraagd om een dag gedetacheerd bij SLO te werken om scholen te ondersteunen bij het opzetten van LO2 en om voorbeeldmateriaal te ontwikkelen. Tot die tijd was ik eigenlijk niet goed bewust dat er in mij een ontwikkelaar schuilde. Ik deed wat leuk vond en werkte dat op mijn manier uit. Altijd ben ik wel nieuwsgierig geweest om me verder te ontwikkelen. Die nieuwsgierigheid heb ik nog steeds. Is er een mogelijkheid om trailbikes te lenen? Prima dan komt een paar weken freerolling aan bod. Met inline skates, waveboards en trikke worden leerlingen van klas 1 tot en klas 6 uitgedaagd te balanceren op smalle en dikke bandjes.

Basisdocument

Een stroomversnelling kreeg mijn werk bij SLO tussen 2005 en 2007. Bij de ontwikkeling van het basisdocument¹ werd ik steeds meer betrokken en daar hebben we een fundament voor de toekomst gelegd. Mijn praktijkervaringen kon ik koppelen met nieuwe inzichten van andere ontwikkelaars. Door de thema's en activiteiten te faseren en te beschrijven in deelnameniveaus werd mijn blik verruimd. Ik kreeg meer grip hoe leerlingen in mijn lessen deelnamen en hoe ik dat beter kon duiden dan daarvoor. Vanuit de ALO in Groningen waren mijn lessen erg gericht op het leren verbeteren van bewegen. De goede bewegers uitdagen is heerlijk en tegelijk zorg hebben voor de zwakkere bewegers blijft een uitdaging.

De tweede fase werd herzien, LO2 werd Bewegen Sport en Maatschappij, LO2



Frisbee

vmbo was al gestart, het Basisdocument bewegingsonderwijs onderbouw VO verscheen. Mijn werk bij SLO besloeg drie dagen met nog twee dagen op school. Het ontwikkelen van BSM op Twickel College resulteerde in 2008 in het publiceren van de 'Reader BSM', waarin het gehele programma BSM werd beschreven. Geen methode, maar wel een schoolvoorbeeld waarin alle theoretische en praktische opdrachten waren uitgewerkt. In 2009 heb ik de Reader BSM herschreven omdat we de toetsvoorbeelden hadden uitgewerkt.

Onderzoek

De onderzoeksopdracht voor vwo was in de eerste jaren dat ik LO2 aanbood een hele zoektocht. Wat en hoe had ik in de opleiding leren onderzoeken. Ik kwam erachter dat dit te weinig handvatten bood om mijn leerlingen te begeleiden. Die zoektocht heeft na ruim tien jaar geleid tot het project Onderzoek in zes stappen². Op school werd de wens duidelijk dat een poster: leren onderzoeken leerlingen zou helpen bij het

maken van hun profielwerkstuk (PWS). Bij SLO werd gevraagd een bijdrage te leveren in het project aansluiting voortgezet onderwijs- hoger onderwijs. Als concrete bijdrage zijn de posters ontwikkeld met behulp van een website. Het bijzondere is dat deze posters digitaal gevuld zijn met de applicatie Layar, waarmee leerlingen met hun smartphone of iPad de posters kunnen scannen en de werkprocessen van iedere stappen kunnen gebruiken als leidraad bij die stap of als ijkpunten achteraf. Voor docenten die hun BSM-leerlingen willen begeleiden bij het doen van onderzoek heb ik een aantal tips. (Zie bijlage tips voor het begeleiden van onderzoek bij BSM).

BSM

Bij SLO is mijn werk uitgegroeid naar het coördineren van zowel de BSM als LO2 (vmbo) netwerken. Sinds 2013 heeft de KVLO gevraagd de beide landelijke studiedagen voor BSM en LO2 ook door SLO te laten verzorgen. Dus naast het coördineren van de BSM- en LO2 netwerken kwam deze

Contact:

e.swinkels@slo.nl

organisatietaak erbij. De afgelopen jaren hebben we voor en in samenwerking met het werkveld goede praktische publicaties gemaakt: zowel voor BSM als voor LO2 toetsvoorbeelden om docenten te helpen bij het bepalen van de gewenste kwaliteit van de lessen BSM en LO2. Dvd's met good practices LO2, BSM toetsvoorbeelden in beeld. Ook voor LO zijn de dvd's freerunning en freebiking op school gebruikt en beelden opgenomen.

Freesport

Door het freesport-project met Ger van Mossel heb ik me met mijn leerlingen verdiept in freesport. Ik weet nog dat ik de leerlingen van havo 3 en de BSM-leerlingen in vwo 4 de opdracht gaf: kijk naar dit filmpje, dit is freerunning. Zoek in de berging het materiaal waarmee jullie hindernissen opbouwen. De opdracht is dat je minimaal drie hindernissen achter elkaar moet nemen op je eigen wijze. Letterlijk en figuurlijk vloog alles alle kanten op: leerlingen waren heel actief, maar ook een aantal

niet. De oude hindernisbaan kwam weer terug, maar ook nieuwe manieren. Van die eerste lessen heb ik nog filmpjes gewaard. Het tweede jaar zat al meer structuur in en heb ik een filmpje op *YouTube* gezet. Maarten Vijfhuizen meldde zich bij SLO en samen met Ger van Mossel als projectleider Freesport zijn we gaan broeden op freesport als concept. Wat ik heerlijk aan mijn werk vind is dat ik het ontwikkelwerk op papier en in gedachten kan vertalen naar de praktijk en andersom. Het vastleggen en gebruiken van beelden is parallel daaraan gegroeid. Nu heb ik wekelijks mijn laptop of iPad in de zaal op leerlingen instructie en feedback te (laten) geven. In november hebben op een dag filmbeelden opgenomen van freerunning, freerolling en discgolf. Niet alleen freesporten in de zaal, maar juist ook de vertaling naar buiten. Daar waar de bewegingscultuur ontstaat en die we vertalen naar een veilige en attractieve situatie in de zaal. Op *freesport.slo.nl* zijn de beelden te zien. Daar ben ik wel trots op hoe eigenlijk bijna alle leerlingen

die activiteiten leuk en uitdagend vinden. Voor dat leerlingen op hun eigen wijze bewegingssituaties en –problemen aanpakken en verwerken geeft mij voldoening.

Halverwege

Als ik terugkijk op 23 jaar lesgeven op Twickel College, dan ben ik altijd op zoek geweest naar vormen van bewegen die leerlingen aantrekkelijk vinden. Altijd wel om ze iets te leren, plezier te laten beleven of leerlingen plezier in bewegen te laten ontdekken. Als ik dat nog een hele tijd mag doen in een gerenoveerde sporthal met moderne inrichting, dan blijf ik nog lang gemotiveerd leuke leerzame gymlessen geven. ◀

Noten:

- 1 Brouwer, B., et al. (2012). Basisdocument bewegingsonderwijs onderbouw voortgezet onderwijs. 2e druk. Zeist: Jan Luiting Fonds.
- 2 www.onderzoekinzestappen.slo.nl

Foto's Anita Riemersma en Hans Dijkhoff



→ BASISDOCUMENT BEWEGINGSONDERWIJS VOOR DE ONDERBOUW VAN HET VOORTGEZET ONDERWIJS



Welke kwaliteit streven we als vakwereld na binnen bewegingsonderwijs – of zoals het vanaf nu heet 'bewegen en sport' – in de onderbouw van het voortgezet onderwijs? Een actuele vraag nu de regelgeving voor die onderbouw meer ruimte aan de scholen laat en er een toenemende samenwerking met buitenschoolse partners aan het ontstaan is. Altijd wordt aan de vaksectie bewegingsonderwijs gevraagd kwaliteit te leveren. In dit Basisdocument bewegingsonderwijs wordt stapsgewijs een antwoord gegeven op die vraag naar kwaliteit.

Eerst biedt dit Basisdocument een visie op doel en functie van het bewegingsonderwijs in de onderbouw van het voortgezet onderwijs. Het gaat erom leerlingen beter bekwaam te maken voor deelname aan een in toenemende mate complexe en gedifferentieerde bewegingscultuur.

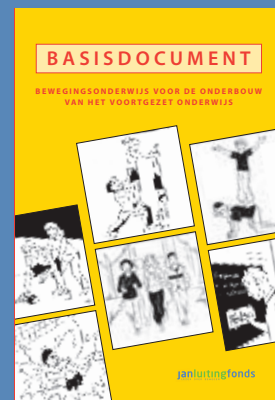
Vervolgens worden 22 leer- of ontwikkellijnen beschreven. In elk daarvan staat een cluster activiteiten met een overeenkomstige (bewegings)uitdaging centraal. Ook is van alle leerlijnen een voorbeeld gegeven van kernactiviteiten die op groepsniveau voor die leerlijn aan het eind van klas 1 en aan het eind van klas 3 haalbaar zouden moeten zijn.

Ten slotte wordt van elke kernactiviteit op vier verschillende niveaus de wijze waarop leerlingen daaraan deel kunnen nemen omschreven.

€52,50 incl. btw

ISBN: 978-90-72335-57-9

Te bestellen via www.janluitingfonds.nl



janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN

→ In samenwerking met Arko Sports Media



Vrijwilligers gezocht!

Het Epilepsiefonds organiseert speciale reizen voor mensen met epilepsie die niet zonder begeleiding met vakantie kunnen. Hiervoor zoeken wij enthousiaste vrijwilligers. Wil jij mensen met epilepsie een onvergetelijke vakantieweek bezorgen? Op www.epilepsie.nl/vakantie vind je meer informatie en kun je je aanmelden.

 **Epilepsiefonds**
De Macht van het Kleine



TRENOMAT SCHEIDINGSWANDEN



De jongste generatie zaalscheidingen
Trenomat Acoustic®

- Geluidsreductie en geluidsabsorptie in alle zaaldelen door akoestisch wandmateriaal!
- Ook voor renovatie en verbeteren van de akoestiek in bestaande accommodaties!


TRENOMAT
DE GRAAF EN VAN STIJN BV

De Graaf en van Stijn BV
Postbus 32
2420 AA Nieuwkoop
Tel: (0172) 57 97 20
Fax: (0172) 57 26 70
www.trenomat.nl
info@trenomat.nl

Al 40 jaar gespecialiseerd in nieuwbouw & onderhoud

Onderzoek bij BSM, een verrijking

Welke plaats neemt het doen van onderzoek in het examenvak Bewegen Sport en Maatschappij (BSM) in? Welke eisen stel je aan de onderzoeksopdracht? Hoe leer je onderzoek doen? In dit artikel gaat het over de onderzoeksopdracht in het vwo-programma van BSM, over de parallellen met het profielwerkstuk op Twickel College en over hoe het doen van onderzoek (ook) binnen het BSM-programma een verrijking is.

