LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:22 Pagina 1

KVLO

www.kvlo.nl

KONINKLIJKE VERENIGING VAN LERAREN LICHAMELIJKE OPVOEDING

LICHAMELIJKE OPVOEDING



3

Jaargang 96

29 febr 2008

TOPIC: VISIE OP HET VAK

NATIONALE SPORTWEEK

RUGBYCLINIC VOORTGEZET ONDERWIJS

VIERDE VERKIEZING SPORTIEFSTE VO-SCHOOL VAN NEDERLAND

www.scheldesports.nl

schelde sports maakt van elke les een uitdaging!



Schelde Sports
Superior by Design

Vraag vrijblijvend onze nieuwe catalogus aan
Bel 0113-315100 of mail info@scheldesports.nl

KVLO webkring





INHOUD

TOPIC

TOPIC: VISIE OP HET VAK

Het idee voor het topic 'visie op het vak' is ontstaan omdat de redactie het afgelopen jaar verschillende teksten spontaan heeft ontvangen met betrekking tot dit onderwerp. Hoewel de strekking verschilde, sprak uit alle teksten een grote betrokkenheid voor het leergebied in de school.
De redactie heeft auteurs, werkzaam in verschillende werkkringen, op persoonlijke titel gevraagd hun eigen visie-verhaal bondig op te schrijven. De artikelen, die gaan over lichamelijk opvoeden, bewegingsonderwijs, verschijningsvormen van sport en bewegen, et cetera, hebben hun eigen accenten wat betreft doelen en de inrichting van de lessen. Met het topic 'visie op het vak' is wellicht de start gemaakt voor een reeks 'mijn vakvisie'.

06 | BEWEGINGSONDERWIJS: MEER DAN BEWEGEN ALLEEN / *Harry Stegeman*

10 | TERUG NAAR DE LICHAMELIJKE OPVOEDING / *Gertjan van Dokkum*

14 | DE BESTE STUURLUI... / *Rik Sieben*

17 | LO? EEN VAK DAT REGIE VOERT OVER LICHAMELIJK OPVOEDEN! / *Clemence Ross en Danny van Dijk*

22 | HEEFT BEWEGINGSONDERWIJS NOG WEL EFFECT? / *Maarten Massink*

37 | VERSCHIJNINGSVORNEN VAN SPORT EN BEWEGEN ALS BASIS / *Eric Pardon*

EN VERDER

40 | Sporten en bewegen: leren door transfer / *Edwin Timmers*

44 | Nationale sportweek, 28 maart tot en met 5 april 2008 / *Sandra van Maanen*

46 | Vierde verkiezing van de sportiefste VO-school van Nederland / *Aernout Dorpmans*

PRAKTIJK

22 | Heeft bewegingsonderwijs nog wel effect? / *Maarten Massink*

26 | Dans mee met de pc / *Wouter Koorevaar*

30 | Sportklimmen met leskaarten / *Frans Melskens, Chris Mooij, Chris Hazelebach en Joost Hofman*

34 | Mountainbiken als 'actuele activiteit' in de onderbouw / *Eric Swinkels*

RUBRIEKEN

05 | Eerste pagina
13 | Afdelingen / Agenda
20 | De IRP-praktijk
50 | Schoolsport, rugbyclinic
53 | Studiedagen
54 | Laatste pagina

FOTO OMSLAG: MICKY LUINGE

FOTO OMSLAG PRAKTIJKKATERN: ANITA RIEMERSMA



Science, géén fiction

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.



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



WWW.VISUALCOACH.NL

elswout
AssurantieGroep
nva lid

KVLO

KVLO pakket polis

[• auto • woonhuis • aansprakelijkheid • caravan • doorlopende reis • etc, etc. • met hoge kortingen voor KVLO-leden]

Collectief ziektekosten

vanaf € 90,80 per maand; bereken zelf uw premie, ga naar: www.KVLOverzekeringen.nl

Contactpersonen: Willem Broertjes & Eveline Balk
wbroertjes@elswoutgroep.nl & ebalk@elswoutgroep.nl

avéro | achmea

Elswout
Zijlweg 314
2015 CP Haarlem
Postbus 2121
2002 CC Haarlem

Telefoon 023 - 751 00 00
Fax 023 - 751 00 01
E-mail info@elswoutgroep.nl
Internet www.elswoutgroep.nl
K.v.K. nr. 34170831

Collectiviteits-nummer: 33024

Collectiviteits-naam: kvlo

COLOFON

Redactie:
Hans Dijkhoff *(hoofdredacteur)*
Maarten Massink *(praktijkredacteur)* Jacqueline Tangelder *(redactiemedewerkster)*
Redactieraad:
Harry Stegeman (vz), 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@bureauvan-vliet.com www.bureauvanvliet.com
Verschijningsdata 2008:
18 jan., 8 feb., 29 feb., 28 maart, 25 april, 16 mei, 13 juni, 4 juli, 22 aug., 12 sep., 3 okt., 24 okt., 14 nov., 5 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: 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
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.
Secretariaat Thomas Groepering: Drs F. Huijboom, P. Potterstraat 26, 5143 GX Waalwijk, tel.: 041 633 3022, e-mail: fred.huijboom@wxs.nl
Bezoekadres:
Zinzendorflaan 9.
De afdeling rechtspositie is dagelijks bereikbaar van 12.30 tot 16.30 uur 030 693 7678
e-mail: irp@kvlo.nl



EERSTE PAGINA
DOOR GERT VAN DRIEL

EUROPEES PARLEMENT: STEL DRIE UUR LICHAMELIJKE OPVOEDING VERPLICHT VOOR ALLE LEERLINGEN!

In november 2007 heeft het Europees Parlement een resolutie aangenomen met als titel: 'over de rol van sport in het onderwijs'. Deze resolutie is voorbereid door de Hongaarse rapporteur van de commissie Cultuur en Onderwijs Pál Schmitt (de volledige tekst van de resolutie kan gevonden worden op de website van het Europees Parlement). En alhoewel in de titel de lichamelijke opvoeding niet wordt genoemd, behelst de resolutie veel behartenswaardige zaken die de lichamelijke opvoeding op school betreffen. In de toelichting wordt de volgende omschrijving van het vak gegeven: 'Lichamelijke opvoeding is een verplicht onderdeel van het lesprogramma dat ten doel heeft de lichamelijke mogelijkheden en het zelfvertrouwen van de leerling te ontwikkelen, alsmede zijn vermogen deze te gebruiken om een scala van activiteiten te verrichten. LO betreft het aanleren van vaardigheden, het ontwikkelen van mentaal geschikte conditionele vaardigheden en het begrip dat vereist is om deel te nemen aan fysieke activiteiten, het eigen lichaam te leren kennen en de mogelijkheden daarvan tot beweging en gezondheidsbewuste fysieke activiteiten een leven lang'. Wellicht een terminologie waarbij vraagtekens kunnen worden geplaatst, maar een bedoeling die aan duidelijkheid niets te wensen over laat. Lichamelijke opvoeding is een belangrijk vak dat in de onderwijsstelsels van alle lidstaten thuis hoort. Vooral belangrijk omdat het de enige plek is waar het voor alle leerlingen, plus minus twaalf jaar lang, mogelijk is om 'lichaamsbeweging en een positieve houding ten aanzien van regelmatige fysieke activiteiten te bevorderen'.
Het Europees Parlement signaleert een aantal problemen die de positie van de lichamelijke opvoeding bedreigen. Dat is allereerst de ontwikkeling van de lichamelijke opvoeding zelf. Hierover meldt het verslag: 'bestaande lesprogramma's bieden te vaak onvoldoende persoonlijke betekenisvolle en sociaal relevante ervaringen en gaan in tegen maatschappelijke trends en tendensen'. Met name wordt gewaarschuwd voor een eenzijdige oriëntatie op prestatie en wedstrijdsport.
Ook wordt geconstateerd dat lichamelijke opvoeding een steeds marginalere plaats inneemt in het schoolprogramma. De laatste jaren is de tijd die in de EU wordt besteed aan LO geleidelijk gedaald, en wel van 121 tot 109 minuten per week voor lagere scholen en van 117 tot 101 minuten voor middelbare scholen sinds 2002.
Tenslotte vraagt de ontwikkeling van de samenleving juist om een tegengestelde beweging: meer lichamelijke opvoeding omdat lichamelijke opvoeding en sport gezien worden als belangrijke mogelijkheden om het tekort aan 'fysieke activiteit' en sociale integratie te bestrijden. Ook de persoonlijke ontwikkeling van kinderen is gebaat bij voldoende deelname aan goed aangeboden lichamelijke opvoeding en sport.
Op grond van bovenstaande komt het Europees Parlement tot 62 aanbevelingen, waaronder:

- roept de lidstaten op om lichamelijke opvoeding tot een verplicht vak te maken op lagere en middelbare scholen en als uitgangspunt te nemen dat in het lesrooster ten minste drie uur per week wordt besteed aan lichamelijke opvoeding, met dien verstande dat scholen moeten worden aangemoedigd om in de mate van het mogelijke meer te geven dan dit voorgeschreven minimum
- moedigt de lidstaten aan hun beleid inzake lichamelijke opvoeding te moderniseren en te verbeteren - vooral om te verzekeren dat een evenwicht wordt gevonden tussen lichamelijke en intellectuele activiteiten op school
- verzoekt alle lidstaten om ervoor te zorgen dat lichamelijke opvoeding op alle niveaus, ook op de basisschool, wordt gegeven door leerkrachten die gespecialiseerd zijn in lichamelijke opvoeding.

De Board van EUPEA (European Physical Education Association) heeft het initiatief genomen om de resolutie van het Europees Parlement onder de aandacht te brengen van de regeringen van alle lidstaten. De KVLO zal dit voor Nederland doen.

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:22 Pagina 6



BEWEGINGSONDERWIJS: MEER DAN BEWEGEN ALLEEN?

Sport en bewegen dragen bij aan de gezondheid, aan de persoonsvorming, aan de integratie, aan de sociale cohesie, aan de ... Jan en alleman, de overheid voorop, zijn daar rotsvast van overtuigd. En menig vakgenoot vindt dat dát in wezen allemaal ook geldt voor het bewegingsonderwijs.
Maar is dat zo? Is het in het bewegingsonderwijs uiteindelijk om meer dan het beïnvloeden van het bewegingsgedrag van kinderen en jongeren te doen?
We hebben het ook hier weer over de vraag hoe we het bewegingsonderwijs verantwoorden. *Door: Harry Stegeman*

De vraag naar de legitimatie van het bewegingsonderwijs houdt de gemoederen al zo lang als het vak bestaat flink bezig. En al sinds jaar en dag worden er in feite steeds drie stellingen betrokken. Ik spreek voor het gemak maar even van de compensatiebenadering, de 'bewegen als middel'-benadering en de 'bewegen als doel'-benadering. Over de eerste kunnen we heel kort zijn. De idee is dat het bewegingsonderwijs er is ter compensatie van het zittende bestaan verder op school, als ontspanning of afleiding tussen het geweld van al die cognitieve vakken.
Deze kijk is vooral populair onder niet-vakgenoten en zal er vast toe hebben bijgedragen dat het vak er (nog altijd) is. Maar hij is wat mager om als serieuze onderbouwing ervan te dienen.

BEWEGEN EN SPORT OP SCHOOL ALS MIDDEL

Dan is er vervolgens dus die 'bewegen als middel'-benadering. De aanhangers van deze visie huldigen de opvatting dat het bewegingsonderwijs (ook) een vehikel is voor het realiseren van andere effecten dan dat je 'beter gaat bewegen' of 'beter gaat functioneren in bewegingssituaties'. Vraag de man in de straat waar gym goed voor is, tien tegen één dat-ie zegt: voor de gezondheid! Maar het vak wordt vanuit dezelfde benadering ook verdedigd vanwege de bijdrage die het zou leveren aan zoiets als de sociale vorming, de karaktervorming of de persoonlijkheidsvorming: wie zich in de gymles sociaal gedraagt, zal dat daarbuiten ook wel doen.
Deze visie wordt, zeker ook onder niet-vakgenoten, misschien wel in toenemende mate gehuldigd. Bijvoorbeeld. Onlangs ondertekenden de ministeries van VWS en OCW en NOC*NSF het convenant 'Bestuurlijke afspraken brede scholen, sport en cultuur'. Dat moet ertoe leiden dat er in 2012 zo'n 2.500 combinatiefunctionarissen rondlopen, mensen die op twee of meer werkterreinen, bijvoorbeeld zowel in de sport als in het onderwijs, werkzaam zijn. In dat convenant lees ik het volgende: 'Gelet op de fysieke, mentale en sociale ontwikkeling van kinderen is voldoende sport en beweging van groot belang. Sport en beweging hebben een gunstige invloed op de schoolprestaties en verminderen schooluitval. Maar ook voor andere onderwijs- en opvoedingsdoelen, zoals de overdracht van normen en waarden, het omgaan met regels, het aanleren van discipline en het vergroten van het zelfvertrouwen en de weerbaarheid kan sport worden ingezet. Een actieve leefstijl helpt overgewicht en ziektes te voorkomen.' Dat is nogal wat.
Ik heb onlangs in opdracht van de Alliantie School & Sport gekeken naar wat er op basis van wetenschappelijk onderzoek bekend is over de relatie tussen bewegen en sport (op school) en het functioneren van kinderen en jongeren op andere terreinen dan dat van het bewegen en de sport. De vraagstelling was: wat zijn de effecten van bewegen en sport (op school) op de gezondheid, de affectieve ontwikkeling, de sociale ontwikkeling en de cognitieve ontwikkeling? Ik informeer u in kort

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:22 Pagina 7

bestek over wat ik heb gevonden. Voor wie in het hele verhaal (inclusief literatuurverwijzingen) geïnteresseerd is: *www.mulierinstituut.nl/publicaties*.

Bewegen en sport op school en de gezondheid
Dat er sprake is van een positief verband tussen verantwoorde fysieke activiteit en aspecten van de fysieke gezondheid is genoegzaam aangetoond en gedocumenteerd. Bij kinderen zijn de onderzoeksresultaten overigens wat minder duidelijk en minder eenduidig dan bij volwassenen. De gevonden verbanden tussen fysieke activiteit en het risico op bepaalde gezondheidsproblemen zijn daar betrekkelijk zwak.
Nou wordt er in de gymlessen in doorsnee niet zo heel erg intensief bewogen, maar gelet op het feit dat veel kinderen en jongeren buiten school om betrekkelijk weinig bewegen leveren die paar lessen toch een redelijke bijdrage aan het totaal. Die bijdrage wordt natuurlijk groter naarmate die overheidsdoelstelling van een dagelijks aanbod van bewegen en sport op school beter wordt gerealiseerd.
Belangrijker misschien nog dan de directe bijdrage van het bewegingsonderwijs aan de gezondheid is de (vermeende) indirecte bijdrage aan het realiseren van een actieve leefstijl. De idee is, dat als de leerlingen vaardig worden en plezier ervaren in sport en bewegen, er een reële kans is dat ze er dan een actieve leefstijl op na gaan houden. En vervolgens is de aanname dat een actieve leefstijl als kind samenhangt met een actieve leefstijl als volwassene.
Een overzicht van studies op dit terrein laat zien dat fysieke activiteit en sportparticipatie in de kinderjaren een aardige voorspeller is van het activiteitsniveau later. Er zijn met name aanwijzingen dat *in*activiteit in de jeugd leidt tot *in*activiteit als volwassene. Het lijkt voorts zo te zijn dat zij die als kind een adequate basis aan bewegingsvaardigheden hebben verworven zowel gedurende de jeugd als ook later een fysiek meer actief leven leiden. De late adolescentie - laten we zeggen de mbo-leeftijd - is een kritische periode. Al dan niet actief aan sport doen in deze levensfase kan bepalend zijn voor later.
Er is nog maar mondjesmaat onderzocht of *het bewegingsonderwijs* ertoe leidt dat kinderen en jongeren ook buiten schooltijd en/of op latere leeftijd meer gaan bewegen. Voorzover er al resultaten bekend zijn, nopen die tot enige bescheidenheid.

Blijvende deelname



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Bewegen en sport op school en de affectieve ontwikkeling
We gaan naar de relatie tussen bewegen en sport (op school) en de affectieve ontwikkeling of het psychisch welbevinden. Psychisch welbevinden wordt verschillend gedefinieerd. Het meest gangbaar is de opvatting dat daarvan sprake is bij het afwezig zijn van mentale problemen zoals angst en depressie en het aanwezig zijn van een positief zelfbeeld, dus dat je een positief gevoel over jezelf hebt. Psychisch welbevinden zou zich bij jongeren kunnen vertalen in een positieve houding ten opzichte van de school.
Er is betrekkelijk veel onderzoek gedaan naar de relatie tussen fysieke activiteit en het zelfbeeld van kinderen en jongeren. Op grond van de bevindingen lijkt de conclusie gewettigd dat fysiek actieve kinderen en jongeren positiever over zichzelf denken dan minder actieve.
Er zijn echter ook studies die duiden op een negatief effect van sport en bewegen op het zelfbeeld. Dit zou de basis kunnen vormen voor een aversie tegenover fysieke activiteit die ook op latere leeftijd standhoudt.
Onderzoek wijst tevens uit dat mensen die regelmatig sporten onder bepaalde condities minder last hebben van depressies en angstgevoelens dan mensen die lichamelijke inactief zijn. En het lijkt zo te zijn dat sporters in het algemeen meer tevreden met hun leven en gelukkiger zijn dan mensen die niet sporten.
Er is nog weinig bekend over de relatie tussen het bewegen en sporten op school en de houding van leerlingen ten opzichte van de school. Enkele onderzoeken laten positieve resultaten zien in termen van minder schoolverzuim; het lijkt erop dat een toename van het aanbod van sport en bewegen op school leidt tot minder schooluitval.

Bewegen en sport op school en de sociale ontwikkeling
Er is inmiddels aardig wat onderzoek gedaan naar de relatie tussen sportparticipatie en pro-sociaal gedrag - je moet hier

bijvoorbeeld denken aan met elkaar samenwerken, rekening houden met elkaar en elkaar helpen. De resultaten zijn tegenstrijdig. De onderzoeksliteratuur wijst niet eenduidig op positieve effecten. Er zijn aanwijzingen dat het gedrag onder bepaalde omstandigheden verslechtert, dat deelname aan sport- en bewegingsactiviteiten negatief, egocentrisch en agressief gedrag stimuleert.
De cruciale factor voor het al dan niet ontstaan van als positief te waarderen effecten is het sociale en emotionele klimaat waarin de fysieke activiteit wordt aangeboden. Ook belangrijk zijn het aanwezig zijn van een op positieve interacties en positieve waarden gericht programma en de expliciete aandacht voor het aanbieden van activiteiten die passen bij de ontwikkelingfase waarin de jongeren zich bevinden. Wel allemaal voorwaarden waaraan het onderwijs normaal gesproken tegemoet kan komen.

Bewegen en sport op school en de cognitieve ontwikkeling
Er wordt algemeen aangenomen dat fysieke activiteit bij jongere kinderen de cognitieve ontwikkeling stimuleert. Het bewegen is bij uitstek de brug naar de ander en het andere. Het weet krijgen van iets komt primair tot stand als aan-den-lijve ondervinden: het kind volgt de weg van grijpen naar begrijpen, niet omgekeerd. Er zijn echter nauwelijks aanwijzingen dat (regelmatige) lichaamsbeweging ook *na* de kindertijd effect blijft hebben op het cognitief functioneren van normaal functionerende jongeren en volwassenen.
In met name in het Angelsaksische taalgebied is enig onderzoek gedaan naar de invloed van fysieke activiteit op de schoolprestaties. Het ging daarbij zowel om de vraag of fysieke activiteiten een effect hebben op direct daarop volgende cognitieve leerprestaties en om de vraag of er een relatie is tussen structurele bewegingsprogramma's en de schoolprestaties.
Het antwoord op de eerste onderzoeksvraag luidt in de regel bevestigend. Fysieke activiteit leidt - bij een adequate belastingsdosering - tot een toename van de doorbloeding in verschillende gebieden van de hersenen, wat leidt tot een vergrote 'leerbereidheid': er wordt beter opgelet, de concentratie neemt toe.
Ook ten aanzien van de tweede onderzoeksvraag zijn de bevindingen voorzichtig positief. Meerdere studies laten zien dat de schoolprestaties van leerlingen die meer tijd aan bewegingsonderwijs besteden (ten koste van de lestijd voor andere vakken) gelijk bleven of verbeterden. Er zijn aanwijzingen dat scholieren die veel sporten een betere algemene werkhouding en instelling ten opzichte van school hebben, dat ze meer gemotiveerd zijn, minder verzuimen, hun schoolwerk beter organiseren en productiever zijn.

Conclusie
Tot zover in vogelvlucht over wat op basis van wetenschappelijk onderzoek bekend is over de relatie tussen bewegen en sport en het functioneren van kinderen en jongeren op andere terreinen. Wat is de conclusie?
We kunnen vaststellen dat sport en bewegen potentie heeft om bij te dragen aan de 'algemene' ontwikkeling van kinderen en jongeren. Terwijl de effecten op de fysieke ontwikkeling en gezondheid betrekkelijk goed gedocumenteerd zijn, is dat veel minder het geval waar het gaat om de relatie tussen fysieke activiteit en de cognitieve, affectieve en sociale ontwikkeling. Het is duidelijk dat de eventuele effecten zich niet per se, niet automatisch voordoen. Ze zijn in belangrijke mate afhankelijk van de context waarin de activiteiten worden aangeboden. Voorwaarde is dat er wordt gebruikgemaakt van de intrinsieke kracht van bewegen en sport: het is gewoon leuk om te bewegen! Voorwaarde is ook dat de beoogde meerwaarde bewust wordt nagestreefd en dat er sprake is van een gunstig sociaalpedagogisch klimaat. De bevindingen zijn in hoofdzaak verkregen in studies buiten het onderwijs. Je kunt ze niet zonder meer overdragen naar het sporten en bewegen binnen de kaders van de school. Veruit de meeste onderzoeksresultaten zijn bovendien afkomstig uit het buitenland, met name Noord-Amerika. Voorzover die binnen de context van het onderwijs zijn verkregen, is transfer naar de Nederlandse situatie niet vanzelfsprekend; het Amerikaanse school(sport)-systeem verschilt immers nogal van dat in ons land.



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Samenwerkend bewegen

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:23 Pagina 9



het bewegingsonderwijs wordt kwetsbaarder, naarmate het meer effecten claimt dan het kan waarmaken.

BEWEGEN EN SPORT OP SCHOOL ALS DOEL

Dat brengt mij bij de derde, en wat mij betreft, meest aangewezen en overtuigende wijze van legitimeren van ons vak.
Ik kan en zal daar kort over zijn, omdat ik de benadering als meer dan bekend veronderstel.
Een opmerking vooraf. Het bewegingsonderwijs wordt geacht, net als alle andere vak- en leergebieden, bij te dragen aan het realiseren van algemene schooldoelstellingen. Je kunt daarbij denken aan het ontwikkelen van algemene sociale en communicatieve vaardigheden en van algemene leer- en ontwikkelbekwaamheid. En verder aan het overdragen van algemeen aanvaarde normen en waarden, het adequaat leren omgaan met regels en procedures, het vergroten van het zelfvertrouwen en het ontwikkelen van een eigen identiteit. Die bijdragen worden 'werkende weg' geleverd. Het gaat hier in essentie om taken die aan het leraarschap als zodanig zijn gekoppeld. Ze zijn niet specifiek voor één vak of voor bepaalde vakken, hoewel het bewegingsonderwijs op onderdelen veel kansen en mogelijkheden biedt. Het heeft die bijzondere mogelijkheden zonder enige twijfel ook als het om het creëren van een goed schoolklimaat gaat.
Maar het gaat er in ons vak in de kern om de leerlingen (beter) bekwaam te maken voor deelname aan de bewegingscultuur: bewegingsspel, fitness, sport, dans, e.d. Zoals de leerlingen op school Engels leren om die taal buiten de school te kunnen lezen, spreken en schrijven, zo is het bewegingsonderwijs er om ze bekwaam te maken om in (buitenschoolse) bewegingssituaties uit de voeten te kunnen. Want deelname aan de bewegingscultuur draagt voor heel velen - welke motieven ze ook hebben - aanmerkelijk bij aan de kwaliteit van leven.
De bewegingscultuur is een dusdanig essentieel deel van de maatschappelijke realiteit - welke de beoogde effecten ook zijn - dat het aangewezen is om de jeugd er wegwijs in te maken. Een bevredigende participatie vraagt om competenties die niet aan komen waaien, die competenties moeten worden *geleerd*. En de verantwoordelijkheid voor het aanleren ervan ligt, gelet op het feit dat alle jongeren gedurende ten minste twaalf jaar naar school gaan, in de handen van de school.
Bewegingsonderwijs: eigenlijk niet veel meer, maar vooral ook niet minder, dan bewegen alleen!

Ook is het vaak niet mogelijk om precies te onderscheiden of de effecten en samenhangen die zijn gevonden zijn veroorzaakt door sport en bewegen, al dan niet op school, of door elders opgedane ervaringen. Het is erg moeilijk om de invloeden van de sport te onderscheiden van die van andere sociale verbanden als familie, vriendengroepen e.d.
Ten slotte gaat het bij de gevonden verbanden vooral om correlaties en niet om causale verbanden. We weten niet wat oorzaak is en wat gevolg. Bij voorbeeld: gaan kinderen door het sporten positiever over zichzelf denken of doen kinderen met een positief zelfbeeld meer aan sport?
Ik zou zeggen: de zojuist genoemde mogelijke 'extra' bijdragen van het bewegingsonderwijs aan de ontwikkeling van kinderen en jongeren, die zijn mooi meegenomen. We kunnen er naar de buitenwacht op de korte termijn misschien ons voordeel mee doen. Maar je put er niet of nauwelijks aanwijzingen uit voor je onderwijsprogramma. En je moet je afvragen of het 'politiek-strategisch' handig en op de lange termijn gunstig is in te zetten op een legitimeringsstrategie die empirisch niet of (nog) niet echt goed kan worden onderbouwd. De positie van

Harry Stegeman is lector bewegen en gedragsbeïnvloeding aan de Hogeschool Windesheim te Zwolle en senior-onderzoeker bij het Mulier Instituut in Den Bosch.

Correspondentie: harrystegeman@casema.nl

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:23 Pagina 10



TERUG NAAR DE LICHAMELIJKE OPVOEDING

In het kader van dit visietopic krijgen we een kijkje over hoe er in verschillende opleidingen tegen ons vak en wat we ermee willen bereiken, wordt aangekeken. Ze worden geschreven door mensen met een passie voor hun vak. Deze bijdrage komt uit Tilburg. Een bijdrage aan de fundamentele discussie rond de legitimering van het bewegingsonderwijs! ***Door: Gertjan van Dokkum***

Als er in de Filosofie een onderzoek vastloopt wordt er vaak teruggekeerd naar het punt vanwaar men weer genoeg zekerheid heeft om het onderzoek opnieuw te starten. Zoals een moeder met haar kind een punt afspreekt waarnaar moet worden teruggekeerd als ze elkaar onverhoopt kwijtraken; Ook wel de afspraak om terug te keren naar de laatste bekende plaats als je verdwaald bent. Een dergelijke wending wordt dan vaak aangegeven met 'retour à'; een terugkeren naar…

Het doel van de schrijver is om met dit artikel een pleidooi te houden voor de lichamelijke opvoeding in het algemeen en meer in het bijzonder om binnen de legitimatie van het bewegingsonderwijs vaker terug te pakken op de relatie tussen het bewegingsonderwijs en de lichamelijke opvoeding.

