

LIChAMELIJKE OPVOEDING

KONINKLIJKE VERENIGING VAN LERAREN LICHAMELIJKE OPVOEDING jaargang 97 - nr. 1 - 23 JAN. 2009



Topic:
Straatcultuur

**Evidence
based practice**

Nationale Sportweek

Contributieregeling



**VERNIEUWD BIJ SCHELDE SPORTS
De 'Blizzard' klimtoeren**

Is ideaal te gebruiken als hoofdtoestel in uw speelplaats. Het kan als vrijstaande toren of als B-vak klimraam gebruikt worden. Het biedt u vele mogelijkheden en is te combineren met diverse losse onderdelen. Nu met nieuwe uitdagende frisse kleuren en slijtvaste kunststof stijlen! U kunt 'de Blizzard' ook bezoeken op onze stand tijdens de Nationale Onderwijs Tentoonstelling van 27 tot 31 Januari.

Vraag vrijblijvend onze catalogus aan
Bel 0115-515100 of mail info@scheldesports.nl
www.scheldesports.nl

**Professionele coaching- en analysesoftware
en de bijbehorende hardware.**



Video in de les, Video in mijn les?

Kost mij dat niet te veel tijd? Kunnen leerlingen zelfstandig met video werken?
Hoe oud moet je zijn voor effectieve video feedback? Waarom zou ik dat in mijn lessen doen? Kan ik ook voorbeelden afspelen? Mijn school kan dat nooit betalen!
Kan ik plaatjes en tekeningen over de video heen leggen? Hoef ik nooit meer een tape heen en weer te spoelen? Kan ik elk moment van de les achteraf vastleggen?

Kan ik gelijktijdig opnames maken en afspelen???

Dus ik kan met één leerling kijken terwijl de anderen door oefenen en opgenomen worden...en dát zie ik dan ook? Altijd? Dat geloof ik niet.

siliconCOACH timeWARP 2

Dat is misschien wel handig

Neem contact op.

Distributie Nederland, België en Duitsland: Visualcoach, Karolusgelden 20, 2353TA Leiderdorp
servicelijn: +316 41767989, info@visualcoach.nl, www.visualcoach.nl



WWW.VISUALCOACH.NL

Science, géén fiction

INHOUD

praktijk ▶

18 ▶ Freerunning in het bewegingsonderwijs / *Maarten Vijfhuize*

22 ▶ Streetsurfing op het waveboard / *Erik Gotjé*

25 ▶ Creavisionair coachen en bewegen (2) / *Tjalling van den Berg*

28 ▶ Van unihockey naar floorball, van spel naar sport (3) / *Jorg Andrée*

31 ▶ Materiaalgebruik bij floorball / *Henk Schuster*



rubrieken ▶

05 | Eerste pagina

10 | Leuk, lichamelijke oefening op Nova Zembla

40 | Van het hoofdbestuur, de contributieregeling

41 | Column, Mery Graal

42 | Gelezen

43 | Van bureau VAS, Actieplan Leerkraft (1)

44 | Boeken

44 | Scholing

46 | Laatste pagina

47 | Aankondiging tevredenheidsonderzoek

47 | Afdelingen

topic ▶

Straatcultuur

We kennen skaten, boarden, enzovoort. Daar komen nu ook activiteiten bij als streetsurfing en freerunning. Op welke wijze kunnen we aanhaken bij de belevingswereld van de jeugd en zaken die zij belangrijk vinden binnen de gymless halen? Laten we onze eigen straatcultuur echter niet vergeten, want daarin zit ook veel waarde. Daarom ook aandacht voor onder andere sliertentik en stoepranden. En om ervoor te zorgen dat er gespeeld kan worden rond de school een voorbeeld van een project om de speelruimte in te richten.



06 ▶ Buitenspelen, de wereld die van kinderen hoort te zijn / *Jorg Radstake*

11 ▶ SLO veldaanvraag 'streetsport' / *Ger van Mossel*

12 ▶ Van schoolpein tot speelplaats / *Guus Klein Lankhorst*

18 ▶ Freerunning in het bewegingsonderwijs / *Maarten Vijfhuize*

22 ▶ Streetsurfing op het waveboard / *Erik Gotjé*



en verder ▶

33 ▶ Gym tussen wens en werkelijkheid / *Lars Borghouts*

38 ▶ Studenten zijn ons goud / *NISB*



KVLO

webkring

FOTO OMSLAG: ANITA RIEMERSMA

FOTO OMSLAG PRAKTIJKKATERN: MICKY LUNGE



Hogeschool van Amsterdam



Laat je inspireren voor een leven lang leren!

Schrijf je nu in voor:

- Methodiek ALSS
- Coachvaardigheden voor LO'ers
- Mentale training in sport
- EHBSO opfriscursus
- Vitaal lesgeven

Expertisecentrum Sport & Gezondheid
Deskundigheid in beweging

www.hva.nl/esg

Is coaching jouw sport?

Fontys Sporthogeschool komt voor haar Team Sport Zakelijk graag in contact met:

Stagebezoekers

en

Gastdocenten Motorisch Remedial Teaching

Voor haar posthbo-opleiding *Vakbekwaam Bewegingsonderwijs*
Op basis van flexibele inzet en voor diverse locaties in Zuid-Nederland.

Kijk voor meer informatie op

www.fontys.nl/sporthogeschool/vacatures



10-10-2010



Veel verzekeringsvoordeel voor KVLO leden!

Speciaal voor KVLO leden is er veel voordeel te halen op alle verzekeringspremies. Zo is er een exclusief KVLO-verzekeringspakket samengesteld voor alle schadeverzekeringen en er is ook een zeer voordelige ziektekostenverzekering. Minimaal 20% korting op de bruto schadeverzekeringspremie en nog 12% pakketkorting mogelijk!

Kijk snel op
www.kvloverzekerings.nl
voor alle informatie
of bel 023 - 751 00 00.



www.kvloverzekerings.nl

KVLO verzekeringen is een samenwerking tussen Elswout AssurantieGroep en de KVLO

Goede voornemens

EERSTE PAGINA
DOOR GERT VAN DRIEL



Als u dit leest is de kerstvakantie reeds enige tijd voorbij en zitten wij al weer volop in het ritme van werken en lesgeven. Toch wensen hoofdbestuur en staf van de KVLO u nog het allerbeste voor dit nieuwe jaar. En ik hoop dat u, net als ik, goede voornemens heeft als het gaat om het bewegingsonderwijs en de KVLO. Ik doe een voorzet op drie terreinen.

Beroepsregistratie

Als eerste de mogelijkheid om u te laten registreren als leraar in het beroepsregister van de KVLO. Vanaf dit jaar zullen de eerste leraren die ingeschreven staan in het initieel register de overstap maken naar inschrijving in het beroepsregister. Dit betekent dat deze collega's in een periode van twee jaar tenminste 60 uur hebben besteed aan activiteiten in het kader van scholing en 'bijblijven' in het beroep.

Inmiddels zijn meer dan 600 leden ingeschreven en zijn nu ook andere vakverenigingen druk bezig met de inrichting van een register.

De KVLO heeft voorop gelopen bij de ontwikkeling van het registerleraarschap door als eerste vakvereniging deze mogelijkheid aan haar leden te bieden. Dat bleef niet onopgemerkt in de media. Zowel het AD als Trouw besteedde rond de jaarwisseling aandacht aan het (KVLO-) register.

Op 5 december jl. heeft minister Plasterk een brief naar de Tweede Kamer gestuurd waarin hij meldt dat voor vrijwel alle vakken in het voortgezet onderwijs registratie

wordt voorbereid en dat ook door het mbo en PO interesse wordt getoond voor deze mogelijkheid.

Kwaliteit van onderwijs staat of valt met de kwaliteit van leraren. Voortdurende scholing is daarbij een 'must'. Schrijf u dus in in het register en stimuleer collega's hetzelfde te doen. Als leraren laten we daarmee zien dat kwaliteit van onderwijs ons een zorg is en wij ons aandeel daarin willen leveren.

Lidmaatschap KVLO

Minstens even belangrijk is het lidmaatschap van de KVLO zelf. Nog steeds komt het voor dat leraren bewegingsonderwijs bij ons aankloppen om geholpen te worden, terwijl zij geen lid zijn. Het kan daarbij gaan om een beschuldiging van verwijtbaar professioneel handelen waarbij schade is ontstaan bij een leerling, om een aanklacht wegens ongewenste intimiteit of een arbeidsconflict met de werkgever.

Juist in een risicoberoep past het professionals om goede voorzorgsmaatregelen te treffen. Ook vanuit het oogpunt van kwaliteit van onderwijs is lidmaatschap van een vakvereniging een belangrijke zaak. Door het lezen van het blad, de website en de nieuwsbrieven blijf je op de hoogte van belangrijke ontwikkelingen, veranderde regelgeving en krijg je inspirerende ideeën aangedragen voor vernieuwing van de praktijk. Wijs collega's die nog geen lid zijn hierop.

Samen met andere vakverenigingen van het platform VVVO (vakverenigingen in

het VO) voeren wij de komende weken campagne om lid te worden van een vakvereniging. Het motto daarbij is: "Als je het onderwijs serieus neemt dan word je lid van een vakvereniging".

Medezeggenschapsraad

Het laatste goede voornemen dat ik wil noemen heeft betrekking op de medezeggenschap op scholen (of boven-schools bij besturen).

De besluitvorming over de inrichting van het onderwijs en de arbeidsomstandigheden ligt steeds vaker bij de medezeggenschapsraden. Zo zal de regeling voor werkdrukvermindering (zoals deze nu is opgenomen in het onderhandelaarsakkoord voor de CAO-VO) alleen geëffectueerd kunnen worden door het maken van afspraken op instellingsniveau en per schoolbestuur. Dus is het voor een sectie van een school of voor een vakgroep van groot belang om vertegenwoordigd te zijn in de MR of GMR. Maak daarom op sectieniveau of per vakgroep afspraken zodat er een permanente vertegenwoordiging is.

Drie goede voornemens om bij te dragen aan beter en meer bewegingsonderwijs. Welke kiest u?

COLOFON

LICHAMELIJKE OPVOEDING is een uitgave van de Koninklijke Vereniging van Leraren Lichamelijke Opvoeding (KVLO)

Redactie: Hans Dijkhoff (hoofdredacteur) Maarten Massink (praktijkredacteur) Jacqueline Tangelder (redactiemedewerkster) **Redactieraad:** Hilde Bax, Marianne van Bussel, Bert Boetes, Lars Borghouts, Danny van Dijk, Ernst Hart, Mark Jan Mulder, Chris Mooij, Eric Pardon, Jorg Radstake. **Redactieadres:** KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, e-mail: redactie@kvlo.nl
Abonnement Lichamelijke Opvoeding: Jaarabonnement € 60,- (buitenland € 80,-) Losse nummers € 3,- (excl. verzendkosten)
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
Versijningsdata 2009: 23 jan., 13 feb., 6 maart, 27 maart, 17 april, 15 mei, 5 juni, 3 juli, 21 aug., 11 sep., 25 sep., 2 okt., 23 okt., 13 nov., 4 dec. **Druk:** Drukkerij Giethoorn Ten Brink, Postbus 41, 7940 AA Meppel. Tel.: 052 285 5111. **Vormgeving:** FIZZ new media solutions, Stationsweg 44a, 7941 HC Meppel. Tel.: 052 224 6162. **DTP:** Marleen van Dokkumburg, Drukkerij Giethoorn Ten Brink. 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. Mededelingen vanwege de vereniging en artikelen, die het beleid van de vereniging raken, zijn voor verantwoordelijkheid van het hoofdbestuur. **Dagelijks bestuur KVLO:** G. van Driel, voorzitter - mw. drs. B. Zandstra, secretaris - mw M. G. van Bussel, penningmeester - H.K. Evers - e-mail: bestuur@kvlo.nl **Secretariaat Thomas Groepering:** Drs F. Huijboom, P. Potterstraat 26, 5143 GX Waalwijk, tel.: 041 633 3022, e-mail: fred.huijboom@wxs.nl **Ledenadministratie:** abonnementen en personeelsadvertenties: KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, fax: 030 691 2810, e-mail: ledenadm@kvlo.nl site: www.kvlo.nl. Opzeggingen dienen aangetekend te geschieden vóór 1 december van het lopende jaar (kandidaatleden vóór 1 augustus). De opzeggingen worden door de KVLO bevestigd. Contributie KVLO: zie de website of neem contact op met onze ledenadministratie **ISSN-nummer: 0024-2810 Telefoon: ledenadministratie 030 693 7676, algemeen 030 692 0847. Bezoekadres:** Zinzendorflaan 9. **De afdeling rechtspositie is bereikbaar maandag en dinsdag van 12.30 tot 16.30 uur en vrijdagmorgen van 9.30 tot 12.30 uur, 030 693 7678** e-mail: irp@kvlo.nl

Buitenspelen, de wereld die van kinderen hoort te zijn

We hebben net kerstvakantie gehad. Toch start ik met een zomervakantieverhaal, want ik ben van mening dat dit verhaal exemplarisch is voor hetgeen op veel vakantiebestemmingen plaatsgevonden heeft. Heel veel kerstreizen gaan ook naar zonbestemmingen. Het geldt dan ook als voorbeeld van hoe de meeste ouders, in dit geval vaders, goedwillend een bijdrage willen leveren aan de spelontwikkeling van hun kind(eren).

Door: Jorg Radstake

De betrokkenheid van ouders is natuurlijk lovend en draagt natuurlijk bij, maar bij een (na de vakantie) dreigend tijdgebrek zullen kinderen zelf in staat moeten zijn te spelen. Alle schoolgaande jeugd moet in hun onderwijstijd al zoveel (leren)! Mogen ze nu niet hun eigen spel ontwikkelen en daarbij de standaard regels van het spel loslaten? Zonder toezicht van volwassen beïnvloeders neemt het buitenspelen van kinderen een belangrijke plaats in bij de ontwikkeling van ieder jong individu.

zonovergoten voorbeeld

Zomaar een zonnige dag en de ligstoelen bij het zwembad zijn al in alle vroegte helemaal met handdoeken bedekt. Ieder gezelschap z'n 'eigen' territorium. Alle, bij het zwembad gemaakte vakantiefoto's, beschikken over nagenoeg dezelfde achtergrond. Alleen na de wisseldagen hebben de 'blanke' nieuwkomers de 'vaste' plekken van de vertrekkers ingenomen en ontstaat er tijdelijk een afwijkend beeld. In de loop van de ochtend wordt dit stilleven doorbroken met het kriskras door elkaar bewegen van families. Kinderen nemen veelal het eerste initiatief om met papa in het water te gaan, die gewillig aan dit verzoek voldoet. Eenmaal in het water wordt het initiatief in het spel overgenomen en bepaalt vader de regels van het spel. Op aangooien van zoon- en/of dochterlief wordt papa in staat gesteld zijn Van der Sar-duik te showen. Als uiteindelijk de rollen ook nog even omgedraaid worden, worden alle (voor vader geldende) regels tot standaard gemaakt. Zo hoort het en niet anders!

een generatiekloof?

Je hoeft niet eens zo oud te zijn om de ontwikkelingen in de laatste twee decennia te kunnen plaatsen ten opzichte van de afname van het buitenspelen. Want je kunt je aan de hand hiervan terecht of onterecht afvragen hoe het in vredesnaam mogelijk is dat wij (ik

behoor inmiddels ook tot de groep dertigers) ons met buitenspelen hebben kunnen vermaken. Volgens de theorieën van de huidige generatie kinderen, politici, bekende Nederlanders en producenten zouden we toch al lang verveeld moeten zijn. Wij hadden immers géén playstation, nintendo, X-box, 64 televisiezenders, dvd, eigen platte televisie, computer of draadloos internet met MSN en Hyves. Wij speelden heel veel buiten met onze vrienden! Ook kregen wij géén Cruyff-courts, half-pipe of Richard Krajicek-playgrounds in de wijk. Wij maakten gebruik van de minimale accommodatie; speelden in het plantsoen, op straat of op het veldje van de plaatselijke voetbalvereniging! Als we het oneens waren, scholden we elkaar eens flink uit om vervolgens met andere regels verder te spelen. Op een verjaardagsfeestje lieten we ons niet vermaken door een mevrouw van de McDonalds. We gingen gewoon met de picknickmand het bos in, namen een bal mee en vergaten tussendoor vaak zelfs nog de meegebrachte lekkernijen op te eten. Pedagogisch verantwoord speelgoed maakten we zelf; met stokken sloegen we naar ballen, we bouwden zeepkisten en merkten pas onderaan de berg dat we de rem vergeten waren. Wij hadden vrijheid, mislukkingen, eigen succes en verantwoordelijkheid. Wij hebben moeten leren daarmee om te gaan. Dat heeft ervoor gezorgd dat onze generatie veel mensen voortgebracht heeft die problemen op kunnen lossen, innovatief bezig zijn, daarbij risico durven nemen en instaan voor de gevolgen. Natuurlijk ben ik met bovenstaande op zoek gegaan naar het (absolute) contrast en geldt het niet voor iedereen.

Maar ... kunnen we het waardevolle van toen aan de kinderen van nu ook meegeven?

buitenspelen bevorderen is een noodzaak

In de media valt regelmatig te lezen dat de huidige generatie kinderen steeds dikker wordt, te weinig beweegt en amper meer buiten speelt. Vanuit diverse onderzoeken blijkt echter dat buitenspelen een positieve invloed heeft op de ontwikkelingen van het kind. Zo prikkelt het de fantasie, is het goed voor het opdoen van sociale vaardigheden, het stimuleert de motoriek en is de buitenlucht bevorderlijk voor de gezondheid. Het is dus zelfs van eminent belang dat kinderen buitenspelen en (bij voorkeur) samen met andere kinderen bewegingsactiviteiten spelen!

speelruimte

Het is dus duidelijk dat er iets moet gebeuren en er zit ook wel beweging in. Zo is de actie 'Ik wil buitenspelen' erop gericht speelplekken te realiseren voor de 500.000 kinderen in Nederland die niet of nauwelijks veilig buiten kunnen spelen. Dat kinderen niet buitenspelen heeft niet alleen de technologische revolutie als oorzaak, maar er is in de meeste plaatsen ook te weinig ruimte beschikbaar waar kinderen veilig buiten kunnen spelen. Volgens de 3%-norm van het VROM moeten er nog zo'n 27.000 voetbalvelden aan speelruimte bij komen. Stichting Jantje Beton, die opkomt voor

de speelkansen van kinderen in Nederland, participeert in deze actie. Voor een goed initiatief (bijv. realisatie van een speeltoestel in de wijk) kun je zelfs een bijdrage van deze stichting ontvangen. Natuurlijk is het belangrijk dat kinderen over een veilige en verantwoorde locatie beschikken, maar dat is mijn inziens niet voldoende om het buitenspelen te bevorderen. Ook zullen zij met een breed scala van bewegingsactiviteiten, die in het buitenspelen gedaan kunnen worden, kennis moeten maken. Hierbij kunnen wij ons als beïnvloeders op het gebied van bewegen mee (gaan) bemoeien. Dit was onder andere de aanleiding om afgelopen cursusjaar ('07/'08) samen met een drietal studenten met dit onderwerp aan de slag te gaan en op een tweetal studiedagen een workshop te verzorgen, waarmee groepsleerkrachten handvatten krijgen invulling te geven aan het buitenspelen van de (school)kinderen. Het vervolg van dit artikel is een weergave van de uitkomsten van onze pilot.

waar moeten de activiteiten aan voldoen?

Veel activiteiten, die buiten gespeeld worden, gaan van kind op kind en van generatie op generatie over. In gesprekken met ouderen (in ons geval groepsleerkrachten) ontstaat vaak een glinstering in de ogen als we hun vragen terug te denken aan de tijd dat ze samen met vriendjes en vriendinnetjes buiten speelden. Een prachtig mooie en gezellige tijd! Tussen de verschillende leeftijdsgroepen merken we echter dat de activiteiten wel aangepast zijn. Door het, aan de hand van een gemeenschappelijk kader (zie bijlage 1), terugblikken op deze jeugdherinneringen komen we erachter dat naast de naam ook vaak de regels van het spel veranderd zijn. Maar met net zoveel beleving wordt nog steeds deelgenomen aan de activiteiten van vroeger (zie bijlage 2).

	Waar deed je dat? Wat had je daarbij allemaal aan materialen nodig?
	Wat was je bedoeling van de activiteit?
	Met welke, samen afgesproken, regels werd er gespeeld?

Bijlage 1: jeugdherinneringen als startpunten – het gemeenschappelijk kader

Kinderen in een wijk in Rotterdam



Activiteit: Tik 'm erdoor

Groepsleerkrachten tijdens de workshop 'Samen kindvriendelijk buitenspelen' op de landelijke studiedag van 't Web i.s.m. Bewegen Samen Regelen (vrijdag 30 mei te Zwolle)



Activiteit: Slingertikkertje



Activiteit: "Stand in de mand en de bal is voor"



Bijlage 2: buitenspelen door jong en oud

Binnen het (verplichte) bewegingsonderwijs weten we als (vak)leerkracht meestal wel wat geschikte activiteiten zijn. Binnen het buitenspelen kunnen we eigenlijk zeggen dat alle activiteiten, die door de kinderen zelf 'bedacht' zijn, geschikt zijn. Het buitenspelen zie ik namelijk als afgebakend terrein van kinderen, waarbij wij onze kennis alleen op verzoek van hen (dus vraaggestuurd) mogen inbrengen. Eigenlijk zouden we dus alleen het proces van het 'bedenken van activiteiten' zelf moeten begeleiden. Een enorme kennis aan bewegingsactiviteiten is hierbij niet of nauwelijks noodzakelijk en kan dus ook door bijvoorbeeld een groepsleerkracht geschieden. Bij de procesbegeleiding kunnen we de oproepbaar- en uitbouwbaarheid als leidende begrippen nemen. Zo stel ik (op dit moment) dat onder oproepbaarheid de volgende punten, die er onder andere voor zorgen dat het spelprobleem oproepbaar is (en dus opgelost kan worden) noodzakelijk zijn:

- het moet aansluiten bij het beleavingsaspect van de kinderen (startend bij leeft'it)
- de activiteit moet laagdrempelig zijn: qua accommodatie, materiaal, locatie, etc. (niet teveel voorwaarden, die als barrière kunnen fungeren)
- aan de activiteit kan door een breed 'publiek' kinderen deelgenomen worden: verschillende leeftijden, meerdere (beweeg)niveaus samen, etc. (zelfs eventueel met aangepaste regels)
- en kan zonder begeleiding van 'deskundige' gespeeld worden: ouder, vak- en/of groepsleerkracht, overblijfmoeder, gastouder, etc.