Door: Eric Swinkels

De onderzoeksopdracht bij BSM is in 2000 in het examenprogramma voor vwo gekomen (destijds nog onder de naam LO2) om het onderscheid met het havo-programma te benadrukken. In de voorlichtingsbrochure (SLO, 2000) werd de onderzoeksopdracht met 30% weging en 40 studielasturen gewaardeerd. Vanaf 2007 zijn de eindtermen globaler beschreven. De aanpassing van de tweede fase in 2007 had te maken met de organiseerbaarheid voor scholen en het beleid van OCW om meer ruimte voor keuzes van scholen te realiseren. Vrijwel alle scholen hebben echter de onderzoeksopdracht laten staan om de vwo-leerlingen voor te bereiden op een onderzoekende, wetenschappelijke houding. SLO adviseert de weging van 20% voor de onderzoeksopdracht als praktische opdracht. De verdeling in weging tussen het toetsen van theorie (kennis) en praktische opdrachten is op zowel havo als vwo 30% - 70%. Het advies heeft een informele status maar is gestoeld op de ervaring van scholen in BSM-netwerken. Bovendien zijn scholen geraadpleegd bij het ontwikkelen van toetsvoorbeelden voor BSM, waarbij de onderzoeksopdracht één van de uitgewerkte voorbeelden is.

Rubrics

In de publicatie *BSM toetsvoorbeelden* (SLO, 2010) is de onderzoeksopdracht opgenomen als één van de vier bijzondere praktische opdrachten (po's) bij BSM. Naast de po's *bewegen* zijn dat *leiding geven*, *organiseren* en het *trainingsprogramma*. In *BSM toetsvoorbeelden* zijn de beoordelingscriteria

van de onderzoeksopdracht beschreven in rubrics¹, waarbij onderscheid is gemaakt in drie delen: het proces, het verslag en de presentatie. Deze beoordelingscriteria bij BSM zijn gelijk aan de beoordelingscriteria die voor het profielwerkstuk (PWS) gelden. Ze zijn ontwikkeld door docentenontwikkelteam PWS op Twickel College in Hengelo in samenwerking met SLO. Omdat in 2007 nieuwe eisen werden gesteld aan de profielwerkstukken was er vanuit het bovenbouwteam de wens kwalitatief goede beoordelingscriteria ontwikkelen. Door deze criteria ook bij de beoordeling van de BSM-onderzoeksopdracht te hanteren kwam er meer samenhang in het onderwijs in onderzoeksvaardigheden op het Twickel College.

Onderzoeksopdracht en PWS op Twickel College

De beoordeling omvat het leerproces, de inhoud van het schriftelijk verslag en de presentatie. Het Twickel College heeft na een uitvoerige discussie besloten de verschillende onderdelen te wegen in een verhouding 20% - 60% - 20%. Die verhouding doet recht aan de gewenste inhoudelijke kwaliteit van het verslag, maar ook aan de manier waarop het onderzoeksproces is verlopen, uitgevoerd en afgesloten. Alle PWS-onderzoeken op het Twickel College worden afgesloten met presentaties tijdens een PWS-avond begin februari. Aan die avond is een wedstrijd gekoppeld, waar docenten de beste PWS'en kunnen nomineren. De genomineerden presenteren hun PWS in een andere vorm die het beste past bij het onderzoek. Een onafhankelijke jury van oud-winnaars, centrale directie, een externe expert en een ouder beoordelen de nominaties. Als apotheose krijgen de finalisten vier minuten de tijd om in een laatste overtuigende pitch hun onderzoek te presenteren. De winnaars en genomineerden doen mee aan landelijke wedstrijden zoals de Onderwijsprijs van de KNAW en de Carmel-award. In de loop van de jaren heeft de helft van de BSM-leerlingen op Twickel College hun onderzoeksopdracht als PWS uitgevoerd. De studielast wordt bij elkaar opgeteld: de leerlingen moeten 120 uur besteden aan hun onderzoek. Een aantal succesvolle voorbeelden daarvan is beschreven in de kaders.

Onderzoek in zes stappen

Op het Twickel College was er, zowel bij het PWS als bij BSM, behoefte aan een doorlopende leerlijn onderzoek doen en aan verbetering van de kwaliteit van de opdrachten. Hiervoor werd gebruikgemaakt van de zes stappen afkomstig van de Big 6. Deze stappen zijn helder vertaald (Schmidt, 2007). SLO heeft recentelijk in het project *Aansluiting vo-*

Onderzoek in zes stappen

www.onderzoekinzestappen.slo.nl



HO-posters ontwikkeld met als doel het doen van onderzoek te versterken. Deze posters zijn ook gebaseerd op de Big 6. Voor dat project is Twickel College dit schooljaar pilotschool. De posters hangen in lokalen zodat leerlingen van klas 1 tot en met klas 6 in aanraking komen met het model *Onderzoek in zes stappen*. De posters worden gebruikt bij het aanleren van onderzoeksvaardigheden, leidend tot het zelfstandig onderzoeken in het profielwerkstuk in 5 havo en 6 vwo.

Vijf posters

Naast een generieke poster zijn vier specifieke posters ontwikkeld: *bronnenonderzoek*, *proefondervindelijk onderzoek doen*, *modelleren* en *ontwerpen*.

pen. Op de generieke poster is zichtbaar dat leerlingen in de eerste stap kiezen voor één van de vier onderzoekstypen. Wat de posters bijzonder maakt, is dat ze met de applicatie Layar digitaal ondersteund worden. Leerlingen kunnen zo met een smartphone of tablet in de hand achterliggende informatie over de verschillende werkprocessen bekijken. De werkprocessen verschillen per onderzoekstype.

- Bij de poster bronnenonderzoek doen ligt de nadruk op de onderzoeksvraag, de betrouwbaarheid en bruikbaarheid van bronnen.
- Bij proefondervindelijk onderzoek doen komen daarbij hypothese, plan van aanpak, meetopstellingen, variabelen, gidsexperiment en het verzamelen van waarnemingen.
- Bij modelleren staan de modelleer-leervraag, modelschets, experimenteren (software), model maken, testen en wiskundig model centraal.
- Bij de poster ontwerpen zijn de specifieke aandachtspunten: productverkenning, doelgroep verkenning, programma van eisen, prototype, testen, bouwen en evalueren en het ontwerp.



Contact:

e.swinkels@slo.nl

Reflectie

Visueel zichtbaar op de posters is dat reflectie gedurende de zes stappen een centrale rol speelt. Het kritisch reflecteren is een belangrijke vaardigheid die de leerlingen in hun logboek bij kunnen houden. Op de posters is zichtbaar gemaakt dat reflecteren gedurende het hele proces van onderzoek een essentiële rol speelt. In vier begeleidingsgesprekken krijgt deze reflectie op het proces expliciet aandacht: bij het opstarten, een voortgangsgesprek aan het eind van de voorbereidende fase, een voortgangsgesprek aan het eind van de uitvoerende fase van het onderzoek en een afsluitend gesprek nadat het onderzoek is gepresenteerd en wordt afgesloten met een beoordeling.

Onderzoek in zes stappen

Naast de posters en de Layar-app is ook een website ingericht. Op de website www.onderzoek-kinzessappen.slo.nl kunnen leerlingen en docenten terecht voor verdieping in de skills, de vaardigheden die leerlingen nodig hebben om alle verschillende aspecten van het doen van onderzoek in de vingers te krijgen. Hier zijn bijvoorbeeld ook rubrics over samenwerken, reflecteren en presenteren te vinden.

Be Sports-Minded

Om de onderzoekende houding bij leerlingen te stimuleren wordt sinds 2012 op Twickel College de nieuwe methode voor BSM *Be Sports-Minded* (Edu'Actief, 2012) gebruikt. Met de kennis uit het boek gaan leerlingen aan de slag met verdiepende opdrachten die beschikbaar zijn op de website www.besportsminded.nl. Alle opdrachten van de methode zijn in ieder geval opgebouwd volgens dezelfde zes stappen als hier genoemd en opgebouwd in vier fasen. Bij de fasering in tijd tekent zich een leerlijn af van begin klas 4, eind klas 4, havo 5/ begin vwo 5 naar vwo 5/6. Inhoudelijk zijn de opdrachten gefaseerd met in fase 1 het accent op de leerling zelf, in fase 2 gericht op de ander, in fase 3 ligt de focus op de groep en opdrachten in fase 4 zijn meer beschouwend van aard en maatschappelijk gericht. Leren onderzoek doen wordt op deze manier opgebouwd en aangeleerd met voldoende variatie en diepgang om te differentiëren tussen havo en vwo.

Begeleiden van onderzoek

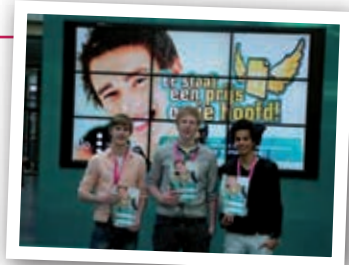
Hebben we als docenten LO geleerd onderzoek te doen en onderzoeken te begeleiden? Bij wetenschappelijk afgestudeerden is dat vanzelfsprekend het geval. Tegenwoordig wordt ook op lerarenopleidingen meer aandacht besteed aan het doen van onderzoek. Docenten BSM die daarin niet, of

minder geschoold zijn moeten zich op een andere wijze hierin bekwamen. Daarbij kunnen de tips en bronnen onderaan dit artikel ondersteunend zijn. In het vak BSM wordt eraan bijgedragen de onderzoekende houding van leerlingen te stimuleren en ze beter voor te bereiden op het hoger onderwijs. De onderzoeksopdracht heeft een vaste plaats verworven op veel scholen die BSM op vwo aanbieden. Voor de docenten op die scholen en voor hun leerlingen is onderzoek doen bij BSM zeker een verrijking.

Praktijkvoorbeelden onderzoeken

- Visualisatie
- De ideale hardloopschoen
- Documentaire als onderzoeksopdracht

Visualisatie. Drie jongens zijn verwonderd over de mogelijkheden van het gebruik van visualisatie bij het aanleren en verbeteren van bewegingen. In hun onderzoek gebruiken Pim, Omar en Remi het mikken van een frisbee bij het onderzoeken naar de effectiviteit van visualisatie. Zij overtuigen door een goede onderzoeksopzet, maar ook een goede theoretische onderbouwing en scherpe analyses. De onderzoeksopdracht wordt ook als PWS genomineerd voor het beste PWS van Twickel College. Ze doen ook mee aan de landelijke wedstrijd Profielmeesterstuk, komen net niet in de finale, maar zijn wel weer een ervaring rijker.



De ideale hardloopschoen. Drie meisjes willen onderzoeken wat de ideale hardloopschoen is. Imara, Mirel en Charlotte bedenken drie testen die in een gymzaal zijn uit te voeren. Het PWS gaat over het uitvoeren van een loopanalyse en het geven van advies voor hardloopschoenen. De hoofdvraag is: Hoe geef je een goed advies voor de aanschaf van hardloopschoenen? Niet alleen hebben ze uitgebreid bronnenonderzoek verricht, maar ze hebben ook informatie ingewonnen bij speciaalzaken voor hardloopschoenen. Bij een vierde klas BSM zijn praktijktesten uitgevoerd met een analyse van de voeten, het lopen en de eigen sportschoenen. Op basis van de vergaarde kennis heeft iedere leerling een persoonlijke analyse ontvangen met een advies voor het type loopschoen. Bovendien hebben ze ook nog feedback gevraagd op het advies. Welke leerling besluit daadwerkelijk andere schoenen te kopen en waarom? De drie meisjes zijn door hun onderzoek experts geworden in het analyseren van en adviseren over hardloopschoenen. Ook dit onderzoek werd als PWS genomineerd voor de wedstrijd op school. In de aula naast de stand kregen ouders en leerlingen loopschoenenadvies op basis van een voetafdruk en loopanalyse. Menig ouder deed de schoenen uit en kreeg persoonlijk advies. Dit onderzoek overtuigde van het begin tot het einde: van goede oriëntatie, helder vaststellen van de hoofd- en deelvragen, zoeken naar bruikbare en betrouwbare testen tot en met een helder geschreven, goed onderbouwd verslag en een overtuigende presentatie. Jammer dat ze net niet op konden tegen twee debaters die uiteindelijk de finale-pitch wonnen.