De timing van de schrijver is slecht; academies voor lichamelijke opvoeding hebben juist systematisch hun namen veranderd en zich daarmee impliciet afgekeerd van het erfgoed van de lichamelijke opvoeding. We hebben nu sporthogescholen...

Het bewegingsonderwijs als vak op school heeft het, qua naamgeving, ook al niet best; sport en bewegen, lichamelijke oefening, lichamelijke opvoeding, gymnastiek. Je zou haast denken dat hier sprake is van een meervoudige persoonlijkheidsstoornis.

En wellicht is dat ook zo. In de verschillende benamingen treft men het verschil in waardering en betekenis van het vak. Dit verschil in waardering en betekenis vinden we ook terug in de wijze waarop het vak gelegitimeerd wordt. Bewegingsonderwijs als toegepaste trainingsleer, bewegingsonderwijs als toegepaste vormingstheorie en bewegingsonderwijs als toegepaste socialisatietheorie, waarbij de leerling gesocialiseerd moet worden in de sport- en bewegingscultuur. Allemaal lijken ze waarschijnlijk. Volgens de schrijver zijn ze echter allemaal volstrekt betekenisloos en schieten als legitimatie tekort zolang ze niet in een groter pedagogisch kader worden geplaatst. Namelijk het kader van de lichamelijke opvoeding van kinderen. Een kader waarin niet de sport- en bewegingscultuur centraal staat of een of ander wetenschapsgebied, maar het kind. Het kind dat bewegend de wereld verkent en daar zin en betekenis aan geeft, onderzoekend, spelend, dansend, strijdend…

Leibeserziehung



EEN LEVEN LANG TONEELSPELEN

Onderzoek van Parsons, de bekende Amerikaanse socioloog en bedenker van de term 'socialisatie' (The social System, 1951), toont aan dat volwassen mensen in een samenleving niets anders doen dan rollen spelen. Zijn sociale roltheorie berust volledig op een vergelijking tussen samenleven en toneel. Kinderen moeten de verschillende rollen die er binnen een samenleving te vinden zijn, leren om mee te kunnen draaien in het toneelstuk van het leven.
Parsons inzichten legitimeren het vak CKV (culturele en kunstzinnige vorming) op middelbare scholen. Het levert ons de volgende belangrijke doelstelling op voor CKV: De lessen CKV/drama moeten erop gericht zijn de kinderen voor te bereiden op *blijvende, zelfstandige en perspectiefrijke deelname aan de toneelcultuur*. Behalve dat scholen ervoor moeten zorgdragen dat leerlingen de basislessen toneel krijgen en leren kiezen welke rollen zij het fijnst vinden, is het voor de docenten vooral zaak om de leerlingen zo snel mogelijk bij een toneelclub of cabaretensemble te introduceren. Dit noemen we TO, of toneeloriëntatie. Hier kan een 'levensechte' manier van toneelspelen worden geleerd om op deze wijze een zo groot mogelijke kans te hebben dat leerlingen ook na hun middelbare schooltijd nooit stoppen met toneelspelen. Ook als zij niet zelf op de planken gaan staan, is het actief vervullen van een andere rol binnen de toneelclub zeker aan te bevelen.



Zover hoeven we niet terug...

OPVOEDEN IS MEER DAN SOCIALISEREN

Souffleurs, regisseurs, grimeurs, maar ook tekstschrijvers en zelfs toneelmeesters zijn allemaal nodig en kunnen voor opgroeiende kinderen een belangrijke rolvervulling worden wanneer zij 'volwassen' zijn.

DRIE HOOFDDOELEN VAN ONDERWIJS

Waarom deze 'vreemde' uitstap naar het vak CKV terwijl we het bewegingsonderwijs op school proberen te legitimeren? Het antwoord ligt in de analoge wijze van redeneren. Het vak CKV wordt in deze inleiding op gelijke wijze gelegitimeerd als op dit moment vaak gebeurt met het vak bewegingsonderwijs. Bij deze legitimatie van CKV voelen we hopelijk wat ongenoegen. Er is iets vreemds gaande …. maar wat precies? Dit is, volgens de schrijver, ook het geval voor de analoge legitimatie van het bewegingsonderwijs.
Het gevoel van ongenoegen is waarschijnlijk terug te voeren op het 'misbruiken' van de drie hoofddoelen van het onderwijs: persoonlijke ontplooiing, maatschappelijke voorbereiding en beroepsvoorbereiding. Wat er in bovenstaande redenering rondom CKV gebeurt (en op dit moment ook met bewegingsonderwijs), is dat een vak dat in eerste instantie als 'algemeen-vormend-vak' is opgenomen in het curriculum van een school en daarmee voornamelijk gericht is op de persoonlijke ontplooiing van leerlingen, wordt gelegitimeerd met argumenten ten behoeve van de maatschappelijke voorbereiding. De argumenten worden bovendien nog eens aangezet door het leggen van een wetenschappelijke claim (Parsons) waardoor er impliciet een claim wordt gelegd op waarheid. Echter niets is minder waar!
De verklaring van deze wijze van legitimeren is logisch. Moderne managers en allerhande wetenschappers zoeken naar snel, meetbaar nut, zeg maar naar het economische uitgangspunt van rendement en output. Snel scoren dus!
Deze mentaliteit verplaatst zich ook naar het onderwijs en verdringt daar de principes van de oorspronkelijke leefwereld die onderwijs eens was (en wat ze nog zou moeten zijn). Een leefwereld waar jonge mensen zich ontwikkelen en kunnen uitgroeien door het realiseren van eigen mogelijkheden binnen de gangbare normen van een samenleving. In een leefwereld draait het om zaken die er echt toe doen: liefde en vriendschap, belangeloze aandacht, behulpzaamheid en wederzijds respect. Menselijke relaties staan centraal in de leefwereld. Mensen communiceren daar in openheid en eerlijkheid en ontwikkelen er zich zo tot zelfverantwoordelijke individuen. In de leefwereld houden mensen zich bezig met vragen betreffende de zin van hun bestaan en toetsen zij in interactie met elkaar hun normen en waarden. Een plaats dus waar brede algemene ontwikkeling en persoonlijke ontplooiing minstens even zo belangrijk zijn als maatschappelijke voorbereiding. Binnen die leefwereld moeten de onderwezen vakken dan ook altijd bijdragen aan deze algemene menselijke vorming: taal (klassieke talen), muziek, wiskunde, bewegingsonderwijs, geschiedenis, drama en nog veel meer. Dat al deze vakken proberen te legitimeren vanuit het idee van maatschappelijke voorbereiding (lees socialisatie) past weliswaar beter bij het moderne 'nuts-denken', maar dat levert dan halve waarheden, onhaalbare doelstellingen en slecht gefundeerde legitimaties op. Slechts zelden wordt er nog gesproken over de



Britney Spears, Madonna, Shakira en Christina Aquilera?

leefwereld en de persoonlijke ontplooiing. Ook niet wanneer we over het bewegingsonderwijs spreken.

PERSOONLIJKE ONTPLOOIING EN KRITISCHE DEELNAME AAN DE SAMENLEVING

De modernist zal nog nauwelijks onder de indruk zijn van mijn pleidooi tot dusverre en doodleuk de vraag stellen naar het nut van onderwijs als leefwereld en het nut van de persoonlijke ontplooiing. Terecht! Een antwoord op deze vraag kan echter alleen gegeven worden als we ons eerst bezinnen op wat we eigenlijk met kinderen willen, niet alleen in het onderwijs, maar in brede zin; een pedagogische vraag dus! Een vraag waar we geen 'harde data' en 'outputgerichte onderzoeken' voor hebben, maar een vraag naar 'dat wat behoort', een normatieve vraag, die uitnodigt tot wijsgerige reflectie. Een vraag ook, die feitelijk een complete pedagogische verhandeling verlangt. Ik zal het kort houden…. Een mensenkind is individu én gemeenschapswezen. Geboren temidden van anderen is het kind gelijk belofte en gebod. Belofte, voor zover het kind zal uitgroeien tot een morele, zelfverantwoordelijke zelfbepaler én gebod, voor zover het kind komt tot een kritisch en creatief deelgenootschap aan de samenleving. Het kind kan dit niet alleen. Hij is hiervoor op opvoeders aangewezen. Opvoeders als veilige basis, opvoeders als filter tussen alle 'onzin' binnen onze cultuur en het kind, opvoeders als grenzenstellers, opvoeders als gids, opvoeders als doelenstellers en tot slot opvoeders die voorbeeldig zijn. Opvoeders en kind bevinden zich in een gedeelde leefwereld (en in een afzonderlijke, maar dat is hier niet relevant) en elke bewuste invloed die de opvoeder op het kind uitoefent in de richting van de zelfverantwoordelijkheid en het deelgenootschap aan de samenleving noemen we opvoeden.
Als we nu een antwoord willen geven aan de modernist met betrekking tot het 'nut' van onderwijs als leefwereld en het nut van persoonlijke ontplooiing, kunnen we het volgende stellen.Vanuit de pedagogiek leren we dat slechts in een leefwereld een kind kan komen tot het maken van morele, kritische en creatieve eigen keuzen. Een eigen morele stellingname die noodzakelijk is om kritisch en creatief deelgenoot te kunnen worden van de samenleving. Het onderwijsdoel van de persoonlijke ontplooiing is daarmee 'nuttig' geworden. Ze is namelijk de noodzakelijke voorwaarde geworden voor de maatschappelijke voorbereiding en beroepsvoorbereiding, zeg maar voor de kritische 'socialisatie'.

BEWEGINGSONDERWIJS

Voor het bewegingsonderwijs betekent bovenstaande dat de gymlessen in eerste instantie dienen bij te dragen aan de persoonlijke ontplooiing van de leerlingen met het lichamelijke als aangrijpingspunt. Ontwikkelen van de motoriek, verbeteren van kracht en conditie, bijdragen aan cognitieve en sociaal/emotionele ontwikkeling. Maar tegelijkertijd ook een brede vorming van de leerlingen, verbeteren van de 'alledaagse bewegingen', de 'arbeidsbewegingen', maar ook door het ontwikkelen van alle verschillende 'vormen' van 'vrijetijdbewegen'; het spelend bewegen, het dansend bewegen, het zomooi-mogelijk- bewegen, het prestatief bewegen, het strijdend bewegen (sport), het bewegen vanuit een gezondheidmotief en zelfs het bezinnend bewegen.
Om bij te dragen aan deze brede persoonlijke ontplooiing van de leerlingen kiest de docent uit de voor handen zijnde cultuurgoederen. Hij kiest die cultuurgoederen, die het meeste geschikt zijn voor het bereiken van deze bedoeling. Zo kiest de docent bijvoorbeeld uit onze cultuur het voetbal om het 'spelend bewegen' te ontwikkelen. Hij hoeft hier niet het eindspel, 11 tegen 11 te spelen, maar mag het spel zodanig aanpassen

Voorbereiden op de bewegingscultuur kan botsen met andere opvoedingsidealen



LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:23 Pagina 13

dat zijn bedoeling, het 'spelend bewegen' centraal komt te staan. Hiermee leert de leerling de eigen mogelijkheden en moeilijkheden kennen met betrekking tot het 'spelend bewegen'. Hetzelfde geldt voor de andere vormen van bewegen.
De docent is hier steeds opvoeder, namelijk de filter tussen de cultuur en het kind, de gids, de grenzensteller, de doelenstel-ler en het voorbeeld. Zo kan de persoonlijke ontplooiing met het lichamelijke als aangrijpingspunt plaatsvinden in eerste instantie om het kind een brede algemene vorming te geven, zeg maar, om al zijn mogelijkheden ten volste te ontwikkelen. Maar daarmee wordt dan ook voldaan aan de noodzakelijke voorwaarde voor kritische en perspectiefrijke deelname aan de bewegingscultuur.
Het komt in het kort neer op het volgende: De doelen van het bewegingsonderwijs zullen steeds door de docent moeten worden geformuleerd, startend vanuit het bewegende kind, gericht op persoonlijke ontplooiing en het ontwikkelen van alle mogelijkheden van het 'lijf', verantwoord vanuit de noodzaak van lichamelijke opvoeding voor elk kind.

TERUG NAAR DE LICHAMELIJKE OPVOEDING

Er worden in het artikel grote stappen gemaakt en veel van het geschrevene vraagt om toelichting. Omwille van de leesbaarheid en omwille van een beperking in omvang is de tekst geworden zoals hij nu is. De schrijver wil een oproep doen voor een terugkeer naar de lichamelijke opvoeding wanneer we ons vak moeten verdedigen. De schrijver heeft, in het kort, argumenten gegeven om het vak bewegingsonderwijs te legitimeren binnen het geheel der opvoeding. Of u het ermee eens bent of niet… de schrijver hoopt dat u aan het denken bent gezet en zich weer eens bezint op argumenten om ons vak te funderen. Maar wees voorzichtig met opportune argumenten, onze tegenstanders ontkrachten ze sneller dan we 'lay up' kunnen zeggen!

Lichamelijke Opvoeding,
Lichamelijke opvoeding is een specifiek vormingsgebied binnen het geheel der opvoeding, verantwoord vanuit een nadrukkelijke bezinning op de menselijke lichamelijkheid en de vormende waarden van het menselijke zich bewegen.

Wilt u wat uitgebreider lezen over hoe ons vak gelegitimeerd kan worden door een beroep te doen op de lichamelijke opvoeding, verwijs ik u graag naar het artikel*:* 'Retour á l'Éducation Physique' op *www.kvlo.nl*.

Foto's en illustraties: Internet

Gertjan van Dokkum is docent bewegingsagogische wetenschappen aan de Fontys Sporthogeschool in Tilburg

Ter nagedachtenis aan Harry Büchner

Correspondentie: g.vandokkum@fontys.nl

KVLO.nl

Inloggen op MijnKVLO (het ledendomein met veel praktijkinformatie) kunt u met uw lidnummer. Abonnees op het blad zijn geen lid.
U vindt uw lidmaatschapsnummer op de adressticker in het folieomslag. Als extra service hebben we in de jaarlijkse inhoudsopgave bij Lichamelijke Opvoeding14 (2007) een format afgedrukt waarop u uw nummer kunt noteren en daarna, met eventueel gewijzigd wachtwoord kunt bewaren.
Meer dan 4000 collega-leden ontvangen een aantal keer per maand de *e-mail-nieuwsbrief*. Wilt u ook frequent op de hoogte gehouden worden van alle ontwikkelingen? Eerst inloggen en dan naar *http://www.kvlo.nl/sf.mcgi?537* surfen om u op te geven! Opzeggen kan hier ook!

Alle informatie over de KVLO *studiedagen* is nu te vinden via *www.kvlostudiedagen.nl*.

Correspondentie: webmaster@kvlo.nl

R AFDELINGEN

WEST-BRABANT

Algemene jaarvergadering
Datum: 19 maart
Tijd: 20.00 uur
Plaats: Openluchtschool Rijnauwenstraat te Breda

DE NOORDER

Praktijkdag 2008
Noteer in uw agenda 12 april van 9.00 tot 14.00 uur.

TWENTE

Twentedagen
Datum: 17 en 18 april
Tijd: 8.30 tot 16.30 uur op beide dagen
Plaats: Twente Hallen te Enschede
Info: *www.kvlotwente.nl*

OOST-BRABANT

Eerst jaarlijkse KVLO OBL Cup
Datum: zaterdag 19 april
Verdere info en inschrijving (tot 1 april):
www.kvlo-oostbrabant.nl

Versnelde GVB-cursus
Datum: vijf woensdagen in april en mei
Tijd: 17.00 tot 20.00 uur
Info en inschrijven:
www.kvlo-oostbrabant.nl

R AGENDA

SYMPOSIUM 'PHYSICAL ACTIVITY AND PHYSICAL EDUCATION

Datum: 15 maart
Tijd: 12.30 tot 17.00 uur
Plaats: Willem II stadion te Tilburg
Info: *www.lectoraat-sporthogeschool.nl*

OUTDOORWEEKEND

Zwerfsport Outdoor biedt docenten LO een gratis kennismakingsweekend aan op 19 en 20 april. Voor meer info: *www.zwerfsport.nl* of neem contact op met Mathilde Bleijenberg, tel.: 023 562 8370.



DE BESTE STUURLUI ...

De andere artikelen in dit topic gaan over naamgeving en intenties met het vak. Ook in dit artikel gaat het ten dele daarover, maar daarnaast wordt de vraag gesteld of het wel zo vanzelfsprekend is dat de vakdocent moet worden ingezet...

Door: Rik Sieben

'Aan een man die de kinderen heel goed zou kunnen onderwijzen, gaat men voorbij en iemand die er niet voor deugt wordt aangenomen, louter en alleen omdat vrienden hem hebben aanbevolen. Wat ben je aan het doen, gek? Wanneer het om de scheepvaart gaat, stoort u zich niet aan de mening van mensen die met hun aanbevelingen klaar staan, maar u zet de man aan het roer, die met het sturen van een schip de meeste ervaring heeft.' (Desiderius Erasmus)

PROBLEEMOPLOSSENDE MAATREGELEN?

Het bovenstaande schreef Erasmus ongeveer 500 jaar geleden. De inhoud is nog steeds actueel. In de brief van de staatssecretaris van OCW Dijksma (hierna: staatssecretaris) d.d. 7 december 2007 aan de Tweede Kamer inzake een beleidsreactie, met betrekking tot de evaluatie leergang bewegingsonderwijs, schetst zij een aantal mogelijkheden om de huidige problemen in het bewegingsonderwijs in het primair onderwijs te verbeteren.
Ten eerste zou de leergang bewegingsonderwijs 'lichter' moeten worden, zodat het voor de pabo-student gemakkelijker wordt de bredebevoegdheid te behalen. Ten tweede zou meer aandacht kunnen worden gegeven aan vakspecialisten en vakleerkrachten. Ten aanzien van de vakleerkrachten spreekt ze ook over zogenaamde combinatiefuncties.
Tot slot oppert ze de mogelijkheid voor de inzet van ciossers/lobossers. In het verlengde van het protocol bewegingsonderwijs wordt aangegeven dat de ciosser/lobosser slechts onder de verantwoordelijkheid van een bevoegde leerkracht kan functioneren. Volgens de staatssecretaris is het begrip verantwoordelijkheid afhankelijk van 'het inzicht van het bevoegd gezag van de onderwijsinstelling'. Dit zou kunnen betekenen dat onderwijsinstellingen ervoor kunnen kiezen om de ciossers/lobossers laten werken zonder dat de bevoegde leerkracht fysiek in de les aanwezig is.

GROEPSLEERKRACHT DE OPLOSSING?

De bovengenoemde voorgestelde maatregelen zijn volgens de staatssecretaris nodig om de huidige organisatorische problemen in het primair onderwijs (met betrekking tot het bewegingsonderwijs) op te lossen. Daarbij lijkt ook het verwachte lerarentekort een belangrijk argument. Een van de conclusies van de evaluatie leergang bewegingsonderwijs is dat de kwaliteit van het bewegingsonderwijs een aanzienlijke kwaliteitsimpuls heeft gekregen door de huidige regeling.
Dit was uiteraard te verwachten aangezien de intensiteit waarmee de studenten in de leergang bewegingsonderwijs met het vak bewegingsonderwijs worden geconfronteerd aanzienlijk is. Echter, nu blijkt dat de intensiteit te hoog is en zorgt voor problemen in het werkveld. De startende leerkracht heeft te weinig tijd naast zijn of haar baan om de leergang bewegingsonderwijs te kunnen volgen en de leergang bewegingsonderwijs is kostbaar. Gezien het voorgaande lijkt mij de vakleerkracht een eenvoudige en effectieve oplossing. De pabo-student hoeft dan tijdens de opleiding geen tijd meer te besteden aan het bewegingsonderwijs en hierdoor ontstaan voor de pabo-student mogelijkheden om zich in andere vlakken verder te ontplooien. Waarom kiest de staatssecretaris niet voor deze maatregel? Is deze maatregel te duur of zijn er andere argumenten? Een belangrijk argument zal ik hieronder nader toelichten.

Indien wordt uitgegaan van een holistische benadering, in navolging van de Oostenrijkse school, waarbij het gegeven centraal staat dat een kind een geheel is van vaardigheden en eigenschappen en deze niet van elkaar te onderscheiden zijn, vraag ik mezelf af of een vakleerkracht in iedere situatie de beste oplossing is. Een kind dient in het primair onderwijs zich verschillende zaken eigen te maken om 'zich later als individu en gezamenlijk met anderen in de wereld te kunnen redden' (R. Kohnstamm, 2002). Hiervoor is jaren geleden een programma bedacht dat onder andere bestaat uit leren lezen, schrijven, rekenen, het verwerven van nieuwe kennis en inzicht, enz. Deze vakken zijn niet strikt van elkaar te scheiden, maar ze lopen in elkaar over en zijn met elkaar verbonden. Om kinderen voor te bereiden op het functioneren binnen de huidige maatschappij zie je juist een sterke beweging naar



FOTO: ANITA RIEMERSMA

onderwijs in samenhang en/of competentiegericht onderwijs. Bijvoorbeeld het 'verwerven van kennis en inzicht', waarbij het aanleggen en aanvullen van een kennissysteem bij kinderen centraal staat, laat zien dat de verschillende onderdelen in het primair onderwijs nauw met elkaar verbonden zijn. Het besef dat iets lukt of mislukt, dat iets goed of fout kan gaan, stopt niet buiten de gymzaal. Dit nemen kinderen overal mee naar toe. Daarnaast heeft Piaget reeds aangegeven dat de denkontwikkeling van een kind een proces is dat op gang komt door de interactie van het waarnemende kind met wat er in de omgeving gebeurt en met wat het zelf in de omgeving aan handelingen verricht. Het mag duidelijk zijn dat de denkontwikkeling van een kind een ontwikkeling is die vakoverstijgend plaatsvindt en niet gebonden is aan tijd en ruimte. De groepsleerkracht beschikt over de juiste kennis, ervaart een kind in verschillende situaties en kan op grond hiervan in de begeleiding beter aansluiten bij de behoeften van een kind.
De groepsleerkracht begeleidt kinderen in hun ontwikkeling op onder andere cognitief, sociaal-emotioneel, sensomotorisch en moreel gebied. Al deze gebieden zijn aanwezig in de lessen bewegingsonderwijs. De les bewegingsonderwijs kan dan ook voor de groepsleerkracht een aangenaam en interessant hulpmiddel zijn bij het optimaliseren van de ontwikkeling van kinderen.

Het voorgaande is een van de redenen geweest om in het verleden te kiezen voor de groepsleerkracht en niet voor vakspecialisten. Deze persoon kan de leerlingen begeleiden op de individuele onderdelen, maar heeft tegelijkertijd goed zicht op het kind als geheel en zijn leerprocessen. Wanneer men het bovenstaande nastreeft, dan is niet alleen de vakleerkracht, maar ook het beter scholen van de groepsleerkracht een oplossing. Geef daarom de groepsleerkracht tijdens de opleiding de mogelijkheid om zich adequaat te scholen voor het onderdeel bewegingsonderwijs. Op dit moment is hiermee een start gemaakt met de leergang vakbekwaamheid bewegingsonderwijs via de pabo. Een belangrijk gevolg van deze maatregel is op dit moment al zichtbaar, namelijk 'bewegingsonderwijs is in beweging'. Op vele plaatsen is bewegingsonderwijs onderwerp van discussie. Een belangrijk onderdeel van deze discussie is de vakbenadering. De vakbenadering speelt ook een belangrijke rol in de keuze voor een holistische benadering van het kind en het onderwijs.

En dat zonder juf...



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Het zeer lezenswaardige onderzoek *Grondslagen van verantwoord bewegingsonderwijs* van Peter Heij toont aan dat bewegingsonderwijs een vak is, waarbij veel facetten van het kind en leren aan bod komen. Te denken valt aan de dialoog die het kind aangaat met zichzelf, met anderen en met de omgeving; bewegingsonderwijs als het openen en verruimen van het bestaansveld (P. Heij 2006).

MEER DAN SCHOOL EN SPORT

Het voorgaande betekent meer dan kinderen te introduceren in de bewegingscultuur die hen omringt. Het betekent ook meer dan school en sport. De afgelopen jaren is bewegingsonderwijs in een aan de sport dienstbare positie geplaatst. Hierdoor komt, door onderschikking, de eigen aard van het bewegingsonderwijs in het gedrang (K. Verweij 2002). In het bewegingsonderwijs zou de ontwikkeling van de 'ik', in navolging van Gordijn, een meer centrale positie dienen te krijgen: 'Het kind leert de menselijke wereld begrijpen doordat het zich er in leert bewegen'. In het hedendaagse bewegingsonderwijs is de inhoud van de lessen teveel gericht op het bewegen en de bewegingsactiviteiten, terwijl de ontwikkeling van de identiteit van de leerlingen centraal zouden dienen te staan.

'De identiteit wordt afgebakend door de verbintenissen en identificaties die het kader of de horizon bieden waarbinnen ik van geval tot geval kan proberen te bepalen wat goed of waardevol is, wat gedaan behoort te worden, wat ik onderschrijf of waartegen ik me verzet. Met andere woorden, het is de horizon waarbinnen ik in staat ben een standpunt in te nemen' (C. Taylor 2007).

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:23 Pagina 16


FOTO: ANITA RIEMERSMA

Een helpende hand

Tijdens de lessen bewegingsonderwijs zou het in eerste instantie dienen te gaan om (de identiteit van de) leerlingen, door middel van het aangaan van een dialoog, de mogelijkheid te bieden ten opzichte van anderen en dingen een positie in te nemen. Dat leerlingen hierdoor uiteindelijk ook worden voorbereid op het deelnemen aan de bewegingscultuur is mooi meegenomen. Echter, de (brede) ontwikkeling van het kind dient centraal te staan. Als gevolg hiervan dienen we kritisch na te denken over hetgeen we van de leerlingen vragen tijdens de lessen bewegingsonderwijs. Onze oosterburen lijken deze keuze al (gedeeltelijk) te hebben gemaakt.

Al meerdere malen is op verschillende plaatsen (o.a. P. Heij 2006) verwezen naar de ontwikkeling van bewegingonderwijs bij onze oosterburen. Zij lijken voor te lopen op de ontwikkeling bij ons. School en sport was daar voorheen een speerpunt. Echter, op dit moment staat niet langer de sport centraal, maar het kind en zijn ontwikkeling. In Duitsland wordt steeds meer gesproken over hoe zij door middel van bewegen het leren bij kinderen kunnen stimuleren. Wij moeten hier goed naar kijken en beseffen dat niet de sport, maar het kind centraal staat. Daarnaast heeft dr. A. Knoppers uitgesproken dat de koppeling tussen sport, gezondheid en bewegingsonderwijs ook negatieve gevolgen kan hebben. Bijvoorbeeld ten aanzien van de persoonlijkheidsontwikkeling, sociale verhoudingen in de klas, enz (Knoppers 2006).