Daarnaast blijken voornamelijk die activiteiten bij buitenspelen geschikt, die in de evolutie ervan steeds aangepast en uitgebouwd konden worden.

Voor de uitbouwbaarheid van activiteiten dient voldaan te worden aan de volgende punten:

- start met een relatief open opdracht/spelbedoeling -> vrijheid bij kinderen laten, die voor een eigen invulling ervan zorgen (er zijn meerdere wegen, die naar Rome leiden)
- vul dit aan met alleen die spelspecifieke regels, die noodzakelijk zijn de activiteit in de eenvoudigste vorm te kunnen spelen (de basisregels).

welke activiteiten zijn dus geschikt?



FOTO: INTERNET

Foto 1: schommelen

Natuurlijk kunnen alle domeinen (atletiek, bewegen & muziek, turnen, etc.) vanuit de lessen bewegingsonderwijs een plek innemen bij het buitenspelen van kinderen. Zo is het natuurlijk mogelijk om op een eenvoudige en goedkope wijze een schommelpark te creëren, waarbij kinderen zelf (en vraaggestuurd) op zoek kunnen gaan naar onder andere de principes van het schommelen. Vanuit ervaring krijgt de schommel echter vaak een andere bestemming (klimmen, als tol opwinden, etc.) dan waarvoor hij in eerste instantie bedoeld is. Dat is mijn inziens de kracht van een kindvriendelijk speeltoestel. Door het goed observeren en bevragen van kinderen komen we er achter dat de meeste activiteiten tot het domein spel behoren. Ze voldoen vaak aan de hier boven genoemde punten, maar misschien nog wel belangrijker is dat spel voor veel kinderen uitdagend is en dat door enkele eenvoudige aanpassingen uitdagend blijft. De volgende deelgebieden (zie pag. 9) worden als zeer geschikt geacht. Daarbij worden onder andere de aangegeven activiteiten genoemd.



Bijlage 3: concept ansichtkaarten

uitwisseling van activiteiten (databank en ansichtkaarten)

Natuurlijk is het van enorm belang dat alle landelijke, regionale, plaatselijke en buurtgerichte acties, die ervoor moeten zorgen dat kinderen de ruimte krijgen zich buitenspelen te ontwikkelen, gecontinueerd worden. Daarnaast moeten de beïnvloeders van de kinderen (onder andere de ouders/verzorgers, groepsleerkrachten en gymdocenten) hun kinderen blijven stimuleren zélf activiteiten te bedenken en te gaan spelen.

Als initiator kunnen zij beweging brengen in het actief buitenspelen. Maar natuurlijk is de wederzijdse beïnvloeding van kinderen onderling de belangrijkste drijfveer om buiten te gaan spelen. Het zou daarom een goed initiatief zijn om een databank met alle, door kinderen, bedachte activiteiten vorm te geven. Het plan van de Calo (Zwolle) is dan ook om dit binnen de methode Bewegen Samen Regelen een plek te geven. Via een interactieve manier hopen we dat ze elkaar gaan beïnvloeden. Een maandelijkse uitga-



Ansichtkaart stoepranden

ve van een ansichtkaart (zie bijlage 3) met 'dé activiteit van de maand' moet vervolgens als katalysator en beloning gaan fungeren. Daar waar afgelopen cursusjaar voornamelijk als pilot gold, zullen we (naar alle waarschijnlijkheid) in het cursusjaar 2008/2009 voor een verdere invulling zorgen. Natuurlijk zullen we samen met kinderen invulling proberen te geven aan dit vooralsnog onderontwikkelde terrein.

Jorg Radstake is docent aan de Hogeschool Windesheim afdeling Calo.

Met dank aan: Henriëtte de Kleuver, Robin Kooistra en Michel Verkade (projectgroep buitenspelen) bij het inhoud geven aan dit (vooralsnog) onderontwikkelde terrein (op activiteitsniveau) en hun onmisbare ondersteuning bij het verzorgen van een workshop op een tweetal studiedagen (Zwolle en Eindhoven).

deelgebied	Subgroep	voorbeeld activiteit
1) tikspelen	a. met de hand b. met een voorwerp (bal)	Slingertikkertje Lummelen met tik
2) verstoppelen	a. verstopte voorwerpen vinden b. verstopte kinderen vinden c. verstopte kinderen vinden én buutvrij halen	Tennisbal zoeken (jongste kinderen) 10 tellen in de rimboe Ballentrap/buskrut (oudere kinderen)
3) doelspelen	a. rollend b. werpend c. voetballend (schoppend)	'Stand in de mand en de bal is voor' Gooi 'm d'r in (basket) Uit de lucht scoren/ elven (doel)



Foto's: Jorg Radstake

Correspondentie:

jorg.radstake@windesheim.nl

Lichamelijke oefening op Nova Zembla in 1596

Bewegen is belangrijk. Dat wordt ons tegenwoordig keer op keer voorgehouden. Dat het ook van levensbelang kan zijn vertelt het volgende verhaal. Door: Eduard Breitenstein



Afbeelding van onze poging om de sleep blaas te maken voor de tocht naar huis. We waren daar de lange kan zo uitgeput en kracheloos, dat we de sleep niet naar het huis konden slepen. We gaven de moed bijna op, en overleden dat we daar zouden moeten blijven, omdat we te zwak waren om te werken

De tochten van Willem Barentsz en Jacob van Heemskerck zoals opgetekend door Gerrit de Veer (SUN) Nijmegen, 1996.

De meeste Nederlanders hebben wel eens gelezen over 'De overwintering op Nova Zembla', het verhaal van een handjevol mannen, dat aan het eind van de zestiende eeuw onder erbarmelijke omstandigheden, belaagd door ijsberen en enorme kou, een lange donkere poolwinter in 'Het Behouden Huys' heeft doorgebracht.

lang geleden

Het is nu ruim vierhonderd jaar geleden, dat in de zomer van 1596 twee kleine schepen naar het hoge Noorden vertrokken, om te proberen via de wateren ten noorden van Rusland het Verre Oosten te bereiken.

Eén schip wist naar de thuishaven terug te keren, het andere raakte bij de noordpunt van Nova Zembla op 76° noorderbreedte in het ijs vast.

Voor Willem Barentsz, Van Heemskerck en de vijftienkoppige bemanning begon toen de overwintering in een zelfgemaakte hut. Eén van de overwinteraars, Gerrit de Veer, schreef een boek over hun belevenissen.

Op zijn verhaal is bijna al onze kennis over het barre avontuur gebaseerd.

En wat is nu voor ons, mensen uit de 21^{ste} eeuw die zich bezighouden met lichamelijke opvoeding en bewegen, vier eeuwen na deze tocht, zo interessant?

Na de hele zonloze winter opgesloten te zijn geweest in het Behouden Huys liet de schipper in april, toen het wat warmer was geworden, zijn mannen buiten regelmatig oefeningen doen om weer wat sterker en leniger te zijn voor de zware tocht terug. Ik citeer het Dagboek:

3 april 1597 - *Mooi helder weer met een n.o. wind. We maakten een kolf om mee te kolven en ons lichaam in beweging te houden.*
Op 29 april - *Mooi helder weer met een zwakke z.w. wind. We oefenden met kolven en sloegen de bal naar het schip en weer terug naar het huis, voor de lichaamsbeweging.*

Tenslotte op 15 mei - *Mooi helder weer met een westenwind. De mannen werden naar buiten gestuurd om zich te oefenen met kolven, hardlopen, springen of wat ze maar wilden.*

Begin juni begonnen ze met de voorbereidingen voor de thuisreis. Ze vertrokken op 14 juni met twee open boten. Na 2000 kilometer (!) zeilen, roeien, vaak de boten over het ijs sleurend, kwamen ze op 2 september aan in Kola in Noord-Rusland, waar een Hollands schip lag dat de twaalf overlevenden aan boord nam. Op 1 november 1597 waren zij na anderhalf jaar weer terug in Amsterdam.

Ook Willem Barentsz onderkende reeds het belang van bewegen! Helaas heeft hij zelf de reis niet overleefd. In Noord-Noorwegen in het plaatsje Vardo gelegen aan de Barentszee zag ik indertijd in een museum nog allerlei voorwerpen, die de herinnering aan deze ongelooflijke reis levend hielden.

Correspondentie:

redactie@kvlo.nl

SLO-veldaanvraag 'streetsport'

In 2009-2011 draait de SLO samen met enkele scholen uit het voortgezet onderwijs de veldaanvraag 'Streetsport'. Het doel van deze veldaanvraag is dat de deelnemende scholen hun leerlingen proberen te stimuleren tot deelname aan 'streetsport-achtige activiteiten'. Het project staat nog geheel in de kinderschoenen.

Door: Ger van Mossel

Inmiddels hebben drie scholen zich aangemeld: Insula College te Dordrecht, Oranje Nassau College te Zoetermeer en het Thomas a Kempis te Zwolle. Voor deze veldaanvraag die doorloopt tot 2011 is nog ruimte voor nieuwe scholen. U kunt zich aanmelden bij de SLO. Voor e-mail-contact zie onderaan dit artikel.

achtergrond

Jongeren zijn vaak te weinig actief omdat de directe omgeving hen daartoe te weinig uitdaagt. Tegelijkertijd zijn er jongeren die allerlei, soms extreem onveilige, beweegmogelijkheden ontdekken, zoals Urban Running. Streetsport maakt deel uit van de bewegingscultuur en is steeds meer in opkomst. Mogelijkheden om veilig te bewegen en plezier in bewegen te hebben, dicht bij huis en dicht bij school, worden vaak nog te weinig gezien en gebruikt. Jongeren die wel aan streetsport-achtige activiteiten deelnemen doen dit vaak op een onveilige manier. Voor het vak lichamelijke opvoeding ligt hier een nieuwe uitdaging.

ambitieuze einddoel

De SLO heeft een ambitieuze einddoel gesteld: de SLO wil in mei 2011 samen met een aantal scholen en lokale en landelijke partners de 'Street Sport Schoolweek' organiseren voor leerlingen in de onderbouw van het voortgezet onderwijs.

Het idee is dat in deze week zo veel mogelijk lessen lichamelijke opvoeding in de directe omgeving rondom de school worden gegeven. Hiertoe willen we samen met scholen lesmaterialen/lesideeën ontwikkelen en uitproberen voor straatsporten, zoals streetvolley, streettennis, breakdance, skaten, streetturnen, urban running en mountainbiken op straat.

werkwijze

Voor 2009 is het doel om met de deelnemende scholen de eerste ideeën te ontwikkelen en ervaringen op te doen. Het gaat hierbij om het ontwikkelen van lessen zowel in de zaal als buiten. Immers streetsportachtige activiteiten kunnen prima in de zaal worden geïntroduceerd. Er wordt hierbij steeds gedacht aan de eigen schoolse situatie. In mei 2010, bijvoorbeeld tijdens het Centraal Schriftelijk Examen (CSE), wordt de Street Sport Schoolweek door het netwerk uitgeprobeerd.

De scholen willen leren van elkaars ervaringen. De netwerkbijeenkomsten worden per toerbeurt op de scholen zelf gehouden. Deelnemende scholen worden tijdens de netwerkbijeenkomsten vertegenwoordigd door een of meerdere docenten lichamelijke opvoeding. Tijdens deze netwerkbijeenkomsten worden ervaringen

uitgewisseld en ideeën ontwikkeld. Het gaat hierbij vooral om het geven van praktijkvoorbeelden, indien mogelijk met leerlingen, naar elkaar. De aangereikte ideeën worden binnen de eigen vaksectie verder uitgewerkt. Tot mei 2011 wordt de veldaanvraag op lokaal en landelijk niveau doorontwikkeld met een aantal lokale en landelijke partners.

Op lokaal niveau wordt bijvoorbeeld gedacht aan het samenwerken met een sportservice bureau en het inzetten van combinatiefunctionarissen. In de tweede helft van 2011 wordt het project afgesloten.



beoogde opbrengsten

- formuleren van criteria en opdoen van ervaringen met veilig bewegen bij streetsporten
- ontwikkelen van lesplannen voor een aantal streetsporten
- ontwikkelen van lesmaterialen/instrumenten voor 'streetsport-oriëntatie' en 'streetsportkeuze'
- ontwikkelen van een draaiboek voor het organiseren van een Street Sport Schoolweek op lokaal niveau
- samenstellen van een 'gesloten' community voor de netwerkscholen. In het cursusjaar 2010-2011 wordt de community omgebouwd tot de website 'Streetsport'
- ontwikkelen van een marketing & communicatie traject voor het organiseren van de Streetsport Schoolweek op landelijk niveau.

Correspondentie:

g.vanmossel@slo.nl

Van schoolplein tot speelplaats

‘Shoot for the moon, if you miss you will land among the stars.’ Met dit motto in het achterhoofd is onze droom werkelijkheid geworden. Er was een groot kaal schoolplein voor 400 kinderen met een zandbak die onder water stond en een kapotte glijbaan. Nu twee jaar later en 50.000 euro verder staat er een prachtig en kleurrijk kindvriendelijk speelplein. Wilt u ook zo iets voor uw basisschool lees dan dit artikel.

Door: Guus Klein Lankhorst

het geheim

Het is de Brederoschool in Groningen gelukt om veel geld los te krijgen voor een attractiever schoolplein. In het kader van het BAS-project (Bouwen aan een Adaptieve School) was één van de doelen het verbeteren van het schoolplein. Zodoende werd de speelpleincommissie opgericht bestaande uit vijf personen: de directeur van de school, de vakleerkracht LO, een ouder die gespecialiseerd is in communicatie, een ouder die financieel deskundig is en ondergetekende. Zij gingen aan de slag met het schrijven van een projectplan. Aan de hand van een degelijk format ontstond er een professioneel plan. Vervolgens is dit plan opgestuurd naar subsidieverstrekkers, fondsen en mogelijke sponsors. Na een paar acties van de school om geld binnen te halen werden grote bedragen voor ons plan gereserveerd. Het geheim is dus een goed plan schrijven, zelf initiatieven nemen en je er in vastbijten als een pitbull. Vraag niet om geld maar om kennis, netwerken, diensten of materialen. Als ze het een goed plan vinden komt het geld vanzelf.

het doel

Met een attractiever schoolplein bereik je alle leerlingen en wordt een basis gelegd voor een levenlang bewegen (toename fysieke activiteit). Met als bijkomend voordeel het bevorderen van de gezondheid (voorkomen van overgewicht/ obesitas) en afname van pestgedrag ('kinderen die zich vervelen worden vervelend'). Daarnaast blijkt uit onderzoek dat leerlingen die positieve bewegingservaringen opdoen meer zelfvertrouwen hebben. Tevens is de kans groter dat ze lid worden van een sportvereniging. Voorwaarde is dan wel dat je aansluit bij het interessegebied van de jeugd. Hiervoor is een enquête afgenomen bij de leerlingen met als uitslag dat ze graag een groot klimrek, een rekstok en een tafeltennistafel zouden willen hebben. Een kindvriendelijk speelplein leidt tot toe-

name van sociale contacten. Door dit speelplein wordt de leefbaarheid van de buurt verbeterd en neemt het aantal spelmogelijkheden voor de buurtkinderen op een veilige manier toe. Het geeft een sportief imago aan de school. Het sluit aan bij de doelstelling van de Alliantie School en Sport (een samenwerkingsverband van VWS, OCW en NOC*NSF) om bij 90% van de scholen een dagelijks sport- en beweegaanbod te realiseren. Het plein is goed bereikbaar voor gehandicapten. Ten slotte wanneer de school moet gaan zorgen voor volledige opvang van de leerlingen vanaf 2008 is een dergelijk speelplein een welkome aanvulling.

het projectplan

Belangrijk is dat je bij een subsidieaanvraag een projectplan indient waarbij je systematisch aandacht schenkt aan de vragen die bij de beoordelaar op kunnen komen. Onze subsidieverstrekkers gaven aan dat ze de informatie volgens het volgende format aangeleverd kregen:

- 1 Algemene projectgegevens
 - 1.1 Projectidentificatie
 - 1.2 Gegevens van de aanvrager
 - 1.3 Projectplan
- 2 Aanleiding en doelstelling van het project
 - 2.1 Aanleiding
 - 2.2 Probleemverkenning
 - 2.3 Krachtenveld
 - 2.4 Doelstellingen
 - 2.5 Projectresultaat
 - 2.6 Interactiviteit
 - 2.7 Voortgangsbewaking
 - 2.8 Oplevering
- 3 Plan van aanpak en beheersing
 - 3.1 Projectactiviteiten/fasering
 - 3.2 Projectorganisatie
 - 3.3 Tijd
 - 3.4 Middelen/geld
 - 3.5 Risicoanalyse/SWOT
- 4 Bijlagen

communicatieplan

Een goed communicatieplan is van wezenlijk belang. Hierin werden de volgende vragen beantwoord: Wie willen we bereiken met onze communicatie (doelgroepen)? Wat willen we per doelgroep bereiken (doelstelling)? Wat willen we per doelgroep vertellen (boodschap)? Welke middelen/media gebruiken we hierbij (middelen/ media)? Hoe benaderen we wanneer de doelgroepen met welke boodschap en met welke middelen (planning/ strategie)? Wie doet wat, zowel intern als extern (organisatie)? Wat kost het (financiën)? Vooral bij het communicatieplan kregen we gratis 20

financieel overzicht

Inkomsten

Acties vanuit de school	Bedrag
Eigen middelen school	€ 3.800,=
Stichting Bredero Middelen	€ 2.500,=
Ouderraad	€ 2.500,=
Verkoop Schilderijen	€ 1.000,=
Sponsorloop	€ 9.100,=
Flessenactie	€ 100,=
Fancy Fair	€ 1.945,=
Subtotaal	€ 17.145,=
Geld vanuit extern	Bedrag
Subsidie gemeente: Werk Maatschappij Openbaar Onderwijs	€ 5.000,=
Subsidie gemeente: schoon, heel en veilig	€ 10.000,=
Subsidie gemeente: Stads Deel Coördinatie	€ 12.000,=
Sponsoring Golff Beeftink (plaatselijke supermarkt)	€ 2.152,=
Mennes makelaar	€ 500,=
Gas Terra	€ 500,=
Subtotaal	€ 29.652,=
Totaal	€ 51.097,00

Uitgaven

Acties	Bedrag
Zandbak drainage en nieuwe vulling	€ 3.800,=
Klimtoestel zeer compleet incl. installatie en betonfundatie en rubbertegels (Sijpestein van Nijha) artikelnr. 772121 (klimtoren, klimwand, touwen, ringen, glijpaal, klimnet)	€ 38.544,10
Pleinplakkers: Rakethinkelbaan en Alfabetrups (Nijha)	€ 1.047,20
Betonverf: 300m² groen, 400 m² rood, 400 m² blauw, 400 m² geel en een beetje oranje en wit (Olijslager) zeer veel korting	€ 2.000,=
Picknicktafel, bank en parkbank (Kompan)	€ 1.385,15
Tafeltennistafel van beton met sterk aluminium net (Nijha) incl. installatie en betonfundatie artikelnr. 777873	€ 2.744,14
2 verplaatsbare voetbaldoeltjes (Janssen Fritsen)	€ 378,42
2 voetbaldoeltjes € 1.730,26 (Nacap)	gratis
Duikelrek 2-delig (Gemeente) incl. installatie en betonfundatie (rood) € 748,54	gratis
Klimboom (Nijha)	gratis
Schommel en wipkip (Gemeente)	€ 1.000,=
Communicatiebenodigdheden	€ 145,=
Onvoorzien	€ 52,99
Totaal	€ 51.097,00

uur advies van een PR Adviesbureau (PR Scan) die we gewonnen hadden bij de School & Sport-veiling van de Alliantie School en Sport. Ook de plaatselijke supermarkt wilde ons op een leuke manier sponsoren. In de decembermaand mochten alle kassabonnetjes in de 'Brederobus' worden gestopt en tien procent van het totaalbedrag zou voor onze school zijn tot een maximum van € 2.500,-. Daarnaast werd er nog een winnaar uitgekozen die één minuut gratis mag winkelen. De school beschikte over een lijst van beroepen van ouders. Het bleek handig om hier even naar te kijken. Er zat ook een ondernemer tussen die ons wilde sponsoren. Daarnaast bleek het handig om te kijken op internet wie de sponsors zijn van de sportvereniging in de buurt.



Schoolplaats

hobbels

Het viel nog niet mee om subsidies/fondsen binnen te halen. Vele organisaties hebben we ons projectplan opgestuurd en zelfs alle woningbouwverenigingen gebeld of gemaild. Bij vele organisaties accepteren ze alleen hun eigen format voor de aanvraag, dat was wel veel werk. Terwijl leek dat met het projectplan en het op die wijze verkregen geld alles rond zou zijn, kwamen er uit allerlei hoeken nog obstakels die we moesten overwinnen. Die waren soms meer en soms minder begrijpelijk en terecht.

We hadden te maken met een kritische MR. Ze wilden een sponsorbeleidsplan waarin stond dat wanneer de school gebruik zou gaan maken van sponsoring, aan welke criteria dit dan zou moeten voldoen. Dit plan (Sponsorbeleidsplan) hebben we uiteindelijk ook geschreven.

Verder wilden ze weten hoe het zit met de verantwoordelijkheid. Tijdens de schooltijden is dat de school, erna is dat de gemeente omdat het toestel voldoet aan de voorwaarden van het attractiebe-sluit. 'Hoe zit het met hangjongeren?' was een andere vraag. We hebben gekozen voor open toestellen zonder dak zodat ze daar niet



Feestelijke opening

onder kunnen gaan zitten. Daarnaast zijn de toestellen alleen gericht op jonge kinderen. De ring van de basket wordt elke dag na schooltijd weggehaald. Uiteindelijk kwam het dan tot stemming en gelukkig waren er veel positieve ouders aanwezig en werd het plan met ruime meerderheid aangenomen.

Daarnaast hadden we nog last van een boze buurman die ook kinderen op deze school heeft. We hadden gratis voetbaldoelen gekregen en die wilden we plaatsen op het veldje naast de school. Dit hebben we aangekondigd in 'Punt Uit' (het blaadje van de school), er is een maquette gemaakt door een ouder hoe het schoolplein en omgeving eruit zouden gaan zien en we hebben alle buurtbewoners uitgenodigd voor een voorlichtingsavond (met PowerPoint presentatie). Daarna hebben we een doel met cement in de grond verankerd. Wat bleek tot onze verbazing de volgende ochtend was het doel verdwenen. De buurman wist niks van deze actie en wilde geen spelende kinderen in de buurt van zijn huis dus had hij de palen er eigenhandig uitgehaald. Uiteindelijk hebben we verplaatsbare doeltjes geregeld en die worden elke dag weer binnen gehaald.