Documentaire als onderzoeksopdracht. Vorig jaar kregen leerlingen in 5 vwo voor het eerst de opdracht om de onderzoeksopdracht te verfilmen in de vorm van een documentaire. De eerste reactie was, 'dat kunnen we niet'. Onder de voorwaarden dat de groepen groter werden (3-5 personen), wekelijks één les in een multimedialokaal en een voorbeeld van een documentaire Sport & Economie, gingen de leerlingen aan de slag. Twee documentaires over Paralympische Spelen en over Sportblessures waren een succes. De leerlingen hebben veel geleerd bij aan het maken van de documentaire. Tegelijk vergde het maken van een documentaire specifieke vaardigheden.

Eric Swinkels is docent LO/BSM en coördinator profielwerkstukken op Twickel College in Hengelo en leerplanontwikkelaar bewegingsonderwijs en sport en coördinator BSM en LO2-netwerken bij SLO in Enschede. ◀

Bronnen

Anthoni, K., et al. (2010). *BSM toetsvoorbeelden*. Enschede: SLO.

Brouwer, B., Swinkels, E. (2007). *Handreiking BSM*. Enschede: SLO.

Bruning, L., Swinkels, E. (2013). *Posters onderzoek in zes stappen*. Enschede: SLO. Beschikbaar op www.onderzoeksinzesstappen.slo.nl

Elling, A., et al. (2011). *Jaarboek sport: beleid en onderzoek, editie 2010/2011*. Nieuwegein: Arko Sports Media i.s.m. W.J.H. Mulier Instituut.

Kaap, A. van der, Schmidt, V. (2007). *Naar een leerlijn informatievaardigheden*. Enschede: SLO.

Kamp, W. van de, et al. (2012). *Be Sports-Minded*. Meppel: Edu'Actief.

Massink, M et al. (2013). *LO2 toetsvoorbeelden van praktische opdrachten*. Enschede: SLO.

Storck, E. (2008). Rubrics voor het beoordelen van een profielwerkstuk met twee vakken op vwo-niveau. *Tijdschrift Kleio*, nummer 6, pag. 26-29.

Swinkels, E. (2009). *Reader BSM*. Enschede: SLO.

Tuyckom, C. van, Vos, S., Scheerder, J. (2011). *Met en weten over zweten*. Gent: Ef & Ef Media.

Noot

¹ Rubrics zijn beoordelingscriteria met helder beschreven gedrag van leerlingen vaak in vier niveaus.

Tips voor het begeleiden van onderzoek

Hoe begeleid je vwo'ers in het doen van (goed) onderzoek en hoe bereid je ze voor op hun vervolgstudies in het wetenschappelijk onderwijs?

- 1 **Good practices** onderzoek doen. Verzamel veel verschillende goede voorbeelden van onderzoeken en laat deze zien bij het opstarten van de onderzoeksopdracht. (De gebruikte voorbeelden in de kaders zijn beschikbaar bij de auteur.)
- 2 **Jaarboek Sport** (beleid en onderzoek) van het Mulier Instituut. Gebruik het als inspiratiebron tijdens de eerste stap: het oriënteren en vaststellen. Alle lopende en afgeronde onderzoeken op het gebied van sport en bewegen in Nederland worden kort beschreven op thema's die leerlingen aanspreken. Leerlingen krijgen daarmee toegang tot wetenschappelijke bronnen.
- 3 **Posters.** Gebruik de posters *Onderzoek in zes stappen* als leidraad voor de stappen in het onderzoek. Voor BSM lijkt de generieke poster het meest geschikt, uiteraard zijn ook bronnenonderzoek, proefondervindelijk onderzoek en ontwerpen relevant als je leerlingen dat type onderzoek laat uitvoeren.
- 4 **Studiewijzer.** Maak een heldere jaarplanning/studiewijzer met daarin in ieder geval de vier gesprekken.
- 5 **Computerlokaal.** Veel onderzoeksopdrachten in een grote klas? Een wekelijks theorie-uur is geen overbodige luxe om jezelf als begeleider tijd te gunnen de leerlingen goed te begeleiden. Plan de tijd in een computerlokaal zodat de leerlingen daar aan het werk kunnen, terwijl jij gesprekken voert met groepjes.
- 6 **Goed voorbereid is het halve werk.** Steek relatief veel tijd in de voorbereidende fase. Het goed oriënteren en afbakenen van het onderzoek en het vinden van bruikbare en betrouwbare bronnen is essentieel voor een goede start.
- 7 **Concept.** Plan een conceptversie ruim voor het inleveren van de definitieve versie. Het geven van feedback kost veel tijd maar het komt de kwaliteit van het onderzoek zeer ten goede.
- 8 **Beoordelingscriteria.** Laat de beoordelingscriteria al in een vroeg stadium zien, vooral die van het leerproces. Begin met een zelfanalyse van het eigen niveau. Laat anderen observeren of dit gedrag wordt vertoond. Coach de leerlingen in het geven van aanwijzingen over wat goed ging (top) en wat ze kunnen verbeteren (tip). Vraag aan het eind wat hun bereikte niveau is. Je beoordeling als docent ligt daar dicht bij, als het goed is. Leer ze te groeien van onbewust onbekwaam naar onbewust bekwaam.
- 9 **Vragen.** Laat leerlingen, ter voorbereiding op een gesprek met de begeleider(s), minimaal drie vragen formuleren die het voortgangsgesprek op gang helpen.
- 10 **Logboek.** Gedurende het hele proces van onderzoek doen, probeer je als begeleider leerlingen bewust te maken, te spiegelen of ze nog steeds het juiste pad bewandelen. Het gaat er om dat leerlingen zich realiseren dat kritisch zijn deel uit maakt van een onderzoekende houding. Het vastleggen in een logboek kan daarbij een hulpmiddel zijn, geen doel op zich. Tijdens reflectie moeten je bespiegelingen als begeleider zoveel mogelijk waardevrij zijn. De leerlingen moeten bij jou terecht kunnen, jou vertrouwen. In het logboek komen vooral de plannen, afspraken en het resultaat daarvan te staan.
- 11 **Twee begeleiders.** Stimuleer leerlingen de onderzoeksopdracht bij BSM te combineren met een ander vak, bijvoorbeeld als de OO gecombineerd wordt met het PWS. Twee begeleiders van verschillende vakken vullen elkaar aan, als de begeleiders ook echt samen begeleiden en beoordelen. Plan de voortgangsgesprekken samen met de andere begeleiders.

Syndroom van Turner

Tijdens de basiscursus MRT heeft Angela van Silfhout een programma geschreven om hulplessen bewegingsonderwijs te kunnen gaan geven op haar school, de Koninklijke Scholen Gemeenschap (mavo/havo/(t)vwo). Afgelopen schooljaar is ze daadwerkelijk gestart met het geven daarvan. En dat kwam goed uit.

Door: Angela van Silfhout

In mijn groepje zat een meisje met het syndroom van Turner dat meteen mijn aandacht trok. Ik had nog nooit eerder van dit syndroom gehoord en zag dat dit meisje moeite had met bewegen. Na een paar lessen ben ik me verder in haar situatie gaan verdiepen en er ontstonden steeds meer vragen bij mij hoe ik het beste met dit meisje zou kunnen omgaan tijdens de hulplessen.

Onderzoeksvraag

Ik volgde in 2013 de verdiepcursus MRT, waarbij het de bedoeling was om een onderzoek te doen. Het leek mij mooi en interessant om met deze vragen aan de slag te gaan. Ik kwam tot de volgende hoofdvraag en meteen ook het doel van mijn onderzoek:

Welke invloed kan ik met hulplessen MRT uitoefenen op de motorische en sociale ontwikkeling van een meisje met het syndroom van Turner?

Om meer te weten te komen over het syndroom van Turner ben ik de volgende deelvragen gaan behandelen door middel van een literatuurstudie:

- Wat is het syndroom van Turner?
- Wat zijn de medische gevolgen van het syndroom van Turner?
- Hoe verloopt de intellectuele en motorische ontwikkeling van meisjes met het syndroom van Turner?
- Hoe verloopt de psychosociale ontwikkeling van meisjes met het syndroom van Turner?
- Syndroom van Turner en de puberteit, hoe verloopt dat?

Daarnaast heb ik tijdens de hulplessen gym (twee blokken van tien weken) aan de hand van acht activiteiten met bijbehorende niveaukaarten geobserveerd welke vooruitgang J., het meisje met het syndroom, geboekt heeft gedurende de hele periode. Ik heb twee keer een enquête afgenomen om er achter te komen hoe J. de hulplessen heeft ervaren.

Om nog meer informatie te verkrijgen over de motorische en sociale ontwikkeling van J. heb ik vragenlijsten opgesteld voor de docent bewegingsonderwijs, de mentor en de ouders van J.

Syndroom van Turner

Bij het syndroom van Turner ontbreekt een X-chromosoom volledig. Bij de geboorte zijn meisjes met het syndroom van Turner gemiddeld iets kleiner dan andere meisjes. Na de geboorte groeien meisjes met het syndroom van Turner langzamer dan hun leeftijdsgenootjes, waardoor ze rond hun vierde/vijfde jaar duidelijk kleiner zijn. Turner-meisjes zonder groeihormoonbehandeling bereiken een volwassen lengte van ongeveer 147 cm. Met groeihormonen kan een lengte-winst behaald worden van ongeveer zeven tot tien centimeter met een gemiddelde eindlengte van ongeveer 155 cm.

Bij meiden met het syndroom van Turner zullen de eicellen in de eierstokken door het ontbreken van het X-chromosoom vroegtijdig verdwijnen. Hierdoor zijn de meeste meiden onvruchtbaar. Eicellen dragen zorg voor de productie van oestrogenen (vrouwelijke hormonen), waardoor borstontwikkeling en menstruatie optreden. Bij de meeste meiden met het syndroom van Turner zal dus geen borstont-

wikkeling optreden, de menstruatie zal uitblijven en de baarmoeder zal klein blijven.