BELANG VAN HET KIND VOOROP

Alles in aanmerking nemend, kom ik tot de volgende conclusie. Het belang van het kind dient voorop te staan bij de invulling en uitvoering van het (bewegings)onderwijs en niet het oplossen van organisatorische of financiële problemen. Een kind moet tijdens de lessen bewegingsonderwijs, onder andere de mogelijkheid krijgen bestaansvelden te openen en te verruimen. Sporten vindt plaats bij de sportvereniging. Wíe uiteindelijk de lessen bewegingsonderwijs verzorgt, is van ondergeschikt belang. Deze persoon moet goed zijn geschoold en moet de kinderen kunnen begeleiden op verschillende gebieden, zodat de ontwikkeling zo goed mogelijk wordt gestimuleerd. Er zijn verschillende mogelijkheden: óf de groepsleerkracht óf de vakleerkracht óf een combinatie van deze twee verzorgen de lessen bewegingsonderwijs. De uiteindelijke keuze wordt gemaakt vanuit het belang van het kind. Een zorgvuldige keuze is belangrijk voor de toekomst van onze kinderen en die van het bewegingsonderwijs. Tot slot is het raadzaam, in navolging op wat Erasmus eerder schreef om niet slechts 'vrienden' aan te bevelen, maar om te onderzoeken wie het beste aan het roer kan staan.

LITERATUUR

R. Kohnstamm, *Kleine Ontwikkelingspsychologie, de schoolleeftijd*, BSL, Houten/Diegem 2002

K. Verweij, *Indrukken van Gordijn*, Publicatiefonds 't Web, Nijverdal 2002

C. Taylor, *Bronnen van het zelf*, Lemniscaat b.v., Rotterdam 2007

P. Heij, *Grondslagen van Verantwoord Bewegingsonderwijs*, Damon, Budel 2006

Knoppers, *Wat brengt sport teweeg?!*, Jan Luiting Fonds, Zeist 2006.

Rik Sieben is docent bewegingsonderwijs aan katholieke Hogeschool de Kempel in Helmond

Correspondentie: r.sieben@kempel.nl



LICHAMELIJKE OPVOEDING? EEN VAK DAT REGIE VOERT OP LICHAMELIJK OPVOEDEN!

Lichamelijke opvoeding als vak of als opdracht en zelfs als recht? Ons beeld is dat lichamelijk opvoeden meer vergt dan een vak, een paar uurtjes in de week op school. Lichamelijke opvoeding is een programma dat een jeugd lang duurt én dat zich in veel meer dan één vak afspeelt en ook niet stopt na schooltijd. Een lichamelijke opvoeder is dan de programmaleider en een bewegingsinspirator voor alle kinderen. Een fantastisch beroep en geen vak apart maar 'in the lead' op school en daarbuiten. Deze bijdrage van NISB kunt u beschouwen als ideologische bijdrage over het fenomeen 'lichamelijk opvoeden'. En dat start bij het vak lichamelijke opvoeding. *Door: Clemence Ross en Danny van Dijk*

MISSIE NISB IN RELATIE TOT LICHAMELIJK OPVOEDEN

Met welke verwachting kijken wij, werkend in een organisatie die als missie heeft aan te zetten tot sport en bewegen om participatie, leefbaarheid en gezondheid te bevorderen, naar het vak lichamelijke opvoeding? Valt die missie vlot te vertalen naar een vak op school? Daarvoor is het nodig om de missie kort toe te lichten. De missie bevat de wens dat sport en bewegen veel betekenis heeft in het leven van mensen en de maatschappij als geheel. Sport en bewegen heeft naar onze overtuiging een positieve en intrinsieke (belevings)waarde voor iedereen. Jong, oud, allochtoon of autochtoon, talentvol of lichamelijk beperkt. Daarom alleen is een toegankelijk en kwaliteitsvol aanbod van sport en bewegen de moeite meer dan waard. Daarnaast leidt sport en bewegen tot verhoogde leefbaarheid in de buurt, tot een gezonde en bewuste leefstijl, reductie van ziektekosten, meer sociale samenhang en participatie. Uiteraard onder de juiste condities. Die voorwaarden betreffen onder andere de kwaliteit en beschikbaarheid van een aanbod van sport en bewegen. Lichamelijk 'opvoeden' is derhalve nodig om de waarden van sport en bewegen optimaal te verzilveren. De intrinsieke, fysieke, cognitieve en de sociaal pedagogische waarden komen tot hun recht als de jeugd leert en ervaart wat voor hun de persoonlijke betekenis is van sport en bewegen.

DOELEN VAN HET VAK

Het allerleukste vak op school is gym! Voor het gros van de lezers van dit blad, zo niet alle, is het zo begonnen. Bewegen en spelen is geweldig als je een beetje aanleg hebt, en de gymles iets om naar uit te kijken, toch? Ook voor veel kinderen die zich niet na het voortgezet onderwijs aanmelden bij een academie voor lichamelijke opvoeding is gym een fijn vak. De oorsprong daarvoor ligt op heel jonge leeftijd. Spel en bewegen komt voort uit een natuurlijke prikkel om te ontdekken en te ontplooien. Soms gaat het niet zo vanzelf, en zijn er drempels of tegenvallers in het ervaren van plezier in bewegen en spelen. Ook dat kan al heel jong starten. Op straat, op school of op de vereniging vindt dan een 'natuurlijke' selectie plaats. Maar weet u werkelijk, wat het is om niet gekozen te worden? Ruim voor de schoolgaande leeftijd heeft er al van alles, positief en negatief, plaatsgevonden. Ruim buiten bereik van het vak, althans zo lijkt het. Lichamelijk opvoeden is dan echter al begonnen. Ter onderstreping van deze overtuiging verspreidt NISB bijvoorbeeld het programma Beweegkriebels, voor kinderen van 0 tot 4 jaar die gebruik maken van opvang. Wij kijken verder dan het huidige vak lichamelijke opvoeding, juist om dat de invloed van de omgeving en de eigen bewegingservaringen al heel vroeg sporen nalaat.



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Ook dit is gaaf

Vanuit deze missie willen we twee accenten plaatsen. Ten eerste gaat het NISB ook of juist om kinderen die minder actief zijn, om welke reden dan ook. Ten tweede is lichamelijk opvoeden een samenspel van actoren, omstandigheden en ervaringen vanaf kort na de geboorte.
Het vak lichamelijke opvoeding heeft naar onze mening een verantwoordelijkheid in het lichamelijk opvoeden. Het is wel een deelverantwoordelijkheid, met anderen dus. En het vak heeft een trekkersrol in het samenspel met anderen, vinden wij. Binnen het totaal heeft het vak ook een eigen opdracht. Die opdracht is bij wet bepaald, maar wij geven de volgende omschrijving: het bieden van veel, diverse en plezierige bewegingservaringen en het leggen van een basis voor motorische ontwikkeling, waardoor kinderen *kunnen* en *willen* kiezen voor een gezonde leefstijl en sportief *kunnen* participeren. In deze eigen opdracht van het vak klinkt vooral een voorwaardenscheppende rol door. Vervolgens zou het zo moeten zijn dat het samenspel met andere aanbieders van sport, bewegen en spel leidt tot het gewenste beweeggedrag. Daar is een Nederlandse norm voor. Het behalen van die norm kan nooit de opdracht van het vak alleen zijn, maar is de resultante van zowel het aanbod in sport en bewegen als het individueel willen én kunnen sporten en bewegen. De lichamelijke opvoeder heeft wel een belangrijke rol in het bij elkaar brengen van aanbod en vraag. Ook wat betreft het aanbod na schooltijd en buiten school. Denk aan naschoolse sportieve opvang.

DE LICHAMELIJKE OPVOEDER ALS SPIL VAN HET LICHAMELIJK OPVOEDEN

In het voorgaande is duidelijk geworden dat lichamelijk opvoeden meer vergt dan enkele uren per week. Onderwijs aanbieden is een belangrijke activiteit, maar hangt samen met andere activiteiten. Kan het zelfs zo zijn dat onderwijs aanbieden (deels) kan plaatsvinden onder supervisie van de lichamelijke opvoeder? Zodat er tijd vrij komt om andere vakken binnen school te verbinden aan de taak van het lichamelijk opvoeden en het stimuleren van een gezonde leefstijl. Gemiste kans als de lichamelijke opvoeder zich in de periferie van een school bevindt, door tijdgebrek en vliegen van school naar school. Er zou ook tijd kunnen vrijkomen om organisaties buiten school te verbinden aan die opdracht zoals sportverenigingen, sportbuurtwerk, welzijnswerk, opvangorganisaties. Deze organisaties hebben niet expliciet de opdracht om aan lichamelijk opvoeden bij te dragen, vaak ook niet impliciet. Dus is het zaak voor de lichamelijke opvoeder om daar toch aandacht voor te krijgen. Liefst vakdoorsnijdend en ook buiten de school.
De lichamelijke opvoeder betrekt anderen om gezamenlijk een herkenbaar en dagelijks aanbod van sport en bewegen te programmeren en aan te (laten) bieden. Die herkenbaarheid is van belang, met name voor kinderen die zich minder vertrouwd voelen buiten de school. Deze kinderen hebben baat bij de veiligheid van doorlopende leerlijnen, zowel op school, naschools als bij de sportvereniging. Door daarop te sturen beïnvloedt de lichamelijke opvoeder het pedagogische klimaat bij andere aanbieders van sport en bewegen.
Daarnaast heeft de lichamelijke opvoeder door het directe contact met alle kinderen, een ideale positie. Hij kent de kinderen en heeft zicht op hun motivatie om al dan niet te sporten. In gesprek gaan over de persoonlijke motivatie blijkt een sterk middel te zijn om minder actieve kinderen toch te bereiken[1]. Terzijde, leerlingvolgsystemen zouden zich wat dat betreft niet moeten beperken tot registratie van de motorische ontwikkeling.
De lichamelijke opvoeder kan zich als bewegingsinspirator ontwikkelen door aan te sluiten op de motivatie.
Als lichamelijk opvoeden verder strekt dan het vak lichamelijke opvoeding, dan is de lichamelijke opvoeder degene die

Weten waar de jeugd warm voor loopt



FOTO: ANITA RIEMERSMA

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:23 Pagina 19



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Populair, ook op braderiën

idealiter de regie in handen neemt. Om alle kinderen te bereiken, andere organisaties en andere vakken te betrekken en verbinden, met als opdracht lichamelijk opvoeden. Dat doel staat voorop. Netwerken van aanbieders worden daarin gemobiliseerd. Het zou mooi zijn als de lichamelijke opvoeder kennis heeft van de kracht en mogelijke inzet van het lokale netwerk van aanbieders. Zoals iedereen weet, zijn bijvoorbeeld verenigingen sterk verschillend wat betreft de aanspreekbaarheid op het aanbieden van sport en bewegen.

GEBRUIKERSKWALITEIT: SCHOLIEREN

Naast de lichamelijke opvoeder zelf zijn er verschillende aspecten die de kwaliteit van het lichamelijk opvoeden bepalen. Het gaat te ver om ze allemaal aan de orde te stellen. De kwaliteit gaat echter maar ten dele over de inhoud van het aanbod. Uiteindelijk gaat het immers om het effect (outcome) van het lichamelijk opvoeden. Het oordeel van de scholieren zelf, de gebruikerskwaliteit, is daarin een bijzonder aspect. Dat bepaalt naar onze mening het langetermijneffect van lichamelijke opvoeding. Het is immers niet gezegd dat indien de eindtermen en kerndoelen worden gehaald, de scholier tevreden is en zich een actieve leefstijl aanmeet! Goed onderwijs leidt niet per definitie tot gewenst gedrag op lange termijn. Kijkend naar de verschillende leeftijdsfasen vinden wij dat de gebruikerskwaliteit met name in het voortgezet onderwijs zelfs een groot relatief gewicht nodig heeft. Anders gezegd, de effectiviteit van lichamelijk opvoeden hangt in deze leeftijdsfase *vooral* af van de positieve beleving van de scholieren. Veel scholieren haken (tijdelijk?) af, zeggen bijvoorbeeld het lidmaatschap van de sportvereniging op. Des te meer is het van belang dat het vak lichamelijke opvoeding gericht is op plezierbeleving. Om te voorkomen dat grote groepen permanent afhaken zou je moeten durven zeggen dat het in die leeftijd vooral om het *willen bewegen* moet gaan en minder op het *kunnen* bewegen. Dan zal in de basis het *kunnen* bewegen wel goed voor elkaar moeten zijn. Dat pleit voor veel en goed onderwijs in het primair onderwijs. Als het zo is dat scholieren in de brugklas amper motorisch uit de voeten kunnen, dan kan de lichamelijke opvoeder zich uiteraard niet permitteren om het *willen* van de scholier voorop te stellen.

Terugkomend op de aftrap. Lichamelijk opvoeden is een gezamenlijke uitdaging van velen, met de lichamelijke opvoeder aan het roer. Als het lukt is de lichamelijke opvoeder zelfs verantwoordelijk daarvoor. Even goed is het een recht is van de jeugd om zich te ontplooien in motorisch opzicht om zo te kunnen kiezen voor een actieve en gezonde leefstijl. Daar is veel voor nodig. Niet alleen een vak lichamelijke opvoeding, maar een complex mozaïek van bevlogen vakmensen en een netwerk van aanbieders. En, niet in de laatste plaats, weten waar de jeugd warm voor loopt.

Over de Auteurs
Clemence Ross is directeur van het NISB
Danny van Dijk is programmamanager Jeugd bij het NISB

Noten:

[1] Rapportage ‘Alle leerlingen actief’, NISB in opdracht van de Alliantie School en Sport, 2007

Correspondentie: danny.vandijk@nisb.nl

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:23 Pagina 20

VERSCHIL VAN INZICHT OVER HET TE VOEREN BELEID....

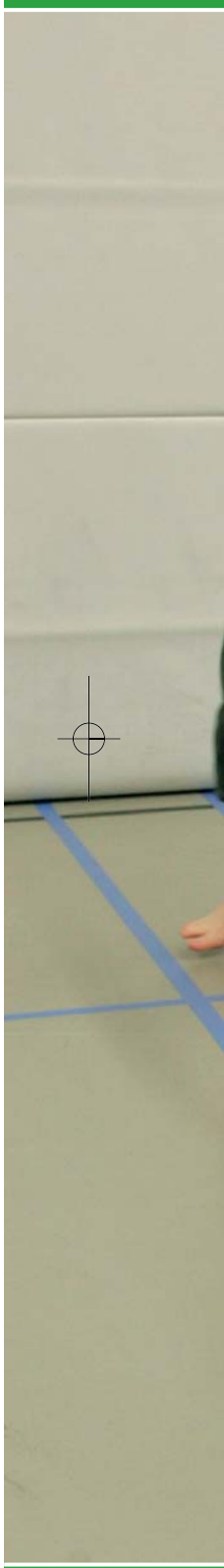
Door: mr. Sandra Roelofsen

In het beroepscompetentieprofiel van de leraar Lichamelijke Opvoeding (*Driel van G., e.a., Jan Luitingfonds, 2004*) schetsen de schrijvers een profiel van de leraar LO.
Bij de functiekarakteristiek van de leraar LO in het voortgezet onderwijs kenschetst men de leraar als volgt:
De leraar kan en moet op een zelfstandige manier verantwoordelijkheid dragen voor het ontwerpen, uitvoeren en evalueren van een programma lichamelijke opvoeding. Inhoudelijk betekent dit dat de leraar op een veilige en pedagogisch verantwoorde manier leerlingen kan inleiden in een breed repertoire aan bewegingsactiviteiten.
In het voortgezet onderwijs maakt de leraar LO in de meeste gevallen deel uit van een sectie LO binnen de school en soms van een nog groter bovenschools sectieverband bij een grote scholengemeenschap met meerdere locaties.
In goed overleg met de andere leden van de sectie moet binnen de kaders van de school een breed programma voor lichamelijke opvoeding worden opgesteld. Dat vraagt van een leraar, naast het lesgeefniveau, competenties op het gebied van samenwerken met anderen, als leraar en collega binnen de vaksectie en in breder schoolverband.

Wat nu als deze kerntaken (lesgeven en bijdragen aan vaksectie- en schooloverleg) met elkaar conflicteren omdat er verschil van inzicht is over de visie op LO en daaruit volgend de inhoud van het LO programma?
Jan G. uit B. heeft grote moeite met het door de meerderheid van de sectie vastgestelde LO-programma. Volgens zijn visie geeft het onvoldoende ruimte om de kerndoelen LO te behalen, heeft de individuele docent te weinig ruimte voor eigen keuzes en waarborgt het in bepaalde vastgelegde situaties de veiligheid onvoldoende. Dit escaleert zodanig dat Jan zich ten slotte in wanhoop ziek meldt en de hulp van de KVLO inroept.
Er spelen hier twee zaken: is hier sprake van ziekte en in hoeverre kan een leraar zich onttrekken aan sectie- en/of schoolbeleid?
1 Jan voelt reële beperkingen om aan het werk te gaan, maar die beperkingen zijn niet op ziekte, maar op een conflictsituatie terug te voeren. Een veelgebruikte term hiervoor is situatieve arbeidsongeschiktheid. In de meeste gevallen adviseert een bedrijfsarts in zo'n situatie om, al dan niet na een afkoelingsperiode van twee weken, te trachten het conflict op te lossen. Een gesprek binnen redelijke termijn tussen werkgever en werknemer is dan de aangewezen weg. Jan dient zich hier (net als de werkgever) constructief in op te stellen. Stelt Jan zich polariserend op, of is hij ondanks aanpassingen van werkgeverszijde niet bereid om te komen werken, dan loopt hij het risico op het niet doorbetalen van loon.
2 Het verschil van inzicht tussen Jan en de sectie lijkt onoverbrugbaar en na de ziekmelding van Jan komt de directie in actie. De directie neemt de problemen van Jan serieus en doet onderzoek naar zijn twijfels en standpunten. Zij komt tot de conclusie dat de afgesproken werkwijze van de sectie overeenstemt met de visie van school, dat binnen het bestaande programma en systeem de kerndoelen kunnen worden behaald en dat de veiligheid van situaties voldoende is meegewogen. Tevens geeft de directie aan dat de individuele leraar voldoende vrijheid heeft binnen het programma om eigen accenten te leggen en een eigen invulling te geven. Concreet stelt de directie dat Jan zich dient te conformeren aan het meerderheidsstandpunt van de sectie waar de directie achter staat.

Als de onenigheid tussen Jan en de sectie op deze wijze, na onderzoek en afweging van belangen van partijen wordt afgehandeld door de directie, dan rest Jan weinig anders dan te handelen volgens *dienstopdracht*. De directie maakt in dit geval expliciet gebruik van het instructierecht dat wettelijk gezien aan haar toekomt (voor de liefhebbers: artikel 7:660 BW, de werknemer is verplicht zich naar de instructies van de werkgever te gedragen).
Natuurlijk kunnen omstandigheden en standpunten zich gaandeweg wijzigen en blijft overleg in de sectie nodig om meer eensgezindheid te bewerkstelligen. Juridisch dient Jan zich echter te houden aan de gegeven opdracht. Kan hij daar niet mee leven dan zijn er wellicht andere scholen en secties waar Jan zijn visie op LO wel in de praktijk kan brengen.

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 dagelijks van 12.30-16.30 uur op telefoonnummer 030 693 7678.



LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:23 Pagina 21

PRAKTIJKKATERN BEHORENDE BIJ LICHAMELIJKE OPVOEDING 3 - 2008

PRAKTIJK KATERN



PRAKTIJK
BASIS- EN
VOORTGEZET
ONDERWIJS

HEEFT BEWEGINGSONDERWIJS NOG WEL EFFECT? | 22

DANS MEE MET DE PC! | 26

SPORTKLIMMEN MET LESKAARTEN | 30

MOUNTAINBIKEN ALS ‘ACTUELE ACTIVITEIT’ IN DE ONDERBOUW | 34



HEEFT BEWEGINGSONDERWIJS NOG WEL EFFECT?

‘Bewegingsonderwijs staat er goed voor, maar zet kinderen onvoldoende aan tot beweging’. Dat was de kop van het persbericht van 5 november jl. Dat was niet een uitspraak van een cynische schrijver als Midas Dekkers of een politicus met slechte ervaring in zijn gymverleden. Dit is de kop van een krantenartikel op basis van het boek ‘Naar beter bewegingsonderwijs’, een bundeling van samenhangende studies naar bewegingsonderwijs, van het Mulier Instituut in samenwerking met SLO en vijf ALO’s. Wat en wie bepaalt het succes van LO? *Door: Maarten Massink*

Als je als ik 25 jaar met voldoening LO-lessen verzorgt in het voortgezet onderwijs dan schrik je van zo’n krantenkop; het vak zet leerlingen onvoldoende aan tot bewegen buiten schooltijd en dat is volgens de opstellers van het persbericht één van de belangrijkste doelstellingen van het vak. Dat roept vragen en een kritische houding op. Kritisch ten aanzien van jezelf en je vaksectie. Maar ook kritisch ten opzichte van het persbericht en het onderzoek. Daarbij speelt vakvisie een belangrijke rol. Vragen die dan bij me opkomen zijn:

1 Heb ik wel voldoende inzicht in de effecten van bewegingsonderwijs en stemt dat wel overeen met de feiten? Is het geven van bewegingsonderwijs wel effectief en net zo belangrijk voor leerlingen als je gevoel je ingeeft?
2 Heb ik wel dezelfde opvattingen over de belangrijkheid van de doelstellingen zoals het persbericht aangeeft op basis van de studies? Is leerlingen aanzetten tot meer sport en bewegen na schooltijd wel de (belangrijkste) doelstelling waarop je afgerekend wil worden?
3 Is de wijze van onderzoeken van het bereiken van de belangrijkste doelstellingen wel afdoende? Worden de goede vragen gesteld? Is het vragen naar *daadwerkelijk* deelnemen aan bewegingsactiviteiten buiten school wel bepalend voor het succes van het vak, of is het *kunnen* deelnemen aan de ‘brede’ bewegingscultuur bepalend voor het succes van het vak? Wordt dat *kunnen* deelnemen en de *breedte* van de bewegingscultuur voldoende geaccentueerd in het onderzoek?

WELKE EFFECTEN WIL IK BEREIKEN?

De laatste periode ben ik met klassen bezig geweest met zelfverdediging, trefspelen en wel boksen. Na vier lessen zie ik graag de volgende effecten. Allereerst het beeld wegnemen bij leerlingen dat boksen oproept: elkaar flink proberen te meppen. Beelden uit de filmwereld, internet, maar ook de boekssport geven leerlingen het idee dat je vooral sterk moet zijn en de ander flink moet raken. Dat beeld corrigeren en aangeven dat boksen op school een tikspelletje is waarbij het niet gaat om kracht, maar om snelheid, behendigheid en elkaar ‘skin touch’ raken. Het is voorwaarde om te *kunnen/mogen* beginnen met boksen. Voor sommige leerlingen een teleurstelling, maar voor de meeste een opluchting. We beginnen met een spel waarbij ze elkaar in tweetallen met de vingertoppen moeten proberen licht te tikken op het hoofd, zonder te slaan. Dit leidt al gauw tot natuurlijk afweren met de armen en de juiste speelse houding. Dan gaan we over tot gebruik van handschoenen, waarbij de zachte handschoen het mogelijk maakt elkaar aan te tikken met de knokkels van een vuist. Een paar afspraken zijn verder nog nodig om een partijtje te kunnen spelen:

- alleen boksen binnen de aangeven tijd na een signaal en starten met ‘shake hands’
- alleen boksen in de aangegeven boksruimte (‘ring’)
- de wijze van treffen is met de voorkant van de handschoen, ‘skin touch’

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:23 Pagina 23

- afspraken over het trefvlak (voorkant romp en wel of niet met aangezicht)
- stoppen op aangeven van partner, geen rug toedraaien maar uit de ring stappen als je overzicht verliest
- na afloop 'shake hands'.

In dit kader zijn daarna aanwijzingen over techniek van aanvallen en verdedigen mogelijk. Kinderen leren dat het er niet om gaat elkaar hard te treffen. Diegene tegen wie veilig en goed boksen mogelijk is, is een goede bokser.
Welke effecten zie ik? Leerlingen die angst hadden voor boksen voelen zich met deze afspraken, en herhaald oefenen en uitproberen en feedback geven op gedrag en uitvoering, veilig genoeg en uitgedaagd om ook tegen sterkere leerlingen te boksen. En andersom; de grotere en sterkere leerlingen mogen alleen meedoen als zij in staat zijn veilig te boksen en worden meer gewaardeerd naar mate zij beter in staat zijn anderen goed te laten boksen. Natuurlijk gaat dit met een portie flinke inspanning gepaard en is het juist de fysieke component die eisen stelt aan samen opdrachten goed uitvoeren. De positieve wederzijdse afhankelijkheid wordt letterlijk voelbaar gemaakt. Deze effecten zijn merkbaar in een klas. Zijn ze ook direct meetbaar? Via gedragsomschrijvingen van een beginsituatie en een eindsituatie zijn verschillen inzichtelijk te maken. In het *Basisdocument onderbouw VO* wordt dit beschreven. Het kan ook zichtbaar worden in videobeelden. Aan het begin van de lessenreeks is er schroom. Een verkeerd beeld van boksen leidt vaak tot een zichtbaar aarzelende deelname. De laatste les laat zien dat de veiligheid en het vertrouwen in de gemaakte afspraken, in elkaar, en in de geleerde technieken kan leiden tot een actieve enthousiaste deelname. Een ervaren docent heeft niet altijd videobeelden nodig maar ziet de verschillen tussen begin- en eindsituatie aan zijn geestesoog voorbijtrekken en merkt op wanneer het goed is.

Zou ik echter na afloop het succes af willen lezen door leerlingen te vragen; 'wie van jullie is er na school wel eens gaan boksen?', of 'wie van jullie zit er op een boksclub?', dan zou ik teleurgesteld zijn over het behaalde effect. Al zou er één leerling zijn die op een boksclub is gegaan, hij zou daar waarschijnlijk een andere 'bewegingscultuur' tegenkomen dan in de gymles. Maakt dat het boksen in de les minder zinvol? Dat hangt ervan af welke effecten ik nastreef.

Verwijzend naar effect binnen school

De effecten van goed bewegingsonderwijs zijn heel direct merkbaar:

- op de leerling, de klas en de school
- op ontwikkelingen van leerlingen binnen de algemene doelstellingen
- op het beter bekwaam maken voor deelname aan de bewegingscultuur.