Tot slot nog de gemeente, goed dat er ook nog mensen zijn die aan bouwkundige zaken denken. Hoe staat het met de exploitatiebegroting (vervangingskosten, groot onderhoudskosten, legeskosten voor bouwvergunning)? Is er een schoongrondverklaring, vergunningplicht, kadasterlijnen? Is er een klikmelding (waar liggen de kabels)? Hoe is het onderhoud (logboek) geregeld? Is er een opstalverzekering afgesloten? Na dat we al deze zaken hadden geregeld kregen we groen licht.

het resultaat

Het was mooi dat de MR ingestemd heeft met het voorstel van het speelplein. Het resultaat was prachtig. Vrijwillige ouders hebben dagen zitten verven en er een heel kleurrijk geheel gemaakt volgens het Zonepark-principe. Geel staat voor Chill-out-zone, blauw is voor de spelletjeszone (Multi



Zandbak



Glijbaan



Speelplein

Activiteiten-zone) en rood is de Sport-zone. Zo hebben ze bij de picknickbank een geel vlak gemaakt. Er zijn hinkelbanen, 'boompje verwisselen' en knikkerpotjes in het blauw en in het rood drie hardloophanen en een basketbalbucket. Ook hebben ze voor de kleuters een skelterbaan geverfd met zebra's en parkeerplaatsen. Dit in combinatie met de pleinplakkers (alfabetrups en cijferslang) levert een zeer kleurig geheel op.

Daarnaast is er een rekstok geplaatst, een zandbak gedraineerd, een tafeltennistafel neergezet, een schommel, wipkip en een klimboom voor de kleuters geregeld en een waanzinnig klimrek (Sijpestein van Nijha) met allerlei klimmogelijkheden en een glijbaan. Het ziet er nu zeer aantrekkelijk uit met veel speelmogelijkheden.

Het schoolplein is geopend door een voetballer van FC Groningen en een speelster van het Nederlandse voetbal dameselftal, beide oud-leerling van deze school.

De kinderen zijn dol enthousiast. Toen de volgende dag de schoolbel ging zat het hele klimrek vol met kinderen. De onderwijzers kwamen naar buiten om de leerlingen te halen want die hadden de bel niet gehoord.

gebruikte literatuur

Beerthuizen, M. en Westermann, M. *Sportsponsorgids* Nieuwegein 2006

Goedhart, B en Ruijter de T., 'Buitenspelen en speelpleinen onder de loep' in de *Lichamelijke Opvoeding* 1, 2007

Hols, M., 'Het schoolplein van de toekomst' in *Lichamelijke Opvoeding* 14, 2006

OCSW, *Speelruimtebeleid, uitgangspunten Gemeente Groningen* 2006

Snoek, C. en Maier, R.: *Van schoolplein tot speelplaats* Hilversum 2003

Verhaert, J., *Als het balletje gaat rollen – sponsoring fondswerving* Wageningen 2000

VNG en Jantje Beton: *Kindvriendelijke projecten in de openbare ruimte* Amsterdam 2006

Gebruikte websites:

www.alliantieschoolensport.nl (sportveiling)

www.cruyff-foundation.org (niet gelukt)

www.herculesspeeltoestellen.nl (pleinplakkers)

www.huisvoordesportgroningen.nl (Groninger Sport Model leskist en beweegplein)

www.janssen-fritsen.nl (verplaatsbare doeltjes)

www.jantje-beton.nl (niet gelukt)

www.kompan.nl (picknicktafel)

www.krajicek.nl (niet gelukt)

www.kvlo.nl/onderwijs/huisvesting/roelant

maier/schoolpleinonderdeloupe.htm

www.mare-didakt.nl (niet voor gekozen)

www.nijha.nl (klimtoestel)

www.nisb.nl (presentatie Schoolplein in een nieuw jasje)

www.nuso.nl (niet gelukt)

www.oranjefonds.nl (niet gelukt)

www.rabobanksf.nl (niet gelukt)

www.samenbuitenspelen.nl (niet gelukt)

www.speelruimte.nl (voorbeelden speelpleinen)

www.speeltuinen-groningen.nl (Algemeen Scenario aanpak

Kinderparticipatie VSCG)

www.vsbfonds.nl (niet gelukt)

www.yalp.nl (voetbalkooi, niet doorgegaan, wel prachtige site)

www.zinloosgeweld.nl (niet gelukt)

www.zoneparc.nl (ideeën opgedaan via Sint Henricusschool

Amsterdam, subsidie niet gelukt)



In de zon nog leuker

Foto's: Guus Klein Lankhorst

Correspondentie:

guus.kleinlankhorst@kvlo.nl

Betrekkingsomvang: mag het een paar uurtjes minder zijn...?

De afdeling rechtspositie biedt hulp en bijstand bij allerlei vragen en problemen die voortvloeien uit de werksituatie van leden van de KVLO. In deze column dit maal: de Wet Aanpassing

Arbeidsduur. Door: mr. Annemiek van Leeuwen (stagiair afdeling IRP) en mr. Sandra Roelofsen

Eén van onze leden wil vanwege zijn leeftijd en persoonlijke omstandigheden minder gaan werken. Hij dient daarom bij zijn werkgever schriftelijk een aanvraag tot werktijdvermindering in, van 0.5 fte naar 0.2 fte en geeft aan dat hij graag met de werkgever wil overleggen hierover.

De reactie van de werkgever was afwijzend: het beleid van de school is gericht op het creëren van zoveel mogelijk volledige of grote deeltijd dienstverbanden, was het argument. Inwilliging van het verzoek zou leiden tot versnippering van banen en is daarmee in strijd met het gevoerde beleid. Het alternatief dat de werkgever bood was het geheel opzeggen van het dienstverband door de werknemer. Maar zo had hij het natuurlijk niet bedoeld!

Over aanpassing van de arbeidsduur op verzoek van de werknemer zijn in de onderwijs-CAO's één of meerdere bepalingen opgenomen. Zo staat er in de CAO voor het voortgezet onderwijs en die voor de BVE-sector dat de werknemer jaarlijks kan verzoeken om aanpassing van de arbeidsduur. Dat betekent dat een werknemer jaarlijks mag vragen om verhoging óf verlaging van het aantal uren dat hij of zij in dienst is bij de werkgever. Daarbij geldt dat de werkgever niet zonder goede en aantoonbare reden mag weigeren om aan het verzoek te voldoen. In de CAO BVE staat een aantal gronden vermeld waarop de werkgever het verzoek



mag afwijzen, zoals het ontbreken van een vacature (artikel H-21, CAO BVE 2007-2009).

In de CAO van het primair onderwijs is een verzoek tot aanpassing van de arbeidsduur gekoppeld aan een voorrangsregel. Bij het invullen van vrijkomende vacatureruimte heeft de deeltijder met een dienstverband voor onbepaalde tijd voorrang, tenzij bijvoorbeeld andere voorrangsbepalingen hiermee in strijd zijn (artikel 2.5, lid 3, CAO PO 2006-2008).

In de hiervoor genoemde CAO's wordt verwezen naar de WAA, de Wet Aanpassing Arbeidsduur. In deze wet is het recht om langer of korter te gaan werken wettelijk vastgelegd. Dat heeft tot gevolg dat als er geen bepaling in de CAO is opgenomen

waarin dit geregeld is, elke werknemer toch het recht heeft de arbeidsduur te veranderen. In de wet staat dat het verzoek van de werknemer wordt ingewilligd, tenzij er van de kant van de werkgever zwaarwegende bedrijfs- of dienstbelangen zijn die zich tegen de aanpassing verzetten. Bij vermindering kan het dan bijvoorbeeld gaan om problemen van roostertechnische aard, bij vermeerdering kan onvoldoende beschikbaar werk een reden zijn om af te zien van instemming met het verzoek van de werknemer.

Een werkgever kan dus niet lukraak weigeren om de arbeidsduur te veranderen naar de wensen van de werknemer. Dat bleek onder meer uit een uitspraak van de Kantonrechter in Dordrecht. Een groepsleidster van een kinderdagverblijf wilde na zwangerschaps- en ouderschapsverlof haar betrekkingsomvang van 32 uur terugbrengen tot 16 uur, ingeroosterd op twee dagen, van 9.00 tot 18.00 uur en van 7.00 tot 16.00 uur.

De werkgever wilde echter het aantal deeltijders beperken tot de mensen met verworven rechten. De reden die hij daarvoor opgaf was het willen waarborgen van rust en continuïteit bij de groepen. Het in dienst hebben van veel werknemers met een kleine betrekkingsomvang leidt tot problemen bij de uitvoering van dit streven, omdat er vaker van leidster gewisseld moet worden. Een en ander zou kunnen leiden tot 'onaanvaardbare gevolgen van pedagogische aard', zo betoogde de werkgever. Ook roostertechnische problemen werden als argument aangevoerd.

De rechter wees de vordering van de werknemer echter toch toe. Hij vond dat onvoldoende was aangetoond dat de beschreven gevolgen werkelijk zouden optreden.

Bovendien moet de roosterwens van de werknemer in beginsel toegewezen worden. Een ja, tenzij... regel dus, zoals ook uit de diverse bepalingen blijkt.

Het antwoord op de vraag waarmee we deze column begonnen: ja, we kunnen inderdaad concluderen dat het in principe een paar uurtjes minder mag zijn. En als de werkgever de mogelijkheid heeft, mogen het ook enkele uurtjes meer zijn.

Hebt u vragen over deze of andere zaken op rechtspositioneel gebied dan kunt u zich wenden tot de afdeling IRP, te bereiken per e-mail: irp@kvlo.nl en op maandag en dinsdag van 12.30-16.30 uur en op vrijdag van 9.30 -12.30 uur op telefoonnummer 030 693 7678.

PRAKTIJK KATERN



KONINKLIJKE VERENIGING VAN LERAREN LICHAAMELIJKE OPVOEDING

nr. 1 - 23 JAN. 2009



Freerunning in het bewegingsonderwijs

Streetsurfing op het waveboard

Creavisionair coachen en bewegen (2)

Van unihockey naar floorball, van spel naar sport (3)

Materiaalgebruik bij floorball



Freerunning in het bewegingsonderwijs

Van streetculture naar een plek in het curriculum van LO

De naam is misschien voor sommigen nog wat onbekend, maar iedereen heeft wel een keer een glimp opgevangen van freerunners. Dat zijn jongelui (hoeft trouwens niet per se) die door de stad rennen, van dak naar dak springen, tegen muren op salto's maken en tijdens het rennen ook nog allemaal acrobatische trucs laten zien. Je ziet ze steeds vaker op tv, in commercials¹, muziekclips of films. Het is een ongelooflijk spectaculaire sport met een achtergrond, die vanuit verschillende andere sporten komt. Het is een combinatie van turnen, bewegen op muziek, survival en een vechtsport.

Door: Maarten Vijfhuize

het ontstaan van freerunning

Zoals hierboven aangegeven, is freerunning ontstaan uit verschillende sporten. De basis ligt echter bij 'le parkour'² (= je zo vloeiend mogelijk door de stad bewegen).

'le parkour' stamt af van een ontsnappingstechniek uit de vietnamoorlog. Het was een methode van George Herbert om zijn rekruten zo te trainen dat ze op elke situatie voorbereid waren. Eén van Herbert's rekruten was de Franse turner Raymond Belle. Hij legde zich ook na de

oorlog toe op het zichzelf zo snel mogelijk van de ene naar de andere plek verplaatsen. Zijn zoon ging hier ook mee verder en vormde een soort van stuntteam. Op deze manier werd het bekend bij het grote publiek.

verschillen en andere 'sporten'

Het verschil tussen 'le parkour' en freerunning, is dat het bij freerunning meer gaat om de trucs en minder om de snelheid van het door de stad te bewegen. Freerunning heeft daarom een duidelijk

ke link met turnen als je kijkt naar de trucs, die veelal uitgevoerd worden: salto's en handstanden. Alleen gaat het bij freerunning niet om de 'juiste' uitvoering, maar om hoe spectaculair het is. De link naar breakdance (b&m) is dan ook snel gemaakt. Vergelijk de filmpjes van freerunning en breakdance met elkaar en trek je conclusies. Naast dat freerunning veelal een kick oplevert (het is erg gaaf om te doen) zorgt het ook voor lichamelijke voldoening (het is ook bijzonder vermoeiend). Je legt namelijk

Bijlage 1: Een combinatie van verschillende domeinen/'sporten' (= de inhoud van freerunning)

Relatie met ...	want het volgende wordt bij freerunning gedaan:
Turnen	Salto's en handstanden, zonder dat het daarbij op de juiste 'uitvoering' (techniek) gaat.
Bewegen & Muziek (Breakdance)	Op handen trucs maken. Kracht en lenigheid zijn hier ook belangrijk.
Survival	Het afleggen van een zwaar parcours, waarbij het gaat om kracht, techniek en uithoudingsvermogen.
Vechtsport (Tricking)	Met behulp van de draaisnelheid van de benen wordt een schoppende beweging ingezet om een salto te maken

al rennend een zwaar parcours af, waar-
bij je ook nog eens verschillende trucs
uitvoert. Dit gedeelte wil ik graag kop-
pelen aan de survival. In deze tak van
sport leggen ze ook een zwaar parcours
af, en draait alles om kracht, techniek
en uithoudingsvermogen. En de laatste
sport waar ik het aan wil koppelen is
vechtsport. Veel freerun-teams hebben
ook een stuk 'tricking' in hun trucs zit-
ten. Bij 'tricking' gebruiken ze de draai-
snelheid van hun benen om vanuit een
schoppende beweging een salto te
maken. Bijzonder spectaculair om naar
te kijken.

freerunning als jongerencultuur

We hebben nu een klein stuk achter-
grond van het freerunnen behandeld.
Maar waarom spreekt het de jongeren
zo aan? Als eerste ziet het er gewoon
gaaf uit, dat valt niet te ontkennen. Het
geeft een kick om het te doen, want je
moet soms best een knop in je hoofd
omzetten om een truc uit te voeren.
Wanneer je hem dan toch uitvoert (en
het lukt), dan geeft dat een enorme suc-
cesbeleving. Je hebt voor jezelf een
prestatie neergezet waar je trots op kunt
zijn. Je verlegt grenzen, maar leert ook
waar je op dat moment niet verder kan.

Tot zover niet veel anders dan turnen,
zullen sommige zeggen. Maar bij free-
running gaat het niet om de 'juiste' uit-
voering volgens (voor)geschreven regels.
Dus heeft iedereen zijn eigen stijl. Dat
maakt het ook zo mooi om naar te kij-
ken. Iedere freerunner voert de trucs op
zijn of haar eigen manier uit en behoudt
zo zijn/haar eigen (aardig)heid.
Natuurlijk zijn er namen bedacht voor
de verschillende trucs, en moet je een
truc ongeveer zo uitvoeren om te kun-
nen zeggen dat je de truc beheerst. Maar
er bestaat geen geschreven reglement
voor.

Praktijkvoorbeeld 1: De muursalto (als basistruc bij het freerunnen).

Een truc die een aantal bekend voor zal komen.

Benodigdheden:

- twee dikke matten
- wandrek of drie banken
- twee vangers.

De truc kan d.m.v. een aantal stappen veilig worden uitge-
voerd!

Stap 1: tegen de mat oplopen (zonder salto)

Oefenen met het tegen de mat oplopen. De bedoeling hiervan
is dat de leerlingen leren hard genoeg af te zetten van de mat.
De afzet beweging is schuin naar achteren. Teveel omhoog
zorgt ervoor dat je uiteindelijk te weinig rotatie in kan zetten
voor de salto. En als je jezelf alleen maar van de mat af 'trapt'
kom je niet de lucht in. Wanneer je dit een paar keer met de
leerlingen hebt geoefend komt de volgende stap.

Stap 2: muursalto met vangers



De leerling die de muur-
salto gaat maken moet
beide armen recht in de
lucht steken. Hij staat on-
geveer 2 à 3 meter van de
mat. De twee vangers pak-
ken de leerling beet met
een klemgreep bij de bo-
venarm. De volgende opdracht is dat de leerling tegen de mat
op mag rennen, zoveel stappen zet als hij wil, en dan over de
kop gaat. Wanneer de leerling op zijn kop hangt, zijn de van-
gers op hun sterkst met de bovenarm klemgreep.

Voordat je naar stap 3 gaat moet de leerling niet te zwaar meer
hoeven leunen op de vangers om over de kop te gaan!



Stap 3: muursalto met hand in de rug (mét twee vangers)

Je doet de salto op de-
zelfde manier als in stap 2
met als enige verschil dat
je de leerling nu met een
hand in de rug vangt.

Hand in de onderrug (de hand die op dat moment het verst
verwijderd is van de mat) en met de andere hand kan je een
zet meegeven aan de benen.

Stap 4: muursalto met hand in de rug (mét één vanger)

Wanneer de leerling heeft laten zien dat hij foutloos elke keer
voldoende afzet en over de kop gaat kan je ervoor kiezen om
met één vanger te gaan vangen.

Stap 5: muursalto alleen

Ik raad de vakleerkracht aan om altijd erbij te staan wanneer
de muursalto wordt gemaakt. Gewoon in het geval dat de leer-
ling toch een keer de fout in gaat. Het is aan de vakleerkracht
zélf wanneer de leerling 'los' mag springen. Het is vanzelfspre-
kend dat de leerling de voorgaande stappen probleemloos
moet hebben uitgevoerd.



Mijn eigen ervaring

Kort gezegd liep mijn ervaring van 'vanaf de zijlijn bekijken' naar '(je)zelf ontwikkelen'.

Ik ben zelf met freerunning in aanraking gekomen op de Calo. Tijdens de turnlessen was er een klasgenoot die een 'muursalto' kon maken. Hij legde een mat tegen de muur, keek of de muur genoeg grip had voor zijn schoen, waarna hij met een kleine aanloop een muursalto maakte. In het artikel wordt de precieze inhoud van de muursalto beschreven.

We vonden het allemaal geweldig om te zien. Spectaculair, terwijl het er toch zo simpel uitzag. Ik kwam er later achter dat het toch niet zo eenvoudig was. Vanaf die tijd ging ik filmpjes zoeken op het internet van zo'n muursalto. Daar zag ik jongens (en meisjes) niet alleen muursalto's maken, maar ook andere 'gave' sprongen

maken, die wel wat weg hadden van turnen. Toch vroegen deze sprongen echt hun eigen manier van uitvoeren. Dit ging ik oefenen met andere enthousiastelingen op de momenten dat we even een tussenuur hadden en één van de turnzalen vrij was. We hebben maar niet gevraagd wat de docenten op de Calo daarvan vonden.....

Toch moesten ze op de hoogte zijn van waar we allemaal mee bezig waren, want in het derde jaar van de Calo kreeg ik namelijk de mogelijkheid van Respoc (= een breed aanbod van studentensport voor studenten van Windesheim) om het als keuzeactiviteit aan te bieden. Met de studenten die daar op afkwamen kreeg ik steeds meer inzicht hoe je trucs aan kon leren, wat wel of niet veilig was en in wat voor stappen je de trucs aan kan leren.

Vanuit deze opgedane praktijkervaring bestond de behoefte om mijn kennis op anderen over te brengen en daarmee de mogelijkheden voor in het bewegingsonderwijs te verkennen. Dit heb ik dan ook met beide handen aangepakt en heb in het vierde jaar freerunning als eindproject gekozen. Dit liep uit op het maken van een dvd en het geven van een profileringscursus (= keuzeaanbod voor Calo-studenten) freerunning op de Calo. Samen met Lennart Duijndam hebben we onze krachten gebundeld. Hij met zijn skate- en trampolinespring- achtergrond en ik met mijn turnachtergrond. De ontwikkelde activiteiten heb ik in mijn stages, in overleg met mijn stagecoach, verschillende keren aan de leerlingen aangeboden. In het begin vooral simpele parcours, maar wat later ook de wat meer ingewikkelde trucs. Het viel mij toen al op dat de leerlingen het prachtig

Praktijkvoorbeeld 2: Palmturn

Benodigdheden:

- één kast
- zes kleine matten.

De truc kan d.m.v. een aantal stappen veilig worden uitgevoerd!

Stap 1: met een aanloop op de kast springen

Voor de mensen die rechts zijn:

Je komt schuin aanlopen, zet je linkerarm op de rand van de kast en probeert schrijlings op de kast te gaan zitten. Wanneer dit voor de leerlingen wat lastig is, maak je de kast wat lager.



Stap 2: met aanloop hand op kast zetten, en met voeten tegen de muur afzetten (half rondje draaien)

Belangrijk in deze stap is dat de leerlingen de steunarm gestrekt houden en dat ze niet teveel richting de muur springen (zo kom je tussen de kast). De leerling mag zelf weten hoeveel stappen hij tegen de muur zet voordat hij terugdraait. Je kunt in het begin het best je hand aan de rechterzijde van de kast zetten. Op die manier kan je je benen makkelijker opzweepen. Deze stap zorgt voor de meeste beleving bij de leerlingen. Het steunen op de kast, en dan met de voeten tegen de muur lopen

wordt vaak als 'gaver' ervaren, dan het rondje draaien zonder voeten te gebruiken.



Stap 3: met aanloop hand op kast zetten, en zonder de muur te gebruiken halve ronde draaien

Deze stap is voor veel leerlingen lastig. Je moet er namelijk voor zorgen dat je gewicht niet boven of voorbij de kast ligt. Op die manier word het terugdraaien zonder de kast te raken met je benen moeilijk. Vanaf het moment dat je je handen plaatst, moet je proberen je gewicht schuin boven de kast te houden. Verder kan je met je rechterhand nog smokkelen door jezelf een zetje mee te geven.



Praktijkvoorbeeld 3: De Bayo (soort gehurkte salto met halve schroef)

Benodigdheden:

- één kast
- lange mat (opgerold)
- trampoline of springplank
- dikke mat (liefst twee).

Begeleiding van docent is hier wel degelijk gewenst!