Praktijkonderzoek

Het verbale vermogen van meisjes met het syndroom van Turner is beter dan het performale vermogen. Deze lagere performale intelligentie kan ervoor zorgen dat meiden langzamer zijn in het verwerken van informatie en in het uitvoeren van handelingen, minder goed onder druk kunnen werken, moeite hebben met veel

dingen tegelijk doen, moeite hebben in verkeerssituaties. Als we naar J. kijken zien we dat zij verbaal duidelijk sterker is dan perfoormaal. Ze is langzamer in het uitvoeren van handelingen, ze kan minder goed onder druk werken en heeft moeite met verkeerssituaties. Tijdens de hulplessen constateerde ik dat J. bij complexere spelsituaties duidelijk moeite had om snel te handelen, ze was vaak een paar tellen te laat. De motorische ontwikkeling bij meiden met het syndroom van Turner verloopt trager. De meisjes hebben vaak moeite met het aanleren van

Welke invloed kan je met
hulplessen mrt uitoefenen
op de motorische en
sociale ontwikkeling van
een meisje met het
syndroom van Turner?

Softbal (Gooien, vangen en slaan)

Arrangement

Softballen, softbal handschoenen, knuppels, thuishonken.

Opdracht

Ga +/- 15 m uit elkaar staan, gooi de bal zo dat die door de ander goed gevangen kan worden.

Sla de bal vanuit een toss of een zelf opgegooide bal het veld in.

Fase	Minimum (1)	Vervolg (2)	Gevorderd (3)	Zorg (0)
Gooien	Kan een bal, met een strekwoorp, over middelgrote afstand gericht gooien	Kan een bal, met een strekwoorp, gooien over grote afstand	Kan een bal, met een strekwoorp, strak gooien over een grote afstand.	Kan een bal niet over een middelgrote afstand gericht gooien
Vangen	Houdt de handschoen goed om. De bal wordt het merendeel van de keren gevangen. Soms valt de bal uit de handschoen.	Kan de bal goed vangen in de handschoen.	Weet alle soorten aangegooide ballen te vangen. Hoog, laag, kort en lang.	Houdt de handschoen vaak verkeerd om. Kan de bal niet vangen.
Slaan	Staat op de goede plek ten opzichte van het thuishonk. Raakt de bal niet altijd helemaal goed, maar speelt deze wel goed gemikt het veld in.	Speelt de bal gericht het veld in.	Raakt de bal in het hart en speelt deze gericht het veld in.	Staat op de verkeerde plek ten opzichte van het thuishonk. Slaat mis, raakt de bal verkeerd, waardoor deze buiten het veld terecht komt.

complexe vaardigheden zoals zwemmen, fietsen, sporten. Ze hebben meer tijd nodig om een bepaalde handeling onder de knie te krijgen. Het automatiseren duurt langer, omdat ze vaak nog denken tijdens het uitvoeren. Vaak praten ze er ook bij. Het is belangrijk om de vaardigheden in de juiste volgorde aan te leren, eerst deelhandelingen te automatiseren.

Dit gaat allemaal op voor J. Tijdens de hulplessen is duidelijk gebleken dat J. activiteiten het liefst oefent in losse stukjes, ze helpt zichzelf door alles wat ze moet doen hardop te benoemen. Als de uitleg werd gegeven door middel van een plaatje, herhaalde zij alles in woorden. Ze heeft veel tijd nodig zich handelingen eigen te maken, alles gaat stapje voor stapje. Soms is het beter een niveau terug te gaan om uiteindelijk een niveau verder te kunnen.

Meisjes met het syndroom van Turner hebben soms meer moeite met het contact maken met andere kinderen. Ze gedragen zich jonger, spelen met jongere kinderen, hebben soms meer ruzies of worden gepest. Dit komt vaak omdat meisjes moeite hebben goed te begrijpen wat andere kinderen willen. Ze hebben geen moeite met het begrijpen van taal, maar wel met het begrijpen van het gedrag (non verbaal). Hierdoor kunnen gemakkelijk misverstanden ontstaan. Ze weten ook niet altijd goed hoe ze hun emoties moeten uiten.

J. heeft duidelijk moeite met het maken van contacten. Ze is een

eenling in de groep, maar wordt wel geaccepteerd door haar klas. J. wordt op school geholpen door een ambulante begeleider. Ze volgt een sociale vaardigheidstraining. Tijdens de hulplessen voelde J. zich prettig tussen kinderen die allemaal niet zo goed waren in gym. Er was genoeg tijd en aandacht voor haar, waardoor ze steeds meer zelfvertrouwen ontwikkelde. Ze heeft een goede band gekregen met een meisje dat de hulplessen ook bezocht. De meiden deden alles samen gedurende deze periode.

Resultaten

De resultaten van de hulplessen laten het volgende zien: J. is bij de activiteiten hurk- wendsprong, tipsalto op schuin aflopend vlak en klimmen van niveau 0 (zorgniveau) naar niveau 1 (minimumniveau) gegaan. Bij ringzwaaien is er geen verbetering opgetreden, dat is niveau 0 gebleven. Bij trapezeczwaaien startte J. op niveau 0 (zorgniveau). Ze heeft veel vooruitgang binnen dit niveau geboekt, maar niet voldoende voor niveau 1 (minimumniveau).

Bij badminton en softbal gooien/vangen is ze op het zelfde niveau gebleven (minimumniveau). Bij basketbal scoort ze als aanvallende partij niveau 1 en als verdedigende partij niveau 0. Ze heeft zich binnen niveau 0 echter wel verbeterd.

Aanbevelingen

Alles in acht genomen kom ik tot de volgende aanbevelingen:

- Wij kunnen J. helpen door niet alleen te laten zien wat we bedoelen, maar juist door te vertellen wat we bedoelen.
- Voor J. is het belangrijk om vaardigheden in de juiste volgorde aan te leren, eerst deelhandelingen automatiseren.
- In haar nieuwe klas (havo/atheneum 2) zal J. weer uit moeten leggen wat het syndroom van Turner inhoudt. Als ze zich geaccepteerd voelt, kan ze beter functioneren.
- Wij zullen J. moeten blijven ondersteunen en stimuleren wat betreft sociale contacten.
- Het is verstandig om in de tweede klas door te gaan met hulples gym. Haar motorische ontwikkeling is vooruitgegaan en ze heeft veel meer zelfvertrouwen gekregen.

Mijn persoonlijke opbrengst van de afgelopen twee jaren is dat ik heb geleerd dat als ik me heel goed verdiep in de specifieke situatie/context van de kinderen, ik dan veel meer uit het kind kan halen! ◀

Angela van Silfhout is docente bewegingsonderwijs aan de Koninklijke Scholen Gemeenschap in Apeldoorn

Referenties

Omdat er heel weinig te vinden was over het syndroom van Turner heb ik voornamelijk onderstaande link gebruikt:

<http://www.umcn.nl/Zorg/Ziektebeelden/Documents/1%20Turner.pdf>

De niveaukaart is een bewerking van de kaart uit het (2007) *Basisdocument Bewegingsonderwijs* voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs. Zeist: Jan Luiting Fonds

Verder heb ik alle informatie van de ouders van het meisje, van de mentor, docent bewegingsonderwijs en uit de praktijk, mijn mrt- lessen.

Contact:

A.vanSilfhout@ksg-apeldoorn.nl

Gymleraar let op: de 'digitale' gymles komt eraan!

Op woensdag 22 januari vond het symposium 'Van tikken naar taggen' plaats, georganiseerd door de hogeschool Windesheim. Team onderwijs van de KVLO was erbij en belicht in het volgende stukje enkele 'highlights'. De dag die geheel in het teken stond van de digitalisering van bewegingsonderwijs en sport trok ruim driehonderd deelnemers. Het programma bood een breed scala aan recente ontwikkelingen op het gebied van ICT en bewegen, digigym, e-sport en gaming-aanbod.

Door: Jorieke Steenaart en Jo Lucassen

Kansen en beperkingen

De aftrap van de dag werd gedaan door twee hoofdliners. Ivo van Hilvoorde plaatste de digitalisering in het kader van de manier waarop (vak)leraren omgaan met technische vernieuwingen. De introductie van digitale tools in de gymles is heeft zowel mooie als moeilijke kanten. Over de voordelen, 'gevaaren' en consequenties van technische hulpmiddelen in het onderwijs werd ook in de vorige eeuw al stevig gediscussieerd. Diane Ste-Marie, hoogleraar sportpsychologie uit Ottawa, trad op als tweede hoofdliners en zette in een boeiend betoog de waarde uiteen van video-feedforward en -feedback op basis van haar verricht onderzoek. Ze kunnen worden ingezet om leerlingen meer te motiveren tot bewegen, maar ook om het leren van vaardigheden te bevorderen. Zelfobservatie van de uitvoering van een beweging verhoogt de efficiëntie van het leerproces. Videodemonstratie kan ook een grote invloed op het aanleren van een beweging. Zij liet aanwezig in de zaal ervaren dat het uitvoeren van een danspatroon op basis van schriftelijke aanwijzingen heel wat minder vlot verloopt dan wanneer dit wordt 'voorgedaan' en ondersteund met mondelinge cues. In haar betoog ging zij uitgebreid in op de meest geschikte manieren van het gebruik van (zelf)observatie met hulp van video en video-instructie. Ze sloot af met praktische aanbevelingen, bijvoorbeeld om bij jonge kinderen juist niet tegelijkertijd te werken met zowel video als mondelinge aanwijzingen omdat dit te complex voor ze is. Een kanttekening bij deze presentatie is wel op zijn plaats. We moeten ervoor waken dat het gebruik van video niet alleen gericht wordt op betere technische uitvoering

Deelnemers konden vervolgens diverse workshops volgen met thema's als: motorisch leren en videofeedback, spelobservatie en analyse in het bewegingsonderwijs, effecten van zelfsturing en variatie in de gymles met behulp van digitale middelen, effect van gaming op

het leren van motorische vaardigheden, de relatie tussen ICT, gaming gedrag en sportidentiteit van leerlingen, E-sport: betekenis voor de bestaande sport- en bewegingscultuur en uiteraard het delen van good practices van diverse vaksectie bewegingsonderwijs die werken aan digitalisering binnen hun onderwijs.

Gymles gaat op de schop

Uit bovenstaande blijkt dat het vak lichamelijke opvoeding stevig in beweging is! En dan staan we nog aan het begin van deze ingrijpende vernieuwing. Docenten LO zijn op allerlei plekken al druk bezig met de inzet van ICT middelen in de gymles in de vorm van digitale videoregistratie, instructie via iPads, digitale lesbrieven, gebruik van apps. In de workshops lieten ze zien hoe zij deze nieuwe technologie, zoals camera's, apps, de Apple tv, op een praktische manier in hun dagelijkse lessen gebruiken.

De inzet van digitale leermiddelen leidt tot belangrijke veranderingen in de lespraktijk. Het werken met iPads, games en video sluit aan bij de leefwereld van kinderen en jongeren en maakt zo de lessen aantrekkelijker. Een ander belangrijk effect is dat veel overgelaten kan worden aan de leerlingen zelf. Ze hebben heel snel in de gaten waar het om draait en dit vergroot de mogelijkheden tot zelfsturing. De instructievideo is in zekere zin een extra 'lesgever' in de zaal, waardoor de leraar zich op andere dingen kan richten.

Docent blijft nodig

Toch is de overtuiging van de Windesheimers die hiermee proefdraaien dat er altijd een rol voor de leerkracht blijft. Die bewaakt het proces en zorgt ervoor dat er geleerd wordt. Daarnaast kan hij extra aandacht besteden aan de mindere, maar zeker ook aan de betere bewegers. In de workshops werd ook duidelijk dat wanneer je groepjes leerlingen met digitale hulpmiddelen en video laat werken dit leerwinst kan opleveren bij het leren samenwerken en leren regelen.