Er is een direct effect op leerling, klas en school. Met plezier deelnemen aan het bewegen in het 'hier en nu van de klas' en daardoor de activiteit leren waarderen, heeft een effect op de leerling en de sfeer in de klas. Heel veel 'lastige' klassen kunnen met bewegingsactiviteiten in de gymlessen plezier in school krijgen, behouden of versterken. Daarmee levert het vak een belangrijke bijdrage aan het schoolklimaat. Zowel impliciet (zo gaan wij met elkaar om qua regels, fair play, elkaar helpen) als expliciet (sporttoernooien, naschoolse sport, schoolkampen en reizen).

Hoewel er vaak verwezen wordt naar de bijdragen aan algemene schooldoelstellingen van de lessen bewegingsonderwijs, wordt daar naar mijn gevoel verder onvoldoende gewicht aan gegeven. We mogen volgens sommigen dit niet zwaarder benadrukken dan bij andere vakken, en we moeten ons vooral richten op 'bekwaam maken voor deelnemen aan bewegingssituaties' waarin 'beter leren bewegen' (dus met bewegingsgebonden doelen) een belangrijke rol speelt. Mijn mening is echter dat er naast 'beter leren bewegen' meer recht moet worden gedaan aan de algemene vakoverstijgende schooldoelstellingen. Ons vak biedt daarvoor zeer goede mogelijkhe-

Goed blijven kijken



FOTO: ANITA RIEMERSMA

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:24 Pagina 24

den. Aspecten zoals leren omgaan met regels, zelfstandig werken, omgaan met elkaar (persoonsgebonden doelen als betrokkenheid bij de les als onderdelen van 'Bewegen *beleven'*, zie *Basisdocument*) leveren juist bij ons vak zulke waardevolle leermomenten op, waarin veel effecten bereikt kunnen worden. Het argument dat deze aspecten niet slechts voorbehouden zijn aan bewegingssituaties, maar ook in andere vakken aan bod kunnen komen, mag waar zijn voor degenen die de rol van bewegingsonderwijs daarin beperkt zien.
Maar de fysieke component in bewegingssituaties maakt het leermoment van deze aspecten van een andere orde hoog. Leren omgaan met elkaar is in een tafelgroepje met wiskunde van een andere dimensie dan in een trefspel als boksen.

Verwijzend naar effecten buiten school
Zelfverdedigingsspelen op school zijn zeer waardevol in mijn beleving gezien de bijdrage aan de algemene schooldoelstellingen en daarmee ook aan de voorwaarden voor deelname aan de bewegingscultuur. Maar of het boksen wat ik nu doe op school, aansluit met wat in de bewegingscultuur gebruikelijk is, is de vraag. En dat geldt ook voor sommige andere activiteiten. Als leerlingen plezier hebben in turnsituaties op school en ik vraag daarna of leerlingen buiten schooltijd wel eens gaan turnen, verdampt het succes van de turnles dat daarvoor nog zo tastbaar was. Daarmee kun je soms in een vreemd spanningsveld terechtkomen als je het succes afleest uit deelname aan een 'engere bewegingscultuur'. Belangrijk is dat leerlingen bekwaamheden leren die hen beter in staat stellen tot deelname aan de bewegingcultuur in 'brede' zin. Werken aan algemene onderwijsdoelstellingen draagt daar zeker toe bij.



Mikken op de handschoen

De discussie over de plaats van tik- en afgooispelen (inblijven en uitmaken) is daar nog een voorbeeld van. Deze categorie van spelen, mits goed gegeven, kan zeer leerzame momenten opleveren en appelleert sterk aan plezier en motivatie bij leerlingen. Lees de artikelen van Henk Breukelman daarover (Tik- en afgooispelen, toetje of hoofdgerecht in *Lichamelijke Opvoeding* (2007), 3, 4 en 6). Er is een mate van transfer binnen deze spelen naar andere sportspelen (softbal, volleybal b.v.). De combinatie van leerzaam, motiverend, intensief en laagdrempelig maar ook uitbouwbaar maakt het mijn inziens tot een belangrijke groep in bewegingsonderwijs. Deze spelen kunnen zich soms ontwikkelen in een richting die geen vervolg kent in de ons omringende gereglementeerde bewegingscultuur. Zijn zij daarmee minder waardevol of zelfs af te wijzen? Met een brede opvatting over de ons omringende bewegingscultuur verdienen deze spelen hun plaats. Wordt de breedte van de bewegingscultuur voldoende toegelicht in het onderzoek en de vraagstelling aan leerlingen? Als de vragen gaan over of zij aan sport en bewegen doen na schooltijd, zullen zij dan ook denken aan de spelletjes die ze met elkaar spelen buiten schooltijd? De vragen die gesteld zijn daarover waren:

Ben je door gymlessen meer gaan sporten en bewegen? (vraag 5 van deel 3 van de vragenlijst) Ja of nee. Bij Ja ga door naar vraag 6.

Wat heeft er op school voor gezorgd dat je (meer) bent gaan sporten en bewegen? (vraag 6 van deel 3 van de vragenlijst).

Het is maar de vraag of leerlingen door deze vragen denken aan sporten bij club of vereniging, of denken ze ook aan het spelen met elkaar van allerlei spelletjes die wel horen tot de (hun?) bewegingscultuur maar in hun beleving niet vallen onder sporten. Ik denk dat kinderen zich daarbij beperken tot de beperkte (sport)opvatting van de bewegingscultuur en dat de woorden *sporten en bewegen* in de vraag, ze weinig aanzet tot een brede benadering van de bewegingscultuur. Althans niet zonder uitgebreide toelichting. Dat is met name jammer omdat de pers dit aspect uit het onderzoek zo centraal heeft gesteld en daarin kans zag het vak negatief voor het voetlicht te brengen door het niet realiseren van de belangrijkste doelstelling; aanzetten tot meer bewegen na schooltijd.

PRIMAAT GEVEN AAN 'BEWEGEN NA SCHOOLTIJD'?

Daarmee kom ik aan de kern van mijn betoog. Moeten wij schrikken van deze regels in het persbericht:

's-Hertogenbosch, 5 november - De leraren, leerlingen en vertegenwoordigers van maatschappelijke organisaties zijn het erover eens: lichamelijke opvoeding is een belangrijk vak op



FOTO: ANITA RIEMERSMA

gekomen. Zeker in deze tijd waarin aandacht voor burgerschap als reactie op individualisering en egocentrisme het onderwijs komt binnenrollen is het een goed moment ons te heroriënteren op doelstellingen. Dat leidt mogelijk tot het herwaarderen van algemene schooldoelstellingen die juist bij LO vooral bewegend aan bod komen. Laten we niet bang zijn daarvoor uit te komen.

Dat betekent niet dat alles maar goed is wat we doen. We blijven erop mikken leerlingen meer bekwaam te maken voor deelname aan de bewegingscultuur. Leerlingen moeten daarop een perspectief ontwikkelen. Maar laten we stoppen met het succes van het vak alleen te meten aan de concrete deelname van leerlingen aan die bewegingscultuur in 'engere' zin.

U heeft waarschijnlijk gemerkt dat de conclusie die getrokken werd door de pers uit het onderzoek 'Naar beter bewegingsonderwijs' mij geraakt heeft. De strekking dat wij de belangrijkste doelstelling niet verwezenlijken strijkt mij tegen de haren in. Ik heb geprobeerd aan te geven waarom. Ik ben daarbij erg afgegaan op mijn gevoel en heb daar argumenten bij gezocht, en dat is niet erg wetenschappelijk. Maar soms krijg je het gevoel dat de conclusie van de pers over het onderzoek niet overeenkomt met de werkelijkheid of mijn beleefde werkelijkheid. Dat kan liggen aan mijn beleving, maar dat kan ook liggen aan de conclusie, de formulering van de belangrijkste doelstelling of de manier van onderzoeken. Ik ben nieuwsgierig naar de beleving van andere docenten bewegingsonderwijs bij het lezen van dit persbericht.

school en de verzorging daarvan is heel behoorlijk, maar het zet de leerlingen onvoldoende aan tot meer beweging buiten schooltijd. Toch is dat laatste een van de belangrijkste doelstellingen van de lessen lichamelijke opvoeding.

We moeten ons er zeker iets van aantrekken. Natuurlijk is het goed als leerlingen door bewegingsonderwijs meer gaan bewegen na schooltijd. Jammer zou zijn als meer bewegen na schooltijd slechts wordt afgemeten aan deelnemen in clubs en verenigingen. Bovendien is doen aan sport en bewegen niet de enige belangrijke doelstelling en de vraag is of het de belangrijkste doelstelling is zoals in het persbericht wordt gesteld. De bijdrage van bewegingsonderwijs aan de schooldoelstellingen is dermate wezenlijk, fundamenteel en kansrijk door het bewegingsaspect juist in ons vak, dat het daarmee alleen al een belangrijke plaats verdient op school.
Goed bewegingsonderwijs is meer dan alleen een verwijzing naar deelname aan de sportcultuur ofwel bewegingscultuur in 'engere' zin.

TOT SLOT

Juist bewegingsonderwijs heeft de mogelijkheid deuren te openen bij leerlingen die anders gesloten blijven. Ik besef dat we hiermee midden in de 'doel-middeldiscussie' terecht zijn

BRONNEN

Persbericht 5 november 'Naar beter bewegingsonderwijs' van het Mulier Instituut
Basisdocument bewegingsonderwijs voor onderbouw VO, Gerie ten Brinke e.a. (2007) JLF
Vragenlijst gehanteerd bij onderzoek 'Naar beter bewegingsonderwijs'
'Tikspelen toetje of hoofdgerecht', Henk Breukelman *Lichamelijke opvoeding* (2007), 3, 4 en 6.

Correspondentie: M.Massink1@chello.nl



DANS MEE MET DE PC!

Overal worden computers gebruikt en op school zijn computers al jaren ingeburgerd. Voor vrijwel ieder schoolvak komt een computer goed van pas. Tot voor kort was alleen het bewegingsonderwijs vrij van computertechnologie. Enige tijd geleden is bij Fontys Sporthogeschool een fitnesscentrum geopend waar men allerlei bewegingsactiviteiten gekoppeld aan de computer kan doen. In dit artikel wordt een van de daar aanwezige toepassingen uitgewerkt. Een die aansluit bij de bewegingscultuur, zeker van onze jeugd.

Door: Wouter Koorevaar

ONTWIKKELINGSSCHETS

Sinds de eerste computer uit de jaren veertig van de vorige eeuw, is de technologie in een rap tempo doorontwikkeld. Spelcomputers van vandaag de dag zijn net kleine super computers die miljarden berekeningen per seconde kunnen uitvoeren. Deze ontwikkeling gaat waarschijnlijk voorbij aan de gemiddelde docent LO, die over het algemeen weinig met computers van doen heeft. Als gevolg van nieuwe trends en alsmaar verder gaande ontwikkelingen zal men hier vroeg of laat wel degelijk mee worden geconfronteerd. Tien jaar geleden waren computerspellen alleen voor nerds. Dit is nu wel anders. Binnen de 'gamesscene' kennen we tegenwoordig zelfs de World Cyber Games. Dit zijn de Olympische spelen voor 'gamers', waarbij onder de winnaars niet minder dan een half miljoen dollar wordt verdeeld. Een serieuze business dus. Dit soort competities kennen een voortdurend groeiende populariteit. De bewegingsintensiteit van de spellen die tijdens een dergelijk evenement worden gespeeld is beperkt, want men hoeft de stoel achter de computer niet te verlaten. De vraag of dit wel of geen sport mag worden genoemd valt moeilijk te beantwoorden. Iedereen die een poging heeft gewaagd weet dat sport moeilijk valt te definiëren. Een gangbare definitie van sport binnen sportonderzoek komt van Bottenburg.
Sport wordt door hem als volgt gedefinieerd:
'Een menselijke activiteit die veelal plaatsvindt in een specifiek organisatorisch verband maar ook ongebonden kan worden verricht, doorgaans met gebruikmaking van een specifiek ruimtelijke voorziening en/of omgeving, op een manier die is gerelateerd aan voorschriften en gebruiken die in internationaal verband ten behoeve van prestaties met een competitie- of wedstrijdelement in de desbetreffende activiteit of verwante activiteiten tot ontwikkeling zijn gekomen' (Diopter 2000).
Menig sportdocent zal vast niet staan te springen van enthousiasme om voor dit soort doeleinden een computer binnen zijn gymlokaal te halen. Er wordt immers ook niet of sporadisch gedamd dan wel geschaakt binnen de LO-lessen. Terwijl er geen twijfel over mogelijk is dat dit (denk)sporten zijn. De gedachte hierachter is waarschijnlijk dat de docent een beperkte hoeveelheid lestijd ter beschikking heeft. Binnen deze

Start



tijd wordt niet louter en alleen een vertaalslag van ontwikkelingen in de bewegingscultuur naar de les gemaakt.
Veel docenten pogen ook de bewegingsarmoede van de jeugd tegen te gaan. Daarvoor zijn computers eenmaal niet geschikt, of toch wel?

BEWEGEN & MUZIEK EN COMPUTER-INTERACTIE

Een ontwikkeling die onmiskenbaar een plaats in de bewegingscultuur heeft verworven is die van het zogenaamde computerdansen. Deze ontwikkeling is bij de fans vooral bekend onder de naam Dance Dance Revolution (DDR). Er lijkt geen sprake te zijn van zomaar een nieuwe trend. Computerdansen bestaat al sinds 1998. In dat jaar werd het door spelfabrikant Konami in Japan geïntroduceerd. In Europa is DDR onder de naam Dancing Stage op de commerciële markt gebracht. De echte fans verkiezen DDR als aanduiding. In de jaren na de introductie is er een stormachtige ontwikkeling op gang gekomen. Computerdansen is ondertussen in Noorwegen geregistreerd als officiële sport, welke door de 'Norges Danseforbund' wordt gecoördineerd.

In de staat West Virginia wordt het computerdansen om een maatschappelijke reden ingezet. Volgens een onderzoek van 'Trust for America's Health' scoort de staat West Virginia erg hoog als het gaat om obesitas. De staat komt voor in de top zes waar zwaarlijvigheid onder volwassenen en jeugd het grootste probleem vormt. De universiteit van West Virginia is om die redenen een onderzoek gestart. Onderzocht werd of het spelen van dansspellen de lichamelijke fitheid ten goede komt en zwaarlijvigheid terug kan dringen. De conclusie van dit 24 weken durende onderzoek was dat dit zeker zo is. Naar aanleiding van dit onderzoek is de staat vorig jaar samen met Konami een samenwerking gestart. Op meer dan 700 openbare scholen zal het computerdansen de komende jaren aan het schoolcurriculum worden toegevoegd.

Bewegend leren



Dat deze (Dance Dance) Revolution niet onopgemerkt aan Nederland voorbij gaat bleek 26 juni 2007 in de sporthal AHOY van Rotterdam. Daar was Erica Terpstra aanwezig om sportspellen te bekijken tijdens de Sportdagen van de Gemeente Rotterdam. Onze voorzitster van NOC*NSF ziet sportspellen in ieder geval helemaal zitten. Zij concludeert dat sportspellen zeer geschikt zijn als het gaat om de ontwikkeling van coördinatie, het timen van bewegingen en vooral lekker bewegen.

In Nederland is Dancing Stage eerst bekend geworden door arcade machines. Dit zijn computerkasten die te vinden zijn in het uitgaansleven, waarop kan worden gespeeld nadat er geld in is gedaan. Vervolgens hebben diverse versies van het spel hun weg gevonden naar de console markt. Deze zijn uitgebracht als commerciële spellen en zijn op het moment van schrijven verkrijgbaar voor Sony's Playstation 1 en 2, Microsofts Xbox en Nintendo's Gamecube. Versies voor Nintendo's Wii en Microsofts Xbox360 verschijnen op korte termijn. Op de PC is een commerciële versie verschenen onder de naam 'In the Groove'.

Niet commerciële varianten zijn vrij verkrijgbaar voor Windows en Apple-systemen onder de naam Stepmania. Daarnaast zijn er binnen de fitnesswereld al danscomputers gesignaleerd die ingezet worden als cardiofitnessapparaat. Hoewel er een groot aantal titels is, is het spelprincipe altijd hetzelfde. De verschillen zitten in de beschikbare liedjes en de extra opties die onderling variëren. Hoe werkt het precies?

HET SPELPRINCIPE

Het concept is heel eenvoudig. De speler staat op een dansmat, ook wel danspad genoemd. Op de dansmat staan vier pijlen afgebeeld: naar boven, beneden, links en rechts. Tijdens het spelen van een dansspel zijn bovenaan het beeldscherm deze vier pijlen zichtbaar. De pijlen staan naast elkaar, deze hebben een vaste positie op het scherm en veranderen niet van plaats. Tegelijkertijd zijn er pijlen die van onder naar boven over het scherm 'glijden' of scrollen. Als een bewegende pijl zich precies boven een vaste pijl bevindt, dan moet de overeenkomstige pijl op de dansmat met de voet worden ingedrukt. Dit is in beginsel het hele spelidee.

Typisch voor het principe van danspellen is dat de twee pijlen samenvallen op de maat van de muziek. De hoogte van de punten die de speler krijgt is afhankelijk van de mate waarin deze zich beweegt op de maat van de muziek. Gedurende het spel is er een 'dansmeter' zichtbaar op het scherm. Als de speler constant in de maat beweegt dan neemt deze dansmeter en het aantal punten van de speler toe. Indien de speler buiten de maat van de muziek beweegt, dan neemt deze dansmeter af. In het ergste geval geeft de meter 0 punten aan voordat het nummer afgelopen is. Dan wordt het spel voortijdig afgebroken en is de speler af.
Aan het eind van een nummer geeft de computer een overzicht van de prestaties. Het overzicht geeft grofweg weer hoe vaak er binnen en buiten de maat van de muziek is bewogen.

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:24 Pagina 28



Dansen op de mat

Naast dit overzicht geeft de computer de speler ook een cijfer voor zijn inspanningen. Al deze gegevens kan de computer bewaren, zodat de speler kan zien dat hij progressie boekt.

Zoals gezegd bevat iedere versie van Dancing Stage een verschillende verzameling met muzieknummers waarop kan worden gedanst. Voor ieder nummer kan de moeilijkheidsgraad naar het niveau van de speler worden ingesteld. Simpel gezegd neemt met het stijgen van de moeilijkheidsgraad, het aantal pijltjes toe dat binnen een bepaald tijdsbestek moet worden ingedrukt. De meeste nieuwe spellen bevatten extra spelopties zoals lessen (tutorials) en een intensieve conditietraining (work-out). De lessen helpen de beginnende speler op weg om het spel te kunnen spelen. Stapje voor stapje worden de meest voorkomende danspassen en combinaties doorgenomen. Het dansspel confronteert de speler continu met een soort puzzel die bewegend moet worden opgelost. Een poppetje op het scherm toont de speler tijdens de lessen de meest eenvoudige wijze hoe er met deze bewegingsproblemen kan worden omgesprongen. Het spel laat de speler echter vrij in de uiteindelijke uitvoering van de oplossing.

Veel spellen bevatten de optie om te kiezen voor een conditietraining of 'work-outmode'. Als er tijdens het spel voor deze optie is gekozen, dan geeft de computer aan het eind van een nummer geen score. In plaats hiervan toont de computer een overzicht op het scherm, waaruit af te lezen is hoeveel calorieën er zijn verbrand. Dit aantal calorieën wordt automatisch vergeleken met de loop- en fietsafstand, of het aantal malen touwtjespringen dat benodigd is om dezelfde hoeveelheid calorieën te verbranden. De nauwkeurigheid van deze informatie is echter twijfelachtig. Dit neemt niet weg dat er een stimulerende werking uitgaat van de work-outoptie die het spel biedt.

DE PRAKTIJK

Voor de volledigheid van dit artikel leek mij een korte praktijktest wel op zijn plaats, om eens te zien hoe leerlingen van het voortgezet onderwijs op het computerdansen reageren.
De LO-sectie van het Accent College in Vlaardingen gaf mij hiertoe de kans en ik werd hartelijk ontvangen. De vraag die mij bezig hield was of het spelen van dit spel binnen ieders mogelijkheden behoort. Ik heb daarom eerst mijn onderzoeksvraag bij twee docenten LO voorgelegd. Zij selecteerden daarop ieder vijf leerlingen uit een eerste en een derde klas. Deze leerlingen beschikten over de minste motorische en ritmische vaardigheden. Hierdoor waren zij uitermate geschikt om mee te werken aan mijn praktijktest.

Plezier met z'n allen



Hiertoe werd een Playstation 2 aangesloten en het spel Dancing Stage Fusion opgestart. Dit spel bevat een uitgebreide lessenreeks met in totaal 24 lessen. Ik verwachtte dat geen van de acht leerlingen echt problemen zou ondervinden met het oppakken van de beginselen. Afgezien van één meisje bleek het voor geen van de leerlingen onoverkomelijkheden op te leveren het spel te kunnen spelen. Deze ene leerling was herstellende van een knieblessure. Tijdens het spel moeten er soms twee pijlen tegelijk worden ingedrukt door te springen naar een spreidstand. Springen was gezien haar lichamelijke gesteldheid nog niet mogelijk. Afgezien van deze beperking kon ook zij het spel spelen. Na slechts drie lessen te hebben geprobeerd waren alle leerlingen in staat het hoofdprogramma te starten. In dit programma kunnen de leerlingen op het laagste niveau meekomen en daarbij muziek naar eigen voorkeur uitkiezen. De reacties van de leerlingen waren overwegend positief.



Virtueel tennis met de Wii

Een enkeling gaf aan het alleen spelen van computerspellen een eenzame bezigheid te vinden. Dit spel vormde voor haar geen uitzondering op die regel. Het spelen met meerdere spelers werd echter wel heel positief bevonden. Hierbij kwam het sociale aspect van dit soort spellen naar voren. Het is namelijk mogelijk dit spel met twee spelers tegelijk te spelen. De leerlingen proberen elkaar dan te overtreffen bij het behalen van een zo hoog mogelijke score. Het is inmiddels mogelijk om met 32 spelers tegelijkertijd te dansen. Hiervoor is echter wel wat specialistische apparatuur nodig. Op deze manier kunnen



Dansmat

klassen van verschillende scholen middels het internet, in principe over heel de wereld, competities aangaan met elkaar.

EEN PLAATS OP SCHOOL OF BINNEN HET ONDERWIJS?

Het voortschrijden van de technologie heeft ervoor gezorgd dat we momenteel aan het begin van een nieuwe ontwikkeling staan. Binnen deze ontwikkeling wordt sport verweven met de computer. Het kan daarom geen kwaad om eens kritisch na te denken over de invloed van deze ontwikkelingen op de jeugd en hun toekomst. Dit klinkt wellicht idealistisch maar heeft eenieder als docent niet iets van een idealist in zich? Ik ga er voor het gemak even vanuit, dat iedere docent als het goed is alleen het beste voor heeft met de leerlingen en hun toekomst. Het is daarom ook aan ons docenten om hierin een standpunt in te nemen. Een docent kan zichzelf in zijn positie bedreigd voelen door deze ontwikkeling. Men kan zich afvragen wat er overblijft van zijn rol als dergelijke computer-sportspelen een vast onderdeel worden van het curriculum. Zo'n vaart zal het echter niet lopen, maar onze cultuur is constant in beweging en het kan nooit kwaad vooruit te denken. Tegelijkertijd kunnen dit soort ontwikkelingen een goede bijdrage leveren aan een actieve levensstijl. Wanneer dit het doel is van de school en de LO-sectie, dan is er mogelijk ruimte voor computersport in de lessen, in pauzes of na schooltijd. Tevens kan men zich afvragen of het hele principe niet zal leiden tot een verdere voortzetting van menselijke vervreemding. De discussie slaat dan een meer filosofische weg in, welke door ware docenten vast niet zal worden gemeden.

Foto's: internet

Correspondentie: *w.koorevaar@student.hhs.nl*

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:24 Pagina 30



SPORTKLIMMEN MET LESKAARTEN

De Koninklijke Nederlandse Klim- en Bergsport Vereniging (NKBV) vindt het belangrijk dat leerlingen op een leuke en uitdagende manier kennismaken met klimmen. Dit kennismakingsproject van NOC*NSF, SLO en de NKBV wil klimmen als sport dichter bij de jeugd brengen. De lessen die op de leskaarten zijn uitgewerkt, proberen dan ook een brug te slaan tussen het bewegingsonderwijs in school en het georganiseerde klimmen. Binnen de klimvereniging en de klimcentra kan de jeugd zich verder ontwikkelen in het sportklimmen.

Door: Frans Melskens, Chris Mooij, Joris Houben, Chris Hazelebach en Joost Hofman

Klimmen is behalve een basisvorm van bewegen, voor veel leerlingen een erg uitdagende activiteit in de basisschoolleeftijd. Het imago van klimmen als 'gevaarlijke' sport en het ontbreken van klimwanden werpt voor een aantal basisscholen mogelijk een drempel op voor het aanbieden van klimmen in de gymles. Met de ontwikkeling van de leskaarten hebben we daar iets aan gedaan. Dit praktijkartikel geeft een korte toelichting op de opzet en de bedoelingen van de leskaarten. De leskaarten zijn op dezelfde manier opgezet als die van bijvoorbeeld basketbal, handbal en korfbal. De SLO heeft het format van de leskaarten ontwikkeld. De leskaarten zijn ontwikkeld door Joris Houben en Frans Melskens, daarbij ondersteund door Chris Hazelebach en Chris Mooij van de SLO. Dit alles in nauwe samenwerking met de NKBV.

DREMPELS VERLAGEN

De leskaarten zijn ontwikkeld om de leerlingen kennis te laten maken met eenvoudige, maar aantrekkelijke klimvormen. Het klimmen begint met klautervormen aan standaard toestellen in de gymzaal, waarna via een paar tussenstappen wordt toegewerkt naar klimvormen uit het sportklimmen in een klimcentrum. In een tussenliggende stap zien we leskaarten waarin dicht bij de grond horizontaal wordt geklommen op een traverse klimwandje. Hiervoor is geen dure klimwand noodzakelijk, maar kan worden volstaan met een traverseerwandje.

Een aantal scholen is al in het bezit van een traverseer (of boulder) wandje. Deze kan worden geplaatst in de gymzaal, maar ook buiten op de speelplaats. Een dergelijk wandje biedt voldoende mogelijkheden voor de leskaarten basisonderwijs en hoeft niet heel erg duur te zijn. In deze klimlessen maken leerlingen kennis met de uitdagende kant van klimmen en worden fysieke aspecten als evenwicht, kracht en coördinatie geoefend. Daarnaast kan een leerling onder meer om leren gaan met (val)angst, het coachen van medeleerlingen of doorzettingsvermogen.