Stap 1: op je rug over de mat heen rollen (lage snelheid)

Je zorgt ervoor dat je op je rug over de mat heen rolt. Het is belangrijk dat de eerste sprongen die gemaakt gaan worden, rustig worden uitgevoerd. Laat de leerlingen eerst maar echt op de rug liggen op de rolmat, zodat ze de beweging helemaal begrijpen. Je springt in de trampoline, rolt met je rug over de mat, benen steken naar het plafond. Je rolt over je rug door en probeert weer op je benen te landen. De fout die vaak gemaakt wordt is dat de leerlingen



vonden. Hoe simpel de trucs soms ook waren. Iedere leerling kon zo op zoek naar hun (geslaagde) kick. Inmiddels hebben we vakgenoten laten kennismaken met freerunning op de studiedag 'Trendsporten' van de HAN in samenwerking met de KVLO. Tevens is de KVLO bezig met het (door)ontwikkelen van onze dvd, maar vooralsnog is onbekend wanneer deze uitgebracht zal worden. Nu ik zelf docent bewegingsonderwijs ben op een middelbare school heb ik wat meer vrijheid om mijn lessen in te richten. Het PTA op mijn VO-school geeft wel ruimte voor lessen, die je zelf in kan vullen. Daar maak ik dan ook dankbaar gebruik van. Ik merk dat de klassen het een prachtige activiteit vinden, maar dat je ze wel eerst moet overtuigen dat het veilig en niet 'moeilijk' is. Belangrijk dus om het niveau van de klas goed in te schatten en ervoor te zorgen dat iedereen aan de activiteit kan deelnemen. Het 'lukken' staat eerst centraal. Niet veel anders dus dan alle andere

activiteiten die je geeft... Net zoals bij het turnen, moet je leerlingen soms overtuigen dat het over de kop gaan niet eng is en dat er met enkele hulpverleners 'niks' kan gebeuren. In het tweede deel van dit artikel zal ik een aantal trucs bespreken, die goed uitvoerbaar zijn binnen de lessen bewegingsonderwijs.

Over de schrijver:

Maarten Vijfhuize heeft zich tijdens zijn studententijd op de Calo meerdere malen geprofileerd met freerunning en is momenteel werkzaam als docent LO op het Pieter Zandt College in Kampen én daarnaast turntrainer bij een Zwolse turnvereniging.

alsnog een soort koprol rechtdoor over de rolmat maken. Vandaar eerst deze basisstap.

Stap 2: op je rug over de mat heen rollen (hoge snelheid)

De snelheid moet iets omhoog, maar de rug moet nog wel de rolmat raken. Ook in deze stap blijft het namelijk belangrijk dat de leerling over zijn/haar rug rolt. Wanneer dit niet gebeurt, moet de leerling eerst weer de basisstap uitvoeren. Wanneer de leerling elke keer over de rug rolt en op de voeten landt, mag er harder gesprongen worden. Je merkt dan vanzelf dat je de opgerolde lange mat steeds minder raakt. Voordat je naar stap 3 gaat moeten de eerste twee stappen in voldoende mate zijn uitgevoerd.



Stap 3: los van de rolmat rollen

Nog wat harder springen, en steeds minder de rolmat gebruiken. Uiteindelijk los over de rolmat.



Let op: Ga niet te hard door de stappen heen. Het is belangrijk dat de sprong op de juiste manier word uitgevoerd, anders kan hij best gevaarlijk zijn (te snel te hard springen → over de rolmat vliegen zonder te draaien).

Geraadpleegde sites:

www.bilang.com
www.freerunning.nl
www.parkour.nl
www.tricking.nl
www.youtube.com (tik de termen maar in)

Foto's: Maarten Vijfhuize

Correspondentie: vijfhuize@gmail.com

¹ Zie reclamespot met Jan Pronk op <http://youtube.com/.....>

¹¹ Zie <http://nl.wikipedia.org/wiki/Parkour>



Streetsurfing op het waveboard

Dat er in het bewegingsonderwijs steeds meer nieuwe bewegingsactiviteiten gedaan worden, blijkt wel uit de vele programma's met innovatieve activiteiten in onder andere sportklassen (meestal in de onderbouw van het VO) en sportoriëntatie- en keuze-programma's in de eindexamenklassen (SOK). Maar of deze trend ook indaalt in het basisonderwijs moeten we afwachten! In ieder geval kan streetsurfing ook op dat 'niveau' aangeboden worden. Kortom een (sport-/beweeg-)activiteit voor iedereen.

Door: Eric Gotjé

streetsurfing als jongerencultuur

Sinds anderhalf jaar is er een toevoeging aan de jongerencultuur geweest die nu op straat heerst, streetsurfing genaamd. Het is een open cultuur en je hoeft niet uit een bestaande cultuur (zoals bijvoorbeeld de skatecultuur) te komen om het te kunnen beoefenen. Het is voor alle leeftijden en een eenduidige kledingstijl en de daarbij behorende gedragscodes bestaan er (nog) niet. Het streetsurfen is relatief eenvoudig te leren, waardoor het misschien wel een erg interessante activiteit voor binnen de lessen bewegingsonderwijs is. Streetsurfing is zowel een nieuwe en interessante manier om je voort te bewegen als een activiteit met daarbij enorm veel uitdaging voor de durfals.

over het ontstaan van streetsurfing

In Amerika (het zal ook eens niet) waren de surfers en snowboarders, maar ook skateboarders op zoek naar iets nieuws. Waar de surfers in de jaren '50 begon-

nen met skateboards, wilden ze een 'sport' beoefenen met nog meer directe raakvlakken met hun mainsport; het surfen. Ook voor de snowboarders bestond er nog geen echte vervanging voor sneeuw en ook daar was een oplossing voor nodig. Zo ontstond een nieuw inline action board genaamd het waveboard. Dit board vormde een mooie toevoeging voor de snowboarders, surfers en skateboarders, hoewel het overgrote deel van de skaters er weinig van wil weten.

de verschillende disciplines binnen streetsurfing

Het streetsurfen beslaat verschillende disciplines. Er bestaat een mogelijkheid tot het afleggen van een parcours. Ook het bergafwaarts carven, zoals bij het snowboarden, behoort tot één van de (mogelijke) disciplines. En dan natuurlijk het stunts. Er zijn vele trucs mogelijk, zoals bij het skateboarden, maar ook trucs vanuit het surfen vinden hun plek binnen het streetsurfen. Een

voorbeeld hiervan is het met beide voeten op het voorste deck gaan staan. Doordat de gehele manier van voortbewegen niet bekend (in eerste instantie zelfs onnatuurlijk) is, is vaak alleen het rijden alleen al een uitdaging. Zo ontstaat er een heel bijzondere ervaring voor de mensen die voor het eerst op een waveboard staan!



Street



Grind

het waveboard

Het waveboard is een nieuw inline action board welke snowboarden, golfsurfen en skateboarden in één (skate)board combineert. Het board bestaat uit twee beweegbare decks en twee wielen die 360 graden beweegbaar zijn. Op het deck zitten grippuntjes, waardoor je als bestuurder veel grip hebt op beide decks en je voeten er niet 'afglijden'. Door middel van 'twisting' (= het draaien van de heupen links en rechts om) maakt het board een S-vormige beweging waardoor je vooruit komt. Door middel van deze S-beweging is het zelfs mogelijk heuvels op te boarden!

Bochtenwerk

Bochten worden met de voorste voet ingezet. Door met je tenen naar beneden te duwen



Waveboard

maak je een frontside bocht, druk je met je hakken op het board dan maak je een backside bocht. Remmen is eenvoudig, want je drukt de tenen van beide voeten gelijktijdig naar de grond en stapt van het board af. Het waveboard is zeer toegankelijk en daardoor op elk niveau te beoefenen. Gemiddeld hebben kinderen zo'n 20 minuten nodig om met het board overweg te kunnen. Het waveboard is, zoals reeds eerder aangegeven, als vervoersmiddel te gebruiken, maar ook stunts zijn er goed mee uit te voeren. Kortom, voor ieder wat wils!



Frontside bocht



Backside bocht

street surfing benelux b.v.

Street Surfing Benelux B.V. is een (commerciële) organisatie ontstaan 1 juli 2007 en bestaat nu anderhalf jaar. Het is een dochterbedrijf van Street Surfing U.S. met als oorspronkelijk hoofddoel het verkopen van het waveboard binnen de Benelux. Streetsurfing heeft inmiddels het volledige patent op het board en de daarbij behorende beweging. Maar naast het importeren en verkopen van dit board geeft streetsurfing clinics op de daarvoor geïnteresseerde scholen, staat op evenementen en organiseert daarnaast zelf ook evenementen. Kortom alles staat in het teken van het promoten van, kennismaking met het streetsurfen (deelnemers worden tevens beïnvloed met alle ins en outs) en vervolgens vermarkten van ons (zelf ontwikkelde) product.

streetsurfing in het bewegingsonderwijs

Er zijn ondertussen al veel basis- en middelbare scholen (voortgezet onderwijs) geweest, die deel hebben

genomen aan een clinic van streetsurfing. Tijdens de scholentour 2007/2008 hebben namelijk al meer dan 150.000 scholieren/leerlingen kennis kunnen maken met het streetsurfen. Dit wordt geheel kosteloos aangeboden ter introductie van deze nieuwe sport-/bewegingsactiviteit. Binnen

het streetsurfen trainen leerlingen tevens hun boven- en onderbenen, het concentratievermogen en wordt hun doorzettingsvermogen vergroot. Daarnaast zal de coördinatie en het evenwichtsgevoel verbeteren én ze zullen samen in teamverband spelen en actief bezig zijn. Het uiteindelijke doel van deze clinics is om leerlingen te enthousiasmeren en plezier te laten



Kids in rijtje

beleven in deze nieuwe trendy sport-/beweging(s)activiteit.

Hieronder volgen enkele reacties van kinderen/leerlingen, die aan een dergelijke clinic deelgenomen hebben.

- Het was heel erg leuk en binnen 15 minuten kon ik al zelf rijden!
- Veel leuker dan een potje voetballen!
- Het is iets helemaal nieuws, ik had het nog nooit gezien, maar zou het graag vaker doen!

wavehockey als innovatieve 'trendy' sportactiviteit

Als vervolg op het 'gewone' streetsurfen is er sinds kort een innovatieve 'sport' ontwikkeld door Street Surfing Benelux B.V. Dat is wavehockey. Het is een vorm van hockey, dat je speelt op het waveboard met facetten van het inlineskaten en ijshockey. Doordat de doeltjes in het midden staan is het spel snel en dynamisch.

Op het moment dat de ene partij mist en de bal langs het doel gaat, bestaat er voor de tegenpartij direct een mogelijkheid om de bal in het andere goal te 'schieten'. Voor het spelen van wavehockey is, in tegenstelling tot het streetsurfen zelf, wel enige ervaring met het waveboard vereist. Deze nieuwe 'sport'

is nog volop in ontwikkeling en op dit moment zijn er nog weinig scholen waar wavehockey gespeeld wordt. Vanuit de try-outs is echter duidelijk naar voren gekomen dat er wel voldoende animo voor is.

Hieronder volgt een korte beschrijving van het (nog steeds in ontwikkeling zijnde) spel.

Voor een meer gedetailleerde beschrijving over de (competitie)regels kunt u terecht op de site van de KVLO.

veiligheid staat voorop

Street Surfing Benelux raadt het ten strengste af om zonder bescherming op het waveboard te staan en/of te rijden. Daarnaast is een aantal beschermingen verplicht en/of optioneel.

Verplicht

Helm. Het is verplicht om met een helm op het hoofd te spelen. Deze helm moet goedgekeurd zijn en moet met de clip (strak) onder de kin vastgemaakt zijn. De helm moet goed passend zijn.

Optioneel

De hier onderstaande genoemde beschermingen zijn optioneel en niet verplicht. Overigens raad ik aan om deze beschermingen te dragen.

Polsbescherming (vanaf 2010 verplicht)

Kniebescherming

Elleboogbescherming

Scheenbescherming (vanaf 2010 verplicht).

interesse in een (gratis) clinic?

Bent u geboeid geraakt door deze nieuwe 'trendy' activiteit? Wilt u uw leerlingen ook kennis laten maken met streetsurfing? Street Surfing Benelux B.V. verzorgt namelijk (gratis) clinics op alle hiervoor geïnteresseerde scholen. Hiervoor moet u echter het online aanvraagformulier invullen. Voor meer informatie hierover verwijs ik u graag naar www.streetsurfing.nl.

Meer informatie over het wavehockey is te vinden op www.kvlo.nl

Over de schrijver

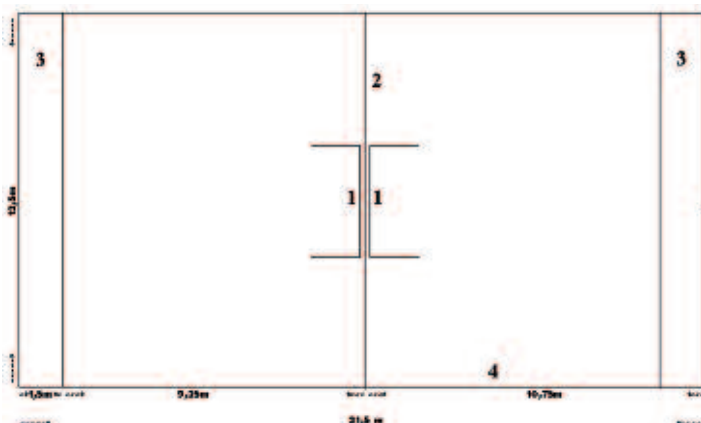
Erik Gotjé is derdejaars student Sportmanagement (Sport & Bewegen) aan de Calo te Zwolle. Zijn tweedejaars stage liep hij bij Street Surfing B.V. Daar ontstond zijn enthousiasme om anderen met deze nieuwe vorm van bewegen/sporten in de 'vrije' tijd in aanraking te laten komen en zelfs te beïnvloeden. Naast het verzorgen van diverse clinics op scholen, is hij verantwoordelijk voor het (door)ontwikkelen van wavehockey. Inmiddels is deze stage, inclusief opdrachten vanuit de Academie gecontinueerd in het werknemerschap bij de jonge organisatie Street Surfing Benelux B.V.

Foto's: Eric Gotjé

Correspondentie: erik@streetsurfing.nl

Site: www.streetsurfing.nl

Het WaveHockey Court



Legenda

- goal (afmetingen)
- middenlijn
- uitneemvak
- zij/achterlijnen

Materialen

- witte gatenbal of lichte (gekleurde) zaal-hockeybal
- minivoetbaldoeltjes/ijshockeydoeltjes
- WaveHockeySticks (uni-hockeysticks)
- boarding (of houten balken voor de zij- en achterlijnen):
veldgrootte: 12,5 bij 22,5 meter
- tape/pilonnen om het uitneemvak af te baken (Uitneemvak aan beide kanten van het veld. 1,5 meter vanaf de achterkant van het veld, over de gehele breedte).

Spelers

- 2 x 3 spelers in het veld.

Opdracht

Probeer d.m.v. samenspel de bal in het doel van de tegenpartij te schieten.

Sportspecifieke regels

- er wordt zonder keeper gespeeld
- na een score dient de bal ingenomen te worden vanuit het uitneemvak
- per score krijg je één punt
- er mogen maximaal twee spelers, dus van elk team één, in een duel strijd leveren om de bal
- de stick mag niet boven het middel/de heupen uitkomen.



Creavisionair coachen en bewegen (2)

Alles wat je wilt kun je halen: Vraag – Geloof – Ontvang!

Zowel op het niveau van topsport als in het bewegingsonderwijs zijn coaches en docenten altijd op zoek naar nieuwe uitdagende vormen. Daar is creativiteit en lef voor nodig. Maar niet alle creativiteit leidt tot goede oplossingen. Welke normen en eisen moeten we stellen aan onze bevlogen ideeën? In twee artikelen volgt een pleidooi voor verantwoord buiten de paden treden in een zoektocht naar inspiratie en vernieuwing in het opleiden van sporters (topturners), met een vingerwijzing naar bewegingsonderwijs en sport. Het vorige artikel ging over het creavisionair denken en het doel van de sporter. In dit artikel gaat het over de eisen die je aan de creatieve vondsten dient te stellen.

Door: Tjalling van den Berg

relatie: doel - leerstof - situatie

Communicatie

Alleen in communicatie over en weer worden ontwikkelingen zichtbaar. De verschuiving in taken van een coach zijn onmiskenbaar. Van vakman, begeleider, generalist is een verschuiving opgetreden naar manager, teamleider, specialist en (vooral digitale) techn neut. Onze wereld verandert snel, vooral door de biomedische informatie. Een coach van de toekomst wordt nooit specialist, maar zal op de hoogte moeten blijven van alle ontwikkelingen. De eco-coach is de toekomst. Vanuit zijn digitale fieldlab krijgt hij de technische, tactische en fysieke informatie over de sporter. Beter dan zijn oog, oor en gevoel kan waarne men. De sporter leest mee en is net zover als de coach. Coachen en dus ook lichamelijke opvoeding wordt een ander vak.

Negatief zelfbeeld

Nederlanders hebben nog steeds een negatief zelfbeeld aangaande sport. Hoe vaak het in de pers ook wordt benadrukt: een mislukte poging en verliezen heeft meestal weinig of niets met de vooronderstelde zwakke mentaliteit van de Nederlanders te maken, alsof die bij ons in de genen zit. Als je het maar vaak genoeg zegt ga je er nog in geloven ook. We lijden meer aan een chronische vorm van onderschatting. We hebben alle wereldzeeën bevaren, beroemde ontdekkingsreizigers hadden niet zelden een Nederlandse naam en beroemde kunstenaars waren vaak Nederlander. Creativiteit zit in ons bloed! We moeten dat alleen wakker schudden: we zijn creatief en sportief. Het belang van presteren is doorgedrongen in de politiek en nu ook de media. De media zijn altijd volgers. De

voorlopers krijgen de pijlen in de rug. Je bent pas goed als je naast bewonderaars ook vijanden hebt. Het is goed om regelmatig tegen de heersende opvatting in te gaan. Je eigen weg gaan. Ik doe dat graag. De Nederlandse cultuur is van 'doe maar gewoon, dan doe je al gek genoeg' en 'je moet je kop niet boven het maaiveld uitsteken'. Maar waarom niet? Anders zie je toch niks? Denken in ontwikkeling gaat maar om drie dingen: (af)vragen, geloven en ontvangen!

Nieuwe bewegingsvormen bedenk je niet zo maar. Je maakt ze omdat je dan gericht en sneller iets wil bereiken. De nieuwe beweging stimuleert en motiveert en doet een beroep op cognitie(IQ) emotie(EQ) en geloof (SQ) van zowel sporter, coach als publiek. Er hoort een relatie te zijn tussen doel, leerstof en situatie. De leerstof moet een rijke 'lading'

hebben. De situatie moet ervoor zorgen dat de leerstof beter en sneller gehaald kan worden. Praktisch niemand vindt echt nieuwe bewegingen uit. Nagenoeg alle grondvormen van bewegen en sportmotorische basisvormen zijn bekend. De Yourchenko-sprong (zie tek. 1) was één van de laatste grote vondsten. De sprong veranderde het paardsprijngen en zette het turnpaard in het museum! Het paard heet nu pegasus. Creativiteit moet gezocht worden in verrijkmogelijkheden van bekende bewegingen en situaties, waarin ze worden toegepast. Ik zoek voortdurend naar nieuwe wegen om te voorkomen dat de Nederlandse coaches en sporters vastroesten in verouderde structuren. Structuren en leerstof die wat mij betreft vaker een opfrisbeurt kunnen gebruiken. Dat is vaak vakoverstijgend. Teveel coaches zijn te beperkt bezig binnen hun eigen gebied: oogkleppen-gedrag. Voetballers kunnen leren van turners en andersom.



Tek. 1. De Yourchenkosprong (een revolutionaire vondst)

creativiteit is gebonden aan normen

If you pay peanuts you get monkeys.

Creativiteit zonder norm is zinloos, doel-loos en soms gevaarlijk. Van creativiteit hoort verantwoording te worden afgelegd. Waarom, waarheen en hoe? Normen zijn:

- **veiligheid.** Dit is meer dan voorkomen van ongelukken. De inhoud of situatie kan door sporters als bedreigend worden ervaren

- **beleving.** De beweging moet prikkelen, uitdagen en snel succes opleveren
- **ontwikkelingsgericht.** Het gaat om de 'lading' die de beweging in de situatie voor de sporter heeft. Het gaat om leerstof met een rijke 'lading'
- **transferwaarde.** Het leren van geïsoleerde kunstjes is niet slim. Des te sterker de transferwaarde (= overdracht naar andere bewegingen) des te meer waarde een beweging heeft. Bewegingen, die een hoge transferwaarde hebben, noemen we profielelementen. Voor het herkennen van de transferwaarde heeft de 'creaontwerper' biomechanisch- en leerpsychologische kennis nodig
- **verander- en uitbouwmogelijkheden.** Bewegingen en situaties zijn beter als ze te veranderen zijn. Dit betekent meer beleving. Veranderen, wil zeggen 'hameren op hetzelfde aambeeld'. Sporters denken dat ze iets nieuws of anders doen, maar de

coach bereikt door de verandering, dat met nieuw elan en beleving wordt getraind. Zorg voor veel verandering van oefenstof. Nooit teveel van hetzelfde

- **vernieuwend.** Komen met iets nieuws prikkelt doorlopend de belangstelling, het neuromotorische systeem en de nieuwsgierigheid. Breng jezelf en je sporters regelmatig uit balans.

Activiteiten en situaties zijn een compromis van de genoemde normen.

Sommige kunnen zelfs met elkaar contrasteren. Veiligheid en uitdaging verdragen elkaar soms niet.

Ontwikkelingsgericht en uitdagend kunnen elkaar soms ook niet uitstaan. Aan de coach als vakman het vermogen om dit te onderkennen en op te lossen. Hij legt zijn problemen voor aan de crea – units die zich daar weer in kunnen vastbijten.

creativiteitslijnen

Durven is af en toe de grond onder jezelf verliezen. Niet durven is jezelf verliezen.

Creativiteit is vakmanschap. Een createur (= iemand die creatief ontwerpt) kan dit zijn omdat hij net als de componist bij muziek, gebruik maakt van wetmatigheden en inzicht in zijn vakgebied. Creativiteit kun je bewust leren. Belangrijk voor trainers of leraren in opleiding of die pas beginnen met lesgeven. Met deze tips kunnen ze systematisch bewegingen ontwerpen en situaties ontwikkelen. Sportstudenten zullen minder getraind hoeven te worden in het werken van grote hoeveelheden oefenstof, maar meer in het aanreiken van ideeën en ze leren zelf creatief te zijn. Dat betekent omschakelen van een reproducerende opleiding naar een creatieve praktijkgestuurde beroepsopleiding. Zo werken de internationale turnklassen van het CIOS Heerenveen.