Tijdens de studiedag VO 2014 in Den Haag



FOTO: HANS DIJKHOFF

Daarnaast maakt de technologie ook veel mogelijk op het gebied van o.a. het geven van feedback en het volgen van het beweegniveau van de leerlingen. Dit alles met als doel om zo uiteindelijk de actieve deelname van leerlingen aan en het leren in de les te vergroten. Ook willen de docenten leerlingen aanzetten om meer duurzaam te gaan bewegen. Voorwaarde is wel dat de school investeert in dit materiaal en in de kennis om ermee te werken. En er moet natuurlijk een goede wifi-ontvangst zijn in de gymzaal.

Met haar brede scala aan workshops maakte het symposium goed duidelijk hoe deze nieuwe technologie een rol kan spelen binnen je eigen lesprogramma bewegingsonderwijs.

Enkele voorbeelden

Zo deelde ook de vaksectie van het Maaswaalcollege uit Wijchen haar ervaring met betrekking tot het digitaliseren binnen haar bewegingsonderwijs. De vaksectie heeft haar vakwerkplan compleet gedigitaliseerd en omgezet naar beeldend (ondersteunend) videomateriaal. Dit maakt het vakwerkplan niet alleen heel bruikbaar binnen de lessen LO, maar ook heel inzichtelijk voor de leerlingen. Zij kunnen namelijk precies zien wat zij bij elk onderdeel moeten doen door de beeldende video-opnamen. Het is zelfs zover gespecificeerd dat er voor ieder leerjaar per onderdeel zichtbaar gemaakt is wat zij voor welk cijfer moeten beheersen. Zo is het vakwerkplan niet alleen een leidraad voor de LO-docenten, maar ook voor leerlingen.

Het Twents Carmelcollege liet zien dat je ook digitalisering in de les kunt toepassen met alleen het gebruik van een iPad. Door de grote mogelijkheden van apps, het maken van opnames, het registreren van speel- en pauzetijd, is er veel mogelijk met de iPad, maar ook met andere tablets. Daarnaast werd ook duidelijk dat vakdocenten bewegingsonderwijs goed meegaan in de trend van digitalisering. Veel docenten zijn druk met het ontwikkelen van apps, leerlingvolgssystemen en digitale kijkwijzers.

Het symposium 'Van tikken naar taggen...' was een krachtige impuls voor de vakwereld om door het delen van elkaars expertise, ervaringen, ideeën en creativiteit te komen tot aantrekkelijker en resultaatvol(ler) (digitaal) bewegingsonderwijs. Behalve via deze 'impressie' kun je in komende vakbladen meer informatie en handreikingen tegemoet zien van diverse workshopleiders. Wie zich verder in de materie wil verdiepen vindt veel voorbeelden, pilots en onderzoek in het boek dat verscheen bij gelegenheid van het symposium en waaraan ruim twintig pioniers hun medewerking verleenden: *Van tikken naar taggen*. ◀■

Bronnen

<http://www.windesheim.nl/over-windesheim/agenda/2014/januari/symposium-van-tikken-naar-taggen/>

<http://www.mulierinstituut.nl/projecten/overige-projecten/digitalisering-in-de-gymles.html>

Ivo van Hilvoorde en Jaap Kleinpaste: *Van tikken naar taggen*. Digitalisering van bewegingsonderwijs en sport. daM Uitgeverij, Deventer

Contact:

Jorieke.Steenart@kvlo.nl

Jo.Lucassen@kvlo.nl

Doe mee aan de verkiezing Sportiefste VO school van Nederland 2014!

Op 21 mei 2014 vindt voor de zevende keer de verkiezing voor de 'Sportiefste VO school van Nederland' op de ALO in Amsterdam plaats. De KVLO gaat, in samenwerking met het NOC*NSF, weer op zoek naar de VO school met het beste programma voor bewegen en sport in en rondom de school. Werk jij op de sportiefste VO school van Nederland? Schrijf je school dan nu in en strijd mee!

Door: Ton Winkels en Hans Dijkhoff

Deelname
Elke school in het voortgezet onderwijs kan zich inschrijven. Belangrijk is dat er op je school behalve veel aandacht voor lessen lichamelijke opvoeding, ook een structureel buitenschools sport- en beweegaanbod in samenwerking met sportverenigingen en/of andere sportaanbieders bestaat voor alle leerlingen. Het doel is leerlingen te stimuleren tot een gezonde en actieve leefstijl.

Prijzen

Naast de titel ontvangt de winnaar een waardecheque van €6000,-. De andere genomineerde scholen ontvangen een cheque van €1500,-. De waardecheques worden aangeboden door de firma's Bosan, Nijha, Janssen-Fritsen en Schelde Sports.

Aanmelden

Meer informatie en het aanmeldingsformulier met de richtlijnen kun je vinden op de website www.kvloschoolsport.nl onder "sportiefste school". Aanmelden voor de verkiezing kan door het aanmeldingsformulier met de gevraagde bijlagen voor 19 maart 2014 te mailen naar ton.winkels@kvlo.nl. Aan deelname zijn geen kosten verbonden.

Thomas a Kempis uit Zwolle

In 2012 won het Thomas a Kempis College uit Zwolle de titel en ging naar huis met de hoofdprijs. Hieronder kun je lezen wat voor impact het behalen van deze titel op de school heeft gehad. Wat betekent nu zo'n titel voor de winnaar? Omdat dit jaar de verkiezing van de beste VO-school is, vroegen we het aan de winnaar van 2012.



Wat heeft het behalen van de prijs jullie opgeleverd?

Het heeft zowel de leerlingen als het personeel een sportieve boost gegeven op het Thomas a Kempis college. Sportief is een leefstijl geworden op onze school, zowel binnen de sectie als daarbuiten.

Tevens hebben we veel positieve reacties gehad uit het werkveld over ons sportprofiel. Ook denken we met onze vooruitstrevende visie een voorbeeld te zijn geweest voor secties bewegingsonderwijs in het land.

Wat is op dit moment jullie beweeg- en sportbeleid?

Ons sportbeleid is nog steeds gericht op de individuele leerling. Leerlingen krijgen allemaal een ruim sportaanbod binnen de reguliere lessen bewegingsonderwijs. Er is daarnaast een keuze voor leerlingen om beter te worden in je eigen sport (classes, sport specifiek) of te kiezen voor een breed sportprofiel gericht op de trendsporten, de maatschappij en organisatie. De focus ligt nog steeds op verbindingen met verenigingen en instanties in Zwolle en we vinden het belangrijk dat leerlingen zich bewust worden van een gezonde leefstijl.

Waarom hebben jullie het geld van de prijs besteed?

We hebben een investering gedaan in een nieuwe buitenlocatie van onze school. In deze zaal hebben we extra spel- en turnmaterialen aangeschaft. We hebben er daardoor voor gezorgd dat we hier op een kwalitatief goede manier les kunnen geven en het gehele spel- en turnprogramma ook in deze buitenlocatie uit kunnen voeren. Een kwaliteitsimpuls voor onze leerlingen en het programma.

Is aan de leerlingen te merken dat ze op de sportiefste school van Nederland zitten?

Wij zien dat leerlingen op onze school meer en meer een gezonde leefstijl hebben en ervaren nauwelijks problematiek op het gebied van overgewicht. Ook merken we in de bovenbouw dat onze leerlingen erg enthousiast, sportief en zelfstandig het programma volgen. Deze sportiviteit is zichtbaar door de gehele





school. Dit is volgens ons een resultaat van het jarenlange gevoerde sportbeleid en de weg die we enkele jaren geleden ingeslagen zijn, met als bekroning de titel 'Sportiefste school van Nederland'. Uiteraard is de uiterlijke verschijning van onze leerlingen in het teken gesteld van de sportiefste school van Nederland en lopen ze in prachtige sweaters met een logo (zie afbeelding).

Wij wensen alle scholen die deel gaan nemen aan de sportiefste school verkiezing erg veel succes. Het Thomas a Kempis College mag helaas niet meer meedoen. Wij hebben het ervaren als een geweldig evenement in de totale breedte.



De winnaar van 2012

Contact:

ton.bwaaijer@jenaxl.nl



Uren lichamelijke opvoeding in het voortgezet onderwijs

Bij de inventarisatie van de helpdesk kwam het onderwerp 'lessen lichamelijke opvoeding voortgezet onderwijs' met stip op 1 te staan. Gedurende het schooljaar 2012-2013 zijn bij de onderwijs-helpdesk 141 vragen binnengekomen over de uren lichamelijke opvoeding in het voortgezet onderwijs.

Door: Jorieke Steenaart en Hans Dijkhoff

E Steeds meer zijn de schoolbesturen en directies aan het bekijken waar zij tijd kunnen winnen om (meer) te investeren in de 'prioriteitsvakken': Nederlands, Engels en wiskunde. Dit gebeurt onder druk van de onderwijsinspectie die hier, mede door het plan 'Actieplan beter presteren' van OCW, sterk de nadruk op legt. Dit gaat veelal ten koste van het vak lichamelijke opvoeding en de creatieve vakken.

Dit terwijl meer en beter bewegingsonderwijs (Physical Education) nodig is om alle kinderen in een pedagogisch verantwoorde context veelzijdig voor te bereiden op, en motorisch vaardig te maken voor, deelname aan de sport- en bewegingscultuur en daarmee de basis legt voor een actieve- en gezonde leefstijl. Daarnaast is gebleken dat voldoende en goed bewegingsonderwijs een belangrijke bijdrage levert aan een gezonde cognitieve ontwikkeling, sociaal-emotionele vaardigheden en betere leerprestaties. Kinderen vinden bewegingsonderwijs zelf ook heel belangrijk: het geeft hen veel (gezamenlijk) plezier en is goed voor het zelfvertrouwen en de eigenwaarde. Bewegingsonderwijs is geen vrijblijvende 'spielerei', maar een leervak met een groot maatschappelijk belang dat vraagt om hoogopgeleide vakleerkrachten en inspectietoezicht. Naast Engels, Nederlands en wiskunde zou bewegingsonderwijs hoog op de agenda van de onderwijsinspectie van het VO moeten komen.

Onderwijs en 21st century skills

De 21st century skills zijn vaardigheden waaraan het vak lichamelijke opvoeding een belangrijke en essentiële bijdrage kan leveren. Het gaat hierbij om een sterke focus op skills (vaardigheden) in plaats van drills (kennis). Samenwerken, sociale vaardigheden, probleemoplossend vermogen, allemaal componenten die nauw verweven zijn met het vak lichamelijke opvoeding.