DE UITGANGSPUNTEN

De leskaarten zijn gebundeld in een map '*Kennismaken met klimmen'.* De map bevat behalve leskaarten ook een Cd-rom en informatie over klimwanden op school.
We onderscheiden in het aanbod drie fasen met voor iedere fase een aantal leskaarten per station/onderdeel. De drie fasen lopen logisch in elkaar over van klauteren aan toestellen, via klimvormen zonder beveiliging dicht bij de grond, naar klimvormen mét beveiliging:

- fase 1 (binnenschools) is klimmen aan toestellen in de gymzaal met voor een deel een link naar de sport (is een verdieping van de leerlijn klimmen en klauteren in het *Basisdocument Bewegingsonderwijs*)
- fase 2 (naschools, maar kan ook binnenschools) is klimmen

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:24 Pagina 31

in een traverse (dicht bij de grond horizontaal verplaatsen tegen een klimwand) of klimwand in de gymzaal
- fase 3 (buitenschools) is klimmen op een klimwand onder de titel: 'en nu de hoogte in'. Deze fase kent één leskaart: klimmen onder begeleiding van een kliminstructeur in een klimcentrum, waarbij de kinderen nog niet zelf beveiligen.

Na de derde fase – dus buiten het bestek van deze leskaarten – kunnen de kinderen zelfstandig leren klimmen in de cursus 'Indoor Toprope' die in veel klimcentra wordt aangeboden. In deze cursus kunnen zij hun klimvaardigheidsbewijs 'Indoor Toprope' halen. Jongeren tot 14 jaar blijven echter steeds onder begeleiding klimmen. Vanaf 14 jaar kan worden geleerd zelfstandig te zekeren.

DE OPZET VAN DE LESKAARTEN

De lessen zijn uitgeschreven op leskaarten. Belangrijk is dat de lessen aansluiten op de leerlijnen en tussendoelen van het basisonderwijs. Daarbij is gekeken naar de uitwerking in het Basisdocument bewegingsonderwijs.
Het specifieke van het klimmen is in het basisonderwijs terug te vinden in de leerlijn klimmen. Het gaat dan om touwklimmen en klauteren, bijvoorbeeld in klauterramen en klautercircuits. Daarbij komt ook het steile-wandklimmen aan de orde, dat gebeurt tegen een schuin tot recht klauterraam, waartegen een landingsmat is geplaatst en waarbij de kinderen gebruik kunnen maken van een touw om omhoog te klimmen.
Een ander belangrijk principe voor de leskaarten is dat alle kinderen intensief en succesvol kunnen deelnemen. Dat betekent: veel beurten en herhalingen, geen lange wachttijden, klimmen in kleine groepjes en een aanbod waaraan zowel goede als minder goede bewegers kunnen deelnemen en door uitgedaagd worden.

DE OPZET VAN FASE 1: KLIM- EN KLAUTERVORMEN AAN TOESTELLEN

De twee bewegingsthema's die voor klimmen en klauteren voortkomen uit het Basisdocument bewegingsonderwijs zijn:
1 Klauteren: creëren en handhaven van voldoende grip of steun om te kunnen verplaatsen over klautervlakken.
2 Touwklimmen: creëren van steunpunten in touwen om te verplaatsen in (een) touw(en).



FOTO: JORIS HOUBEN

We bouwen in fase 1 reeds bekende activiteiten verder uit en introduceren een paar nieuwe klimstations. Er wordt gestart met activiteiten die bij leerlingen bekend zijn. Het starten met bekende activiteiten zorgt ervoor dat het klauteren en (touw)klimmen lukt bij de leerlingen. Vanuit deze succesbeleving kunnen moeilijkere en complexere bewegingssituaties worden aangeboden.

Verder is bij de keuze van de klimkaarten uitgegaan van een basisinventaris van een gymnastieklokaal zoals beschreven in het basisdocument. Tevens is gekozen voor opdrachten die praktisch en haalbaar zijn. Daarbij is uitgegaan van groepen van 25 tot 30 leerlingen zoals we die ook tegenkomen in de praktijk. Bij elk klimstation gaan we er van uit dat ± vijf leerlingen kunnen deelnemen. Kleine groepjes, waarvoor is gekozen om redenen van intensiteit en met een aanbod voor elk niveau van bewegen.
Er zijn vijf klimstations beschreven waar dus 25 leerlingen actief kunnen zijn. Zijn er meer dan 25 leerlingen dan kan er voor worden gekozen om een zesde leskaart te introduceren. Met deze leskaart kunnen leerlingen zelfstandig aan de slag met het oefenen van knopen en andere kleine activiteiten.

OPBOUW LESKAARTEN

Op de voorkant van de kaart wordt de organisatie, het arrangement, de opdracht en de regels beschreven. *Zie voorbeeld bij dit artikel.*

Op de achterkant van de leskaarten worden in aparte kaders didactische tips voor de docent gegeven onder de kopjes *'loopt het?'*, *'lukt het?'* en *'leeft het?'*
Onder de kop 'Loopt het?' worden mogelijke problemen genoemd die zich voor kunnen doen in de organisatie, te weinig beurten, te moeilijk of te makkelijk, te weinig materiaal en dergelijke.

Probleem: te weinig materialen.
- Mogelijke tips om klimmaterialen toe te voegen of groepen anders in te delen.

Onder de kop ' Lukt het bijna?' worden tips gegeven waarmee een opdracht die voor bepaalde leerlingen nog te moeilijk is aangepast kan worden.

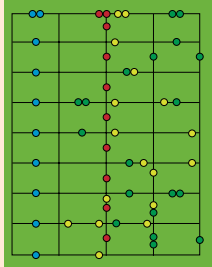
Probleem: klimmen is te moeilijk.
- Aanpassen arrangement; lager maken of meer steunpunten toevoegen.
- Aanwijzingen om het klimmen te laten lukken.

Onder de kop ' Lukt het beter?' staan tips om het voor de goede klimmers uitdagender te maken.

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:24 Pagina 32

Fase 1

Station 4



Kennismaken met klimmen

Routeklimmen

1.4



Organisatie Arrangement

Station met 5 leerlingen: 1 klimmer, 3 wachters en 1 scheidsrechter

– 1 Recht wandrek met 2 klimbanen
– 30 Stickers in 5 verschillende kleuren
– 5 Routes, zie verderop in deze leskaart voor voorbeelden
– 1 Pylon of bank als wachtplek

Opdracht

Klim met handen en voeten op de gekleurde stickers op het wandrek omhoog en weer omlaag. De scheidsrechter ziet erop toe of er volgens de regels wordt geklommen en telt het aantal fouten.

Variaties

– Van veel stickers naar minder stickers
– Van dicht bij elkaar naar verder uit elkaar
– Van alle stickers recht boven elkaar naar links en rechts uitwijkend
– Stickers ook aan de onderkant van de sporten (als ondergreep pakken)
– Stickers ook aan de bovenkant van de sporten (pas later te zien)
– Stickers ook op de verticale balken (wrijvingsklimmen)

Regels

Startregel
– Begin bij de startstickers (twee stickers tegen elkaar of met een S erop)
– Handen en voeten alleen op de stickers plaatsen

Stopregel
– Stop boven bij de eindstickers (twee stickers tegen elkaar of met een E erop)
– Stop als je 3 fouten hebt gemaakt; probeer het in een volgende beurt opnieuw
– Klim de snelste weg omlaag
– Sluit achteraan op de wachtplek als je klaar bent met klimmen
– *Nooit afspringen!*

Wisselregel
– Start als de voorgaande klimmer weer op de grond staat

Loopt het?
Moeten de leerlingen te lang wachten?

Tips
– Laat twee leerlingen tegelijk starten in de twee verschillende klimbanen

Durft een leerling niet te klimmen op het wandrek en heeft hij/zij moeite met de hoogte?

– Zet het wandrek schuin
– Ondersteun de klimmer
– Maak kleine pasjes zonder op de stickers te staan
– Klim tot halverwege en dan weer terug
– Klim een rondje om het wandrek

Lukt het bijna?
Vindt een leerling het moeilijk/eng om tot bovenaan te klimmen op de stickers?

Tips
– Zet het wandrek schuin
– Maak meer steunpunten door meer stickers te plakken
– Zet onderaan het wandrek een traverseroute uit met stickers
– Klim zo hoog als je durft en klim dan weer af
– Kijk eerst en ga dan pas klimmen
– Klim zonder op de stickers te letten omhoog
– Zorg dat je steeds op 3 punten steun hebt; op 2 voeten en 1 hand of op 2 handen en 1 voet sta je stabieler
– Klim onder aan het wandrek de traverseroute heen en weer

Moet een leerling te grote stappen maken?

– Plaats de stickers dichter bij elkaar
– Plaats meer stickers
– Laat leerlingen zelf de stickers plaatsen
– Maak een kleine tussenpas 'op wrijving' op een verticale balk

Glijdt een leerling bij een pas 'op wrijving' op een verticale balk steeds weg?

– Zet het wandrek schuin
– Bind een touwtje strak om de verticale balk als voetsteun
– Ondersteun de klimmer door zijn voet tegen het wandrek te duwen
– Probeer de voet iets hoger te plaatsen en er met het gewicht op steunen
– Oefen eerst laag bij de grond

Lukt het beter?
Voor de echte klimgeiten!
Klimmen de leerlingen slechts met kleine balansverstoringen omhoog op alle kleuren?

Tips
– Spreek af om de stickers van één of meerdere kleuren niet te gebruiken
– Haal telkens een sticker weg die niet meer gebruikt mag worden
– Klim alleen op de stickers van 1 kleur
– Klim alleen op de verticale balken

Leeft het?
Vinden leerlingen het eng om op de stickers te klimmen?

Tips
– Zet een traverseroute uit onderaan het wandrek
– Plaats meer stickers waardoor de klimmers meer steunpunten hebben
– Klim mee en geef aanwijzingen
– Klim zo hoog als je durft

Blijft het klimmen uitdagend genoeg?

– Haal enkele stickers weg zodat de route moeilijker wordt
– Laat leerlingen zelf een route maken
– Blinddoek de klimmers die de aanwijzingen volgen van de wachters
– Wedstrijdje: wie klimt de routes met de minste fouten?
– Wedstrijdje: wie klimt een route het snelst?
– Klim met 1 been
– Klim heen en weer op de stickers met 1 hand
– Klim slingerend naar boven; telkens door een gat naar achteren en het volgende gat weer naar voren

Later
Uitbouwmogelijkheden:

– Zet het wandrek schuin zodat de klimmers aan de achterkant in de overhang klimmen
– Speel *Twister* met twee klimmers op het wandrek laag bij de grond; op commando plaatsen zij een hand of een voet op een bepaalde kleur; wie op de grond stapt, is af
– Klim de overhang alleen met de handen
– Plaats handen en voeten op afgesproken kleuren in de overhang
– Plaats de voeten op sport 1 van een recht wandrek, handen op sport 3, en probeer vanuit zit met een sprong een zo hoog mogelijke sport te pakken

Voor de echte klimgeiten??
Gaat het klimmen goed?
- Aanpassen arrangement, verhogen of minder/moeilijker steunpunten, klimroute verleggen.
- Tips om het klimmen te veranderen of efficiënter te maken.

Onder de kop 'Leeft het?' staan veranderingen omschreven om leerlingen die nog bang zijn te helpen of voor die leerlingen die het klimmen saai beginnen te vinden.

Klimmen is eng.
- Arrangement verlagen, met makkelijker steunpunten, en meer hulp en steun bieden.
- Duidelijke aanwijzingen om het klimmen te laten lukken.

De klimopdracht wordt saai.
- Tips om het klimmen spannender te maken, bijvoorbeeld materiaal meenemen, klimmen met een blinddoek.

Er is dus steeds een duidelijke opbouw in de klimkaarten. We gaan er van uit dat leerlingen onder leiding van een docent helpen met het opbouwen van de klimstations. De voorkant van de kaart kan leerlingen hierbij ondersteunen. Hier staat kort en duidelijk met tekst en foto het arrangement omschreven en de opdracht die de leerlingen moeten gaan uitvoeren met bepaalde regels. De achterkant is bedoeld voor de docenten om hen te ondersteunen in het neerzetten en onderhouden van goede leersituaties. Groepen die goed zelfstandig kunnen werken, kunnen ook zelf aan de slag met de kaarten.

HOE SLUITEN DE KAARTEN NU AAN BIJ DE NIVEAUVERSCHILLEN VAN LEERLINGEN?

Bij het schrijven van de opdrachten voor elk station zijn we ervan uitgegaan dat de opdracht zo omschreven moet zijn dat het merendeel van de leerlingen kan deelnemen.
Kijken we naar de niveaus uit het *Basisdocument Bewegingsonderwijs*, dan spreken we hier over de niveau 1 leerlingen.
De opdracht is dus zo geschreven dat vrijwel alle niveau 1 leerlingen succesvol deel kunnen nemen.
Zoals hierboven aangegeven bestaat de achterkant uit tips rond de vragen 'loopt 't?', 'lukt 't het bijna?', 'lukt 't beter?' en 'leeft 't ?'
Hiermee kunnen de opdrachten worden aangepast voor individuele leerlingen en ook kan leerhulp op maat worden geboden.
Lukt't bijna: Die leerlingen die nog wat moeite hebben met het

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:24 Pagina 33

Fase 1

Station 5

Kennismaken met klimmen

Over het ravijn klimmen

1.5







Organisatie

Station met 5 leerlingen: 1 klimmer en 4 wachters

Arrangement

– 1 Omgekeerde bank op twee verhogingen
– 1 Kast als verhoging
– 1 Bok als verhoging
– 2 Matten onder de bank (eventueel dikke mat)
– 4 Touwtjes om de bank aan de verhogingen vast te binden
– 1 Pylon als wachtplek

Extra

– Lintjes
– Springtouwtjes

Opdracht

Klim hangend met handen en voeten aan de bank van de bok naar de kast

Regels

Startregel
– Begin met je voeten op de poten van de bok
– Raak je de grond, ga dan weer hangen en klim verder

Stopregel
– Stop als je bij de kast bent
– Stop als je moe bent
– Stop als je 3 keer de grond hebt aangeraakt
– Na je beurt ga je zitten bij de wachtplek

Wisselregel
Start als de voorgaande klimmer klaar is met klimmen

Loopt het? Is er geen bank meer over?	**Tips** – Gebruik een ladder of evenwichtsbalk
Is er geen kast of bok meer?	– Hang de bank op de rekstok of in de ringen
Moeten leerlingen te lang wachten?	– Laat de volgende klimmer starten als de vorige voorbij het midden is
Krijgen leerlingen te veel beurten of krijgen ze pijn in handen en voeten?	– Klim maximaal 8 keer – Om en om aan de onderkant en aan de bovenkant van de bank oversteken (maak gebruik van een spotter/vanger) – Sla een beurt over
Lukt het bijna? Vindt een leerling het moeilijk/eng om onder de bank te klimmen?	**Tips** – Maak de situatie lager – Maak steunpunten op de grond waarop een klimmer met de voeten mag rusten – Ondersteun de klimmer – Klem handen en voeten aan beide kanten van de bank en verplaats eerst de voeten een stukje en daarna de handen – Klim zittend bovenop op de bank met handen en voeten naar de overkant – Balanceer over de balk van de omgekeerde bank naar de overkant
Komt een leerling niet met de voeten op de bank?	– Zet de bank schuin met één kant op de grond of op één kastkop – Zet er een stoel bij zodat het opstappen gemakkelijker gaat – Loop met de voeten op tegen de bokpoten en leg dan de voeten op de bank – Help elkaar
Lukt het beter? *Voor de echte klimgeiten!* Klimmen de leerlingen vlot met handen en voeten geklemd om de bank naar de overkant?	**Tips** – Verhoog de bok en plaats de bank schuin – Zet 1 kant in de ringen vast zodat de situatie instabieler wordt. **Let op de bevestiging!** – Klim met handen en voeten om en om in een ritme en in een hoger tempo – Klim heen en ook weer terug – Klim met beide handen aan één kant – Klim met handen en voeten aan één kant – Maak halverwege een hele draai en klim dan weer verder – Klim richting de voeten – Klim van de bok naar de kast en probeer op de kast te klimmen
Leeft het? Durft een leerling niet te klimmen of te hangen?	**Tips** – Maak de situatie lager – Maak steunpunten op de grond waarop een klimmer mag steunen met de voeten – Ondersteun de klimmer – Klimmen boven over de bank – Balanceren boven over de bank
Blijft het uitdagend genoeg?	– Verhoog de situatie door de bok hoger te maken en aan de andere kant de bank laten steunen op de rekstok of in de ringen – Bind (ankersteek) lintjes aan de balanceerlat van de bank die de klimmers moeten losmaken en omhangen zonder met de voeten aan de grond te komen – Wedstrijdje: wie klimt het vaakst heen en weer zonder met de voeten de grond te raken? – Maak duo's die, verbonden met een touwtje, beiden op de kast moeten uitkomen – Start tegelijkertijd aan twee kanten zodat de klimmers elkaar moeten passeren – Start met een lintje om dat je halverwege met een ankersteek aan de bank bevestigt
Later *Uitbouwmogelijkheden:*	– Hang de bank aan 4 ringen op 1,5 m hoogte en laat de klimmers vanaf de kast instappen om aan de andere kant op de kast te klimmen – Klim halverwege van onder de bank er bovenop en klim daarna weer door – Klim van de bok naar de kast en probeer om de kast heen te klimmen – Start op de kast, klim onder de bank en vervolgens ook onder de bok door en dan pas erop

uitvoeren van de opdracht vragen gerichte aandacht. Voor hen worden activiteiten of opdrachten aangeboden die aansluiten bij hun niveau en wordt in de eerste plaats ingezet op het lukken. Dit vraagt vaker om aanpassingen in het arrangement of om goede leerhulp.
Lukt't beter: Dit is voor die leerlingen die al makkelijk klimmen en klauteren en die al snel toe zijn aan een nieuwe uitdaging. We spreken hier van de niveau 2 en 3 leerlingen. Hiervoor zijn opdrachten en aanpassingen bedacht om ze te kunnen introduceren in een moeilijkere en complexere situatie.
Leeft't: Er zijn leerlingen die hoogtevrees hebben of ergens een nare ervaring hebben opgedaan met vallen. Voor angstige leerlingen hebben we tips en ideeën opgeschreven. Voor de meeste kinderen is klimmen echter helemaal te gek. We hebben geprobeerd om leuke en uitdagende ideeën op papier te zetten om kinderen een lange tijd in een boeiende, uitdagende en leerzame klimsituatie bezig te laten zijn en ze optimaal te laten genieten van hoe leuk klimmen kan zijn.
Tenslotte: onder het kopje 'Later' staan nog mogelijkheden voor het uitbouwen van het arrangement, bijvoorbeeld voor latere lessen.

We hopen met deze kaarten kinderen in betekenisvolle klimsituaties te kunnen introduceren. De klimkaarten kunnen allemaal tegelijk in één les aangeboden worden maar ook als een activiteit in een serie lessen. We gaan er van uit dat elke kaart zo is beschreven dat een les verschillende keren achter elkaar herhaald kan worden. Als we leerlingen echt iets willen leren dan zullen we deze kaarten meerdere malen achter elkaar moeten aanbieden.

Het hele project wordt mogelijk gemaakt door financiële ondersteuning van NOC*NSF en in nauwe samenwerking met SLO.

MEER INFO

De map met leskaarten is nu beschikbaar bij de Koninklijke Nederlandse Klim- en Bergsport Vereniging (NKBV) en kost € 22. Voor meer informatie en bestellingen kan contact worden opgenomen met de NKBV, Joost Hofman, tel.: 034 840 9521 of via de website *http://www.nkbv.nl/webwinkel*, daarna doorklikken op lesmateriaal.

Correspondentie: f.melkens@tendue.nl en of c.mooij@slo.nl

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:24 Pagina 34



MOUNTAINBIKEN, ALS ‘ACTUELE ACTIVITEIT’ IN DE ONDERBOUW

Alleen een programma sportoriëntatie en -keuze in de bovenbouw VO? Hoe kunnen leerlingen in de onderbouw al eerder kennismaken met zogenaamde actuele activiteiten? In het Basisdocument Bewegingsonderwijs onderbouw VO wordt gepleit voor het structureel aanbieden van dit soort activiteiten in de gymlessen. In dit artikel worden de mogelijkheden van mountainbiken besproken. *Door: Eric Swinkels*

Vorig jaar legde ik mijn tweede klas de volgende vraag voor: Wie heeft een mountainbike of citybike? En wie wil de volgende les zijn fiets mee naar school nemen? Zes van de 28 wilden dat. Een week later waren er maar twee fietsen. Dus heb ik de opdracht aangepast: ‘maak zes groepjes van vier/vijf en haal één fiets uit de stalling waar jullie allemaal op kunnen fietsen. De rest haalt spullen uit de berging waarmee je een parcours uit kunt zetten: slakkenrace, slalom- of obstakelparcours. Over vijf minuten staat alles op het sportveld.’ En weg was iedereen. Vijf minuten later stonden de groepjes hun parcours uit te zetten. Na tien minuten oefenen bleef één leerling achter om hun ontworpen parcours aan een andere groep uit te leggen.
En daarna nog een keer. Veel beleving, veel geregel en vragen van leerlingen hoe je behendiger op de fiets blijft zitten. Een week later hebben we hetzelfde gedaan in de gymzaal. Helaas met maar drie fietsen, maar ze hebben kunnen oefenen. Na deze twee lessen vroegen ze ‘wanneer gaan we nu het bos in?’

Wat zijn de mogelijkheden als je in de gymlessen wilt gaan mountainbiken? Onze leerlingen komen in ieder geval vrijwel allemaal op de fiets naar school, dus fietsen hebben ze. Welke fietsen zijn geschikt om in de lessen te gebruiken? In het PO kunnen dat BMX-fietsen zijn. Voor de onderbouw VO zou je die ook nog wel kunnen gebruiken, maar kleine mountainbikes zijn ideaal. Klein zodat iedereen erop kan fietsen en klein omdat de oefeningen bij voorkeur staand worden uitgevoerd. Uiteraard wel altijd met helm op, want veiligheid staat voorop.

HOOFDUITDAGING

Wat is de bewegingsuitdaging bij mountainbiken? Het gaat erom in balans rijdend een parcours met hindernissen en/of richtingsveranderingen af te leggen in een optimaal tempo. Het accent ligt op het vergroten van de behendigheid op de fiets en uitbouw naar specifieke fietsvaardigheden zoals gedoseerd remmen, schakelen en fietsen in groepen. De verschillende fases die in de bewegingsuitdaging te onderscheiden



Regel veilig mountainbiken

beleven en verbeteren

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:24 Pagina 35

zijn: 1) het vertrekken en tempo opbouwen; 2) het maken van richtingsveranderingen en het nemen van hindernissen; 3) afbouwen van tempo en stoppen.
Pas in de uitbouwperiode (klas 2 en 3) komt er een fase bij namelijk 4) het onderhouden (of volhouden) van een optimaal tempo.

KERNACTIVITEITEN IN DE ORIËNTATIEPERIODE, EIND KLAS 1

1 Parcours op de tegelplaats of in de gymzaal

Arrangement

Drie verschillende oefeningen in drie groepen van vijf tot acht personen (minimaal twee fietsen per groep).

- Obstakel-/slalomparcours: slalom om pilonnen, rondje binnen pilonnen en over een balk lengte/breedte.
- Slakkenrace: twee banen van een meter breed en drie tot vier meter lang.
- Ballen rapen: verschillende tennisballen liggen op pilonnen van verschillende hoogte. In het midden ligt een emmer om de ballen in te doen.

Opdracht

- Obstakel-/ slalomparcours: fiets langs alle pilonnen zonder deze aan te raken. Neem de obstakels zonder op de grond te komen. Start na elkaar nadat de vorige persoon de baan via de zijlijn heeft verlaten.
- Slakkenrace: start op teken en probeer zo langzaam mogelijk te fietsen zonder met de voeten de grond te raken. De scheidsrechter geeft het startteken en geeft de winnaar aan.
- Ballen rapen: raap de ballen van de pilonnen zonder zelf op de grond te komen en leg ze in de emmer.

Hoe kun je de bovengenoemde arrangementen en opdrachten aanpassen volgens de sleutels van het *Basisdocument VO?*

- Loopt 't? BEWEGEN REGELEN (ARRANGEREN). Hoef je niet te lang te wachten? Is iedereen scheidsrechter geweest? VEILIG (gezond) BEWEGEN. Wat zou je kunnen veranderen om het parcours veiliger te maken? Geldt dit ook voor het gedrag van de leerlingen?
- Lukt 't? BEWEGEN VERBETEREN. Hoe vaak kom je op de grond? Hoe blijf je beter in balans op de fiets? Blijf nu eens alleen staan; wordt het dan makkelijker of moeilijker? Kun je de tennisbal ook van de grond pakken? Wat is de beste houding om zo langzaam mogelijk vooruit te fietsen?
- Leeft 't? BEWEGEN BELEVEN. Kun je het parcours aantrekkelijker maken? Wie wil je iemand anders uitdagen? Kun je de opdracht ook helemaal synchroon met een ander uitvoeren?

KERNACTIVITEITEN IN DE UITBOUWPERIODE, EIND KLAS 3

2 Fietsen in de groep en fietsen in tweetallen schouder tegen schouder

Arrangement

- Lang zandpad met voorrijders die een zodanig tempo fietsen dat iedereen aansluiting houdt. Voor dit eerste deel van de oefening ligt de nadruk op gezamenlijk als groep fietsen in een gelijkmatig tempo zodat iedereen kan volgen.
- Specifiek voor het tweede deel van deze opdracht geldt dat het tempo wat lager ligt omdat je met de schouders tegen elkaar moet gaan fietsen.



FOTO: ERIC SWINKELS

Doe de oefeningen nu eens alleen staand?

Regels: Houd je handen aan het stuur. Vermijd ruw rijgedrag, voorkom botsingen. Houd dezelfde snelheid in de groep. Sluit aan. Maak geen onnodig lawaai. Laat geen afval achter. Benader andere recreanten en drukke locaties stapvoets; waarschuw elkaar in de groep tijdig en duidelijk. Fiets alleen daar waar toegestaan. Voorkom onnodig remmen, spaar de ondergrond.

Opdracht

Zoek een fietsmaatje van dezelfde lengte.
Rijd schouder tegen schouder over een afstand van tien tot vijftien meter. Na twee keer wisselen van schouder. Houd voldoende afstand met de fietsers die voor je fietsen, maar houd ook voldoende aansluiting. De sturen van mountainbikes zijn een stuk breder!
Moeilijker: voer de opdracht uit door met z'n tweeën licht te slalommen.

3 Remoefeningen: 'we gaan een slipcursus volgen!'

Arrangement

Een zandpad waar weinig verkeer komt is ideaal.

Opdracht

Remoefeningen op het pad.

- Rijd (in tweetallen) met een redelijke snelheid naar de remstreep en maak een zo lang mogelijke remstreep (drie keer herhalen).
  Zet je voeten pas aan de grond als je stilstaat, niet eerder.
  Hoe kun je een langer remspoor krijgen?
- Idem, maar rem alleen met je voorrem en stop zo snel mogelijk. De eerste keer met lage snelheid, zodat je leert doseren met je voorrem en vooral dat je achterop blijft zitten. Probeer het daarna met hogere snelheid.
- Idem, maar knijp nu in beide remmen tegelijk. Wie heeft de kortste remweg? Welke rem remt het effectiefst? Wie remt met de kortste remweg èn zonder te slippen?
- Remwedstrijd: voer de opdracht in tweetallen uit:
  Wie maakt de kortste remweg?