Creativiteitslijnen kun je splitsen in lijnen voor de ontwikkeling van 'leerstof' en lijnen voor het ontwerpen en ontwikkelen van 'situaties/materiaal'.

Creativiteitslijnen voor het ontwikkelen van leerstof

Men kan bewegingen op vier manieren creatief beïnvloeden. Een andere mogelijkheid is om twee of meer van deze mogelijkheden weer samen te gebruiken.

a Verbinden

Verbinden is het voor en/of na de basisbeweging een of meerdere andere bewegingen te plaatsen. Door creatieve

verbindingen te maken ontstaan prachtige ontwikkelingen in de sport. Verbinden is voortdurend zoeken naar het origineel achter elkaar plaatsen van bewegingen. Alle dynamische sporten evolueren elke dag doordat nieuwe verbindingen worden ontdekt en uitgetoetst. Spelssporten zitten elke dag vol met trainen op verbindingen.

b Combineren

Combineren is een gelijktijdige actie binnen de hoofdbeweging. Combineren doe je als je binnen de hoofdbeweging een tweede of zelfs derde actie maakt. Dit gebeurt door gelijktijdig met de hoofdbeweging rotaties om lengte- of breedte-as toe te passen. Bijvoorbeeld basketbal dunken met een halve draai om de lengte-as.

c Variëren

Het is de variatie die topsporters sterker maakt en minder blessuregevoelig. Variëren is dezelfde beweging uitvoeren in andere situaties. Breng voortdurend in je trainingen variaties aan. Geen beweging die een mens maakt, is ooit precies hetzelfde. Voorbeelden zijn looptraining op harde ondergrond, verende atletiekbaan, verende turnvloer, zand, gras of de smash uitvoeren op de grond of in zand (beachvolleybal). De smash blijft gelijk. De situatie wordt moeilijker.

d Verfijnen

Verfijnen komt in het bijzonder voor bij jurysporten als kunstrijden, schoon springen of schansspringen, waarbij het gaat om de presentatie van de beweging. Verfijnen gebeurt door:

- de beweging ruimer uitvoeren. De wet van de amplitude
- de beweging met zo weinig mogelijk lichaamslijnen uitvoeren. De wet van het lijnenspel (segmentatie). Het oog van de 'meester' ziet de goede lijnen
- gehoepte en gehurkte bewegingen maximaal klein uitvoeren en gestrekte bewegingen zo lang mogelijk uitvoeren. De wet van de open en gesloten uitvoering
- de uitvoering van het accent van de beweging op het hoogtepunt van de

eerste beweging (timing of pieken). Maak de halve draai vlak voor het hoogste punt van je zwaai. Dit is de wetmatigheid van het pieken of op de top uitvoeren.

creativiteit voor het ontwikkelen van trainingssituaties

Je kunt de oceaan niet oversteken door naar het water te staren.

De situatie ontwerpen

De bewegingssituatie ontstaat vanuit de bedoeling, die de createur heeft, gekoppeld aan het materiaal dat hij heeft. Rollen is gemakkelijker vanaf een zacht schuin vlak naar beneden dan op een hard vlak. De trainer kan afhankelijk van zijn materiaal komen tot een veelheid van schuine vlakken. Nieuw materiaal hiervoor is gemaakt in de vorm van lucht- en schuimmateriaal (zie bijvoorbeeld het schuine vlak van de creaQbus).



Foto 1. Schuin zacht vlak en air springvlak (creatief ontwerpen van nieuw materiaal)

Belangrijk bij het creatief ontwerpen is kennis van- en inzicht in kwaliteit en mogelijkheden van materiaal. Een ongeluk mag nooit gebeuren door ondeskundigheid of onzorgvuldigheid. De fabrikanten waarschuwen herhaaldelijk tegen misbruik van materiaal in functies waarvoor het niet ontworpen is. Goede coaches ontwikkelen samen met de fabrikanten nieuw materiaal.

samenvattend

Waar geen stuwende kracht is, is geen vooruitgang.



Foto 2. Een verrijkte situatie (softturnen)

Zelf nadenken over leerstof, materiaalgebruik en nieuw materiaal kan de sport redden. We hebben weer behoefte aan coaches en trainers die nadenken over de sport, samenwerking zoeken, sterke teams- en bergen durven te bouwen. Alleen dan blijft de aansluiting met de wereldtop gegarandeerd. Dat heeft te maken met een simpele, maar consequente planning en een logisch opgebouwd programma. Dat programma start op school. Elke dag verplicht een uur bewegen, startend op de basisschool. Je moet niet te moeilijk doen, maar wel de creativiteit hebben of ontwikkelen om steeds weer leuke nieuwe dingen te bedenken.

Discipline en creativiteit zijn van groot belang. We hebben behoefte aan bijscholing waarbij we aan het denken worden gezet over gekozen wegen en gebaande paden.

Een goede opleiding moet sportoverstijgend zijn. Je moet coaches en leraren tijdens de opleiding gereedschappen aanbieden, zodat ze zich meer vertrouwd gaan voelen op een specifiek terrein. Je moet niet voor elk onderdeel een superspecialist hoeven in te huren. Specialisten moeten hun bijdrage ook niet belangrijker maken dan nodig is. We hebben leermeesters nodig die door hun kennis en kunde inzicht verschaffen in de sport. Het is vervolgens aan de trainers en leraren om met dit inzicht aan het werk te gaan. Waar zijn de leermeesters?

Correspondentie: tjalling.berg@wxs.nl



Van unihockey naar floorball, van spel naar sport (3)

Floorball: starten op school

In een artikel in LO 13 is floorball als spel beschreven. Het leren spelen van floorball wordt in de komende artikelen gekoppeld aan een didactische opvatting over spelonderwijs: Teaching Games for Understanding (TGfU). In LO 14 is uitleg gegeven over TGfU en over het doel van sportonderwijs en de start met een assessment met floorball om de startniveaus te kunnen duiden. In dit artikel wordt een uitwerking van de lessen beschreven. Door: Jorg Andrée

uitwerking Lesweek 1

We spelen een eindspel (bepaal in jouw context wat het eindspel kan zijn en ook welke ruimte je hebt om het toe te passen). De indeling kan er als volgt uitzien:

aanzien van de regels en het doordraaien van teams. Daarnaast zal elk team moeten zorgen voor een korte warming-up met bal en stick. Dit kan ook klassikaal aangestuurd worden.

Doelgroep	Leeftijd	Variant	Afmeting
Mini (BO)	6-9	Klein veld 2:2	8-12 mtr
Jeugd (BO)	9-12	Klein veld 3:3	12-24 mtr
		Zwitsers variant 4:4 incl. Keeper.	12-24 mtr
Junioren (VO)	12-18	Klein veld 4:4	12-24 mtr
		Zwitsers variant 4:4 incl. Keeper.	
Senioren	18 en ouder	Groot veld 6:6	20-40 mtr
		Groot veld 6:6	20-40 mtr

Speel een eindspel, waarin het beter leren spelen centraal staat. Voordat we beginnen met spelen zullen er enkele afspraken gemaakt moeten worden ten

Eindspel floorball (totaal-totaal methode)

Om kinderen beter te leren spelen is het actief zijn als speler en als regelaar

effectief. Dit vergroot het inzichtelijk leren. *Bewegen en regelen* (ensceneren) vindt plaats in de rol van speler/deelnemer en als scheidsrechter of coach. Het ervaren en goed kunnen toepassen van die rol vraagt om goede begeleiding vanuit de docent. Speel het eindspel op een veldgrootte waarvan jij vindt dat de beweegtijd niet in het geding komt (afhankelijk van aantal teams). Vooraf bepaal je met elkaar vier belangrijke regels, waarin de veiligheid duidelijk naar voren komt.

Vier basisregels

Lukt dit niet, dan krijgen ze vier basisregels mee als leermiddel (zie werkpatri  n).

- High sticking (Hoge stick; zorg dat het stickblad onder de heup blijft).
- Stick hitting (Stick slaan; zorg dat de sticks elkaar niet raken).

- Stick Lifting (Stick liften; zorg dat de stick niet opgetild wordt).
- Rough game (Ruw spel; zorg dat er niet geduwd wordt).

Voor meer regels zie www.nefub.nl.

Het spel wordt begeleid door twee scheidsrechters per veld, die letten op de vier benoemde regels. Ze worden ondersteund door twee 'hulpkaarten' (werkpatroon).

Bij een overtreding passen ze het volgende werkpatroon toe: fluiten, voor wie, waarom en hoe verder:

- blaas kort en krachtig op de fluit
- wijs de speler aan die een fout maakt
- zeg of geef een teken van de aard van de overtreding (zie de hierbij gevoegde tekens)
- zeg of geef een teken, om aan te geven hoe het spel verder gaat (idem).

Ensceneringsthema:

- 'al spelend leren oefenen met behulp van een coach (en 'scheidsrechter').

De coach zal een actieve rol krijgen in het begeleiden van een team. Door evaluaties zullen de spelers bewuster het proces beleven van het sportspel.

Voor deze les (nulmeeting) focussen we ons op het teamdoel. De coach kan dit toepassen in de tijd dat de teams even wissel zijn. Als docent moet je dit stimuleren en begeleiden. We gebruiken daarbij een werkpatroon.

Werkpatroon systematisch leren ('beter leren spelen')

- Ervaren: concreet ervaren, het 'eindspel beleven'.
- Overdenken: waarnemen en overdenken/terugblikken.

'uitspelen van een tegenstander en komen tot scoren c.q. het voorkomen daarvan' een doelstelling formuleren. Bijvoorbeeld 'iedereen speelt mee in de aanval'. Coach je team hierop of het voor iedereen helder is wat er gebeuren moet (afspraken noteren op papier). Elke speler bepaalt voor zichzelf ook een doel waar hij/zij aan gaat werken. Het doel komt voort uit de niveauomschrijving (dit maakt het complexer maar is wel mogelijk. Zo kun je meer op maat werken met je leerlingen).

Vuistregel om doelen als team te stellen

Doelen moeten:

- gezamenlijk besloten worden (commitment)
 - voor iedereen duidelijk zijn
 - uitdagend maar realistisch zijn
 - regelmatig geëvalueerd worden.
- Het is belangrijk dat er vanuit een

als scheidsrechter functioneren in een eindspel



Werk met het volgende werkpatroon:

1. Fluit, wanneer je een overtreding ziet.
2. Wijs de speler aan die een fout maakt,
3. Zeg of geef een teken van de aard van de overtreding (zie de hierbij gevoegde tekens).
4. Zeg of geef een teken om aan te geven hoe het spel verder gaat (idem).



1) High sticking



2) Stick Lifting



3) Hitting



4) Rough game



Werkpatroon scheidsrechter

Elk team heeft één of twee coaches. De coach let tijdens de eerste les in het eindspel op het 'beter leren spelen'.

Bewegingsthema:

- 'uitspelen van een tegenstander en komen tot scoren c.q. het voorkomen daarvan'.

- Hoe verliep het spel?
- Wat ging goed / niet goed?
- Verdiepen: abstracte begripsvorming en 'conceptualiseren'.
 - Wat willen we verbeteren?
 - Wat hebben we nodig?

Uitproberen: actief experimenteren. Laat als coach het team binnen het spelthema

coach/docent feedback wordt gegeven. Hierdoor zal een prestatie verbeteren.

Coachen van het eindspel

Tijdens het eindspel let de coach op de teamdoelstelling. Na het eindspel komt elk team weer bij de coach. Coach *probleemgestuurd*.

Werkpatroon	Ik	De ander
Plaatje	Laat het zien in een voorbeeld.	Kijk goed naar het voorbeeld.
Praatje	Wat is het belangrijkste principe in dit voorbeeld? Bijvoorbeeld. tussen de man en de goal verdedigen.	Luister naar de belangrijkste aanwijzing, het principe! Niet duidelijk? Stel vragen!
Daadje	Observeer de beweging en kijk of het principe wordt uitgevoerd. Reageer niet direct. Geef de tijd voor het realiseren ervan!	Voer de opdracht uit. Probeer de actie en vooral het principe te realiseren! Blijf het proberen als het niet direct lukt!

Werkpatroon voor de coach



Commitment

Doe achtereenvolgens het volgende:

- vraag of de spelers tevreden of ontevreden zijn en laat ze het succes en falen benoemen
- neem één aspect van ontevredenheid en vraag wat precies het probleem daarmee is
- stel vragen aan de spelers:
 - hoe komt dat waarschijnlijk?
 - wat gaan we verbeteren?
- laat de spelers (met jouw hulp) een keuze voor de verbetering in de volgende wedstrijd maken.

Eventuele aanvullende/ondersteunende feedback vanuit de docent moet gericht zijn op:

- stabiele interne factoren (waar je invloed op hebt)
- inspanningen die eerder tot succes

hebben geleid, want dit versterkt het zelfvertrouwen en vergroot dus de (intrinsieke) motivatie

- positieve feedback want dit heeft een grote en gunstige invloed op het beeld van de eigen bekwaamheid (self efficacy).

Het accent/doel verbeteren met een eindspel

Belangrijk is dat het voor iedereen helder moet zijn waar het team aan gaat werken (vuistregel doelen stellen). Wat hebben ze nodig om beter te kunnen presteren. Als docent moet je het team en de coach(es) leermiddelen meegeven om te werken aan het doel.

Een voorbeeld van een werkpatroon voor de coach staat bovenaan de pagina.

evaluatie

Is het team erin geslaagd om binnen het spelthema een doelstelling met succes te realiseren? Hoe werd de rol van de coach ervaren en heeft dat bijgedragen aan het succes?

De coach evalueert samen met het team het proces. Iedereen zal zijn eigen niveau (nul)meeting in moeten vullen en dit meenemen voor de volgende les. Als opdracht zou het goed zijn om leerlingen bewust te maken van het feit waar ze de volgende les aan kunnen/willen werken.

In het volgende artikel zullen we verder gaan vanuit de nulmeeting van de leerling. Dit zal de volgende keer vertaald worden naar het basisonderwijs.

literatuur

Bandura, A. (1977). *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioural change*
Bunker, D., & Thorpe, R. (1982). *A model for the teaching of games in secondary schools*.

Timmers, E.I., (2005). *Actief leren onderwijzen*. Haarlem, De Vrieseborch
Timmers, E.I., & Meertens, T., (1998). *Spelen(d) leren spelen*. Haarlem, De Vrieseborch

Jorg Andrée is docent aan het Instituut voor Sportstudies, Hanzehogeschool Groningen

Correspondentie: j.andree@pl.hanze.nl



Materiaalgebruik bij floorball

Wanneer u door het artikel over floorball enthousiast bent geworden en voor het eerst of als uitbreiding aan materiaalanschaf denkt, dan volgt hieronder vrijblijvende informatie.

Door: Henk Schuster

materiaalaanschaf



FOTO: HENK SCHUSTER

Foto 1: Unihockey sticks

Op foto 1 ziet u een voorbeeld van de eerste series unihockey/floorball sticks. De Unihoc Pro (wit en zwart) en de Unihoc Fiber (met groen en geel blad). Het zijn op zich goede sticks geweest, die nog steeds te koop zijn. Echter.....

Let op:

Er zijn nieuwe ontwikkelingen gaande, die duidelijk betere sticks opleveren en voor vrijwel dezelfde prijs binnen bereik komen. (en met de komende aanbiedingen bij Bosan Sport en Schelde Sports zelfs voor een lagere prijs).

Mocht u op het punt staan floorball-materiaal aan te schaffen, dan adviseer ik u te kijken naar LO 14 2008 met advertenties van zeer betaalbare, door de internationale en nationale bond goedgekeurde wedstrijdsticks en contact op te nemen met de adverteerders.

Beide firma's leveren deze zeer speciale Salming wedstrijdsticks met extra korting in verband met onze artikelen in LO 14 en LO 1 en 2 artikelen over floorball. Zie de Campus 36, 34 en 32 op foto 2.

Uit deze zeer recentelijk ontwikkelde Zweedse stickserie van fabrikant Salming, zijn de Campus 34 en 32 zelfs door de Internationale en Nationale Floorballbond goedgekeurde wedstrijdsticks.

De Salming Campus 36 voor primair onderwijs (niet geschikt voor de competitie) en de Campus 34 en de Campus 32 voor voortgezet onderwijs (beide wel geschikt voor de landelijke competitie). Laat u verrassen door de bijzonder scherpe prijzen en toch het grote verschil in gewicht, uitstraling en kwaliteit van deze nieuwe series. De Campus 34, met een door u zelf naar links of rechts te buigen blad (en die ook weer kan worden teruggebogen) en de Campus 32, met een naar links of rechts voorgebogen blad.

Van belang om te weten:

Voor primair onderwijs is een sticklengte tussen de 75 en 85 cm van toepassing.

Voor voortgezet onderwijs van 85 tot 96 cm. Een te gebruiken schema:

Sticklengte:	Lichaamslengte:
65 cm	110 – 125 cm
75 cm	125 – 140 cm
80 cm	140 – 150 cm
89 cm	150 – 165 cm
92 cm	160 – 175 cm
96 cm	170 – 185 cm
100 cm	185 – 195 cm
104 cm	190 cm - groter

Bij floorball wordt de stick zowel links als rechts van het lichaam gevoerd. Bij sticks met een voorgebogen blad is het dus van belang om te weten of er een rechter of linker stick moet worden besteld. Het is zo te bepalen:

- een 'linker stick' wordt links van het lichaam gevoerd. De rechterhand is dan bovenaan de greep.

- een 'rechter stick' wordt gevoerd, zoals bij veldhockey, aan de rechterkant van het lichaam, met de linkerhand bovenaan de stick.

Op foto 3 ziet u een stick, die ook te koop is, maar die raden we sterk af: een blad uit de jaren 1965 en een zeer instabiele schacht, die 'misvormd' blijft staan. Ongeschikt om de kinderen de sport hiermee aan te bieden. Pas dus op met bestellen via een folder of website! Je ziet dergelijke 'afwijkingen' dan niet! Daarbij komt, dat de verkopende partij dit euvel niet vermeldt.

Veel succes met deze snelle, intensieve en attractieve sport!

Correspondentie:
h.schuster@pl.hanze.nl

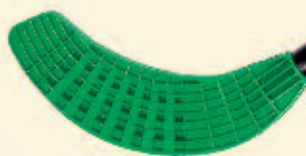


Foto 3: Ongeschikte stick



Foto 2: Campus sticks voor floorball

Alfa-college wint eerste NK MBO Floorball

Vrijdag 31 januari heeft het Alfa-college Sport en Bewegen Groningen de eerste editie van het NK MBO Floorball gewonnen. Acht teams van het ROC Eindhoven, Noorderpoort college, Alfa-college Sport en Bewegen Assen en Groningen hebben gestreden om de eerste winnaar te worden van dit evenement.

Na mooie wedstrijden in de poules, ging de strijd om de derde en vierde plaats tussen de teams Alfa-College S&B Assen 1 en ROC Eindhoven 2, met winst voor Assen. De zeer spannende finale werd gespeeld door Alfa-college S&B 1 en Alfa-college S&B 2, na een verlenging was Alfa-college S&B 2 de winnaar.

Het evenement was een samenwerking tussen de Nederlandse Floorball Bond en het Alfa-college. De datum voor het NK MBO Floorball 2009 volgt spoedig.

Gym tussen wens en werkelijkheid

Wat wensen wij te bereiken met de Lichamelijke Opvoeding, en welke effecten bereiken wij daadwerkelijk? Om duidelijk te maken aan politici, beleidsmakers en schooldirecties waarom het bewegingsonderwijs een belangrijke plaats verdient in het onderwijs, moet je dit scherp kunnen neerzetten.

Een oproep tot meer evidence based practice, uitgesproken tijdens de Thomas Oriëntatiedag 2008. Door: Lars Borghouts

Lectoraten, die kort gezegd bestaan uit een groepje docentonderzoekers aan het hbo onder aansturing van een lector, zijn onder andere verantwoordelijk voor het doen van praktijkrelevant onderzoek, en voor de doorwerking hiervan naar de hbo-opleidingen. Om de praktijk van de lichamelijke opvoeding te kunnen onderzoeken, is het van belang wens en werkelijkheid te onderscheiden. Ik kan mij niet aan de indruk onttrekken dat wij daar niet goed genoeg in slagen, alleen al getuige het feit dat we zelf nog periodiek discussie aan het voeren zijn over onze doelstellingen. Evidence based practice is een ontwikkeling die in veel vakgebieden terrein aan het winnen is, omdat er in onze maatschappij aan beroepsbeoefenaren steeds vaker gevraagd wordt om verantwoording af te leggen. Of dat nu is door leerlingen, patiënten, subsidiegevers of de overheid. Je moet laten zien of je zinnig en effectief handelt, anders sta je ter discussie. Om te beginnen moet je dan gaan kijken naar de 'wens' binnen het bewegingsonderwijs, de doelstellingen dus.

doelstelling bewegingsonderwijs

De momenteel meest gangbare visie is, kort gezegd, dat het bewegingsonderwijs leerlingen bekwaam moet maken voor deelname aan de bewegingscultuur. Het gaat daarbij enerzijds om toerusting voor het maatschappelijk functioneren, anderzijds om persoonlijke ontplooiing (1). Dat laatste wordt door sommigen nog wel eens over het hoofd gezien, tot verdriet van mijn Tilburgse collega's, welke juist deze personalistische visie een warm hart toedragen. Ik zou echter wat langer stil willen staan bij het begrip 'inleiden in de bewegingscultuur' op zich. Bekwaam maken voor deelname aan de bewegingscultuur is namelijk meer een doelstelling dan een legitimatie. Je kunt hiermee mijns inziens niet volstaan als iemand vraagt 'waarom is er eigenlijk bewegingsonderwijs, waarom zijn er eigenlijk gymleraren'. Want de volgende vraag kan zijn: maar waarom vind je deelname aan de bewegingscultuur dan belangrijk? Sommigen geven als antwoord op de vraag waarom we de bewegingscultuur belangrijk vinden het antwoord: omdat de bewegings-

cultuur een aanzienlijk onderdeel is van de algehele cultuur van onze maatschappij. Het probleem dat ik daarmee heb, is dat dit nog steeds geen reden is om het belangrijk te vinden als schoolvak. De belangrijkste vrijetijdsactiviteit van Nederlanders, zo blijkt uit onderzoek, is 'funshoppen'. Funshoppen is dus een aanzienlijk deel van onze algehele cultuur. Betekent dit dat we kinderen op school moeten inleiden in de consumptiecultuur? Een wekelijks blokuur winkelonderwijs? En gezien het feit dat gaming een steeds belangrijker onderdeel wordt van de jeugdcultuur, moeten we ze op school dan niet gaan inleiden in de gamingcultuur? 'Leerlingen inleiden in de bewegingscultuur' wordt ook wel de vak-immanente, de vakeigen legitimatie genoemd. Omdat het bewegen als doel neemt, en niet als middel om iets anders te bereiken. Het grote voordeel hiervan is de schijnbare eenvoud: als rekenonderwijs er is om beter te leren rekenen, en taalonderwijs om beter de taal te leren, dan is bewegingsonderwijs er om beter te leren bewegen. Maar op welke gronden beslist de politiek of de schooldirectie vervolgens hoeveel uur aan welk vak wordt besteed? Het 'belangrijkste' vak zal de meeste uren krijgen. En op welke gronden besluit de vakwereld of de vakdocent welke inhoud en aangeboden moeten worden in het vak? En dus hoe te handelen in de les? Wanneer je ophoudt bij 'bewegingsonderwijs is er om beter te leren bewegen' dan kun je daar niet zo veel mee.