Is het 'actieplan beter presteren' en de focus op de vakken wiskunde, Nederlands, Engels dan nog wel van deze tijd? Er wordt sterk de nadruk gelegd op kennis en vaardigheden gebaseerd op de behoeften die gericht zijn op een industriële samenleving. Uiteraard vindt er een kanteling plaats naar het inrichten van het onderwijs volgens de kennisgerichte samenleving, maar op sommige gebieden blijft het onderwijs achter. Sjoerd Slagter schreef, toen hij voorzitter was van de VO-raad, dat leerlingen niet alleen geschoold dienen te worden in vak(inhoudelijke) kennis, maar ook in vaardigheden, motivatie en houding. In de toekomst zal er behoefte zijn aan hoger opgeleiden die het

creatieve vermogen van hun brein kunnen inzetten voor nieuwe ontwikkelingen. Dit is al gaande gelet op wat in vacatures vaak al gevraagd wordt. De nieuwe samenleving vraagt om een betrokken, nieuwsgierige en ondernemende houding. De internationaal erkende kerncompetenties voor de 21ste eeuw, de zogenaamde 21st century skills: samenwerken, creativiteit, ict-geletterdheid, communiceren, probleemoplossend vermogen, kritisch denken en sociale en culturele vaardigheden zijn de leidraad. Een ondernemende houding is ook prestatiegericht maar gaat meer uit van het beste uit jezelf halen, individuele ontplooiing, samenwerkend vermogen, talenten ontdekken en ontwikkelen, maar op welke wijze groeit het onderwijs hierin mee? En op welke wijze hanteert de inspectie de juiste maatstaven voor deze essentiële vaardigheden in een kennisgerichte samenleving?²

KVLO: Het vak LO en standpunt lessen in het voortgezet onderwijs

Het vak lichamelijke opvoeding groeit mee met de tijd met bijvoorbeeld ontwikkelingen in: het pedagogisch perspectief, het leren deelnemen aan sport- en bewegingssituaties, de meervoudige deelnamebekwaamheid, een actieve en gezonde leefstijl, de mogelijkheden voor profilering van scholen (gezonde school, sporttalentschool etc.). In onze ogen staan bezuinigingen binnen scholen voortgezet onderwijs haaks op het belang van beter leren bewegen, de aandacht voor de gezondheid zoals omschreven in het Nationaal preventieplan 'Alles is gezondheid'³, de inschrijving van ruim 300 VO-scholen voor de gezonde school via de onderwijsagenda Sport, bewegen en gezonde leefstijl en de hiervoor genoemde 21st century skills.

In de wet voortgezet onderwijs staat, sinds het loslaten van de minimum lessentabel in 2005, wel opgenomen dat onderwijs in lichamelijke opvoeding moet bestaan uit praktische bewegingsactiviteiten gespreid over alle leerjaren van het voortgezet onderwijs. 'De lessen lichamelijke opvoeding worden hierbij gespreid over de schoolweken, in zodanige substantiële omvang en schooltijd dat wordt voldaan aan de eisen op het gebied van *kwiteit, intensiteit en variëteit* van de bewegingsactiviteiten neergelegd in kerndoelen en examenprogramma's. Daarbij wordt uitgegaan van de situatie zoals die op 1 augustus 2005 voor het bewegingsonderwijs gold. Het voorliggende wetsartikel beoogt recht te doen aan de autonomie van scholen met betrekking tot de inrichting van het havo/vwo-onderwijs'⁴. Tegelijkertijd wil het amendement regelen dat





FOTO: HANS DIJKHOFF

de *hoeveelheid* onderwijstijd voor lichamelijke opvoeding gewaarborgd blijft. Het amendement strekt ertoe om een bepaling op te nemen die toeziet op een dusdanige omvang en schooltijd alsmede spreiding daarvan over de leerjaren en schoolweken, dat het vak lichamelijke opvoeding zowel in kwalitatieve als in kwantitatieve zin met voldoende wettelijke waarborgen is omkleed, waarbij de indieners uitgaan van het behoud van het huidige aantal uren (voor de havo 360 klokuren en voor het vwo 400 klokuren en voor het vmbo 400 lessen van 50 minuten over alle leerjaren gespreid)⁵. Door de grote onduidelijkheid over het loslaten van de lesurentabel en de regelgeving daaromtrent, is het voor veel scholen en schooldirecteuren niet duidelijk dat artikel 6d van de WVO een duidelijke borging van onderwijstijd LO heeft opgenomen. Hierbij wordt er vaak voorbij gegaan aan de politieke en landelijke focus op gezondheid, sport en bewegen en gezonde leefstijl.

Wat zegt de inspectie?

We constateren dat de onderwijsinspecties de wetgeving op diverse wijzen interpreteren. Hierdoor ontstaat er onduidelijkheid bij directies, maar leidt het vaak ook tot onenigheid tussen secties lichamelijke opvoeding en de schooldirecties. Zo zijn er inspecties die aangeven dat het aantal uren niet precies is voorgeschreven en de school daarin enige ruimte heeft. Ook ruimte voor maatwerk. De verwijzing in de wet naar de situatie per 1 augustus 2005 heeft betrekking op (het niveau van) de inhoudelijke eisen, niet op het precieze urenvoorschrift en de lessentabel die toen gold. Andere inspecties hanteren weer een andere interpretatie en berichten scholen dat sinds het bestaan van artikel 6d WVO het totaal aantal uren niet minder mag zijn dan het aantal bij aanvang van het schooljaar 2005-2006. Gelet op het toen geldende inrichtingsbesluit komt dat neer op minimaal 400 klokuren in het vwo, 360 klokuren bij de havo en 333 klokuren in het vmbo. Een school kan niet besluiten in het totaal minder uren gym te geven dan in 2005-

2006. Je begrijpt dat met deze twee interpretaties de nodige discussie ontstaat. Wil je met het vak lichamelijke opvoeding voldoen aan de kwaliteit die is neergelegd in de kerndoelen en eindtermen? Dan is voldoende onderwijstijd mede een vereiste. Kwaliteit staat niet los van de kwantiteit.

Wat doen wij voor jullie?

De KVLO heeft het signaal van de diverse interpretaties van de onderwijsinspectie bij de landelijke onderwijsinspectie aan de kaak gesteld. De landelijke onderwijsinspectie is gevraagd een eenduidig standpunt in te nemen omtrent de uren lichamelijke opvoeding in het voortgezet onderwijs. Zij dienen aan de hand van dit eenduidige standpunt te handhaven. Het mag niet zo zijn dat er verschillen bestaan afhankelijk van welke onderwijsinspecteur in de regio werkzaam is. De KVLO is momenteel in afwachting van de reactie van de landelijke onderwijsinspectie op bovenstaand verzoek. Zodra dit nieuwe standpunt bekend is, zullen wij dit aan jullie doorgeven, samen met de consequenties die dat met zich meebrengt. ■

Jorieke Steenaart is onderwijskundig helpdeskmedewerkster bij de KVLO

Noten

- 1 Besprekpunten rondetafelgesprek Tweede Kamer inzake bewegingsonderwijs 12-02-2014
- 2 Onderwijs & ondernemen in de samenleving van de 21ste eeuw - Notitie t.b.v. de MAR november 2012 VO-Raad
- 3 Nationaal Preventie Plan 'Alles is gezondheid' richt zich op preventie in de gezondheidszorg en het bevorderen van gezondheid en gezonde leefstijl;
- 4 Wet op voortgezet onderwijs artikel 6d;
- 5 Amendement 25: Mosterd-Hamer, Tweede Kamer, vergaderjaar 2005-2006, 30 187, nr. 25.

Contact:

Jorieke.steenart@kvlo.nl

Overbeweeglijk

Bewegingsonderwijs aan de hypermobiele leerling

Voor de afsluiting van de opleiding MRT ben ik op zoek gegaan naar een afstudeeronderwerp dat ik direct in mijn werk zou kunnen toepassen. Sinds afgelopen schooljaar zit er op CBS de Maatjes, Scherpenzeel een leerling waarbij hypermobiliteit is vastgesteld. Daarnaast is er sprake van spierzwakte. Omdat de leerling hierdoor een bewegingsachterstand heeft was er behoefte aan persoonlijke hulpplannen en aangepaste lesplannen voor de gymles.

Door: Irene van Veen

Onderzoeksvraag

Hoe pas je de lessen bewegingsonderwijs zo goed mogelijk aan op de mogelijkheden en het niveau van een leerling met hypermobiliteit en spierzwakte zodat deze leerling op zijn eigen niveau kan meedoen aan de lessen bewegingsonderwijs?

Hypermobiliteit

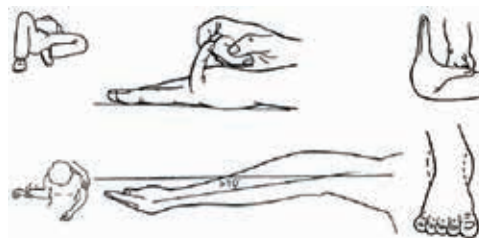
Hypermobiliteit is een erfelijke aanleg waarbij de gewrichtsbanden en het kapsel elastische eigenschappen krijgen. Normaal spannen de banden op bij het belasten van een gewricht. Bij hypermobiliteit rekken de banden juist mee. Hierdoor kunnen gewrichten zich verder dan normaal bewegen, er is dus sprake van overbeweeglijkheid van gewrichten. Hypermobiliteit kan bij één of meerdere gewrichten voorkomen. Er zijn verschillende symptomen van hypermobiliteit. Mogelijke symptomen zijn:

- gewrichten verder dan normaal kunnen bewegen
- verzwikken
- gewricht dat uit de kom raakt
- platvoeten (de voet bestaat uit veel gewrichten)
- sneller vermoeid (doordat spieren voortdurend moeten worden aangespannen)
- pijnklachten (doordat gewrichten regelmatig overstrekt worden)
- slapheid (bij baby's)
- bewegingsangst vanwege de pijn.

Hypermobiliteit is onder andere vast te stellen met de hypermobiliteits-test van Bulbena. Hierbij wordt het overstrekken van negen gewrichten getest. Er is sprake van gegeneraliseerde hypermobiliteit bij een score van vijf overstrekkende gewrichten bij mannen of zes bij vrouwen.

Hypermobiliteit is niet te genezen. Voor mensen met hypermobiliteit is het belangrijk een goed lichaamsbewustzijn te ontwikkelen. Als je kunt voelen wat je lichaamsdelen doen en hoe ze bewegen kun je een beter en bewuster bewegingspatroon verkrijgen. Door dit verbeterde bewegingspatroon is er minder risico op complicaties.

Daarnaast is een zo optimaal mogelijke spierbalans belangrijk. Dit houdt in dat er een goede balans is tussen spierspanning en spierontspanning. Spieren die teveel onder spanning staan zorgen voor een overbelasting van de gewrichten. Een overmatige spierspanning kan in sommige



gevallen ervoor zorgen dat een gewricht geheel of gedeeltelijk uit de kom wordt getrokken.

Wanneer een spier juist te slap is kan die niet voldoende stabiliteit bieden, terwijl bij hypermobiliteit juist de spieren voor de stabiliteit moeten zorgen.

Ook is het belangrijk om hypermobiele bewegingen en houdingen zoveel mogelijk te vermijden. Hierbij beweeg je namelijk over de normale grenzen van een gewricht heen. Dit kan zorgen voor overbelasting van de gewrichten en meer kans op problemen.