Bij mountainbiken is het doel om altijd grip te houden, dus

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:24 Pagina 36

Fasering Vertrekken en tempo opbouwen	Basis Bouwt rustig tempo op richting een van de eenvoudigere hindernissen	Vervolg Bouwt rustig tempo op richting een van de moeilijkere hindernissen	Gevorderd Bouwt hoog tempo op richting een van de moeilijkere hindernissen	Zorg Bouwt nauwelijks tempo op richting een van de eenvoudigere hindernissen
Maken van richtings-veranderingen en nemen van hindernissen	Neemt de hindernissen maar raakt soms de balans kwijt	Neemt de hindernissen en behoudt balans	Neemt ook moeilijke hindernissen en blijft in balans	Houdt in voor een hindernis en stopt of is snel uit balans bij het nemen van een hindernis
	Zoekt naar de juiste versnelling bij een korte klim en daalt af met onregelmatige snelheid	Fietst in een goede versnelling omhoog in een korte klim en daalt beheerst en rustig af	Klimt in een snel tempo en daalt af in een snel en gecontro-leerd tempo	Stapt af bij een korte klim en heeft te weinig controle om beheerst een korte afdaling omlaag te gaan
Onderhouden van een optimaal tempo	Houdt een rustig tempo langere tijd vol. Het tempo is daarbij nog wel wat onregelmatig	Houdt de gehele route in een redelijk snel tempo vol. Rijdt een regelmatig tempo	Kiest voor een hoog tempo en kan dat ook volhouden	Fietst in een erg onregelmatig en laag tempo
Afbouwen van tempo en stoppen	Fietst na de hindernis rustig door en remt rustig af	Fietst na de hindernis rustig door en kan stilstaan op elk gewenst moment	Behoudt tempo na de hindernis, versnelt nog even en komt dan tot stilstand	Valt of staat stil na de hindernis

Figuur 1: Te onderscheiden deelnameniveaus



niet te slippen. Rem dus tijdig en gedoceerd voorafgaand aan richtingsveranderingen en hindernissen. Het voorkomen van slippen bespaart de ondergrond en voorkomt erosie.

4 Parcours op een heuvel in het bos

Arrangement

Een gevarieerd, heuvelachtig, zanderig parcours eerst met de groep verkennen. Laat leerlingen vooral vaker dezelfde hindernis nemen. Daardoor raken ze bekend met de hindernis en kunnen ze zich proberen te verbeteren. Het wordt dan ook vaak leuker en uitdagender.

Opdracht

Fiets een route en probeer de route te fietsen zonder op de grond te komen. Blijf dus in balans bij moeilijke hindernissen. Maak tweetallen: degene aan de kant bekijkt de deelnameniveaus, observeert de fietser en probeert het niveau in te schatten. Vervolgens probeer je één aanwijzing te geven zodat de fietser zich kan verbeteren. Nog een keer oefenen en dan wisselen.

Wie heeft welk niveau? De docent geeft gegevens over verschillende niveaus van deelnemen: basis (haalbaar voor 90-95%), vervolg (haalbaar voor 50% van de groep), gevorderd (20%) en degenen die extra zorg en leerhulp nodig hebben (5-10%). Wat kun jij? Wat moet jij doen om je te verbeteren? Zien welk niveau een ander heeft is aan de hand van het bovenstaande schema nog wel te doen als je op één fase let. Wie kan een ander een aanwijzing geven zodat diegene zich kan verbeteren? Dat is een stuk moeilijker. Ook voor de gevorderden zijn er uitdagende hindernissen.

Welke deelnameniveaus zijn in de uitbouwperiode (klas 2, 3) te onderscheiden?

Voor beschrijving van kernactiviteiten en deelnameniveaus kijkt u in het *Basisdocument VO* blz. 180 (oriëntatieperiode) en 182 (uitbouwperiode).

Tenslotte. Samen met SLO heeft de KNWU een map ‘kennismaken met de wielersport’ ontwikkeld volgens het stramien van drie kennismakingslessen tijdens schooltijd, dus in de gymzaal of op het schoolplein of sportveld, drie lessen voor geïnteresseerde leerlingen na schooltijd op school gevolgd door drie verdiepingslessen bij de wielervereniging. In totaal zijn er negen lessen uitgewerkt in concrete leskaarten. Bovendien stelt de KNWU mountainbikes beschikbaar als je als school het mountainbiken wilt introduceren (zie *www.gobikingtour.nl*).

Correspondentie: e.swinkels@slo.nl

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:24 Pagina 37



VERSCHIJNINGSVORMEN VAN SPORT EN BEWEGEN ALS BASIS

Sinds september 2006 worden er ook in Nijmegen docenten lichamelijke opvoeding opgeleid. De nieuwe, zesde ALO is daar onderdeel van het Instituut voor Sport- en Bewegingsstudies van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen, samen met de opleiding SGM (Sport, Gezondheid en Management) en SENECA, het expertisecentrum op het gebied van Sport en Gezondheid. *Door: Eric Pardon*

Dit artikel is geen compleet visiedocument van de ALO in Nijmegen. Wel wordt hier een in het oog springend, en onderscheidend aspect van de algemene doelstelling besproken: 'verschijningsvormen van sport en bewegen als basis'.

NIEUWE ALO, NIEUW GEZICHT

Tijdens open dagen, werkveldbijeenkomsten en gesprekken met collega's is er één vraag die vrijwel altijd gesteld wordt: 'Wat is het profiel van de nieuwe ALO?' Men is benieuwd of de visie van de nieuwe ALO afwijkt van die van andere ALO's. Allereerst moet hier gezegd worden dat het niet een doel op zich is om anders te zijn dan andere ALO's. Er is in ieder geval sprake van een vergelijkbare doelstelling en missie als het gaat om het opleiden van professionals in het onderwijs. Toch heeft de ALO in Nijmegen een eigen kijk op het vak ontwikkeld.

TRADITIONELE DOMEINEN BINNEN DE LICHAMELIJKE OPVOEDING

Jarenlang is het praktijkprogramma lichamelijke opvoeding van ALO's en scholen opgebouwd rond de domeinen: turnen, atletiek, spel, zelfverdediging, bewegen op muziek: de zogenaamde 'big five'. Vaak wordt zwemmen ook bij dit rijtje geschaard. Deze ordening van het sport- en bewegingsprogramma is gebaseerd op de dominante domeinen van de traditionele (wedstrijd)sport van decennia geleden, en heeft sindsdien gegolden als basis voor de praktijkvakken op de ALO's en voor de inhoud van het vakwerkplan op scholen.

In het beroepscompetentieprofiel van de KVLO (Van Driel, e.a., 2004) luidt de doelstelling van het vak als volgt: *De lichamelijke opvoeding is erop gericht de leerlingen bekwaam te maken voor zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur. (Stegeman, 2000)** Wanneer we kinderen gaan voorbereiden op deelname aan de sport- en bewegingscultuur, dan moet het aanbod (de inhoud) van onze lessen gericht zijn op die cultuur. En hier zit hem de crux: zijn de traditionele 'big five' wel een goede afspiegeling van de huidige sport- en bewegingscultuur?

DE SPORT- EN BEWEGINGSCULTUUR

Als we kijken naar de sport- en bewegingscultuur zoals die zich in de afgelopen decennia heeft ontwikkeld, valt op dat er sprake is van een enorme diversiteit in motieven van mensen

Een van de bewegingsvormen



FOTO: ANITA RIEMERSMA



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Samen bewegen

om te gaan sporten. De 'sport' is nu een sterk gedifferentieerd landschap geworden, waarin zowel de traditionele, georganiseerde competitiesport als de anders (of niet-) georganiseerde recreatiesport sterk vertegenwoordigd zijn (Digel, 1990; Heinemann, 1989). Tot en met de jaren zestig konden sport en de actieve beoefening van sport eenduidig afgebakend worden: zij waren bij uitstek het domein voor jonge, bewegingscompetente en prestatiegerichte mannen die veelal afkomstig waren uit de midden- en hoge sociale klassen. 'Sport' stond bovendien synoniem voor de in clubverband en gedurende de vrijetijd beoefende, piramidaal gestructureerde competitiesport (Crum, 1991; Stokvis, 1989: 25-33). In de voorbije decennia is de maatschappelijke belangstelling voor sport echter sterk toegenomen. Dit heeft de sport een meer pluriform karakter gegeven (Vanreusel & Scheerder, 2000). In *Over versporting van de samenleving* analyseerde Crum (1991) de ontwikkelingen in de sport- en bewegingscultuur aan de hand van motieven om aan sport deel te nemen. Hij kwam tot een indeling van de sport- en bewegingscultuur in zeven sportmodi: topsport, wedstrijdsport, recreatiesport, fitness-sport, avontuursport, pleziersport en cosmetische sport.

VAN 'BIG FIVE' NAAR 'VERSCHIJNINGSVORMEN VAN SPORT EN BEWEGEN'

Gezien bovenstaande ontwikkelingen in de sport- en bewegingscultuur heeft de ALO Nijmegen besloten om de traditionele indeling van het curriculum aan de hand van de 'big five' te verlaten. De huidige sport- en bewegingscultuur is rijker, en bestaat uit meer dan de traditionele sporten. Daarom is gekozen voor een ander uitgangspunt voor indeling van de lesinhoud, namelijk aan de hand van 'verschijningsvormen van sport en bewegen'. Met verschijningsvormen van sport en bewegen als basis is er sprake van een betere aansluiting op de actuele sport- en bewegingscultuur. Er kan met behulp van deze classificatie beter worden ingespeeld op de nieuwste ontwikkelingen en trends in de sport.

De ALO heeft zes verschijningsvormen vastgesteld, met de daarbij behorende dominante motieven en betekenissen om deel te nemen:

Verschijningsvormen van sport en bewegen met bijbehorende betekenis en motivatie

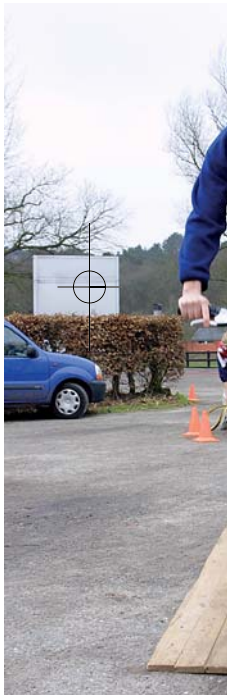
Sport en bewegen als:	**Dominante betekenis/motivatie**
- Wedstrijd	Competitie, wedijveren, het strijden tegen anderen (of jezelf), vaak met regels
- Show	Demonstreren, iets beheersen en het vertonen aan anderen, amusementswaarde
- Recreatie	Sportieve recreatie, ontspanning, ongedwongen sfeer, zonder (prestatie)druk
- Spel	Het doen van een spel, opgaan in het spelen, niet noodzakelijk gereglementeerd
- Avontuur	Avontuur, spanning, uitdaging, ontdekken, plezier, de 'kick' van het bewegen
- Gezondheid	Gezond blijven of gezond worden (fysiek, psychisch, sociaal). Fitheid en conditie

Deze zes verschijningsvormen gelden als 'kapstokhaken' om het programma aan op te hangen. Voor elke verschijningsvorm worden lessenreeksen ontwikkeld. In onderstaand schema staan voorbeelden van thema's voor lessenreeksen.

Verschijningsvormen van sport en bewegen met voorbeelden van thema's voor lessen(reeksen)

Sport en bewegen als:	**Voorbeeldthema's voor lessen(reeksen)**
- Wedstrijd	Toewerken naar en meerkamp (turnen, atletiek) of (sportspelen)toernooi.
- Show	Toewerken naar een opvoering (turnen, bewegen op muziek, zelfverdediging) voor een publiek (klasgenoten, ouders, open dag, etc.)
- Recreatie	Wandelen en joggen, fietsen, zwemmen, speleninstuif
- Spel	Spelen van tik- en trefspelen, sparren, spelen met elkaar, plein- en straatspelen
- Avontuur	Outdoor en adventure, mountainbike, skate, (kite)vliegeren, klimmen
- Gezondheid	Fitness, opbouwen conditie (duurloop), gezonde leefstijl

Zoals uit bovenstaand schema blijkt is het uiteraard niet zo dat de domeinen turnen, atletiek, spel, zelfverdediging, bewegen op muziek en zwemmen verdwijnen uit het programma; ze gelden alleen niet meer als uitgangspunt voor de indeling van het onderwijs en het vakwerkplan. Hiervoor gelden nu de



'verschijningsvormen van sport en bewegen', die gebaseerd zijn op en aansluiten bij de motieven van leerlingen om aan sport te (blijven) doen. Leerlingen leren participeren volgens eigen motieven, ze leren wat bij hen past. Er wordt bij de leerlingen op deze wijze een basis gelegd voor een persoonlijke ontwikkeling van een (levenslange) sportloopbaan.

IMPLEMENTATIE IN CURRICULUM ALO EN HET WERKVELD

De ALO Nijmegen hanteert de indeling aan de hand van verschijningsvormen als ordeningsprincipe voor haar curriculum. Momenteel wordt met het team gewerkt aan de implementatie. Geen *turnen* of *atletiek* op het rooster, maar bijvoorbeeld: *wedstrijdsport* of *showsport*. Even wennen, dat wel! Studenten zullen in hun stages worden uitgedaagd om de nieuwe indeling met hun stagedocenten te bespreken en toe te passen in de praktijk. Ze ontwikkelen lessenreeksen op grond van verschijningsvormen, en proberen die uit in hun stagesituatie. Over het algemeen is het enthousiasme groot, de voorlopige eerste conclusie is dat het concept goed aanslaat bij de studenten en bij de scholen.


FOTO: ANITA RIEMERSMA

Ook een vorm van bewegen

De ALO hecht grote waarde aan contact met het werkveld en is in gesprek over de implementatie van de indeling op basis van verschijningsvormen. In januari 2008 is een pilotproject gestart waar een ALO-docent als vakleerkracht werkzaam is op een basisschool, samen met een team stagiaires. Op deze 'proeftuinschool' wordt het concept van de verschijningsvormen ontwikkeld, vastgelegd in een vakwerkplan, en toegepast in de lessen. Tegelijkertijd wordt er een onderzoek gedaan naar de effecten op onder andere de (participatie)motivatie van de kinderen. De bedoeling is om in de toekomst het aantal pilotscholen uit te breiden, ook richting het voortgezet onderwijs.

VERSCHIJNINGSVORMEN: ACTUEEL EN TOEKOMSTGERICHT

De ALO denkt met de ordening in verschijningsvormen een basis te leggen voor een nieuw vakwerkplan waarin 'als vanzelf' een goede aansluiting met de bewegingscultuur ontstaat: actueel, flexibel en toekomstgericht. De indeling leent zich goed om daadwerkelijk de brug te slaan tussen de lessen lichamelijke opvoeding en georganiseerde en ongeorganiseerde vormen van sport en bewegen in vrije tijd. De motivatie om deel te nemen staat centraal, met boven alles: plezier in sport en bewegen voor nu en later. En daar draait het om!

Noot

* De algemene doelstelling, zoals die geformuleerd is door de ALO Nijmegen, sluit hier voor een deel op aan: het gaat om het streven naar een *blijvende persoonlijke sportontwikkeling* bij de leerlingen. Om dit mogelijk te maken is het erg belangrijk dat de leerlingen gemotiveerd raken voor deelname, in een situatie (pedagogisch klimaat) waar leerlingen ook succeservaringen kunnen opdoen. Op deze manier worden de leerlingen geïntroduceerd in de sport- en bewegingscultuur en worden ze gestimuleerd om hieraan deel te nemen.
Om een blijvende persoonlijke sportontwikkeling te realiseren, moet er in de lessen lichamelijke opvoeding aandacht zijn voor:

- (samen) leren bewegen en leren over bewegen
- brede introductie in de sport- en bewegingscultuur
- leren van eigen (sport)mogelijkheden en persoonlijke voorkeuren
- aanbrengen van motivatie om te (gaan) sporten en bewegen, in een pedagogisch klimaat waarin beleving en succeservaring centraal staan.

Literatuur

Crum, B. (1991). *Over versporting van de samenleving*. Reflecties over de bewegingsculturele ontwikkelingen met het oog op sportbeleid. Rijswijk: Ministerie van Welzijn, Volksgezondheid & Cultuur.

Digel, H. (1990). *Die Versportlichung unserer Kultur und deren Folgen für den Sport*. Ein Beitrag zur Uneigentlichkeit des Sports. In: H. Gabler & U. Göhner (Eds.). Für einen besseren Sport. (pp. 73-96). Schorndorf bei Stuttgart: Hofmann.

Driel, G. van, Gugten, G.W. van der & Loopstra, O. (2004). Beroepscompetentieprofiel voor leraren lichamelijke opvoeding, Zeist: Jan. Luiting Fonds.

Heinemann, K. (1989). Der 'nicht-sportliche' Sport. In: K. Dietrich & K. Heinemann (Eds.). *Der nicht-sportliche Sport. Beitrage zum Wandel im Sport* (Texte, Quellen, Dokumente zur Sportwissenschaft 25). (pp. 11-28). Schorndorf bei Stuttgart: Hofmann.

Stegeman H. (2000). Belang van bewegingsonderwijs; over legitimatie en algemene doelstellingen van het schoolvak lichamelijke opvoeding, Zeist, Jan Luiting Fonds

Stokvis, R. (1989). De sportwereld. Een sociologische inleiding. Alphen aan den Rijn: Samsom.

Vanreusel, B. & Scheerder, J. (2000). *Sport: cultuur in beweging*. Een verkenning van cultuurtrends in de sport (Samenleving & Sport 2; Rapport op vraag van de Koning Boudewijnstichting). Brussel: Koning Boudewijnstichting.

Eric Pardon is opleidingscoördinator van de ALO aan de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.

Correspondentie: eric.pardon@han.nl

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:24 Pagina 40

SPORTEN EN BEWEGEN: LEREN DOOR TRANSFER

In 2007 is een serie artikelen verschenen waar in de titel het woord leuk verwerkt zat. Een les wordt leuk als de leerling in de gaten heeft wat gedaan moet worden in een bepaalde situatie en daarmee ook aan het werk kan in vergelijkbare andere situaties. Dit heet transfer. Dit is het best te bereiken door uit te gaan van het spel en het spelen daarvan in een al dan niet aangepaste vorm. Daarvan in dit artikel een uitleg. ***Door: Edwin Timmers***

Velen van ons zijn voorstander van veelzijdig bewegingsonderwijs in de betekenis van: een *breed* aanbod aan sporten. Een beperkt aantal is ook voor *diepgang* in de betekenis van: 'een sport of bewegingsgebied komt in meerdere leerjaren in een voldoende omvang aan bod'. Een 'voldoende omvang' is bijvoorbeeld: tien lessen basketbal. De maatstaf hierbij kan zijn: 'minimaal 70% van de leerlingen speelt nu beter een wedstrijdje basketbal'. Het hangt van de norm van de lesgever af wat deze onder 'voldoende' verstaat.
Tussen een breed aanbod én diepgang zit een afweging van het aantal te geven lessen. Meestal constateer je 'dat leerlingen *maar* een beetje beter zijn gaan basketballen'. Leereffecten kunnen sneller en beter worden bereikt door gebruik te maken van *transfer*-mogelijkheden. Als we het over spel hebben, dan hebben bijvoorbeeld doelspelen vele tactische overeenkomsten. Tactiek verdient bij transfer prioriteit. Het sluit ook goed aan bij de opvatting van het 'al spelend leren'.

Op de VO-studiedag in februari 2007 is dat in enkele workshops aan bod gekomen. De kern is leerlingen 'beter te leren sporten én beter te leren bewegen'. In alle gevallen gaat het hier om motorisch leren. Tactisch beter leren handelen én elkaar daarbij coachen vereist echter ook sociaal én cognitief leren. Dat ondersteunt hier het beter leren spelen.
Sportgericht leren vereist dat een spelsport op het niveau van leerlingen speelbaar wordt gemaakt. Sportspelregels worden dus verminderd en veranderd. Bij het oplossen van spelproblemen wordt van de kernactiviteiten van een sport gebruik gemaakt. Ook het kenmerkende jargongebruik hoort erbij. We praten dan ook liever over 'aanvallen', dan over 'in bedreigd gebied komen'. Een spelsport wordt vertaald in meerdere eindvormen: van drie tegen drie, aanval-verdediging op één basket bij beginners tot en met vijf tegen vijf op een heel veld bij beginnende gevorderden. Gebruik willen maken van transfer vereist dat leerlingen met inzicht *leren* spelen. Leerpsychologisch gezien betekent dat vooral: leren van principes. Principes komen op alle bewegingsgebieden voor. Daar moeten ze naar zoeken en dat bevordert het *'leren hoe te leren'*. Hoe leer ik mezelf (en anderen) beter leren spelen. Het zijn dan dezelfde aspecten die je ook bij meer zelfstandig en actief leren nodig hebt.

AL SPELEND LEREN SPELEN

Al spelend leren betekent vooral veel spelen van eindvormen. En als een spelprobleem niet meer door aanwijzingen in zo'n eindspel (vier tegen vier op één basket) kan worden verbeterd is een basisspelvorm (bijvoorbeeld: positiespel vier tegen twee) een goed alternatief. Hoe dan ook het blijft 'spel'. Dit 'al spelend leren' is in de jaren zeventig vooral door Dietrich[1] in Duitsland gestimuleerd en toen in Nederland door vele vakleraren direct overgenomen. In de jaren tachtig benadrukten Bunker en Thorpe[2] deze aanpak ook in het Engelse taalgebied. Ze ageerden hiermee tegen de toen vaak gevolgde methode van het achtereenvolgens leren van spelvaardigheden die pas later in een spel worden toegepast. Speel eerst en vooral het sportspel met minder spelers per team. Leg de nadruk bij het leren spelen op tactiek en *niet* op techniek. En als je dat laatste toch wilt oefenen, dan graag in een zo spelecht mogelijke vorm. Deze Engelse variant staat bekend als 'Teaching Games For Understanding'[3] (TGFU) met dus veel nadruk op het leren spelen met inzicht. Ook zij benadrukten het leren van spelprincipes. Er is met dit gedachtegoed in vele landen onderzoek gedaan naar de effecten van de 'techni-

sche-vaardigheden-benadering' versus de 'al-spelend-leren-benadering'. De conclusie is langzamerhand dat bij het al-spelend-leren-spelen leerlingen het spel beter en sneller leren spelen. Hoe beter het spelniveau, hoe meer de 'technische vaardigheden-benadering' belangrijk wordt. Voor de school dus minder relevant.
Veel belang wordt gehecht aan het transfereffect van de tactische vaardigheden binnen het al spelend-leren-spelen. Bij TGFU vormen eindspelvormen de hoofdlijn in het spelonderwijs. Zelf leren spelen doe je niet alleen door veel te doen maar ook door spelreflectie. Probeer slim te spelen en zelf je spelproblemen op te lossen. De TGFU-aanpak past goed in ons concept van 'actief leren onderwijzen' dat uitermate veel leerresultaat oplevert[4].

AL SPELEND (BETER) LEREN BASKETBALLEN EN LEREN SPELEN

Leren door transfer betekent: dát wat je leert in de ene situatie heeft effect op wat je leert in een andere eerdere of latere vergelijkbare situatie. Transfer kan dus vooruit of met terugwerkende kracht werken en het leren zowel positief als negatief beïnvloeden. Een vooruit werkend en positief effect ontstaat bijvoorbeeld wanneer leerlingen bij het passeren van een tegenspeler 'tijdig, zonder/met schijnbeweging, versnellen' (technisch principe) en de 'bal daarbij ver weg van de tegenspeler houden' (tactisch principe). Ze leren dat eerst bij basketbal of voetbal (waar ze dan wat beter in zijn) en later bij bijvoorbeeld hockey. Belangrijk is dat de spelvormen overeenkomen en uitvoeringsovereenkomsten en -verschillen nadrukkelijk worden benoemd. Bij hockey zul je de versnelling bijvoorbeeld eerder moeten inzetten. Een principe is in de leerpsychologie de kern, de essentie of het méést belangrijke van een actie. Bijvoorbeeld: 'bij balbezit kan ik de bal naar twee zijden afspelen'. Leren van tactische en technische principes leidt tot spelen met meer inzicht en dat wordt dan weer 'al spelend' geleerd.
Er wordt hierna eerst onderscheid gemaakt in de transfercondities bij het *leren* basketballen en vervolgens bij het al basketballend *'leren leren'*.

TRANSFERCONDITIES BIJ HET LEREN BASKETBALLEN EN SPELEN[5]

Transfer ontstaat niet vanzelf. Het moet leerlingen bewust worden gemaakt. Daarvoor zijn drie condities nodig. *Eerste conditie*: 'er moet sprake zijn van een overeenkomstige spelstructuur en met name met meerdere overeenkomstige tactische principes'. Bij doelspelen bijvoorbeeld. Zie figuur 1.

Tweede conditie: 'er is in beide situaties sprake van een overeenkomstige spelvorm en met name daardoor is ook de beleving overeenkomstig'.

> Bij voetbal speel je 1-1 met twee kleine doeltjes waarbij je zowel van voren als van achteren kunt scoren. Tactisch principe: 'versnel bij het passeren zonder en met een schijnbeweging'.
> Vervolgens speel je bij hockey 1-1 met twee kleine doeltjes waarbij je zowel van voren als van achteren kunt scoren. Tactisch principe: 'versnel bij het passeren zonder en met een schijnbeweging'.

Figuur 1: Voorbeelden van tactische principes

Speelwijze als team	*In de aanval - bij balbezit* 'Speel in een wybertje of ruit (1-2-1). 'Speel met diepte in de aanval' 'Speel aangesloten'	*In de verdediging – bij geen balbezit* Man tegen man (1) over het hele veld of (2) op de eigen helft. (a) Consequent man tegen man of (b) geven van rugdekking als de bal aan de andere zijde is.
Tactieken als groep	'Elke positie is in de aanval bezet' 'Versnel/verander van richting bij het vrijlopen' 'Hou het veld breed en diep' 'Balbezitter heeft steeds naar twee kanten afspeelmogelijkheden' 'Zorg voor overtal in de aanval'	'Pak de dichtstbijzijnde tegenspeler' 'Speel één op één'
Individuele tactieken	'Blijf steeds in beweging' 'Dreig ná balontvangst' 'Versnel op tijd bij het passeren' 'Scoor zoveel mogelijk in beweging' 'Versnel na het geven van een pass en bied je direct weer aan'	'Blijf op armlengte tussen tegenstander en eigen doel' 'Verdedig balgericht'

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:24 Pagina 42

Bij een probleemgerichte benadering leren leerlingen dat ze voor het oplossen van spelproblemen meerdere vaardigheden kunnen gebruiken. Dat leren vindt - zeker bij spel - altijd in relatief complexe situaties plaats. Relatief wil zeggen: afhankelijk van het spelniveau van de leerlingen. Scoren kun je doen met behulp van een setshot, een lay-in, een lay-up of een jumpshot. Toon die meerdere scoringsmogelijkheden, maar laat de keuze wat ze wanneer doen aan de leerling zelf over. Toepassing van een vaardigheid is immers behalve van de situatie ook afhankelijk van wat de persoonlijke voorkeur krijgt.