We doen overigens vaak net of het bewegingsonderwijs als enige die 'legitimatiediscussie' voert, maar ik denk dat dat onzin is. Wiskundeleraren twisten ongetwijfeld over de vraag welke rekenmethoden het beste aansluiten bij de praktijk van alledag, en over het belang van hoofdrekenen in een samenleving vol rekenmachines. En ik kan me voorstellen dat docenten Engels hun vak naar buiten toe verdedigen onder verwijzing naar het toenemende belang van het Engels voor het begrijpen van informatie op internet, en dat ze onder vier ogen met de directie soms zelfs durven beweren dat hun vak toch écht van meer maatschappelijk belang is dan het Frans, laat staan Latijn. Op basis van dit soort maatschappelijke argumenten worden de uren en het geld verdeeld. Het vak dat daarbij de sterkste argumenten aandraagt, en dat daarin de meeste eenheid uitdraagt, zal gaan lopen met de hoofdprijs. We moeten ons dus afvragen: draagt het bewegingsonderwijs in de ogen van de buitenwereld goede argumenten aan, en zijn we het er onderling over eens? De argumenten voor het belang van bewegingsonderwijs liggen voor het oprapen, de maatschappij reikt ze ons zelf aan. Doen we daar genoeg mee? Ik betwijfel het.

duidelijkheid en eenheid

Ik denk dat het goed zou zijn om er op landelijk niveau voor te zorgen dat we duidelijkheid en eenheid uit gaan stralen door een aantal heldere, voor beleidsmakers begrijpelijke doelen te formuleren voor het bewegingsonderwijs. Daarbij kunnen we nog steeds vasthouden aan de algemene, vakimmanente doelstelling 'inleiden in de bewegingscultuur'. Het persoonlijke ontplooiingsdoel blijft



Grenzen ontdekken

daarbij dus ook overeind. Maar we moeten eens in de, pak hem beet, 10 jaar opnieuw nadenken over het belang van de bewegingscultuur zélf. Waarom vinden we de bewegingscultuur *op dit moment in de geschiedenis* belangrijk. Cultuur is immers veranderlijk. En we moeten eens in de zoveel tijd nadenken over de vraag: wat is onze rol in die bewegingscultuur. Wat kunnen we bereiken met het bewegingsonderwijs, en op welke manier? Voor welke maatschappelijk relevante doelen kunnen we er redelijkerwijs van uitgaan dat we er aan bij kunnen dragen? Zoals alle andere schoolvakken moeten we onszelf af en toe herijken. En dat is geen opportunisme. Bewegen als middel zien is in de ogen van sommigen een bedreiging, maar volgens mij juist een hele grote kans. Het is een manier om op te boksen tegen het geweld van de meer cognitieve vakken en tegen de invoering van 'funshoppen' als schoolvak. En ja, op momenten dat de samenleving meer waarde hecht aan de bewegingscultuur zal het dan beter gaan met het vak dan op momenten dat andere zaken hoog op de maatschappelijke agenda staan. Dat geldt in feite voor alle vakken. Maar de aandacht voor en betekenis van sport en bewegen in onze maatschappij is in de afgelopen decennia alleen maar toegenomen, en daar lijkt voorlopig nog geen einde aan te komen. Expliciete doelen stellen voor onze bijdrage aan de bewegingscultuur maakt ons vak alleen maar sterker. Welke maatschappijrelevante doelen zou het bewegingsonderwijs dan kunnen omarmen?

maatschappelijke doelen

De vraag die ik nu dus eigenlijk stel is: waarom is deelname aan de bewegingscultuur van belang? We moeten bedenken waarom een samenleving waarin zo veel mogelijk mensen regelmatig aan sport en bewegen doen, beter af is. Richard Bailey zette onlangs in het boek 'The Routledge Physical Education Reader' (2) op basis van de wetenschappelijke literatuur een aantal potentiële voordelen en effecten van sport en bewegen op een rijtje. Ik pas dit een beetje aan maar het komt hier op neer; bewegen is in ieder geval in theorie goed voor:

- **Gezondheid.** Voor de effecten van sport en bewegen op de gezondheid zijn overtuigende bewijzen, zowel bij volwassenen als bij kinderen. Alleen manifesteert een aantal ziekten zich vaak pas echt op latere leeftijd, zoals hart- en vaatziekten, hoge bloeddruk en type-2 diabetes. Daarom zijn de bewijzen bij volwassenen nog wat sterker dan bij kinderen.
- **Psychisch welbevinden.** Dit valt wellicht eigenlijk onder de brede definitie van gezondheid maar staat hier toch even apart. We kunnen met zekerheid zeggen dat sport en bewegen bijdragen aan het psychisch welbevinden: het gevoel van eigenwaarde stijgt erdoor, stress, angst en depressie nemen erdoor af.
- **Sociale ontwikkeling,** meer precies de ontwikkeling van prosociaal gedrag, kan volgens de wetenschap worden gestimuleerd door sport en bewegen: verbeteringen in persoonlijk verantwoordelijkheidsgevoel, moreel redeneren en fair play zijn bijvoorbeeld aangetoond. En lidmaatschap van een sportclub kan uiteraard het sociale netwerk vergroten.
- **Cognitieve ontwikkeling:** je zou het niet altijd zeggen als je een interview met een profwielrenner of -voetballer ziet, maar sport en bewegen verbeteren de verstandelijke vermogens. Dit heeft onder andere te maken met een toename in concentratievermogen en wederom het gevoel van eigenwaarde. Er zijn verschillende onderzoeken gedaan waarbij het aantal uren bewegingsonderwijs werd verhoogd ten koste van andere vakken, maar waarbij de 'academische' leerprestaties zelfs verbeterden.
- **Motorische ontwikkeling:** dit punt staat niet in het stuk van Bailey maar heb ik zelf toegevoegd. Of sport of het bewegingsonderwijs op zichzelf een bijdrage leveren aan de algemene motorische ontwikkeling is niet goed bekend, maar mij lijkt dat het bewegingsonderwijs een bijdrage kan leveren aan het signaleren van motorische achterstand en aan talentherkenning. Dit zijn eigenlijk uitersten op een continuüm: er bestaat bewegingsachterstand en bewegingsvoorsprong. Beiden zijn door een goede docent te herkennen en op beide kan via maatwerk en doorverwijzing worden ingespeeld. Scholen die mrt-lessen aanbieden doen dit al, en scholen die getalenteerde kinderen stimuleren om eens een kijkje te nemen bij de betreffende sportvereniging doen dit ook.

Uiteraard geldt voor al deze effecten en doelen dat ze alleen onder bepaalde voorwaarden tot uiting komen. Het gevoel van eigenwaarde zal niet stijgen als je in de gymles steeds als laatste gekozen wordt, of herhaaldelijk wordt uitgelachen. Talentherkenning lukt het beste op het moment dat je sportspecifieke activiteiten aanbiedt. Het gevoel van eigenwaarde neemt vooral toe bij haalbare individuele doelen en positieve feedback. En het mooie is nu: als leraar LO heb je die omstandigheden, anders dan bij sportbeoefening, grotendeels in de hand. Je moet die zo weten te manipuleren dat ze optimaal zijn om de beoogde effecten te bereiken. Ik zou de vakwereld daarbij willen adviseren geen keuze te maken en al deze doelen te omarmen. Dat betekent wel dat er één en ander zou moeten gebeuren. We moeten niet zomaar zeggen, '*dit zijn de doelen van het bewegingsonderwijs*,' en verder laten we alles bij het oude. Daar trapt niemand in en daar schieten we ook niks mee op. Wat moet er dan gebeuren? Ten eerste moet de vakwereld de wetenschappelijke inzichten die er zijn, en waarover best wat overzichtsartikelen bestaan, als het ware 'vertalen' voor de beleidsmakers en schooldirecties. Overtuig ze ervan dat het vak minstens zo

belangrijk is als al die andere vakken, niet vanuit een defensieve houding, maar vanuit overtuiging. Overtuiging dat sport en bewegen kunnen helpen om al deze doelen te bereiken. En dan moet de vakwereld vervolgens ook laten zien dat ze daadwerkelijk werk maakt van deze doelen. Hoe zou dat bijvoorbeeld kunnen, welke acties zijn daarvoor nodig?

acties

- Laat de KVLO bijvoorbeeld zo sterk mogelijk onderbouwde, praktijkgerichte richtlijnen uitgeven op elk van deze gebieden. Dus bijvoorbeeld: wat kan een leraar LO doen om de sociale ontwikkeling te stimuleren, hoe kan de leraar LO bijdragen aan talentherkenning, enz. Om dit te bereiken moet je op elk gebied een groepje van experts aan het werk zetten, die op de hoogte zijn van de internationale inzichten, en nieuwe ontwikkelingen.
- De KVLO en de ALO's kunnen hier vervolgens nascholingen voor aanbieden, gekoppeld aan het kwaliteitsregister voor leraren LO.
- De ALO's kunnen dan in de bacheloropleidingen meer expliciete aandacht geven aan deze doelen en hoe ze te bereiken.
- De ALO's moeten tevens zorgen voor een kritische, praktijkonderzoekende houding bij de studenten van de bacheloropleidingen, die als ze afgestudeerd zijn dit soort vernieuwingen zullen blijven volgen.

- Stimuleer praktijkgericht onderzoek om erachter te komen wat de huidige stand van zaken is in ons land, en hoe lessen optimaal aangeboden kunnen worden in het licht van deze doelen.
- En stimuleer masteropleidingen voor leraren LO, zodat er meer docenten komen die zelf in staat zijn hun vakgebied te onderzoeken. In Nederland hebben we namelijk door onze eerstegraads bevoegdheid lichamelijke opvoeding aan het hbo geen traditie van universitair onderzoek binnen het bewegingsonderwijs, waardoor wij een achterstand hebben ten opzichte van andere westerse landen. Fontys Sporthogeschool start binnenkort als eerste in Nederland een masteropleiding die zich specifiek richt op de maatschappelijke waarde van sport en bewegen, en ook andere ALO's overwegen masteropleidingen.

Begrijp me goed, deze acties zijn erop gericht om te komen tot het optimaal aanbieden van het bewegingsonderwijs om de genoemde doelen te bereiken, maar dat hoeft de huidige lespraktijk echt niet altijd drastisch te veranderen. Kinderen moeten nog steeds 'bewegen beleven, bewegen verbeteren, bewegen regelen en gezond bewegen', zoals het *Basisdocument voor het VO* zegt. Inleiden in de bewegingscultuur dus. Maar daarbij stellen we die expliciete doelen. Sommige van die doelen kunnen wellicht elke les invloed hebben op de uitvoering, voor zover ze dat nu al niet hebben. Maar

daarnaast kunnen scholen of secties ervoor kiezen om periodieke, of misschien wel schoolgebonden accenten te leggen, op basis van de genoemde richtlijnen. Daarbij altijd strevend naar evidence based practice.

evidence based practice

Wat is nu evidence based practice? Een van de definities luidt: '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'. Evidence based practice is met name opgekomen vanuit de medische en paramedische beroepen. Zo worden fysiotherapeutische behandelingen nagenoeg alleen nog vergoed als aangetoond is dat ze ook echt effect hebben. Er is echter ook terechte kritiek op evidence based practice, kernachtig samengevat in dit citaat van Carl Sagan: 'Absence of evidence is not evidence for absence'. Dus als je ergens geen bewijs voor hebt, wil dat nog niet zeggen dat het niet werkt. Misschien heb je het nog niet goed genoeg onderzocht. Of kun je het niet goed onderzoeken. Zo kunnen we misschien niet alle potentiële effecten van het bewegingsonderwijs bewijzen. Je kunt immers niet 1000 leerlingen die bewegingsonderwijs krijgen vergelijken met 1000 die dat niet krijgen, want



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Al heel jong kiezen

het bewegingsonderwijs is gewoon verplicht. Maar we kunnen de effecten op zijn minst wel aannemelijk maken. Ik zal de doelstelling 'gezondheid' als casus uitwerken voor mijn pleidooi voor evidence based practice binnen de LO. Ik neem 'gezondheid' als voorbeeld omdat dit al jaren sterk in de maatschappelijke belangstelling staat, maar ook omdat ik daar als lector Fysieke Activiteit en Gezondheid het meeste in thuis ben.

Daarbij reduceer ik het thema gezondheid meteen tot de rol die bewegen daarin speelt. Als je met het bewegingsonderwijs iets wilt bijdragen aan de gezondheid van kinderen, moet je dat immers vooral doen via het aanleren van een actieve levensstijl.

Wat kan het bewegingsonderwijs aan de bewegingsarmoede doen? Kan het bewegingsonderwijs er überhaupt wel iets aan doen? De eerste stap richting evidence based practice is dat we op zoek moeten gaan naar 'evidence', naar bewijs dat er al is.

Bewegingsonderwijs kan in principe op twee manieren bijdragen aan een actieve levensstijl (figuur 1): direct en indirect. De directe bijdrage is de hoeveelheid beweging die de gymles zélf oplevert. De indirecte bijdrage is de bewegingsstimulering die op korte termijn wellicht uitgaat van het bewegingsonderwijs: kinderen gaan buiten school ook meer sporten en bewegen. Maar ook op lange termijn: de basis leggen voor een actieve levensstijl als volwassene. Omwille van de beschikbare ruimte zal ik nu alleen verder ingaan op het directe effect. Maar blijf in gedachten houden dat dit maar een casus is: ik houd hier geen pleidooi om er het hoofddoel van te maken dat kinderen alleen maar zo veel mogelijk en intensief mogelijk bewegen in de les, want dan kun je ze het beste de hele les op een fietsergometer of een loopband zetten. Maar wat is er bekend over de hoeveelheid beweging die de les op zichzelf levert. Uit buitenlands onderzoek blijkt dat tussen de 27 en 47% van de lestijd actief wordt doorgebracht. Als we kinderen elke dag een uur gym mogen geven, en we zorgen ervoor dat ze ongeveer de helft van de lestijd actief zijn, dan dragen we al meer dan eenderde bij aan de beweegnorm. En dat ondanks het feit dat we alleen de schooldagen tot onze beschikking hebben. Met het bewijs dat er op dit gebied al is, kunnen we ons dus best stevig profileren.

Bovendien blijkt uit Zweeds onderzoek dat van de 16-jarigen, 30% álle matig-tot-intensieve activiteit uit de gymles haalt. Kortom, kinderen bewegen zo weinig dat het bewegingsonderwijs wel degelijk een belangrijke bijdrage kan leveren aan het totaal!

richtlijnen

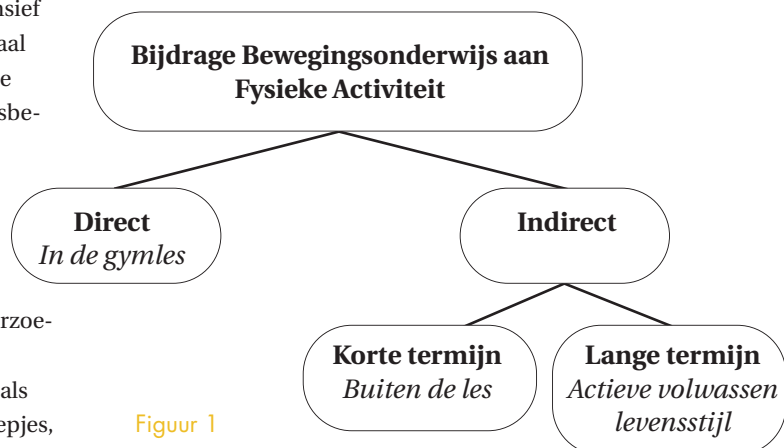
Een richtlijn die je dan voor het bewegingsonderwijs zou kunnen opstellen is: 'in het bewegingsonderwijs streven we ernaar de leerlingen gemiddeld minstens 50% van de lestijd matig-tot-intensief actief te laten zijn'. En voor degenen die denken dat dit allemaal wel erg 'wishfull thinking' is, in de Verenigde Staten bestaat die richtlijn gewoon, als onderdeel van het nationale gezondheidsbevorderingsinitiatief 'Healthy People 2010'.

Als je dan zo'n richtlijn maakt, is de volgende stap om tot evidence based practice te komen dat je gaat kijken hoe je op een goede manier de beweegtijd in de les kunt optimaliseren. Dus met behoud van de pedagogisch-didactische kwaliteit. Ook daarnaar zijn al verschillende onderzoeken gedaan, onder andere door de Universiteit van Gent (3). Met relatief eenvoudige aanwijzingen rondom organisatie (zoals leerlingen geen teams laten kiezen), management (kleine groepjes,



Ook in het leerplan?

meer materialen) en interactie (instructie niet langer dan nodig), werd een toename in activiteit van 42 naar 56% bereikt. Veertien procent stijging is behoorlijk fors als je dat vergelijkt met allerlei onderzoeken die er zijn gedaan gericht op gedragsverandering. Kinderen zijn via het onderwijs nu eenmaal zeer direct te bereiken,



Figuur 1



FOTO: ANITA RIEMERSMA

daarbuiten wordt het veel moeilijker om iets aan hun bewegingsgedrag te veranderen. En daarmee heeft het bewegingsonderwijs een unieke positie.

conclusie

Concluderend kan worden gesteld dat 'bewegen als doel' versus 'bewegen als middel' eigenlijk een onzinnige discussie is. Het stellen van duidelijke, maatschappelijk relevante doelen maakt de positie van het bewegingsonderwijs veel sterker, en middels evidence based practice kunnen we meer bijdragen aan deze doelen dan vaak gedacht. Maar dan is er wel een professionaliseringsslag nodig binnen de vakwereld, ingezet vanuit de KVLO en de ALO's. Daarmee kom ik terug bij het thema wens en werkelijkheid. Henry Kissinger zei ooit: *'The real distinction is between those who adapt their purposes to reality, and those who seek to mold reality in the light of their purpose'*. Op het moment dat bijvoorbeeld de minimumrentabel voor LO ter discussie staat, en wij voeren het overgewichtprobleem aan als argument om deze te handhaven, dan vervormen we de werkelijkheid in het licht van onze doelen. We

gebruiken dan eigenlijk een gelegenheidsargument. Wanneer we vanwege de overgewichtproblematiek, als doel stellen om serieus te gaan bijdragen aan het stimuleren van een actieve leefstijl bij met name de inactieve kinderen, dan passen we onze doelen aan aan de werkelijkheid. Ik hoop dat u er met mij van overtuigd bent dat dit laatste de beste optie is voor het bewegingsonderwijs.

referenties

1. Stegeman H: *Bewegingsonderwijs: belang en bedoeling*. Zeist, Jan Luiting Fonds, 2001
2. Bailey R: Physical Education and sport in schools; a review of benefits and outcomes. In *The Routledge Physical Education Reader* Bailey R, Kirk D, Eds. Abingdon, Routledge, 2009, p. 29-38
3. Verstraete SJM, Cardon GM, De Clercq DLR, De Bourdeaudhuij IMM: Effectiveness of a Two-Year Health-Related Physical Education Intervention in Elementary Schools. *Journal of Teaching in Physical Education* 26, 2007

Studenten zijn 'ons goud'

Nationale Sportweek: unieke kans om theorie in de praktijk te brengen

De Nationale Sportweek (NSW) raakt steeds steviger verankerd in de samenleving. Oké, het is nog geen fenomeen à la de boekenweek, maar dat mag, gezien het verschil in leeftijd tussen die twee, ook niet verwacht worden.....

Het gevoel dat steeds meer mensen de NSW (her)kennen en tijdens de week zelf in actie komen, berust niet alleen op gevoel, maar werd zomer 2008 ook gestaafd aan een onderzoek van de Sport Evenementen Monitor. De NSW mag zich qua bekendheid en omvang meten met de City Beach Tour (1.500.000 bezoekers), de Nijmeegse Vierdaagse (950.000) en de Fortis Marathon (850.000). Er is echter één verschil: de 450.000 deelnemers van de NSW zijn *doeners*, geen toeschouwers of feestvierders, die bij de andere evenementen voor het gemak wel zijn meegerekend. En dus mag worden geconcludeerd dat de NSW met afstand de meeste mensen in beweging brengt!

opleidingen

Onmisbaar tijdens de week zelf, maar ook in de aanloop er naar toe, is de bijdrage van de sportopleidingen. Zonder studenten geen sportweek, zonder passie van hun docenten geen succes! Op steeds meer plekken ontstaan mooie samenwerkingsverbanden tussen het onderwijs, gemeenten en verenigingen. Projectleider Coen van den Bemt probeert vanuit de NSW het contact tussen de partners te stimuleren. 'De vorige sportweken hebben bewezen dat er fantastische kansen voor het onderwijs liggen om actief aan de week mee te doen. Voor vakleerkrachten lichamelijke opvoeding is het een mooie gelegenheid om de eigen school in de schijnwerpers te zetten en in samenwerking met sportverenigingen tot iets groots te komen. Voor studenten van de verschillende opleidingen (ALO, Cios, roc's) is de week dé ultieme kans om een leuke stage te lopen. Je werkt naar iets toe, de week heeft een kop en een staart, juist dat maakt zo'n stage zo compleet. Belangrijk is wel tijdig stil te staan bij de

investering die dit vraagt op organisatorisch vlak. Alleen als coördinatoren van beroepsopleidingen de NSW opnemen in hun jaarplanning, bieden ze hun studenten een fantastische gelegenheid leren in de beroepspraktijk vorm te geven.'