Naast hypermobiliteit is er bij de betreffende leerling ook sprake van hypotonie (spierzwakte). Bij hem is het optimaliseren van de spierbalans dus minder mogelijk, spieren zorgen niet voor meer stabiliteit in de gewrichten. Ook dit heeft gevolgen voor het bewegen van de leerling en heeft ook invloed op de bewegingsachterstand.

Praktijkonderzoek

Uit contact met ervaringsdeskundigen blijkt dat deze leerlingen met enige aanpassing mee kunnen doen aan de gymlessen.

Aanpassingen worden op verschillende manieren gedaan, bijvoorbeeld: sommige activiteiten overslaan/iets anders doen, hulp van de MRT'er tijdens de gymles, aanpassing in arrangement of extra begeleiding door de groepsleerkracht.

Contact met de behandelend fysiotherapeut is erg belangrijk. Deze heeft vaak extra tips of aanvullingen voor de begeleiding. Daarnaast kan de fysiotherapeut aangeven of er bepaalde activiteiten zijn die de leerling extra moet oefenen of juist beter niet kan doen. Het kan namelijk zijn dat bepaalde oefeningen een te grote belasting zijn op de gewrichten (bijvoorbeeld springen vanaf hoogte). De leerling zal deze activiteiten dan niet of aangepast moeten uitvoeren.

Het duidelijkste beeld voor de begeleiding komt natuurlijk van de leerling zelf. Uit een gesprek met de leerling bleek dat hij enorm enthousiast is voor bewegingsonderwijs. Bij binnenkomst in de gymzaal wil hij het



liefst meteen beginnen met bewegen. Tijdens de lessen valt zijn achterstand op maar dit is voor hem geen belemmering, hij doet graag dingen voor en laat zien wat hij al kan. Daarbij laat hij ook weinig angst zien. Uit observatie blijkt dat de leerling op verschillende gebieden 'niveau zorg' heeft. Hiervoor zullen dan ook aanpassingen nodig zijn in de gymles. Het uitvallen op deze gebieden heeft veel te maken met zijn hypermobiliteit en spierzwakte, steunen op de armen is bijvoorbeeld moeilijk maar hangen aan de ringen gaat juist erg goed.

Aanbevelingen

Een hypermobile leerling kan volwaardig meedoen aan elke gymles, mits hij zijn eigen leerdoelen meekrijgt. Om dit te bereiken kan gewerkt worden met aanpassingen van de bestaande leerdoelen van het onderwijsaanbod. Hiermee volgt de leerling een eigen leerlijn voor bewegingsonderwijs met eigen doelen aangepast op zijn niveau maar binnen de bestaande lessen bewegingsonderwijs. De doelen kunnen worden vastgesteld naar aanleiding van observatie van de leerling in combinatie met adviezen van de behandelend fysiotherapeut. Doordat er wordt gedifferentieerd binnen de bestaande lessen kunnen ook eventuele andere klasgenootjes met een bewegingsachterstand aansluiten. Om deze differentiatie voor de betreffende leerling te realiseren heb ik een lesschema gemaakt dat de groepsleerkracht naast de methode bewegingsonderwijs kan leggen. Het volgt dezelfde lessenvolgorde en activiteiten maar de doelen zijn waar nodig aangepast. Wanneer dit nodig is wordt ook het arrangement aangepast/makkelijker gemaakt. Zo is in één oogopslag te zien wat de doelen volgens de methode zijn en waar de aanpassingen voor de leerling moeten komen, dit zorgt voor een minimale belasting voor de groepsleerkracht. Om ervoor te zorgen dat de leerling niet blijft hangen op zijn niveau, is het wenselijk dat de doelen elk half jaar geëvalueerd en bijgesteld worden om successen en uitdagingen voor de leerling te behouden.

Daarnaast is er nog een aantal praktische tips dat van belang is binnen de lessen bewegingsonderwijs:

- zorg voor stevige schoenen, deze kunnen extra ondersteuning geven aan het enkelgewricht (enkelbelastende sporten/oefeningen (volleybal, springen) kunnen voor blessures zorgen)
- extra gym bijvoorbeeld in de vorm van remediërend bewegingsonderwijs kan kinderen net een stapje verder helpen in het bewegingsonderwijs. ◀

Irene van Veen is groepsleerkracht op CBS de Maatjes in Scherpenzeel.

Bronnen

- Erp van, A.J. & Veth, R.P.H. & Visser, J.D. (2012) *Orthopedie.nl* <http://www.orthopedie.nl/hypermobiliteit/>, MediStart BV.
- Schieving, J.H. (2009) <http://www.kinderneurologie.eu/ziektebeelden/beweging/hypermobiliteit.php>
- <http://hypermobieltjes.jouwweb.nl/behandeling-van-hms>
- Sakkers, R.J.B. & Sluijs van der, J.A. & Schuppers, H.A. (2012) *Kinderorthopedie.nl* <http://www.kinderorthopedie.nl/content/kinderorthopedie/soepele-kinderen.asp>, MediStart BV
- Lino (26 juli 2011) <http://www.babybrabbel.nl/forums/lichamelijke-zorgen/hypermobiliteit-0>
- Reuma Patiënten Vereniging 's-Hertogenbosch <http://www.rpv-denbosch.nl/hypermobiliteit/hypermobiliteit.html>
- Schuitmaker fysiotherapie en manuele therapie bv – Amsterdam – www.fysio.net
- Hypermobiliteitssyndroom HMS – Beighton score/Brighton criteria/Bulbena criteria*

Contact:

cbsirene@xs4all.nl



Maandag 14 april

Landelijke studiedag voor het speciaal en praktijkonderwijs

H

Het thema van deze studiedag is 'Van diversiteit naar Passend Onderwijs'. Deze studiedag wordt in samenwerking met de HAN (Universitair Sportcentrum) te Nijmegen georganiseerd.

Er worden, naast een aantal algemene workshops die op meerdere clusters van toepassing zijn, ook voor de clusters afzonderlijk workshops aangeboden. Wij hopen dat iedereen weer genoeg interessante workshops ziet om zich voor deze dag in te schrijven.

Programma

09.00 - 09.45 uur Ontvangst
 09.45 - 10.30 uur Opening
 10.45 - 12.15 uur Workshopronde 1
 12.15 - 13.30 uur Lunch
 13.30 - 15.00 uur Workshopronde 2
 15.00 - 15.15 uur Thee/koffie
 15.15 - 16.45 uur Workshopronde 3
 16.45 - 17.15 uur Borrel en vanaf 17.15 uur het dinerbuffet

Op de site vind je de omschrijvingen van de verschillende workshops en kun je je voor deze dag inschrijven.

Cursussen Levensreddend Handelen

Basiscursus 18 en 19 maart 2014 in Zeist

Cursustijden van 13.00-20.00 uur

Herhalingscursus 13 maart 2014 in Zeist

Cursustijden van 13.00 - 20.00 uur

Aanmelden of meer informatie over de cursus kun je vinden op de homepage van de KVLO, onder het kopje 'uitgelicht' of via de scholingskalender www.kvlo.nl.

Vooraankondigingen

24 mei KVLO Golf Trophy 2014

Speciaal voor alle golfende leden van de KVLO, die het leuk vinden om eens met collega's te golfen, organiseren wij met een aantal vrijwilligers jaarlijks een wedstrijd om de 'KVLO Golf Trophy'. De wedstrijd wordt dit jaar gespeeld op de Golfbaan 'De Goese' in Goes. De wedstrijd is aansluitend op de voorjaarsvergadering van de KVLO, die deze keer door de afdeling Zeeland wordt georganiseerd. De golfbaan ligt vijf minuten van de vergaderlocatie. Wij nodigen alle golfende leden van de KVLO, die minimaal in het bezit zijn van handicap 54/GVB uit om hieraan deel te nemen

Het KVLO-register is **per 1-1-2013 gestopt** als zelfstandig register. De registratie van docenten LO en de validering van LO-specifieke scholing loopt vanaf januari 2013 via registerleraar.nl. Alle leraren in het PO, VO en mbo kunnen zich hier registreren.

Lagere handicapper's spelen bruto strokeplay en hogere handicappers spelen stableford. Er zijn prijzen in beide categorieën. De beste bruto strokeplayscore wint de KVLO Golf Trophy. Daarnaast is er nog een speciale prijs voor de beste prestatie per KVLO afdeling de 'afdelingsbokaal'. Het inschrijfgeld is €50,- (greenfee, ontvangst, prijzen). Deelname aan het diner is optioneel (kosten €27,50). *Inschrijven kan vanaf 1 maart tot 10 mei via www.kvlo.nl. Noteer de datum alvast in je agenda!*

Programma

11.00 uur ontvangst met koffie/thee
 12.00 uur start 1e flight
 18.00 uur einde wedstrijd
 18.00- 18.30 uur borrel en prijsuitreiking
 18.30 uur diner (optioneel)

Contactpersoon: Ton Winkels, Ton.winkels@kvlo.nl

13 en 14 juni 2014 cursus 'Golf op school'

In nauwe samenwerking met de NGF en de PGA Holland is er een vernieuwde scholing opgezet speciaal voor alle leden van de KVLO. Na het succes van vorig jaar wordt deze cursus wederom aangeboden.

De cursus 'Golf op school' is bedoeld voor alle collega's die aan hun eigen leerlingen op school golf willen aanbieden. De cursus wordt aangeboden op 2 niveaus: level 1 (beginners) en level 2 (gevoorderden). De level 1-cursus duurt twee dagen waarvan één dag aan eigen vaardigheid en kennismaken met het golfspel wordt besteed. De level 2-cursus duurt één dag en is speciaal gericht op het lesgeven aan je eigen klas. Gevoorderden kunnen ook intekenen voor de level 1-cursus. De cursus wordt verzorgd door zeer ervaren professionals die lesgeven aan de PGA-opleiding. Er wordt aandacht besteed aan eigen vaardigheid, methodiek en techniek, kennis van het golfspel,





FOTO: JORIEKE STEENVAART

Tijdens de studiedag PO in Zwolle 2014

samenwerking met een golfvereniging/golfpro en er wordt direct in de les toepasbare oefenstof aangereikt. Er wordt uitgegaan van de schoolsituatie dat wil zeggen een gymzaal, een veld en een klas van 25-30 leerlingen. Aan het eind van de cursus word je in staat geacht om aan je eigen klassen golf aan te bieden. De cursus is inclusief cursus- en golfmateriaal en lunch en telt mee voor het lerarenregister. Het cursusgeld bedraagt €250,- voor level 1 (twee dagen) en €150,- voor level 2 (één dag). De cursus zal op de golfbaan De Haverleij in 's Hertogenbosch en op een school in de directe omgeving worden gegeven. Meer informatie volgt binnenkort via de website www.kvlo.nl onder scholing.

Scholingen van afdelingen en opleidingsorganisaties

Ben je geïnteresseerd in scholing over passend onderwijs, kijk dan eens op onderstaande site.

<http://www.passendonderwijs.nl/hoe-werkt-passend-onderwijs/veranderingen-leraren-begeleiders/opleidingsmogelijkheden/>

Op de webkalender vind je interessante scholingen en evenementen van de diverse afdelingen en opleidingsorganisaties.