TRANSFERCONDITIES BIJ HET 'LEREN HOE LEREN'

'Leren hoe te leren' is ook nodig wanneer leerlingen een spelactiviteit of -situatie zelf gaan regelen. Ze passen hun kennis en vaardigheden toe bij het oplossen van een spel- of organisatie-/ontwerpprobleem. Bij dat toepassen kunnen ze gebruik maken van schema's/modellen, werkpatronen of vuistregels (c.q. principes). Dat zijn de vereenvoudigde versies van de didactische kennis en vaardigheden die de leraar ook zelf toepast. Ze ervaren deze eerst, vervolgens worden ze nadrukkelijk door de leraar benoemd en tenslotte gaan de leerlingen ze zelf in de rol van scheidsrechter/organisator of helper/coach toepassen. Ze leren dat deze schema's, werkpatronen en vuistregels in meerdere situaties en bij meerdere activiteiten te gebruiken zijn. De leraar vertelt ze, schrijft het op een bord of vel papier, geeft ze het als een kaart mee en laat ze het in een taak uitvoeren. Bijvoorbeeld: 'coach elkaar bij het spel'. De vorm van wat wordt gezegd of in een leermiddel wordt gebruikt is niet zo belangrijk. Hoe het gebruikt kan worden, is belangrijker.

Conditie 1. Toepassen van eenzelfde schema in meerdere situaties.
Schema's of modellen zijn samenhangende beschrijvingen van aandachtspunten zoals bijvoorbeeld: overzichten van bijvoorbeeld basketbalthema's/-problemen of vaardigheden, evaluatiepunten of keuzecriteria voor inhouden. Zie figuur 2.

Bespreek het volgende in je team:
1 hoe voeren we *als team* de afgesproken speelwijze aanvallend uit? Wat kan anders?
2 hoe voeren we *als team* de afgesproken speelwijze verdedigend uit? Wat kan anders?
3 hoe voeren we het samenspelend passeren én scoren *in tweetallen* uit? Wat kan anders?
4 hoe scoren we (*ieder van ons*)? Wat kan anders?
5 hoe spelen we *alleen* de bal bij het verplaatsen van het spel? Wat kan anders?

Figuur 2: Aandachtspunten bij het bespreken van het teamspel

Elk hier beschreven aandachtspunt is een probleem. Het meest hinderlijke van boven naar beneden gezien moet het eerst worden aangepakt. Ze geven elkaar een aanwijzing, ze veranderen de spelregels van een spel óf ze kiezen een andere spelvorm. Ze coachen elkaar.



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Het is vol in de bucket

Conditie 2. Toepassen van dezelfde werkpatronen in verschillende situaties
Werkpatronen zijn achtereenvolgende samenhangende acties zoals bijvoorbeeld: plaatje-praatje-daadje; beleven-leren-leren leren of loopt 't-lukt't-leert't. Hier als voorbeeld totaal-totaal of totaal-deel-totaal. Zie figuur 3.

De bedoeling is dat leerlingen hiermee samen achtereenvolgende spelvormen kiezen.

Conditie 3. Toepassen van dezelfde vuistregel in verschillende situaties.
Vuistregels of didactische principes zijn typeringen van aanpakken/werkwijzen bij het leren. Bij elke vuistregel hoort een bepaalde aanpak/werkwijze die verder impliciet wordt gelaten, maar die de leerlingen wel bekend is. Zoals bijvoorbeeld: 'al spelend leren spelen' of 'sturend coachen als het moet en probleemsturend als het kan'.

THEMAGEBIEDEN EN THEMA'S

De hiervoor beschreven schema's, werkpatronen en vuistregels worden eerst door de docent gebruikt en later - in een vertaling/vereenvoudiging - door de leerling. De onderwerpen zijn thema's waarmee je organisatie- en ontwerpproblemen kunt oplossen. Ze worden in de loop van de jaren bij meerdere sporten of bewegingsgebieden toegepast.
Afstemming binnen de vaksectie is daarom absoluut nodig en natuurlijk ook een probleem omdat dan van didactische overeenstemming sprake moet zijn. Thema's zijn onderdeel van drie themagebieden die in fasen kunnen worden aangeleerd. Ze vereisen inhoudelijk een steeds zelfstandiger handelen van leerlingen:
- alleen of samen een opdracht kunnen uitvoeren en regelen of organiseren
- verantwoorde keuzes maken en ontwerpen van activiteiten of situaties.

Zie figuur 4 met een deel van een voor spel bedoeld schema.

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:24 Pagina 43



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Leren spelen gebeurt al doende door het spelen van achtereenvolgende eind- en basispelvormen óf door elkaar aanwijzingen te geven.		
Totaal = *eindspel*vorm 4-4 basketbal met aanval-verdediging op één basket en recht van aanval halen bij de middenlijn	In een time-out of na een wedstrijdje geven de spelers elkaar aanwijzingen of doet de docent dat	*Totaal* = *eindspel*vorm 4-4 basketbal met aanval-verdediging op één basket en recht van aanval halen bij de middenlijn
Totaal = *eindspel*vorm 4-4 basketbal met aanval-verdediging op één basket en recht van aanval halen bij de middenlijn	Geconstateerd probleem: 'we scoren te weinig'. Speel *Deel* = *basisspel*vorm 'bucketbal'. In bucketgebied mag geen verdediger komen. Wel een aanvaller maar max. 3 sec. Binnen die tijd moet deze aanvaller worden aangespeeld en mag dan ongehinderd scoren. Gemist? Dan aanvankelijk nog een poging	*Totaal* = *eindspel*vorm 4-4 basketbal met aanval-verdediging op één basket en recht van aanval halen bij de middenlijn

Figuur 3:Leermethoden TT en TDT

A. Spelend oefenen	*B. Veilig en gezond spelen*	*C. Sportief spelen*
Doen en regelen - Samenstellen van een team - Tactische principes herkennen - Ordenen van tactische principes	**Doen en regelen** - Spelregels op niveau ordenen - Organiseren van veilig spelen	**Doen en regelen** - Sportief spelen - Direct (of indirect) coachen
Kiezen-Ontwerpen - Kiezen van spelvormen - Leermethoden toepassen	**Kiezen-Ontwerpen** - Kiezen van trainingsvormen - (Taak) een sportief evenement organiseren bijvoorbeeld een speltoernooi	**Kiezen-Ontwerpen** - Spelen veranderen door regels te veranderen - Beoordelen van spelniveaus van elkaar

Figuur 4: Themagebieden en thema's op het gebied van organiseren en ontwerpen

Wanneer leerlingen alle thema's kunnen toepassen, dan kunnen ze hun eigen spel in belangrijke mate zelfstandig en zelfsturend ontwikkelen. Samenwerkend leren is hierbij een belangrijke aanjager voor die ontwikkeling en pittige taken maken dat mogelijk.

Leren over bewegen mag in onze lessen niet ontbreken. Spelen met inzicht biedt kansen voor spelontwikkeling. Dat moet je leerlingen willen leren![6]

Noten:

1 Dietrich K. (1977). *Fussball- spielgemäss lernen- spielgemäss üben*. Schorndorf: Hofmann.
Dietrich K. (1985). *Sportspiele.* Reinbek.
Dietricht K., Dürrwächter. G. & Schaller, H.J. (1994). *Die grossen Spiele*. Aachen.

2 Bunker, D. & Thorpe. R. (1982). A model for the teaching of games in the secondary schools. In: *Bulletin of Physical Education, 18 (1),* 5-8.

3 Griffin, L.L., & Butler, J.I. (Eds.; 2005). *Teaching games for understanding. Theory, Research, and Practice.* Champaign, Il.: Human Kinetics.

4 Timmers, E. (2007). *Voor applaus moet je het niet doen.* Baarn: De Vrieseborch.

5 Timmers, E. & Mulder, M.J. (2006) *Didactiek voor Sport en Bewegen*. Baarn: De Vrieseborch en Mark, W.van der, Roode, D. & Timmers, E.(2007). *Slim, spelen.* Meppel: Edu'actief.

6 De volgende serie artikelen die in 2007 in de LO zijn gepubliceerd geven samen een beeld van het model *actief leren onderwijzen (ALO)*. Een model dat in vakontwikkelingsprojecten is gebruikt. Het zijn: (1) Leuk is link! (nr.2). (2) Leuke linken leggen! (nr.3). (3) Leuk leren leren! (nr.5). (4) Leren in leuke leeromgevingen! (nr.7) en dit artikel.

Correspondentie: e.timmers6@chello.nl

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:24 Pagina 44

NATIONALE SPORTWEEK, 28 MAART TOT EN MET 5 APRIL 2008

Vijf jaar geleden liep de spanning deze periode van het jaar flink op. Was Nederland klaar voor een Nationale Sportweek? Of anders: zou het gezamenlijke initiatief vanuit de georganiseerde sport, de gemeenten, de sportleveranciers en -ondernemers en het sportonderwijs om sport een week lang op zoveel mogelijk locaties extra toegankelijk te maken, beklijven? Hoezo was er ruimte voor een nieuwe themaweek á la de boekenweek? En vooral... is de niet-sportende landgenoot überhaupt wel in beweging te brengen? Meer vragen dan antwoorden....

Door: Sandra van Maanen

Nu, vlak voor de aftrap van de vijfde Nationale Sportweek weten we dat het antwoord op de meeste vragen 'ja' is. De Nationale Sportweek heeft een stevige positie verworven. Missie geslaagd?

'Voor een belangrijk deel wel', zegt Kees Sijbesma, die in oktober 2007 de functie van directeur overnam van Hanneke van den Pol. 'Het concept is ijzersterk. Juist omdat verschillende partners samen de schouders zetten onder een gemeenschappelijk doel, zie je dat de spin-off toeneemt. Via de partners wordt de Nationale Sportweek steeds steviger. Een prachtig voorbeeld is de rol die gemeenten inmiddels vervullen. Op diverse plekken in het land ontplooien gemeenten zelf initiatieven voor een exclusief programma tijdens de sportweek. In de slipstream nemen ze de sportbonden mee. Het moet wel heel raar lopen willen deze initiatieven niet tot structureel sportaanbod leiden.'

VERZILVER KANSEN

Op dat laatste punt ligt echter ook de kwetsbaarheid van de week. Duizenden initiatieven vanuit de sport brachten de afgelopen jaren honderdduizenden Nederlanders op de been. Een - te - klein deel meldde zich vervolgens als lid bij een sportvereniging. 'Dat moet beter, als het lukt mensen in beweging te brengen en enthousiast te maken voor sport, moét de vereniging die kans verzilveren. Met proefabonnementen, zappkaarten voor meer sporten, of anders. Juist door lid te zijn van een vereniging, neemt de kans op levenslange sportbeoefening toe.'

Kracht van de sportweek is volgens de kersverse directeur het communicatievermogen dat de deelnemende partners samen bieden. 'Wat denk je van de sportretailers die via hun klantenkring miljoenen sportconsumenten kunnen bereiken? De ondernemers en de merken hebben hun eigen communi-

Kees Sijbesma



FOTO: NOC*NSF

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:24 Pagina 45

catiekanalen behoorlijk ingezet. Natuurlijk heeft een nieuw initiatief tijd nodig om iedereen mee te krijgen. Het is logisch dat niet elke individuele ondernemer meteen inziet wat de sportweek hem oplevert.'

Eén van de hoofdsponsors van het eerste uur is McDonald's. 'Een gigantische bijdrage aan bereik en motivatie mag op het conto van deze partner worden bijgeschreven. De Sportweek past goed bij McDonald's, juist waar het draait om de boodschap plezier in het leven, genieten, plezier in sport.'

NIET ÉÉN, MAAR MEER SPORTEN

De lustrumeditie van de Nationale Sportweek wordt precies zo neergezet als de vier eerste weken. Een goede centrale organisatie van activiteiten, aantrekkelijk aanbod op zoveel mogelijk plekken en een website waarop nu al een fraaie lijst met exclusief kennismakingsaanbod te vinden is. Kees Sijbesma: 'De

DIRECTEUR KEES SIJBESMA: 'WEES SPORTIEF, DOE MEE!'

boodschap luidt dan ook: wees sportief, doe mee! Hiermee richten we ons op sporters en niet-sporters. Mensen die al lekker bewegen en het plezier in sport ontdekt hebben, proberen we te stimuleren ook eens bij een andere sport te kijken. Combinaties van sport kunnen heel verfrissend zijn. Steeds meer voetballers vinden het leuk een balletje op de golfbaan te slaan, terwijl hardlopers ontdekken dat zwemmen heerlijk is om de spieren soepel te houden.'

'We hopen dat de sporters een niet-sportende collega, partner of buurman zover krijgen nu ook in actie te komen. Enthousiasme voor de sport zit 'm niet alleen in het aanbod, maar ook in het sociale aspect. Regel een sportdate, want samen sporten is fun en biedt een extra garantie om door te gaan. Het aanbod van de vijfde sportweek sluit daar op aan.'

AMBASSADEURS

De formule van 'de dagen van' heeft zijn kracht bewezen en wordt ook dit jaar ingezet. 'De diversiteit van sportaanbod is fantastisch. Juist waar het draait om de keuze van een tweede of derde sport, werkt dit concept van 'sportshoppen'. De rol van de ambassadeurs is trouwens essentieel. Bekende Nederlanders als Hans Dijkstal, Hella van der Wijst, Frits Wester, Edward van Cuilenborg, Yvonne van Gennip, Elsemieke Havenga, Peter Heerschop, Jochem van Gelder en Joris Putman werken belangeloos mee aan de promotie van de sport. Vooral in de communicatie naar het publiek dat van nature niet zo open staat voor sport en bewegen.'

Naast het wederom stevig neerzetten van de sportweek met de boodschap 'kom in beweging, zoek een maatje' stelt de nieuwe directeur zich een tweede opdracht. 'We moeten het promotiekarakter van de week om zien te buigen naar sporten bij een vereniging. Daarvoor zijn we op zoek naar nieuwe, sterke partijen. Nu is de Sportweek vooral een kans op kennismaken met sport, straks willen de drive om lid te worden én te blijven meer inhoud geven. Parallel daaraan verkennen we de kansen die zich voordoen om meerdere activiteiten per jaar de initiëren.'

30 MINUTEN BEWEGEN

Bijzonder wordt de lustrumeditie van de sportweek in ieder geval. 'Meer dan gelukkig zijn we met de toetreding van een nieuwe partner, het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) tot de Sportweek. NISB is in staat de boodschap 'kom óók in actie bij de vereniging' kleur te geven. De wereldrecordpoging om landgenoten een half uur lang in beweging te brengen, vormt straks één van de hoogtepunten van de week', weet Sijbesma.

SPORTIEFSTE SCHOOL VAN NEDERLAND

Een ander hoogtepunt is de bekendmaking van de sportiefste school van Nederland. In samenwerking met de alliantie School en Sport wordt -opnieuw niet helemaal toevallig- juist tijdens de sportweek bekendgemaakt welke school in het voortgezet onderwijs qua sportaanbod met kop en schouders boven de rest uitsteekt.

'Beschouw deze verkiezing niet als eenmalig mediamoment, want daar draait het nu nét niet om', stelt Sijbesma. 'Het is het houvast voor een betere verankering van sport in het onderwijs. In feite is dat het cement van het hele programma: door voorbeelden te tonen van aanbod, hopen we mensen op goede ideeën te brengen, te inspireren. En ook nu weer: door samenwerking met (commerciële) partners kan zoveel méér.'

KONINKLIJKE ROUTE

Aandacht verdient ook de opening van een Koninklijke route in Apeldoorn door niemand minder dan Hare Majesteit zelf. 'De route leent zich perfect voor wandelen, (hard)lopen, joggen, nordic walking, skaten en nog meer. Voor de KNBLO is dit een fantastische kans om de wandelsport te promoten. Daar vaart de bond wel bij, maar de Nationale Sportweek natuurlijk ook', besluit Sijbesma.

KVLO

Ruim 9000 aangesloten sportleraren vormen één van de belangrijkste pijlers om met name de jeugd blijvend te stimuleren te sporten. Kees Sijbesma: 'Wordt 'begeestering' niet juist door de leerkracht lichamelijke opvoeding overgebracht? Sportleraren zijn superbelangrijk, ze zitten zo dicht tegen de jeugd aan en zijn als geen ander in staat passie over te brengen.'
Naast KVLO zijn VSG, NOC*NSF, Mitex en FHGS initiatiefnemers van de Nationale Sportweek.

Correspondentie: sandra.vanmaanen@noc-nsf.nl

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:25 Pagina 46

MELD JE AAN!

VIERDE VERKIEZING VAN DE SPORTIEFSTE VO-SCHOOL VAN NEDERLAND

In het voorjaar van 2008 organiseert de KVLO samen met NOC*NSF voor de vierde keer de verkiezing van de sportiefste VO-school van Nederland. De organisatie is mede mogelijk gemaakt door de Alliantie School & Sport, *samen sterker* en andere betrokken partners in het werkveld van school & sport en bewegen zoals de Stichting Nationale Sportweek. De slotmanifestatie zal plaatsvinden op donderdag 3 april in het Hotel en Congrescentrum Papendal te Arnhem. Deze dag valt in de Nationale Sportweek 2008 en past in het programma van het Nationale Jeugddebat over Sport en Bewegen. *Door: Aernout Dorpmans*

EEN ANDER JASJE

In vergelijking met voorgaande jaren is de selectieprocedure enigszins veranderd. Anders dit jaar: scholen die zich hebben aangemeld of via de aanvraag certificering hebben aangegeven voor nominatie in aanmerking te willen komen, na selectie, worden vooraf gevisiteerd op de schoollocatie. De jury gaat als een 'visitatiecommissie' naar de genomineerde scholen toe.
In gesprekken met de schoolleiding, de sectie bewegingsonderwijs én ouders en leerlingen wil de jury een nog beter beeld verkrijgen over hoe bewegen en sport, binnen- en naschools in de praktijk vorm is gegeven. Hiermee komt de vakinhoudelijke bevraging door de vakjury op de dag zelf te vervallen. De dertig minuten die we nu hadden, werden door zowel de scholen als de jury als erg kort ervaren. Met deze aanpak hopen we in de diverse gesprekken meer de diepte in te kunnen gaan om zo een nog reëler beeld van de aanpak te zien en een nog betere argumentatie te verkrijgen om de uiteindelijke winnaar vast te kunnen stellen.
Daarnaast zal er dit jaar nadrukkelijk gekeken worden op welke wijze scholen vorm en inhoud hebben gegeven aan samenwerkingsverbanden met gemeenten en sportverenigingen in de buurt van de school. Wat blijft is dat er voor de leerlingen een feestelijke happening op Papendal wordt georganiseerd.
Doelstelling van de verkiezing blijft het geven van een kwaliteitsimpuls aan bewegen en sport voor alle leerlingen op de school. Daarbij moet in het aanbod duidelijk zijn dat de school expliciet er naar streeft om de ambitie van de Alliantie School & Sport waar te maken. De ambitie is: een dagelijks aanbod van bewegen en sport onder schooltijd of daarbuiten te realiseren.



Duidelijk de winnaars

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:25 Pagina 47



Capoeira



CRITERIA

Genomineerd worden de scholen die voldoen aan de volgende criteria:

- een borging van de uren bewegingsonderwijs in onderbouw en tweede fase
- realisatie van de wettelijk voorgeschreven kerndoelen en eindtermen voor bewegingsonderwijs VO
- het aanbieden van een uitdagend bewegings- en sportaanbod in de reguliere lessen en ook een uitdagend en aantrekkelijk (dagelijks) programma buiten het lesprogramma om
- structurele samenwerking met lokale sportverenigingen of andere aanbieders van bewegen en sport
- betrokkenheid bij maatschappelijke organisaties, via stages of andere leerwerkprojecten
- aandacht voor alle leerlingen, niet alleen de toppers maar ook de bewegingszwakkere leerlingen
- gefocust zijn op een gezonde leefstijl
- participatie van leerlingen en/of ouders in het veld bewegen en sport.

DE VISITATIE

Alle aanmeldingen en inschrijvingen worden door de nominatiecommissie beoordeeld op bovenstaande punten. Daarna doet de commissie een voordracht van vijf scholen. De jury bezoekt vervolgens één dagdeel de genomineerde scholen. De bezoekdag wordt in overleg met de schoolleiding en de vaksectie afgesproken.
De visitatiecommissie bestaat uit vertegenwoordigers of afgevaardigden van organisaties en instellingen die zich bezighouden met de school, het bewegingsonderwijs en de sport.
De jury focust zich tijdens het visitatiebezoek op de volgende punten:

- het draagvlak in de school
- de wijze van invoering
- de onderwijskundige en didactische implementatie in de school
- structurele samenwerkingsverbanden in het licht van de ambitie van de Alliantie School & Sport
- de financiële onderbouwing
- facilitering docenten
- het perspectief voor de toekomst, duurzaamheid en verankering van het beleid en de mogelijkheden voor andere scholen; kan de school als voorbeeld van 'good practice' dienen?

SLOTMANIFESTATIE

De vijf genomineerde scholen komen met dertig leerlingen naar Arnhem. De leerlingen nemen deel aan het Nationale Jeugddebat over Sport en Bewegen. Tussen de debatronden presenteren de scholen zich on-stage aan elkaar. De stageperformance moet gedaan worden met (een deel van) de groep leerlingen die aan het debat deelneemt. Deze presentatie wordt apart beoordeeld. Het aanwezige publiek bepaalt welke school de publieksprijs wint.
Tijdens de lunchpauze zullen er sportieve activiteiten en clinics plaatsvinden. Na het sportieve deel volgen er nog twee debatronden en zal op het einde van de dag bekend worden gemaakt welk school de Award: De Sportiefste VO-school 2008 wint en welke school met de publieksprijs naar huis gaat. Het definitieve programma zal met de genomineerde scholen ge-

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:25 Pagina 48



Oefenen voor de putt

communiceerd worden. Een globale opzet van deze dag kunt u vinden op *www.schoolensport.nl*.

DEELNAME

Er zijn twee manieren om aan de verkiezing deel te nemen.

Vrije aanmelding

Scholen kunnen zich aanmelden door het vragenformulier van de website *www.schoolensport.nl* te downloaden en voor 10 maart 2008 de antwoorden op de vragen van het format te sturen naar de secretaris van de jury.
Dit format is ook de basis van de gesprekken tijdens de visitatie door de jury.

Gecertificeerde scholen

Vanuit de nominatiecommissie zullen scholen die zich hebben laten certificeren als 'sportactieve school' benaderd worden om deel te nemen aan de verkiezing. Als ze dat willen, kunnen ze zich aanmelden.

Voor 15 maart zullen alle scholen bericht krijgen omtrent de nominatie. In week 10 en 11 zullen de genomineerde scholen bezocht worden. De jury zal in week 13 bij elkaar komen om te bepalen wie de uiteindelijke winnaar 2008 - 2009 is. Op 3 april zal de juryvoorzitter de naam bekendmaken tijdens de slotronde van het Nationaal Jeugddebat Sport & Bewegen.
De 'spelregels' kunt u uitgebreider lezen op de website van de afdeling school&sport van de KVLO. Hier vindt u ook de tijdsduur van de stageperformance en een globale indeling van de dag.
In principe zijn er geen kosten verbonden voor deelname aan deze verkiezing. De bus zal tot een maximumbedrag van € 550,00 worden vergoed.

DE PRIJZEN

Naast een fantastische dag op Papendal zullen er waardecheques te verdienen zijn. Deze cheques kunnen besteed worden bij de vier grote leveranciers van gymnastiek- en sportmaterialen. Dat zijn: Janssen en Fritsen Nederland BV, Helmond, BOSAN BV, Haaksbergen, Schelde Sports, Goes en Nijha bv uit Lochem.
De cheques kunnen niet verzilverd worden of worden gebruikt om uitstaande rekeningen te vereffenen.

Foto's: Hans Dijkhoff

Correspondentie: schoolsport@kvlo.nl

ADVERTENTIE

ZWERFSPORT:
Dé specialist in actieve werkweken!

- Schoolskireizen in Oostenrijk en Frankrijk
- Zeilkampen in Nederland en werkweken in Nederland en België
- Actieve werkweken elders in Europa



WATERSPORT:
Van zeilen tot golfsurfen
Nederland - Frankrijk - Italië



OUTDOOR:
Van Klettersteig tot canyoning
Nederland - Belgie - Duitsland - Frankrijk - Italie - Slovenie



WINTERSPORT:
Oostenrijk en Frankrijk

Voor meer informatie:

www.zwerfsport.nl

of neem contact met ons op voor een vrijblijvende offerte:

Tel: +31 (0)23-56 28 370
Fax: +31 (0)23 56 52 986
E-mail: info@zwerfsport.nl

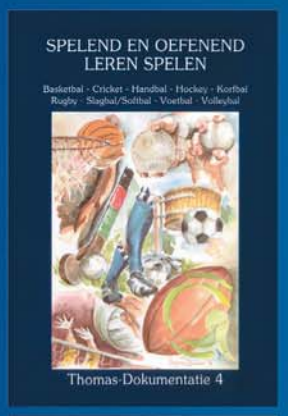
ZWERFSPORT OUTDOOR

Kies Zwerfsport Outdoor voor waardevolle programma's met intensieve begeleiding en betrokken instructeurs!
Gratis kennismakingsweekend voorjaar 2008

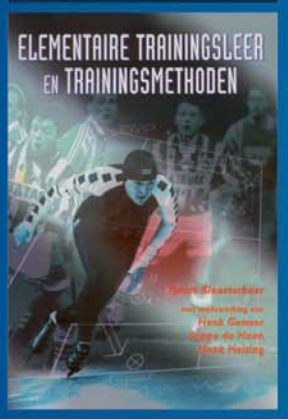
TÜV SERVICE CHECK

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:25 Pagina 49

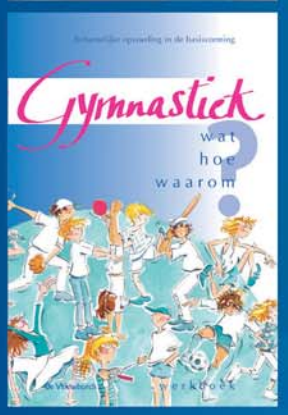
In beweging met De Vrieseborch



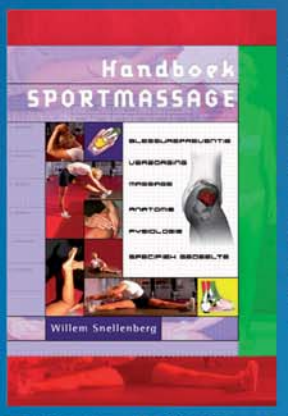
SPELEND EN OEFENEND LEREN SPELEN
In dit boek zijn negen spelsporten naar de onderwijspraktijk uitgewerkt. Dit zijn basketbal, cricket, handbal, hockey, korfbal, rugby, softbal, voetbal en volleybal.
Prijs € 19,95
ISBN 978 90 6076 278 3



ELEMENTAIRE TRAININGSLEER EN TRAININGSMETHODEN
Boek over trainingsdoelen en -methoden voor sportleiders en sportleiders in opleiding.
Prijs € 19,95
ISBN 978 90 6076 409 1



GYMNASTIEK, WAT, HOE EN WAAROM?
Dit boek ondersteunt de leerlingen in het begrijpen van het hoe, wat en waarom van gymnastiek.
Prijs € 13,95
ISBN 978 90 6076 533 3

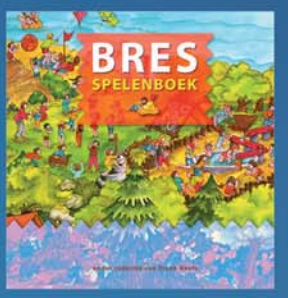


HANDBOEK SPORTMASSAGE
Dit studieboek slaat een brug tussen preventie en blessurebehandeling, waarbij de nadruk ligt op het voorkomen van blessures.
Prijs € 47,95
ISBN 978 90 6076 355 1



BASISDOCUMENT BEWEGINGSONDERWIJS
Een onmisbaar boek voor vakleerkrachten in het basisonderwijs en studenten in opleiding. Met uitwerking van twaalf leerlijnen.
Een uitgave van het Jan Luitingfonds.
Prijs € 52,50
ISBN 978 90 7233 536 4

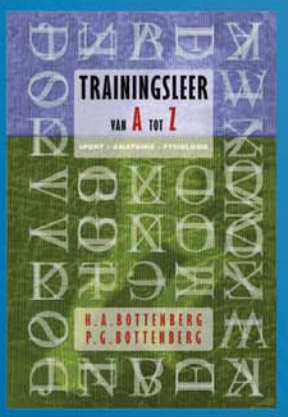
Inclusief CD-ROM!