Gert van Driel van Founding Father KVLO noemt het belang van beweging dé motivatie om de NSW vanuit het onderwijs te steunen. *'KVLO staat voor kwaliteit van beweging, elke dag. Dat gaat verder dan de les lichamelijke opvoeding op school. De sportweek is een prachtig platform om kennis te maken met sport, te ervaren wat het voor je kan betekenen. Laat kinderen de lol van bewegen zelf ervaren! Scholen haken steeds beter aan, maar wat mij betreft mag het nog wat sneller, wat enthousiaster.'*

voorbeeld

In Maastricht weet Jeroen Wijckmans van Trajekt inmiddels dat vroeg beginnen met en structureel begeleiden van studenten een voorwaarde voor succes vormen.

Namens de gemeente Maastricht wordt Trajekt, het bureau waarvoor Wijckmans werkt, ingehuurd om de NSW te organiseren. Trajekt werkt daarin steeds intensiever samen met Fontys, de Sporthogeschool uit Sittard. Twee jaar geleden werd zelfs een convenant tussen het opleidingsinstituut en de gemeente getekend waardoor de samenwerking structureel en van kwalitatief hoog niveau wordt.

Jeroen Wijckmans: 'Vanuit deze samenwerking kunnen we op jaarbasis aanspraak maken op 230 stagiaires. Zij zijn 'ons goud', zonder deze studenten zouden we nooit met zo'n omvangrijk sportprogramma kunnen komen. Maar het is geen eenrichtingsverkeer, samenwerken vraagt ook om een investering van onze kant.

Vanaf januari tot en met de sportweek zijn we wekelijks twee uur met de studenten in projectgroepen aan de slag. De lesmodules zijn daarop afgestemd, dus de NSW is in het jaarprogramma van de studenten opgenomen.

Iedere student weet wat er van hem/haar wordt verwacht, iedereen heeft een vastomlijnde opdracht.'

Volgens Jeroen Wijckmans lukt het alleen op deze manier om de NSW naar een hoger plan te trekken. 'Als er een goed plan ligt, is het een makkie om er met de opleidingen





Tijdens de sportinstuif

mee aan de slag te gaan. Bij Fontys worden de lessen nu al op de sportweek afgestemd, studenten leren een draaiboek te maken, een evenement van A tot Z te organiseren. Daarmee verhoog je de kwaliteit van het aanbod en maak je de sportweek ook echt iets van hen.'

verbanden leggen

Doordat de studenten in een vroegtijdig stadium bij de organisatie van evenemen-

ten betrokken zijn, wordt het eenvoudiger verbanden te leggen tussen scholen, sportverenigingen en andere partners. Wijckmans: 'De pro-actieve houding resulteert in meer enthousiasme. Voorheen wachtten we af of zich scholen meldden voor ons programma, nu stappen we op ze af. We hebben ook wat te bieden. Er hebben zich voor de komende NSW al 28 Maastrichtse scholen opgegeven, ik verwacht dat het er nog meer worden.'

Bij het Cios in Goes zorgde Stoffel Biesterbosch, docent sportmanagement er samen met zijn collega Patrick Gabrielse voor dat de NSW structureel in het onderwijsprogramma werd opgenomen. Vier jaar draagt de school inmiddels al bij tot het succes van de week in de provincie. Het roc Zeeland volgt daarin twee sporen.

Vanuit de verschillende profielen zoals sportmanagement, tennis, fitness en kleine keuzevakken worden, gedurende de week, sportactiviteiten op de school georganiseerd. 'De ene dag zijn het oudjes die we een middag voor senioren sport op maat uitnodigen, dan weer zijn het volwassenen die hier op de school een loop- of conditietraining krijgen. Het werkt heel praktisch, het aanbod is er, de faciliteiten ook. We halen de doelgroep hier naar toe.'

samen

Het tweede spoor wordt door de studenten sportmanagement gedragen. Twee-aan-twee werken zij aan sportaanbod voor de basisscholen in de regio. Stoffel Biesterbosch: 'Aan het begin van het jaar adopteert een duo een school. Belangrijk is dat ze het hele traject zelf uitvoeren. Dus vanaf het leggen van het eerste contact met de directeur tot en met het begeleiden van het sportaanbod op de dag zelf. Deze activiteiten zijn gekoppeld aan 'de dagen van'. Leuk is dat hierbij niet alleen kinderen in beweging worden gebracht, maar ook hun ouders en de leerkrachten. En minstens zo belangrijk, het gaat niet altijd alleen over bewegen, ook voeding en een gezonde leefstijl krijgen aandacht.'

Voor het Zeeuwse roc is de NSW een prachtige kans om de opleiding te profileren. 'De activiteiten die we hier in huis organiseren, leveren stevast media-aandacht op. Bovendien zetten we ons bij de basisscholen goed op de kaart. Voor onze leerlingen is deelname aan dit traject een unieke gelegenheid kennis te maken met de praktijk, ervaring op te doen, te leren van contextrijke situaties. Door de NSW in ons programma op te nemen, verplichten we onszelf al heel vroeg in het schooljaar met de organisatie van de NSW aan de slag te gaan. Hoe pakken we de PR aan, hoe maak je een draaiboek, op welke manier maak je van je aanbod een succes? We oefenen veel, zelfs in rollenspellen. Dat is leuk en leerzaam tegelijk.'

Kijk voor meer informatie op www.nationalesportweek.nl

Op dit moment begint het voorbereidingstraject voor de Nationale Sportweek van 2009 (die gehouden wordt van 18 tot en met 24 april) op verschillende niveaus vorm te krijgen. Kees Sijbesma, directeur NSW; 'Tot de kerntaken behoren nog steeds de promotie van de sport en opleiding naar de sportvereniging. Passend bij de ambitie van NOC*NSF is daarin een groei van 2% te generen en een bijdrage te leveren aan de missie tot een leven lang sporten. We willen sterker dan voorheen een brug slaan tussen Olympisch, paralympisch en de breedte van de sport. Wanneer meer mensen actief worden, groeit de kweekvijver van talenten, zo simpel is dat.'

Werden de laatste twee sportweken communicatief vooral gekleurd door de themadagen, de Nationale Sportweek nieuwe stijl zal meer het karakter van een rondtrekkend circus krijgen. De sportkaravaan doet zeven dagen lang diverse plaatsen aan. Dat zijn onder andere Maastricht (waar de opening van de Nationale Sportweek gaat plaatsvinden), Arnhem, Amsterdam, Naaldwijk, Breda en Dordrecht (sluiting). Meedoen met, kijken naar, sportbeleving, dat is waar het om draait. Op deze dagen komen de ambassadeurs in actie, maar zal ook sterker dan voorheen gezocht worden naar mediagenieke momenten om de sport echt in the picture te krijgen.

Contributieregeling

Ingesloten bij LO1 treft u een contributief formulier aan. Velen hebben aan de KVLO een machtiging tot automatische incasso verleend en derhalve is er voor gekozen het contributief formulier in het vervolg met de eerste LO van het kalenderjaar mee te zenden.

Dit contributief formulier is uiterst belangrijk voor het opnemen van de nodige gegevens in de ledenadministratie. Als u het formulier niet terugzendt wordt u ingedeeld in schaal 1 én werkzaam in het voortgezet onderwijs!

contributievoorstel

Tijdens de op 13 december 2008 gehouden algemene ledenvergadering werd het contributievoorstel voor het jaar 2009 aangenomen.

Personen die de vereniging financieel willen steunen kunnen ondersteunend lid worden voor een minimale bijdrage van € 25. Ondersteunende leden hebben geen recht op diensten en verzekeringen van de vereniging.

Dubbele toezending blad op één adres

Indien u, samen met een collega-lid op één adres het blad dubbel ontvangt, dan kan dit ook in enkelvoud.

U dient dit aan te geven op het contributief formulier. Degene aan wie het blad niet meer wordt toegezonden krijgt in januari een korting van € 25 op de voorschothetfing. Hier geldt dat een eenmalige kennisgeving voldoende is. Behoudens tegenbericht wordt een enkelvoudige toezending dan gehandhaafd.

Schaal 1

Bedroeg uw inkomen in 2008 meer dan € 15.000 dan wordt u ingedeeld in schaal 1. In mei 2009 wordt de contributie in rekening gebracht onder aftrek van het reeds in januari berekende voorschot van € 63. Valt u in schaal 1 maar gaat u vóór 1 juli 2009 met pensioen of FPU dan wordt u voor dit jaar ingedeeld in schaal 2.

Schaal 2

Bedroeg uw inkomen in 2008 meer dan € 8000, doch minder dan € 15.000 wordt u ingedeeld in schaal 2. In mei 2009 wordt de contributie in rekening gebracht onder aftrek van het reeds in januari berekende voorschot van € 63. Valt u in schaal 2 maar gaat u vóór 1 juli 2009 met pensioen of FPU dan wordt u voor dit jaar ingedeeld in schaal 3.

Schaal 3

Bij een bruto-inkomen van minder dan € 8.000 in 2008 wordt u ingedeeld in schaal 3. In mei 2009 wordt de contributie in rekening gebracht onder aftrek van het reeds in januari berekende voorschot van € 63.

Schaal gepensioneerden/VUT/ inv.pensioen/FPU

Indien u in de loop van 2008 (voor 31 december) uw werkzaamheden *volledig* heeft beëindigd ten gevolge van FPU, pensionering of afkeuring dan dient u dit op het formulier aan te geven. U wordt dan in de schaal voor gepensioneerden/VUT/FPU/ inv.pensioen ingedeeld en dit blijft verder zo.

Was u reeds in deze schaal ingedeeld, dan wordt de contributie u in mei 2009 in rekening gebracht. Er vindt dus geen voorschothetfing plaats, een uitzondering op de regel derhalve. U hoeft het contributief formulier niet retour te zenden.

Schaal kandidaatleden

Voor kandidaatleden geldt het lidmaatschap van september tot en met augustus. De contributie wordt in rekening gebracht in oktober van ieder jaar.

Schaal 1

Bruto inkomen 2008 > € 15.000,- € 160,-

Schaal 2

Bruto inkomen 2008 > € 8.000,- < € 15.000,- € 105,-

Schaal 3

Bruto inkomen 2008 < € 8.000,- € 63,-

Schaal Gepensioneerden, VUT, FPU, Inv. Pensioen € 63,-

Schaal Kandidaatleden € 35,-

- Boven deze bedragen wordt een klein bedrag aan afdelingscontributie geheven.
- De contributie wordt geïnd in twee gedeelten en wel in januari voor het bedrag van € 63,-, terwijl de verrekening van het restant in april/mei plaatsvindt.
- Voor een correcte schaalindeling verzoecken wij u per omgaande het contributief formulier naar het bureau van de KVLO gratis terug te zenden of te e-mailen. Leden die in schaal 1 vallen en vóór 1 juli 2009 met pensioen of FPU gaan komen voor het gehele verenigingsjaar voor schaal 2 in aanmerking. Leden die in schaal 2 vallen en vóór 1 juli 2009 met pensioen of FPU gaan komen voor het gehele verenigingsjaar voor schaal 3 in aanmerking.

werkveldindeling

Vanuit de overheid ontvangt de KVLO als lid van de CMHF gelden voor het voeren van CAO-onderhandelingen in PO, VO, mbo en hbo. Afhankelijk van het totaal aantal leden van de deelnemende verenigingen vindt de verdeling per sector plaats. Om deze gelden te kunnen blijven ontvangen moeten wij aangeven hoeveel KVLO-leden in iedere onderwijssector werkzaam zijn. Let wel, dit kan er één zijn, maar ook twee of drie sectoren behoort tot de mogelijkheden! Deze werkveldindeling hoeft u niet in te vullen indien u dit vorig jaar reeds hebt gedaan, tenzij er in 2008 een wijziging in uw werkkring heeft plaatsgevonden. Indien wij van u geen werkveldopgave (hebben) ontvangen gaan wij er vanuit dat u werkzaam bent in VO.

Goede voornemens

Het is me niet goed befallen, al die voornemens. Na de nacht van oud op nieuw lachte de schaal met overgebleven bollen en flappen me nog vrolijk toe. Iedere bol smeekte me een hapje te nemen. Maar ik moest sterk blijven. Ik had me per slot van rekening voorgenomen om mijn zwembandjes te laten leeglopen. De schaal leegeten zou daar niet toe bijdragen. En daar kwam meteen het volgende probleem om de hoek kijken. De verspilling moest een halt worden toegeroepen. Ten bate van het milieu zou ik erop letten minder afval te produceren. Als ik die flap-penschaal zou leegkiepen in de peddaalemmer zou ik op 1 januari al een klein afvalbergje hebben. Dilemma. Hoe moest ik daar uitkomen? Gelukkig bedacht ik me dat ik voornemens was meer te bewegen. Ik liep de trap op naar zolder. Haalde koffers weg en trok de oude spreij van mijn grootmoeder opzij. En jawel hoor, ze stond er nog. Een oude Tunturi fietsergometer, zoals dat vroeger heette. Gelukkig was ik nog niet toegekomen aan het voornemen de zolder op te ruimen, want dan had dit apparaat er niet meer gestaan. Na wat ruimte gemaakt te hebben klom ik erop. Het verbaasde me dat het vliegwiel nog zo soepel rondging. Dat ging best lekker en kon ook wel met wat meer weerstand. Ik draaide aan de knop en pang!, daar brak het lint dat om het vliegwiel liep in tweeën. Mijn voet schoot van de trapper en als ik mij niet aan het stuur had vastgehouden, zou mijn sectie het een tijd zonder mij hebben moeten doen. Nu bleef ik half op de fiets. Dat was een rit van korte duur... In de schuur had ik nog een sjorband liggen. Met wat kunst-en-vliegwerk lukte het me om er een nieuwe weerstandsband van te maken voor de fietsergometer. Ik liep door de keuken langs de schaal met lekkernijen, maar kon de druk weerstaan. De trap op naar boven en door naar de zolder. Tja, een schroevendraaier

en nog wat ander gereedschap was wel handig om het trainingsapparaat te repareren. Weer naar de schuur om de gereedschapskist op te halen. Wederom kon ik de druk weerstaan een flap te pakken. Naar boven en aan de slag dan maar.

Het lukte me om de band er goed om te krijgen. Ik had weer een volwaardige stationairfiets voor zolang als het duurde. Nu even sportkleding aan en ik kon aan de slag. Mijn shirt en broek zaten nog in de droger en die



stond in de bijkeuken. Weer naar beneden dan maar. Dan had ik me maar moeten houden aan mijn voornemen om de was direct uit de droger te halen en op te ruimen. In het voorbijgaan pakte ik een bol van de schaal en ook nog een flap. Ik had immers al zoveel op en neer gelopen dat ik me wel een bol kon permitteren. Nadat ik me had omgekleed stapte ik op de fietsergometer. Terwijl ik een hapje nam van mijn flap bedacht ik me dat ik me zeker zou houden aan het voornemen om niet alle privé-zaken meer met mijn sectiegenoten te delen.

Mery Graal

Derhalve hoeven kandidaatleden het contributief formulier niet retour te zenden.

Vakbondscontributie verrekenen met het brutoloon

Voor KVLO-leden die werkzaam zijn in het hbo, mbo, VO en PO is het op basis van de Cao's voor deze sectoren mogelijk om de betaalde contributie over het jaar 2009 te verrekenen met het bruto inkomen. U ontvangt hiervoor in oktober 2009 een betaalbewijs hetgeen u kunt inleveren bij uw werkgever.

Automatische incasso

Indien u nog geen machtiging tot het automatisch incasseren van de contributie aan ons heeft verstrekt en u wilt dit alsnog doen, dan verzoeken wij u zich aan te melden via www.kvlo.nl (service/contributie/automatische incasso) of een machtigingskaart op te vragen bij het bureau van de KVLO te Zeist (030/6937676).

Verzekeringen

Bij het lidmaatschap van de KVLO behoren twee collectieve verzekeringen. De Wettelijke Aansprakelijkheidsverzekering en de Ongevallenverzekering. Informatie over deze verzekeringen kunt u ook opvragen bij Elswout AssurantieGroep, tel.: 023 751 0015.

Mochten er nog vragen overblijven, dan kunt u altijd een beroep doen op het verenigingssecretariaat (tel.: 030 693 7676), mw. Hennie Kuiper; e-mail: fin@kvlo.nl. Veel dank bij voorbaat voor uw medewerking.

Mw. M.G. van Bussel-Schippers, penningmeester.

Personeelbeleid peilen en verbeteren

Een goed draaiende school heeft tevreden personeel. Martin Wagenaar, bedrijfsleider van 'scholen met succes', is aanbieder van tevredenheidsonderzoeken voor personeel, ouders en leerlingen. Onderwijspersoneel is het meest tevreden over contact met de leerlingen en over contact met de ouders en het minst over ontspanningsmogelijkheden tijdens de pauze en de hygiëne op school. Meer info: www.scholenmitsucces.nl
Kader Primair juli 2008

Grote belangstelling voor

universitaire pabo Er zijn 150 belangstellenden voor de 'Alpa' (Academische Lerarenopleiding Primair Onderwijs), waarvan slechts 50 personen zijn toegelaten. De 'Alpa' is een samenwerkingsverband van onderwijskunde van de Universiteit Utrecht en de pabo van de Hogeschool Utrecht. Afgestudeerden zijn volwaardig 'leerkracht', maar beschikken over extra theoretische, onderzoeksmatige en academische kennis en vaardigheden.
Kader Primair augustus 2008

Bedrijfsfitness als onderdeel van gezondheidsmanagement

In de afgelopen jaren heeft het terugdringen van ziekteverzuim bij veel organisaties nadruk gekregen. Volgens Paul Kienstra zal in de komende jaren steeds meer aandacht komen voor gezondheidsmanagement. Volgens de NISB richt gezondheidsmanagement zich 'op de leefwijze van medewerkers en het inpassen van gezondheid in bestaande bedrijfsprocessen. Gezondheidsmanagement draagt bij aan gezondere medewerkers, een lager ziekteverzuim, hogere medewerkerstevredenheid en een betere productiviteit.' Bedrijfsfitness is te beschouwen als een activiteit om medewerkers meer en gezonder te laten bewegen en daaraan kan het Bravo concept gekoppeld worden (bewegen, roken, alcohol, voeding & ontspanning). Het stimuleren van bewust gezond gedrag vraagt

inspanningen van het bedrijf en medewerker. Interventies vragen om een goede balans tussen 'thuis' en 'werk'. Resultaatgerichtheid en Key Performance Indicators zijn nodig. Data die gegenereerd kunnen worden zijn: participatie, fitheid, samenwerking met gezondheidsprofessionals, preventieve en curatieve activiteiten. Bedrijfsfitness kan op deze wijze ingezet worden voor gezondheidsmanagement.
Sportgericht nr. 4 2008

'Reken af met stereotypen, G- Sport is een verrijking van de vereniging.' Erik de Winter, algemeen directeur van de gehandicaptensport, pleit voor integratie van de gehandicaptensport in de reguliere sport.

De Gehandicaptensport Nederland kan verenigingen ondersteunen en adviseren die gehandicapten willen laten meedoen. Een goede communicatie naar de leden van de vereniging is het belangrijkste. Tip: creëer draagvlak en vergeet de drempelvrees. Meer info: www.gehandicaptensport.nl
Sport Bestuur & Management augustus/september 2008

Metten is weten, het blessure informatie- en registratiesysteem van TNO

Om het aantal sportblessures omlaag te brengen heeft TNO een blessure, informatie- en registratiesysteem (BIS) ontwikkeld. Het betreft een vier stappenmodel. In de eerste stap gaat het om inzicht krijgen in de omvang, de ernst en de incidentie van blessures. Vervolgens worden de risicofactoren en het ontstaansmechanisme in kaart gebracht. In stap drie gaat het om doelgerichte interventies en tenslotte wordt de effectiviteit van de interventies gemeten.
Coach september 2008

Succesvolle implementatie van peer assessment Peer assessment is een manier van beoordelen die goed samengaat

met innovatieve vormen van onderwijs. Maar kunnen leerlingen elkaar wel beoordelen? Vanuit de praktijk en wetenschappelijk onderzoek, blijkt dat leerlingen dat goed kunnen.

Enkele tips voor het laten slagen van een peer assessment.

- Betrek de leerlingen bij het formuleren van de criteria.
- Betrek docenten bottom-up bij de plannen voor het invoeren van peer assessment.
- Zorg dat de leerlingen met de opdrachten een gezamenlijk doel hebben.
- Zorg voor rust. Het proces van beoordelen vraagt veel van de leerlingen
- Neem de tijd. Verwacht niet te veel in te korte tijd.

Schoolzakelijk oktober 2008

Effectiveness of interventions to promote physical activity in children and adolescents

E.M.F. van Sluijs, A.M. McMinn, S.J. Griffin. In dit overzichtsartikel wordt het wetenschappelijk bewijs voor de effectiviteit van bewegingsstimulering bij kinderen en adolescenten op een systematische manier op een rijtje gezet. Er blijken potentieel effectieve strategieën bij kinderen te zijn, maar er is vooralsnog een gebrek aan hard wetenschappelijk bewijs. Voor adolescenten is er meer bewijs, vooral multi-component interventies en interventies waarbij zowel de school als de ouders of gemeenschap worden betrokken blijken effectief. Er is een gebrek aan studies bij adolescenten uit etnische minderheidsgroepen en bij jonge kinderen, en aan studies buiten de schoolsetting. Ook wordt onder andere geconcludeerd dat objectieve meetinstrumenten voor het meten van activiteit tot nu toe te weinig zijn gebruikt.

British Medical Journal

Het Actieplan LeerKracht: werk in uitvoering (1)

In april vorig jaar werd met de minister een akkoord bereikt over extra investeringen oplopend tot 1 miljard euro in het onderwijs.

Inmiddels zijn deze plannen uitgewerkt in de CAO's voor PO en VO.