Reageren op vakbladartikelen? Twitter @KVLONL

Scholingskalender op de KVLO site

Verzoeken tot plaatsing op de KVLO scholingskalender kunnen via onderstaand mailadres worden ingediend. Één van de criteria tot plaatsing van 'externen' is dat de scholing door het registerleraar moet zijn gevalideerd.



Met de qr-scan van de hiernaast afgebeelde code kun je rechtstreeks naar kvloscholing.nl. Qr-apps zijn gratis te downloaden op je mobiel in de verschillende app-stores.

Uitgebreide informatie over alle scholingen/ evenementen? Zie de kalender op de homepage van www.kvlo.nl

Inschrijving via kvloscholing.nl of een verwijzing daarvoor via kvloweb.nl

Contact:

astrid.vanderlinden@kvlo.nl

Pyjamadag



Deze week waren er studenten in de les. Toekomstige collega's die onderzoek verrichten naar wat Slimme Sportkeuze heet. Ik heb het me uit laten leggen en... Tja, ik weet het niet. Ik zie heus wel of iemand talent heeft voor bijvoorbeeld balsporten en daar heb ik echt geen ingewikkelde testen voor nodig. Maar van de andere kant, meten is weten. Soms is dat ook best handig. Ik merkte dat ik ontregeld raakte van die metingen, van studenten die heel doelgericht één klein onderdeelje van mijn leerlingen onder de loep namen. Het was nieuw voor me en ik schaam me een beetje om te bekennen dat ik me een conservatieve, vastgeroeste leerkracht voelde. Ik doe mijn ding in het voortrazende onderwijs van alle dag en daar heb ik het al druk genoeg mee (zucht).

Op mijn nachtkastje lag al een paar weken de biografie van Louis van Gaal. Een ex-collega toch. Ik vind het een rare snuiter, maar wel eentje die me intrigeert. Fascinerend om te lezen – in een van de eerste hoofdstukken – dat hij altijd al zo eigenwijs, betweterig en – in de woorden van zijn beste vriend – pedant is geweest. Met zijn energie en zijn gebrek aan bescheidenheid heeft hij het ver geschopt. Nu ik dit opschrijf, vind ik dat ik 'hét' moet bekennen: ik ben aan het spijbelen. Die studenten, een leerling die zo lastig was dat ik hem wilde slaan, mopperende collega's, ongunstige roosterwijzigingen... Het werd me een beetje teveel. Ik heb een vriend die ik 'de klaploper' noem. Hij werkt niet en heeft daardoor tijd voor alles. Hij heeft tijd voor zijn vrienden (ik niet), tijd voor verdieping (heb ik niet) en tijd om eens een dag weg te duiken in een boek. (droomde ik van) Hij zei: 'Waarom neem je niet een keer een pyjamadag?'

En nu ik hier zit, in mijn pyjama, voel ik me gelukkig en schuldig tegelijk. Gelukkig omdat ik de hele dag al lees over die gekke Louis van Gaal, die me zeer inspireert. Ik weet al wat ik met die lastige leerling ga doen. Ik heb nieuwe lesplannen en ga het anders en beter organiseren. Maar ik voel me desondanks schuldig. Had ik dit niet in mijn eigen tijd moeten doen? Een spijbelende leraar is geen goed voorbeeld.

Ondanks mijn schuldgevoel heb ik toch een kloek besluit genomen. Dit ga ik twee keer per jaar doen! Eigenlijk zou ik het in willen brengen in het team. Een voorstel om iedereen twee keer per jaar een 'vakverdiepingsdag' te gunnen. In te vullen door de persoon zelf. Dus wie een dagje op de hei wil gaan ATB-fietsen, wie wil strandwandelen of iets anders wil doen om de geest op te schonen, die mag dat zelf kiezen.

Maar ik heb mijn geloof verloren in de vastgelopen structuren van het onderwijs. Ik zie al eindeloze commissies die zich gaan buigen over mijn voorstel, de onderwijsinspectie die zich ermee gaat bemoeien. Nee, ik denk dat ik hierin mijn eigen pad volg. Een pad waarop ik, pyjama-held, een zoektocht houd naar mijn eigen functioneren zonder dat er iemand aan me vraagt hoe ik functioneer. Ach, ik heb nog een lijst van boeken die ik zou willen lezen. 'Uitblinkers' van Malcom Gladwell, alle boeken van Dave Eggers, de biografie van Zlatan Ibrahimovic en de laatste onderzoeken naar talentontwikkeling.

Ik heb een topdag. En zin om morgen weer het lawaai in te duiken. Ik ga mijn collega's vertellen over wat ik las, over de oplossingen die ik denk te hebben en die wellicht niet gaan helpen. Ik vraag me ook af wat nu écht het laatste zetje gaf om een dagje te spijbelen. Mijn klaplopervriend? Mijn onvrede? Ja en ja. Maar opeens schiet er ook een artikel te binnen dat ik las. Over Roman Krznaric, een 'denker' uit Engeland. Hij schreef 'The Wonderbox', *Curious Histories of How to Live*. Dat is het boek dat ik op mijn volgende pyjamadag ga lezen.

Mery Graal



DAG VAN HET SPORTONDERZOEK

De vierde editie van deze succesvolle onderzoeksdag heeft plaatsgevonden op donderdag 7 november 2013 in het nieuwe gebouw van Fontys Sporthogeschool in Eindhoven. De organisatie kijkt terug op een geslaagd congres. Met ongeveer 325 deelnemers, een kleine 100 presentaties, ruim 35 uitstekende studenten in de organisatie, twee stevige keynotes en één luchtige *Nacht van het Sportonderzoek*. De dag kende een grote diversiteit aan thema's. Een mooi aanbod aan presentaties op het gebied van bewegingsonderwijs, combinatiefunctionarissen en sporten en bewegen in de schoolomgeving. Daarnaast kwam ook de sociale context van sport ruimschoots aan bod met thema's als Veilig sportklimaat, sociale cohesie, sport & gender. Natuurlijk was er een ruim aanbod met betrekking op het meten en stimuleren van sport- en beweegdeelname en specifieke doelgroepen (senioren, aangepast sporten) en op het gebied van sportbeleid, sportevenementen en de economische aspecten van sport & bewegen. Tot slot was er een aantal presentaties over training/coaching, bewegen & gezondheid, talentontwikkeling en bewegen & cognitie. Alle presentaties en de bijbehorende abstracts zijn beschikbaar via de website van de Dag van het Sportonderzoek.

www.dagvanhetsportonderzoek.nl

DOORKIJKJES FREESPORT

SLO heeft negen verschillende freesporten verzameld op diverse vo-scholen en als 'doorkijkjes' op video gezet: digi rope skipping, freerunning, rollsurfen, discgolf, slingeren, YOU.FO, skiff-roeien, bodyboarden en golfsurfen. Leerlingen gaan daarbij op eigen speelse wijze in op de bewegingsuitdaging van de landschappelijke, stedelijke of sportieve omgeving. Voor de videobeelden zie www.freesport.slo.nl.

BOYMANSPRIJS

Het NKS Boymansfonds stimuleert onderzoekers en studenten in het doen van onderzoek op het gebied van lichamelijke opvoeding, sport en recreatie. Jaarlijks wordt tijdens de Dag van het sportonderzoek de NKS Boymansprijs en NKS Aanmoedigingsprijs voor de beste dissertatie en scriptie uitgereikt. Ben (of ken) je iemand die hiervoor in aanmerking wil komen? Insturen kan tot 15 maart 2014! Kijk voor meer informatie op mulierinsituut.nl/actueel/nieuws

Redactie: Hans Dijkhoff

Lectorale rede Steven Vos in beeld

Op woensdag 6 november is Steven Vos officieel geïnstalleerd als lector Move to Be aan Fontys Sporthogeschool in Eindhoven. In zijn lectorale rede heeft Steven uiteen gezet hoe dit lectoraat wil bijdragen aan het stimuleren en faciliteren van een actieve leefstijl op maat van personen, hun omgeving en de setting waarin ze vertoeven. Dit door middel van het bouwen van bruggen tussen onderwijs, werkveld en onderzoek, waarbij sporten en bewegen én een katalysator zijn voor een gezonde leefstijl én gewoon leuk is. Lectorale rede gemist? Een beeldverslag daarvan is beschikbaar via de website. Dan heb je toch een beetje het gevoel dat je erbij bent geweest. www.fontys.nl/lectoraatmovetobe

Zilveren speld

De afdeling Noord-Holland feliciteert Theo Dam uit Heemskerk met zijn zilveren speld. De jubilaris ontving de speld vanwege vijftig jaar lidmaatschap van de KVLO.

Dam studeerde in '63 af aan de ALO. Toen ging hij werken. De omstandigheden waren niet altijd goed. Zo gaf Dam bij gebrek aan een gymzaal weleens les in een autoshowroom en zelfs in een kroeg. Voor de laatste locatie moest op maandagochtend gebroken glazen van het afgelopen week-end nog weggeveegd worden voordat de gymles kon starten.

Met veel plezier gaf Dam les tot 1998. Het Baandert College was zijn laatste werkplek. Toen vond hij het tijd om plaats te maken voor de jongere garde. Tips voor beginnende leerkrachten heeft hij ook. Dam: "Laat niet over je heen lopen, geef tot de kerstvakantie vol gas dan pluk je daar later de vruchten van".

REUNIE SPALO 1974

Veertig jaar geleden en wel op 5 september 1974 hebben we onze studie weten af te ronden en het diploma MO-P behaald. Na veertig jaar lijkt het ons nu een goede gelegenheid om een reünie te organiseren en eens bij te praten hoe het ons is vergaan als leraar lichamelijke opvoeding. Omdat we geen adressen beschikbaar hebben, plaatsen we deze oproep. De KVLO was uiteindelijk ook het startpunt van deze opleiding. Als je bent geïnteresseerd graag een bericht naar Foppe de Haan (f.haan@planet.nl) en of Gerard Frijling (g.frijling@chello.nl)

LEREN GYMME VAN EEN BEELDSCHERM

SLO heeft samen met een school uit het voorgezet onderwijs vier digigymlessen ontworpen met video-instructie en videofeedback. Het gaat om ringzwaaien, een handbalachtig doelspel 3-2, volleybaloefeningen en volleybalspel 4-4. De vier lessen zijn onderbouwd in het boek Van tikken naar taggen en op video gezet, zie www.bewegingsonderwijs.slo.nl.

→ 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

janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN

→ In samenwerking met Arko Sports Media



Wintersport, outdoor & zeilkampen

www.huski.nl

info@huski.nl

+31(0)30 8000 600

WINTERSPORTREIZEN VOOR SCHOLEN!

Veilig, leuk & leerzaam

Reis in het laagseizoen!

- Tot €100,- p.p. voordeliger
- Het nieuwste materiaal
- Optioneel: stadsbezoek
- Geen wachtrijen
- Meer mogelijkheden

5 daagse
vanaf
€279,-
all in



Ontspannen voorbereiding

Wij nemen zoveel mogelijk werk van u over

Win een halve skidag

Het materiaal gaat al vanuit Nederland mee

Alleen in de accommodatie!

U heeft geen last van andere groepen

U kunt gerust zelf skiën

Onze Nederlandse instructeurs houden de groep van ontbijt tot diner bezig