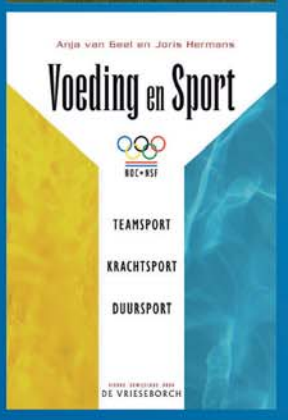
BRES SPELENBOEK
Hét boek voor het leiden en begeleiden van sportieve, recreatieve activiteiten.
Prijs € 25,-
ISBN 978 90 6076 506 7



SPORT, BEWEGEN EN GEZONDHEID
Naast een belangrijk theoretisch basisboek is dit ook een boek met uitgebreide trainingsprogramma's en adviezen.
Prijs € 16,95
ISBN 978 90 6076 552 4



TRAININGSLEER VAN A TOT Z
Een verklarende woordenlijst voor iedereen die sporters begeleidt.Prijs € 35,95
ISBN 978 90 6076 467 1



VOEDING EN SPORT
Per tak van sport wordt in dit boek aandacht aan voeding besteed, mét praktische adviezen.
Prijs € 14,95
ISBN 978 90 6076 418 3



DE VRIESEBORCH

Alle boeken zijn verkrijgbaar bij boekhandel en warenhuis

www.tirion.nl

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:25 Pagina 50

RUGBYCLINIC VOORTGEZET ONDERWIJS

Op zaterdag 15 maart organiseert de Stichting World Port Rugby Event uit Rotterdam samen met de Nederlands Rugby Bond een clinic voor docenten LO die werkzaam zijn het voortgezet onderwijs. Tevens staat deze clinic open voor studenten van ALO-opleidingen en leerlingen die het vak BSM volgen. Iedere docent mag naast zijn eigen aanmelding ook twee leerlingen inschrijven. De clinic wordt verzorgd door collega's die nauw betrokken zijn bij de opleidingen van de rugbybond. *Door: Aernout Dorpmans*

WPRE

De Stichting World Port Rugby Event (WPRE) stimuleert in de regio Rotterdam het kennismaken met rugby van kinderen en jongeren op de scholen. Ze doet dit samen met de Gemeente Rotterdam en de lokale rugbyverenigingen. Vanuit de sportkennismakingslessen, de naschoolse opvang en introductielessen op de clubs moet een doorstroming gaan ontstaan.
In de wijken waar geen rugbyclub is, wordt hard gewerkt aan het oprichten van schoolrugbyverengingen waar het Tag Rugby een onderdeel van zal uitmaken. Collega's Wim van Beek en Wim van Gelderen zijn daar nauw bij betrokken.

Voor alle leeftijden



FOTO: ANITA RIEMERSMA

DE CLINIC EN LEERLINGEN

Centraal bij deze clinic staat de veilige introductie van het spel op school. Op veel scholen is het rugbyspel een veel aangereikte activiteit in de tweede fase. Voor het beoefenen van een contactsport zoals rugby nu eenmaal is, hebben de leerlingen naast een aantal technische vaardigheden ook een 'sportieve' instelling nodig. Sportiviteit, een juiste mentaliteit én eerlijk spelen zijn daarom ook de belangrijkste kenmerken van het spel. Respect hebben voor de tegenstander is een wezenlijk aspect.
Leerlingen hebben vaak een idee dat 'alles kan en mag' bij rugby. In de praktijk is het een 'snel', 'opwindend' en 'intensief' spel dat de inzet van alle spelers vereist. Vandaar dat we ook leerlingen de kans geven om met deze sport kennis te maken. Daarbij denken we niet alleen aan jongens maar ook aan meisjes. Ook voor hen is rugby een 'uitdagende' en 'enerverende' sport. Indien veel leerlingen zich aanmelden zullen we daar een 'eigen, aangepast' programma voor samenstellen.
In het kader van het 75-jarig bestaan organiseert de rugbybond in mei het EK voor dames. Op tv zal de komende maanden de rugbysport ook weer in volle belangstelling staan door de wedstrijden van de Six Nations 2008. Deze wedstrijden zullen worden uitgezonden door de NOS. Op 12 april a.s. vindt de finale van de Ereklasse plaats in Amsterdam. Deze wedstrijd en de play-offs zullen door de NOS in beeld worden gebracht.

PROGRAMMA

Naast de basisvaardigheden om rugby op school te kunnen spelen, zullen ook diverse spelvormen aangereikt worden.

Spelenderwijs zal het spel van de 'drie-kwarten' uitgelegd worden. Wat langer zullen we stilstaan bij het veilig en methodisch juist aanleren van de tackel-vaardigheden. Na afloop van de clinic zal er ook een selectiewedstrijd plaatsvinden die we bezoeken.

De juiste locatie en de routebeschrijving zal op de website van de afdeling schoolsport worden gepubliceerd. Op deze website kunt u ook inschrijven.

Het programma

09.30 uur: ontvangst
10.00 uur: eerste clinic: basisvaardigheden
11.00 uur: pauze
11.15 uur: tweede clinic: aanleren tacklevaardigheden
12.30 uur: lunchpauze: eenvoudige broodmaaltijd
13.00 uur: derde clinic: het spel van de drie-kwarten én zelf spelen
14.15 uur: douchen
15.00 uur: Kick-off Demo selectiewedstrijden
16.30 uur: afsluiting

Deelname aan deze clinic kost € 35,00 voor leden van de KVLO. Niet leden betalen € 42,50. Leerlingen en studenten betalen € 20,00.
Inschrijven kunt u op website: *www.schoolensport.nl*. De inschrijving stopt op zondag 11 maart a.s. Voor meer informatie kunt u terecht bij Aernout Dorpmans, tel.: 030 692 0847

Correspondentie: schoolsport@kvlo.nl

ADVERTENTIE

Rusland Kinderhulp helpt!



Uw hulp helpt ook! Giro 2380041

Stichting Rusland Kinderhulp zet zich in voor de kinderen (en hun ouders) die wonen in de door de Tsjernobyl-ramp besmette gebieden.
Jaarlijks worden er groepen kinderen voor een gezondheidsverblijf naar Nederland gehaald.
Verder verzorgt de stichting hulpgoederen naar Wit-Rusland, waarbij alles wordt geregistreerd opdat het niet in beslag genomen wordt door de douane en de goederen terecht komen bij de hulpbehoevenden.
Een belangrijke nieuwe tak waarmee Stichting Rusland Kinderhulp zich bezighoudt is de zelfredzaamheid van het land. Daartoe worden agriprojecten opgezet onder het motto:
LEREN - WERKEN - GELD VERDIENEN.
Rusland Kinderhulp heeft inmiddels een goede reputatie opgebouwd als humanitaire organisatie in Wit-Rusland.
Uw hulp helpt ook!
U wordt al donateur voor €12,50 per jaar.

Stichting Rusland Kinderhulp
Jan Bruins Slotstraat 7
7913 ZZ Hollandscheveld
Telefoon (0528) 34 11 04
(tijdens werkdagen van 9.00-12.00 uur)
info@ruslandkinderhulp.nl
www.ruslandkinderhulp.nl





centrum voor NASCHOLING AMSTERDAM

UvA HvA

Professionele begeleiders in de school

Opleidingen 2008-2009

Coach in het Onderwijs

Eénjarige Post-HBO registeropleiding

Supervisor in het Onderwijs

Tweejarige Post-HBO registeropleiding (LVSB erkend)

Interne personeelsbegeleiding faciliteert en stimuleert professionalisering in het kader van de wet BIO, individueel en in teams. De door ons opgeleide begeleiders leveren een bijdrage aan het vormgeven van integraal personeelsbeleid, het werken aan onderwijsvernieuwing en de ontwikkeling tot opleidingsschool.

Coaching vindt primair plaats binnen de context van de schooldoelen. Supervisie richt zich op meer persoonlijke leertrajecten van de medewerker als professional.

De opleidingen richten zich op docentbegeleiders, opleiders en midden-managers die taken op het gebied van begeleiding van personeel (gaan) vervullen, nascholers en adviseurs. Zij rusten toe voor een (bovenschoolse) begeleidingsfunctie in de organisatie.
In maart t/m mei organiseren wij op diverse locaties voorlichtings-bijeenkomsten.

Informatiebijeenkomsten 2008

Coach: 22/4 en 21/5 in Amsterdam én Den Bosch
Supervisor: 19/3 en 31/3 in Amsterdam; 20/3 en 3/4 in Den Bosch

Meer info: www.centrumvoornascholing.nl of ibakker@cna.uva.nl

CSLO0108

TRENOMAT SCHEIDINGSWANDEN



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

TRENOMAT
DE GRAAF EN VAN STIJN BV

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

Al 40 jaar gespecialiseerd in nieuwbouw & onderhoud



'Adventure way of learning'

Workshops
voor LO-docenten

Adventure Awareness
Maak kennis met Adventure en ervaar zelf de moge-lijkheden die Adventure voor LO te bieden heeft.
1 dag: 9 mei

Adventure Games
Leer kant en klare Adventure activiteiten voor alle doelgroepen. Ook zeer geschikt voor schoolkampen ed.
2 dagen: oa. 25 en **26 maart**

Adventure Programming
Verschaf kennis, inzicht en ervaring voor het ontwikkelen van een eigen Adventure Programma op school.
4 dagen: oa. 1,2,8 en 9 april

Kijk voor meer data, info en aanmelden op onze website of bel 020 - 64 64 221

www.projectadventure.nl
workshops@projectadventure.nl

PROJECT ADVENTURE

ACTIE NIEUW bij SIDIJK

Heeft u iets te vieren ...?
Jubileum, Sportdag of Slotfeest







Wij hebben voor u de materialen
SUPERCOOL ... Click & Go !



AIR FUN



Springkussen of Klimwand
Tumblingbaan of Airvlak
Flikflakker of Creaqbus
Bobslee of Doelschietwand
Bel voor Info: 0348-444879
of bel SIDIJK: 0566-625700

Huur nu onze
AIRFUN AANHANGER
met VIER artikelen
voor slechts € 250
CLICK & GO



Sidijk
Maakt van bewegen een feest!

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:25 Pagina 53

TIENDE STUDIEDAG BEWEGEN, SPORT EN MAATSCHAPPIJ VOOR HAVO EN VWO

KVLO en SLO organiseren op donderdag 24 april 2008 de landelijke studiedag BSM (de nieuwe naam van LO2 in h/v). Ook deze keer is de dag gericht op het uitwisselen van ervaringen door en met alle belangstellenden voor BSM in havo en vwo. De studiedag wordt dit jaar gehouden in de Diekmanhal, J.J. v. Deinselaan 28 7541 BR in Enschede. Het doet ons een groot genoegen u een hoog gehalte aan praktijkworkshops te kunnen aanbieden.

Het inschrijfformulier en een uitgebreide beschrijving van de workshops vindt u op *www.kvlostudiedagen.nl*

Voor meer informatie kunt u terecht bij Eric Swinkels (074 243 2507/*e.swinkels@slo.nl*) of Guus Klein Lankhorst van de KVLO (050 526 1123/*guus.kleinlankhorst@kvlo.nl*).

Programma

Vanaf 09.30 uur	Ontvangst
10.00 - 10.30	Inleiding
10.45 - 12.00	Workshopronde 1
12.00	Lunch
12.45 - 14.00	Workshopronde 2
14.00 - 14.15	Theepauze
14.15 - 15.30	Workshopronde 3
15.45 - 16.00	Plenaire afsluiting, gelegenheid voor vragen

De workshops

Workshop	Verzorgd door	P/T
Inleiding 10 jaar BSM	Berend Brouwer (SLO)	Theorie
1 Lacrosse	Jorrit Grob (Lacrosse Groningen)	Praktijk
2 Zelfverdediging: module judo	Onno Reehoorn (Greijdanus Zwolle)	Praktijk
3 Dans	Jaap van 't Hoff (Oostvaarders College Almere)	Praktijk
4 Frisbee beoordelen	Eric Swinkels (SLO)	Praktijk
5 Onderzoeksopdracht voor vwo	Eric Swinkels (SLO)	Theorie
6 PTA voor BSM	Eric Swinkels (SLO)	Theorie
7 Toetsen en beoordelen bij BSM	Wessel van de Kamp (Sg Guido de Bres Amersfoort)	Theorie
8 Turnen: het gebruik van de tumblingbaan	Sectie LO Stedelijk Lyceum Enschede locatie Tiemeister	Praktijk
9 Bewegen beleven: verbindingen met het basisdocument onderbouw VO	Hans Dijkhoff (ALO, Amsterdam)	Praktijk
10 Vergelijkend onderzoek naar gebruik van methoden/literatuur bij BSM	Hilde Bax (Beleidsmedewerker KVLO)	Theorie
11 Maatschappelijke stage	Dennis Witsiers (Fontys Sporthogeschool/Beatrixcollege)	Theorie

VOOR AFDELINGSBESTUURDERS

De regiocoördinatoren nodigen de afdelingsbestuurders van de KVLO uit voor een tweedaagse studiedag.

Thema: *communicatie*
Datum: 10 en 11 april
Locatie: Golden Tulip in Garderen.

Programma

Dag 1: 10.00 uur - 21.00 uur

- *Creatief denken* o.l.v. drs. Ben Veld.
- *Journalistieke en wervende teksten* o.l.v. drs. Wil Michels.
- *Sponsoring: inleiding* o.l.v. Rob Spierenburg.
- *Sponsoring* o.l.v. Edwin Bos (spreker).

Dag 2: 10.00 - 12.30 uur

- *Handvatten voor de webmaster* o.l.v. ir. W.C.J.P. Knab (Wolf).

Het uitgebreide programma staat op de website - regiocoördinatoren - regio-nieuws.
U kunt zich als afdelingsbestuurder opgeven vóór 12 maart, via het toegestuurde inschrijfformulier, bij uw regiocoördinator.

LAATSTE PAGINA
DOOR BAUKJE ZANDSTRA



WETTELIJKE VERANKERING LO2 VMBO

LO2 vmbo heeft formeel de status van een examenvak. Dit betekent dat scholen zonder nadere toestemming kunnen starten of kunnen voortgaan met het aanbieden van LO2 als keuzevak in het vrije deel van de gemengde en theoretische leerweg van het vmbo.

SCHOOLVAK GYMNASTIEK LEUKSTE VAK

Leerlingen in Nederland en Vlaanderen houden het meest van het schoolvak gymnastiek. Dat blijkt uit een onderzoek van de Nederlandse Taalunie onder een brede groep volwassenen en leerlingen van het voortgezet onderwijs. Het vak Nederlands wordt het nuttigste gevonden, maar staat wat populariteit betreft op de negende plaats. Lichamelijke opvoeding staat wat nuttigheid betreft op de veertiende plaats (van de 20). Het taalpeil onderzoek 2007 staat op *http:// taaluniversum.org*. Het is interessant een aantal gegevens te leggen naast die uit het kwaliteitsonderzoek 'Naar beter bewegingsonderwijs'.

EDUCATIE DOOR GEORGANISEERDE JEUGDSPORT

Sport kan zeer vormend zijn als er een goede band is tussen trainer en sporter, het klimaat op de sportclub goed is en er aandacht is voor fair play. Dit komt uit een promotieonderzoek van Esther Rutten onder 50 jeugdsportclubs in grote steden met gemiddeld een wat lager opleidingsniveau en opererend in sociaaleconomisch zwakkere wijken. Rutten adviseert sterker in te zetten op de kwaliteit van trainers in communicatieve en relationele vaardigheden en trekt deze aanbeveling door naar de lessen LO en sport in de brede school. Een pleidooi derhalve voor goed opgeleide professionals zowel binnen als buiten school. Het gaat tenslotte om het werken met kinderen. Proefschrift UVA 2007.

AO-DEBAT BEWEGINGSONDERWIJS PO

Op 7 februari vond een algemeen overleg plaats tussen de onderwijscommissie van de Tweede Kamer en staatssecretaris Dijksma over de beleidsreactie inzake de 'Evaluatie van de Leergang Pabo'. Er waren slechts vier fracties aanwezig. Dijksma heeft aangegeven te vertrouwen op het advies van het LOBO inzake de aanbeveling voor een scenario, aangezien dit met experts tot stand is gekomen en een breed samengestelde klankbordgroep gehoord is. Een uitspraak die kenmerkend is voor de conclusies van de commissie Dijsselbloem. De experts voelen zich namelijk onvoldoende en te laat gehoord en de betrokkenheid van de klankbordgroep is vooral op papier geregeld. De Kamer heeft in elk geval afgedwongen zelf nog gehoord te willen worden voordat er een keuze voor een scenario gemaakt wordt. De KVLO is van mening dat snijden in de Leergang kwaliteitsverlies betekent en dat de Leergang eerst zijn vruchten moet kunnen afwerpen alvorens drastische ingrepen te doen. De experts, waar de Pabodocenten toe gerekend kunnen worden, kunnen hun stem dus nog laten horen. Het AO-debat zal waarschijnlijk in de loop van maart zijn. Het hoofdbestuur zal ook reageren.

SCHOLING AFDELINGSBESTUURDERS

Het team regiocoördinatoren heeft op 10 en 11 april speciaal voor de afdelingsbestuurders van de KVLO een tweedaags scholingsaanbod samengesteld met als thema communicatie. Aanmelding tot 12 maart, de belangstelling is groot. Nadere informatie en inschrijving via uw regiocoördinator.

NKS BOYMANSPRIJZEN

Studenten kunnen in 2008 meedingen naar de aanmoedigingsprijs die uitgereikt wordt voor een scriptie over het thema 'Sport & Bewegen' in de maatschappelijke context. Promovendi die een dissertatie of een gelijkwaardig manuscript schrijven kunnen meedingen naar de NKS Boymansprijs. Inzenden voor 18 april. Nadere informatie: *www.boymansfonds.nks.nl.*

ÉÉN LANDELIJKE COMMISSIE VOOR GESCHILLEN WMS

Sinds 1 januari is er sprake van één landelijke commissie voor geschillen WMS voor alle scholen (PO en VO) en voor alle denominaties. De commissie bestaat uit deskundigen en uit een voordracht vanuit de besturenorganisaties, personeelsorganisaties, ouders en leerlingen. Dit moet leiden tot meer eenduidigheid in jurisprudentie en tot meer efficiëntie. Een en ander is geregeld in artikel 30 van de Wet Medezeggenschap op Scholen en te vinden op *www.infowms.nl.*

OPROEP: BEMENSING STANDS STUDIEDAGEN

Het hoofdbestuur doet een oproep aan leden (bijvoorbeeld postactieve leden) die de het leuk vinden de KVLO-stand op de landelijke studiedagen op te bouwen en te bemensen. Het wordt - gezien de toename van het aantal studiedagen - te tijdrovend om dit met bureaumedewerkers te doen. De stand bevat informatie met betrekking tot het lidmaatschap van de KVLO, de KVLO-activiteiten, -projecten en -publicaties. Onkosten worden vergoed en (voor zover inpasbaar) kan aan onderdelen van de studiedag worden deelgenomen

BROCHURE 'VEILIGER BEWEGEN OP DE BASISSCHOOL'

Stichting Consument en Veiligheid (SCV) heeft, in samenwerking met Miriam Hoogendijk van de KVLO, een brochure 'Veiliger bewegingsonderwijs op de basisschool' samengesteld. Het is een handzame aanvulling met checklisten op het aspect veiligheid in het protocol bewegingsonderwijs. Zie LO 2 en zie *www.veiligheid.nl*. Alien Zonnenberg werkt op dit moment vanuit de KVLO samen met SCV aan de ontwikkeling van een soortgelijke brochure voor het voortgezet onderwijs. Deze zal in het najaar verschijnen.

LO 3 2008:LO 3 2008 21-02-2008 10:25 Pagina 55

ADVERTENTIE

LIFE FITNESS PARTNER WELLANT COLLEGE

LIFE FITNESS TROTSE LEVERANCIER WELLANT COLLEGE

Het VMBO Wellant College in Alphen aan den Rijn heeft aan het vak Lichamelijke Opvoeding een 'eigentijdse' variant toegevoegd: fitness. Op professionele fitnessapparatuur ondervinden de leerlingen van 12 tot 16 jaar hoe je op een veelzijdige en verantwoorde manier met je lichaam bezig kunt zijn.

"We zijn in ons college heel bewust van het feit dat je met de tijd mee moet gaan. Het vak gym zoals we dat vroeger kende, is niet meer van deze tijd. Je moet het aantrekkelijk houden voor de leerlingen, zodat je ze kunt leren plezier te beleven aan bewegingsvormen", stelt Dick Berghout, docent LO bij het Wellant College.

TWEELEDIGE INVESTERING Met die gedachte in het achterhoofd, werd er 1,5 jaar geleden al een klimwand geplaatst in het gymlokaal en zijn er professionele judomaterialen. "Vorig jaar hadden we mogelijkheden voor een investering. De aanschaf van goede fitnessapparatuur kon tweeledig gedragen worden. Niet alleen de sector LO heeft er baat bij, maar ook al het personeel", begrepen de docenten al snel. Ze stelden een plan op, waarin eveneens bedrijfsfitness (gelinkt aan de gezondheid en het ziekteverzuim van de leerkrachten) aan bod kwamen. Bedrijfsfitness kan op deze wijze eenvoudig worden aangeboden na de lesuren en tijdens de avonduren als de school geopend is.

LIFE FITNESS De directie was enthousiast over het plan en op het moment dat ze het fiat kregen, konden de LO-docenten op zoek naar fitnessapparatuur. "De speciaalleverancier die ons reeds diverse attributen leverde, adviseerde ons eens te gaan kijken bij Life Fitness", vertelt Berghout. Hij nam contact op met het gerenommeerde merk en ging samen met een collega kijken in de Apollohal in Amsterdam waar praktisch de complete lijn fitnessapparatuur te zien en te testen is. "De apparatuur is kwalitatief erg goed en is eenvoudig in te stellen voor diverse trainingsprogramma's. Leerlingen kunnen meteen plaatsnemen en de oefening uitvoeren, enkel van de fiets moet af en toe het zadel verzet worden. De apparatuur maakt daarnaast tijdens gebruik weinig geluid, wat natuurlijk praktisch is in de schoolomgeving", weet Berghout.

CIRCUITTRAINING Acht krachttrainingtoestellen, een conceptroeier, een crosstrainer en een fitnessfiets werden in een omgebouwd leslokaal geplaatst. Bij het inrichten van de ruimte werd de school geadviseerd door Life Fitness. Een nieuwe vloer, een spiegelwand en wat anatomieposters van het menselijk lichaam aan de muur zorgen in de nieuwe ruimte voor een echte fitnessomgeving. "Afhankelijk van het jaar waar ze in zitten, maken leerlingen tijdens de LO-lessen gebruik van de fitnessapparatuur. Voor eerste- en tweedejaars kan dit bijvoorbeeld de warming up zijn, voor derde- en vierdejaars werken we soms een uur met circuittraining", toont Berghout. Onder begeleiding kunnen de leerlingen op een variërende wijze kennismaken met kracht- en cardiotraining.



Dick Berghout geeft instructie aan enkele leerlingen

KENNIS UITBOUWEN "Gezien de leeftijd van onze leerlingen zijn hun botten uiteraard nog in de groei, daarom trainen we enkel met zeer weinig gewicht. Ons doel is om bewustwording bij hen te creëren over de gezondheidsbevorderende aspecten van bewegen", benadrukt Berghout. De leerlingen zijn erg enthousiast over de nieuwe aanvulling in het lespakket. "En dan zijn we dit jaar pas begonnen. Vanaf nu kunnen we de fitnesskennis en –ervaring van de leerlingen in hun vier jaren op school steeds verder uitbouwen", voorziet de LO-docent met een glimlach.

LifeFitness
lifefitness.com
t 0180 64 66 66 e marketing.benelux@lifefitness.com



Huski

Een begrip in skireizen, groepsreizen en actieve reizen

Het deskundig samenstellen van goede en goedkope reizen voor schoolgroepen vormt een groot deel van ons werk. Onze reizen voldoen aan alle eisen. Meer dan twintig jaar ervaring en een gedegen bedrijfsinfrastructuur staan borg voor hoge kwaliteit. Onze wintersport-groepsreizen zijn een begrip geworden in de Nederlandse onderwijswereld.
Huski is dé onderwijs-specialist bij uitstek, met ondermeer in het outdoor-zomerprogramma een speciaal arrangement voor schoolgroepen: *Een supersurvival in de Ardennen heeft u - all in - voor ca. € 135,- p.p.*
Behalve in de Ardennen werken we met groepen door heel Nederland en in de Eifel, Vogezen, Cevennen, Alpen en Pyreneeën. We organiseren kampen en trekkings op gebied van zeilen, kajakken, bergsteigen, raften, sportklimmen en mountainbiken. Huski verzorgt het vervoer, verblijf, gidsen/ instructeurs en de gehele logistiek.
Voor uw komende buitensportweek maken wij graag een offerte.

SGR

Bel voor informatie en offerte: 0418 - 575090

Postbus 2040 5300 CA Zaltbommel Fax: 0418 - 575091 www.huski.nl

Calamiteitenfonds
Opgericht door ANVR en SGR