Door: Jilles Veenstra

Doel van de investeringen was dat het beroep van leraar aantrekkelijker moest worden om zo bij te dragen aan het oplossen van het tekort aan docenten. Met name het VO en in iets mindere mate het PO profiteren van deze investeringen, dit aangezien de arbeidsmarktproblemen in het VO het grootst zijn. De twee belangrijkste pijlers van dit plan zijn een verkorting van de carrièrepatronen (in VO van 18 naar 12 stappen en in PO van 18 naar 15 stappen) en het vergroten van het aandeel LC- en LD-functies in het VO en LB- en LC-functies in het PO. Wat gaat u er in de komende jaren van merken?

inkorting van de carrièrepatronen

In januari 2009 worden de carrièrepatronen ingekort naar 17 stappen. U krijgt, als u nog niet op uw maximum van de schaal staat, in deze maand dan ook een hoger salaris. Het begin- en eindbedrag van de schaal blijven hetzelfde, de tussenliggende stappen worden opgerekt. Daarna volgt in augustus van dit jaar de overgang naar een hogere periodiek. Vervolgens wordt in januari 2010 het aantal stappen verder ingekort naar 16 stappen, dit betekent opnieuw een verhoging van uw salaris en vervolgens in augustus weer de overgang naar een hogere periodiek enz. Dit vindt plaats totdat de maximum inkorting van de schaal is bereikt, 12 stappen in het VO en 15 stappen in het PO. Stel u zit op dit moment in schaal LB 12. Zonder de inkorting van carrièrepatronen zou u op zijn vroegst in 2014 op het maximum van de schaal LB 18 komen. Door de inkorting bereikt u dit maximum al in 2011. Immers over drie jaar is het maximum van

de schaal LB 15 en aangezien u op dit moment in LB 12 zit heeft u nog slechts drie jaar nodig om het einde van de schaal te bereiken!

Maar bovenstaande geldt alleen voor de werknemers die nog niet op hun maximum zitten. Gebeurt er dan niets voor hen die wel die lange weg naar het schaalmaximum hebben afgelegd? Jawel, zij zullen bij voldoende functioneren vanaf 2009 (zo niet dan schuift dit een jaar op) een bindingstoelage van €1000 in het VO en in het PO €850 ontvangen. Dit geldt overigens ook voor de werknemers die in de toekomst het maximum bereiken. In het voorbeeld geldt voor u dat u vanaf 2014 recht heeft op deze bindingstoelage.

functiemix

Er komen zoals gezegd ook extra middelen naar de scholen om extra hogere functies te



realiseren. Dit zullen functies moeten zijn met als voornaamste component het lesgeven. In de komende maanden zullen we als CAO-partijen hard aan de slag gaan om nieuwe voorbeeldfuncties te beschrijven om

zo de scholen een eind op weg te helpen. Bij de toekenning van de extra faciliteiten in het VO is er een onderscheid gemaakt tussen de Randstad (aangevuld met de zgn. RPA-gebieden) en de overige regio's. Er gaan meer middelen naar de Randstad aangezien daar de problemen het grootst zijn. In het PO zal in 2014 40% (nu nagenoeg 0%) van de formatie bestaan uit LB-functies en 2% uit LC-functies.

In het VO zal in 2014 27% (nu 17%) van de formatie bestaan uit LC-functies en 29% (nu 18%) uit LD-functies. Deze percentages zijn verder uitgesplitst per schoolsoort. Voor de Randstad ziet het er nog veel gunstiger uit, daar zal in 2014 zo'n 55% van de formatie bestaan uit LC-functies (nu 16%) naast 29% uit LD-functies (nu 17%). Resteert voor in de Randstad voor de LB-functies, nu de standaardfunctie, 16% (nu 67%)! Ook voor deze percentages geldt weer dat deze per schoolsoort verder uitgesplitst zijn. Voor het VO geldt daarnaast ook nog dat in 2014 iedere eerstegraads opgeleide docent (dus iedere LO-er!) die structureel werkzaam is in de bovenbouw van vwo/havo recht heeft op een LD-functie, dit ongeacht de omvang van de lestaak in de bovenbouw (kan dus ook 1 uur zijn!). In de komende jaren zullen stapsgewijs extra LD-functies worden toebedeeld. Dit omdat de middelen ook pas in 2014 volledig beschikbaar zijn.

Ik kom in een later te publiceren stuk nog terug op de uitsplitsing van deze percentages, de toedeling van de functies, de aard van de functies en de rol van de PMR in dit hele traject.

Correspondentie:

jilles.veenstra@kvlo.nl

R ► BOEKEN

Bewegen, sport en maatschappij

Boon, K., Pecht, R., Rijper, G. en Stegman, W.

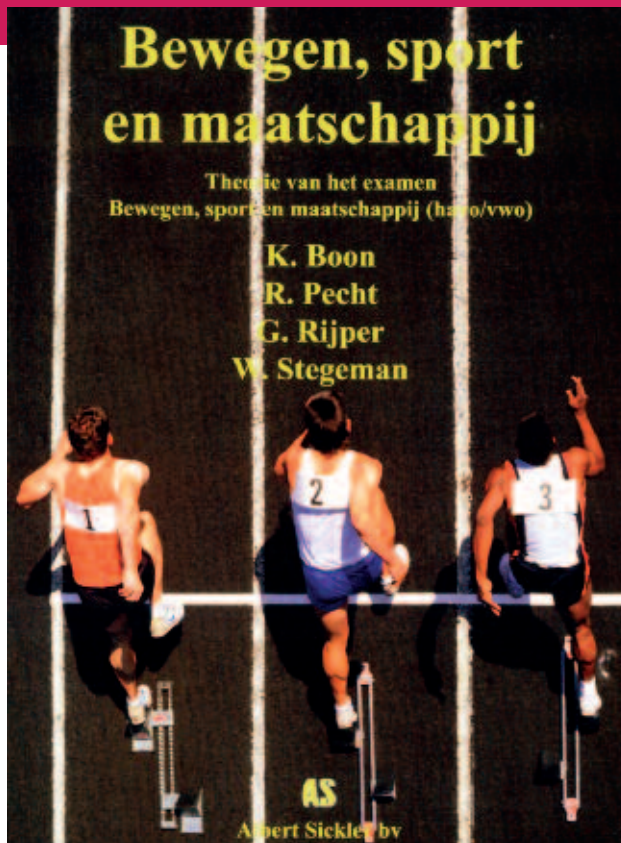
(2008) Albert Sickler, Eindhoven

ISBN: 9 789072594501

In 2003 kwam de eerste uitgave van dit boek op de markt. Het behandelde het schriftelijk gedeelte van het examen LO2 voor havo en vwo. Naast dit boek waren er maar weinig andere exemplaren die inzoomden op lesstof voor het keuzevak LO2. Ik noem *Tijd voor bewegen*.

De opbouw van deze nieuwe druk met als titel de huidige naam van ons examenvak in de bovenbouw van havo en vwo (Bewegen, sport en maatschappij) is nauwelijks gewijzigd. Wel zijn twee hoofdstukken toegevoegd die ingaan op de domeinen binnen bewegen, sport en maatschappij (BSM). Gegevens zijn geactualiseerd, tabellen aangepast.

Van ieder domein wordt beschreven wat het nut is en welke insteek wordt gebruikt in het boek. Vooral het domein bewegen en regelen wordt verder uitgewerkt. Ook de maatschappelijke waarde van dit domein wordt belicht. Aan het organiseren wordt speciaal aandacht besteed.



Er wordt een link gemaakt met het *Basisdocument VO*. De vier pijlers waarop dat boek is gebaseerd, worden ook hier beschreven en uitgewerkt.

Omdat er veel meer uren te besteden zijn vooral op vwo wordt de verdiepingsstof uit het boek daarop gericht. Voor het gemak zijn de hoofdstukken ingedeeld in een a- en een b- (of zelfs een c-) deel. Er wordt vermeld wat verplichte stof is voor havo of

vwo. In de overige hoofdstukken wordt steeds vermeld welk deel voor welke afdeling verplicht is. Echter de keus om hoofdstukken wel of niet te behandelen in een andere afdeling wordt aan de docenten overgelaten.

Nieuw is ook de verwijzing naar de vele websites waar informatie over bewegen en sport is te vinden. Er is uiteraard ook een link naar de eigen website: het vaklokaal. Deze site bestaat uit drie delen. Er is informatie op de site, een verwijzing naar Wikipedia en er kan een link gemaakt worden met de eigen elektronische

leeromgeving van de school. Ook is er een leeromgeving voor docenten en een leeromgeving voor leerlingen.

Met dit boek krijgt een leerling in ieder geval een hoop achtergrondinformatie over bewegen en de plaats daarvan in onze maatschappij. De docent geeft hierbij richting aan het leren van de leerling.

Hans Dijkhoff

R ► SCHOLING

Overzicht studiedagen

- * 5 en 11 februari: basiscursus én vervolgcursus EHBSO voor leraren bewegingsonderwijs (afd. Leiden)
- * 10+18 maart: basiscursus en herhalingscursus (24 maart) EHBSO
- * 28 maart 2009: basketball clinic in Almere (vooraankondiging)
- * Maart 2009: GPS Clinic (vooraankondiging)
- * 1 april: Studiedag Speciaal Onderwijs ALO Amsterdam
- * 4 april Praktijkdag De Noorder (was eerst 18 april)
- * 16+17 april: Twintedagen 2009 (vooraankondiging)
- * 23 april: BSM studiedag in Huizen (vooraankondiging)
- * 14 mei: Studiedag VO op de FSH te Tilburg (vooraankondiging)

STUDIEDAG SPECIAAL ONDERWIJS

Thema: 'Gewoon waar mogelijk, speciaal waar nodig'

Op woensdag 1 april 2009 wordt op de Hogeschool van Amsterdam bij het Domein Bewegen, Sport en Voeding te Amsterdam de studiedag voor het Speciaal Onderwijs gehouden.

Programma

8.45-9.30 uur	Ontvangst deelnemers
9.30-10.30 uur	Opening, keynote spreker(s)
10.45-12.15 uur	Eerste workshopronde
12.15-13.15 uur	Lunch
13.15-14.30 uur	Tweede workshopronde
14.30-15.00 uur	Pauze
15.00-16.15 uur	Derde workshopronde
16.30-17.30 uur	Borrel
17.30-18.30 uur	Optioneel buffet

Een goede vakleerkracht bewegingsonderwijs heeft veel vakkennis, pedagogisch inzicht, didactische vaardigheden en organisatorisch talent. De leerlingen in het speciaal onderwijs doen een groot beroep op deze competenties van de verschillende vakleerkrachten. Tijdens deze studiedag willen wij in een aantal praktijk- en theorie-workshops aandacht besteden aan deze competenties in relatie tot het speciaal onderwijs. Wij willen onze leerlingen 'gewoon waar mogelijk en speciaal waar nodig' tegemoet treden. Het speciaal onderwijs blijft continu in beweging. De toename van de specifieke ICT, de zorgplicht, de verlengde schooldag, de toename van de multiculturele samenstelling van de klassen (met name in de grote steden) zijn de voorbeelden van veranderingen die nu binnen het onderwijs plaatsvinden.

Beter gewoon in het speciaal onderwijs dan speciaal in het gewone onderwijs.



Oefenen op speelplein

FOTO: ERIC GODÉ

De inleiding wordt deze dag verzorgd door de heer Malek Marzguioui, directeur van Praktijkschool 't Plein te Amsterdam. Hij zal ingaan op de multi-etniciteit in het (speciaal) onderwijs. Met name in de grote steden zijn de klassen aanzienlijk multicultureel samengesteld. Veel leerlingen hebben een andere culturele achtergrond wat regelmatig andere gewoonten en gebruiken met zich meebrengt.

Naast de boeiende aspecten van deze diversiteit word je als docent regelmatig geconfronteerd met gedragingen die je niet altijd begrijpt en waar je als docent ook niet meteen een adequate reactie op hebt.

De volgende workshops zijn bekend:

- Vakleerplan SLO – Marco van Berkel, SLO.
- Agressie en frustratie – Sandy Spil, docent Martial Arts ALO Amsterdam.
- Marrokaanse problematiek – Dhr. Malek Marzguioui, directeur Praktijkschool 't Plein Amsterdam West.
- Voorlichting aangepast sporten – Harry Visser, Dienst Maatschappelijke Ontwikkeling, Gemeente Amsterdam.
- Spellen spuien – Ton de Ruijter, opleidingsdocent ALO Amsterdam.
- Psychomotorische Therapie – Drs. Hanneke van Dusseldorp, psychomotorisch therapeut in het SO bij praktijkschool De Atlant te Amsterdam.
- Omgaan met autisme – Rolf de Vries en Bernard Morsch, Stichting Leekerweide.

- Special Heroes – Adviesgroep Gehandicaptensport Nederland. Inschrijven is mogelijk vanaf 8 januari via kvlostudiedagen.nl tot 16 februari 2009.

STUDIEDAG BSM De studiedag Bewegen Sport en Maatschappij op 23 april op het Erfgooierscollege in Huizen is bedoeld voor docenten bewegingsonderwijs die in de tweede fase havo/vwo BSM (willen) geven.

In de volgende *Lichamelijke Opvoeding* komt uitgebreide informatie over deze studiedag.

CLINICS SCHOOLSPOORT KVLO in samenwerking met de **Nederlandse Basketball Bond**

28 maart 2009: basketbal clinic in het Topsportcentrum te Almere. Meer info zie *Lichamelijke Opvoeding* 14, 2008 en de site.

GPS

KVLO in samenwerking met de **KNBLO-Wandelsportorganisatie Nederland**

Maart 2009: *GPS Clinic*

Meer info zie *Lichamelijke Opvoeding* 14, 2008 en de site.

Voor verdere en meer uitgebreide informatie kunt u terecht op kvlostudiedagen.nl.



RAPPORTAGE SPORT 2008 Uit de rapportage sport (SCP, 2008) blijkt dat de sportdeelname sneller stijgt dan verwacht. In 2003 sportte 61% van de Nederlandse bevolking van 18-79 jaar minimaal twaalf keer per jaar, in 2007 65%. Het percentage ligt veel lager bij niet-westerse allochtonen en lager opgeleiden. Het aantal mensen dat in clubverband sport daalt verder. Het populairst zijn fitness/aerobics, zwemmen, fiets-sport, hardlopen en wandelen. De sportbeoefening vindt voor 69% plaats in de avonden en het weekend. Het aantal scholen en verenigingen met een school-en-sport aanbod is toegenomen maar ligt nog lang niet op de beoogde 90%. Scholen en verenigingen zien niet altijd het nut hiervan in of ervaren te veel drempels bij de uitvoering. Het percentage jeugd (12-17 jaar) dat aan de NNGB (combinorm van 60 minuten per dag) voldoet ligt aanzienlijk lager (38%) dan het percentage volwassenen (66%) waarvoor de norm op 30 minuten ligt. Onvoldoende lichamelijke activiteit leidt tot 907 miljoen aan medische kosten. Sportblessures kosten 230 miljoen. Een actieve leefstijl loont dus behoorlijk.

TEVREDENHEIDSONDERZOEK BASISCHOLEN Uit een onlangs door het Bureau voor Praktijgericht Onderzoek (BvPO) gehouden tevredenheidsonderzoek onder 52.000 leerlingen blijkt dat 87% van de leerlingen gymnastiek het leukste schoolvak vinden. Alleen uitstapjes met de klas scoorden hoger (89 %).

Van de ouders (125.000) beoordeelde 86% de aandacht voor gymnastiek in het onderwijs als positief. De speelmogelijkheden op het plein vond 30% van de ouders onvoldoende en 19% vond de veiligheid op het schoolplein niet in orde.

WINTERVERGADERING Tijdens de goed bezochte wintervergadering op 13 december jl. in Utrecht is besloten het project regionale positionering te beëindigen. Hoewel er zeker een aantal positieve resultaten te melden is, is de hoofddoelstelling om te komen tot strategisch beleid in de eigen regio onvoldoende behaald. Het projectteam zal nog tot 1 augustus 2009 werkzaam zijn. Daarnaast is op een warme en ludieke wijze (door het onderwijscabaret 'Perikel') afscheid genomen van collega Harry Stegeman.

REGISTRATIE LERAREN LO Vanaf 1 januari is de KVLO als eerste vakinhoudelijke vereniging gestart met het beroepsregister voor docenten LO. Op de wintervergadering is besloten dat inschrijving voor KVLO-leden, zowel in het initiële als in het beroepsregister, gratis is. Inmiddels werken nagenoeg alle vakken onder coördinatie van de SBL aan het inrichten van een privaatrechtelijk lerarenregister dat voortvloeit uit het convenant LeerKracht van minister Plasterk.

VERKIEZING VAN DE 'SPORTIEFSTE BASISCHOLEN VAN NEDERLAND' De KVLO organiseert in samenwerking met het NOC*NSF, de gemeente Delft, de TU Delft en het ROC Mondriaan in de Nationale Sportweek op vrijdag 24 april 2009 voor de derde maal de verkiezing van de 'Sportiefste Basisschool van Nederland'. De inschrijving staat open voor alle basisscholen in Nederland. De 'spelregels' en het aanmeldingsformulier kunt u vinden op www.schoolensport.nl. Aanmelden voor 1 maart 2009! De zesde Nationale Sportweek wordt op zaterdag 18 april a.s. in Maastricht geopend.

ANTON HUISKES OVERLEDEN Op 9 november jl. is Anton Huiskes overleden. Huiskes heeft vanuit zijn functie als

directeur BRES veel betekend voor de recreatiesport. Hij was de personificatie van het spelelement in de sport. Hij was niet alleen in de schaatswereld maar ook voor veel docenten LO een inspiratiebron. Hij is 80 jaar geworden.

REIN BLOEMFONDS Rein Bloem heeft op 103-jarige leeftijd het Rein Bloemfonds opgericht waarmee hij meer aandacht wil genereren voor zijn passie: de rohradsport. Tot zijn honderdste stond hij zelf nog wekelijks in het rad.

VOETBALBLESSURES OP KUNSTGRAS VERSUS NATUURGRAS Een vergelijkend wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat er geen verschil is in het aantal blessures dat ontstaat bij wedstrijden op kunstgras of op natuurgras (uit: Sport & Geneeskunde, december 2008).

KORTE HIEL RENT BETER Mensen bij wie de afstand van achillespees tot het enkelbot relatief korter is hebben meer aanleg voor het lopen van lange afstanden. Een hiellengte van 4,5 cm is veelbelovend concludeerden twee VU-bewegingswetenschappers. De opslag van energie via de achillespees bij het landen en afzetten verloopt efficiënter waardoor er minder zuurstof nodig is.

CRITERIA ZILVEREN KVLO-SPELD Regelmatig komt het voor dat kaderleden die zich 10 jaar of langer hebben ingezet voor de vereniging gehuldigd worden met de zilveren speld van de KVLO. Ook docenten LO die zich op bijzondere wijze verdienstelijk hebben gemaakt voor het vak kunnen voor de zilveren speld in aanmerking komen. Voor de procedure en criteria van verdiensten verwijs ik naar de website van de KVLO.

AFDELING RECHTSPOSITIE Vanaf 1 januari is de afdeling rechtspositie weer op sterkte met de benoeming van mevrouw mr. Henny Koelewijn. Oud-collega Jaap van der Blij zal tot eind januari nog enkele spreekuren draaien.



Wat is uw mening over de KVLO?

Vul de vragenlijst in en win een I-pod!

De KVLO is benieuwd naar uw mening. Doet de KVLO de goede dingen en doet ze het goed? Of heeft u andere wensen? We horen het graag!

We hopen dan ook dat u een aantal vragen wilt beantwoorden over de KVLO door het invullen van een vragenlijst via internet. U maakt dan kans op een van de vijf I-pods die we verloten! Het kost ongeveer tien minuten om de vragen te beantwoorden. Uw antwoorden worden geanonimiseerd.

Vanaf 8 januari zijn brieven verstuurd naar leden en/of scholen met daarin een persoonlijke inlogcode.

Heeft u geen brief met inlogcode ontvangen? Bel dan met het bureau van de KVLO: 030 692 0847.

Voor het invullen van de vragenlijst gaat u op internet naar: www.schoolpost.nl/KVLO.

Toets uw inlogcode in en u komt bij de vragenlijst.

Het onderzoek wordt uitgevoerd door EDG Distributie en Media.



Als waardering voor het invullen verloten we onder de deelnemers vijf I-Pods.

R AFDELINGEN

BIJeenkomst voor Jonge Collega's uit de Drie Noordelijke Provincies

Datum: 29 januari Tijd: 19.45 uur

Plaats: Singellandcollege te Drachten

Op deze bijeenkomst kun je ervaringen uitwisselen, collega's ontmoeten en vragen stellen over onder andere rechtspositionele zaken. Ook onderwerpen die op school spelen, kunnen aan de orde komen. Een seniordocent geeft zijn succesles en vertelt over de lesgeef ABC'tjes.

Dus wil je in korte tijd veel (praktische) informatie ontvangen en andere collega's ontmoeten, meld je dan aan bij: Hillie de Blois (h.deblois-hofma@hondsrugcollege.nl) en/of Gerné de Jonge (gerne@home.nl).



Grootste leverancier van klimwanden en klimgrepen wereldwijd

- Speciaal assortiment voor scholen -
- Inspectie & onderhoud -



WWW.ENTRE-PRISES.NL



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!



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

Wil je jouw vak meerwaarde op school geven? Gebruik "Bewegen en Sport" in klas 1!



Na het succes van
Bewegen, Sport en
Maatschappij
is er nu

**Bewegen en
sport**
voor de onderbouw
vmbo/havo/vwo

**K.Boon, R. Pecht
H. Staps, H. Rotting**
(80 pagina's, prijs 17,50)

- docentenhandleiding op
CD-ROM

Het nieuwe boek voor de
onderbouw is geheel
gebaseerd op
de nieuwe kerndoelen.



Bewegen, sport en maatschappij

Direct na de introductie in 2008
was er al een bijdruk nodig.
Bewegen, sport en
maatschappij bewijst daarmee
duidelijk de norm te zijn!

BESTEL NU DIRECT

het kennismakingspakket Bewegen en Sport
voor de sectie

6 boeken + 1 CD-ROM € 99,-

Verzend- administratiekosten: € 5,-

bezoek onze site: www.LichamelijkeOpvoeding.nl

Bestel nu, liefst per e-mail: albert.sickler@tiscali.nl

Aantal Titel

..... Bewegen en sport (onderbouw vmbo/havo/vwo) . Kennismakingspakket v. sectie (6 boeken + CD-ROM) € 99,00
..... Bewegen, sport en maatschappij (LO2). Kennismakingspakket voor sectie (4 boeken + CD-ROM) € 99,00

Verzend- en administratiekosten: € 5,00

(NB, geef duidelijk aan of een pakket voor de onderbouw of voor LO2 is!)

Naam school:.....

Straat:.....

Postcode: Plaats:

Contactpersoon:.....

Albert Sickler bv, Postbus 6119, 5600 HC Eindhoven, fax 040 - 2930361, e-mail: albert.sickler@tiscali.nl

