100 JAAR

Lichamelijke Opvoeding

Jaargang 100 - 29 juni 2012



Topic
Sportzomer 2012: talent en evenement

KVLO 150

Sportiefste VO-school

Canon LO

Nummer 6

150 JAAR KVLO

Inhoud:

TOPIC

Topic Sportzomer 2012: talent en evenement

Een belangrijke doelstelling van het Olympisch Plan 2028 is het verbeteren van het sportieve klimaat in Nederland. Om de doelstelling te bereiken dient het bewegingsonderwijs een belangrijke rol te krijgen. Het bewegingsonderwijs is namelijk de plek waar we alle jeugdigen kunnen bereiken en waar professionals in sport en bewegen werkzaam zijn. Het herkennen en ontwikkelen van sportief talent en het organiseren van grote sportevenementen (meer) in verbinding brengen met het bewegingsonderwijs is een uitdaging voor de komende jaren. Grote sportevenementen geven inspiratie en kunnen een belangrijke bijdrage leveren aan maatschappelijke doelen. Gezondheid, deelname aan sportactiviteiten, actieve participatie van jongeren, welzijn, cultuur et cetera. Zie daarvoor zeker de bijdrage uit Polen.

04 | De basis ligt in het sport- en bewegingsonderwijs / *Sebastiaan Platvoet, Mark de Niet en Marije Elferink-Gemser*

06 | Sporttalent herkennen en begeleiden / *Marije Elferink-Gemser, Sebastiaan Platvoet, Wietske Idema, Chris Visscher*

09 | Paralympisch talent in het reguliere bewegingsonderwijs / *Guy Steenweg, Frank Jacobs en Sebastiaan Platvoet*

12 | My sportfield Orlik / *Malgorzata Szukalska - Wrona*

20 | Het beste uit jezelf halen / *Maarten Massink*

24 | Excelleren in LO is voor iedereen / *Cindy Didden*

26 | Special Heroes / *Romy Vooijs*

En verder

15 | Canon LO / *Redactie: Hans Dijkhoff*

33 | **Beter leren kijken, is beter leren bewegen** / *Linda Duteweerd*

34 | Verkiezing sportiefste VO-school van Nederland 2012 / *Alien Zonnenberg*

35 | De sportiefste VO-school genomineerden presenteren zich / *Redactie: Hans Dijkhoff*

40 | Jubileumviering meer dan een feestje! / *Hans Dijkhoff*



PRAKTIJK

19 | Het beste uit jezelf halen / *Maarten Massink*

24 | **Excelleren in LO is voor iedereen** / *Cindy Didden*

26 | Special Heroes / *Romy Vooijs*

28 | Nieuwe afgooispelen / *David Sieben*



RUBRIEK

03 | Eerste pagina

16 | Schoolsport, hockey en frisbee

18 | (KV)LO en recht

44 | Boeken

45 | Scholing

46 | Column / Mery Graal

47 | (KV)LO-nieuws

KVLOweb.nl

FOTO OMSLAG: ANITA RIEMERSMA

PRAKTIJKCOVER: HANS DIJKHOFF

Bijna vakantie

Altijd hoop je op een klein wondertje, stel dat van der Vaart snel scoort – en dat deed hij – en dat de Duitsers niet te lang zouden wachten met scoren – ook dat deden ze, dan moet het toch kunnen? Misschien tegen beter in, maar een sprankje hoop was er toch? Tot de 1-1, toen was het definitief voorbij, over en uit. Tijd voor vakantie en op naar de Olympische en Paralympische Spelen in Londen.

Twee activiteiten waar we als KVLO direct bij betrokken waren wil ik nog even terug laten komen. De finale van het voetbal voor het speciaal onderwijs op het KNVB-sportcentrum in Zeist en de finales van Mission Olympic voor het voortgezet onderwijs in en rond het Olympisch Stadion in Amsterdam.

Een feest om al die enthousiaste leerlingen te zien voetballen, 7 tegen 7, jongens en meisjes die doorgaan tot ze niet meer kunnen. Veel vrijwilligers van ROC Midden-Nederland en de scheidsrechters niet te vergeten, zorgden voor een prachtige dag. Onder leiding van Ton Wwinkels heeft de KVLO weer goed werk geleverd! Helaas zijn er nog steeds te weinig kinderen uit het speciaal onderwijs lid van een sportvereniging. Dat heeft ook te maken met het feit dat sportverenigingen vaak niet weten hoe ze met kinderen uit het speciaal onderwijs om moeten gaan. Daarom is het programma *Special Heroes* belangrijk omdat hiermee mogelijkheden voor kinderen uit het speciaal onderwijs om te sporten worden gecreëerd.

Ook Mission Olympic zit er weer op. Meer deelnemers dan ooit en geslaagd dankzij Evert Minderaa en vele collega's. Zelfs de Prins van Oranje was op de finaledag aanwezig, 't is maar waar je je prioriteit legt denk ik maar. Vraag is hoe we met Mission Olympic verder gaan. Schoolsport heeft zeker mogelijkheden om verder te groeien en met een hoofdsponsor als Coca Cola komen ook Europese mogelijkheden in zicht. Het past ook goed in de gedachte van de verkiezing van de sportiefste school van Nederland en misschien ook wel van Europa. Niks mis mee. NOC*NSF is mededrager van Mission Olympic, maar ik zou graag ook de 12 provinciale sportraden willen betrekken om meer regionaal de voorronden af te stemmen en deel te nemen in de organisatie. Het zijn overigens ook interessante leertrajecten voor de hbo- en mbo-opleidingen.



Het schooljaar zit er bijna weer op en ook op ons bureau zal het even wat rustiger worden. De reorganisatie is geweest en de nieuwe werkwijze kan van start gaan. Een woord van dank aan onze medewerkers en kaderleden die zich dit schooljaar vol voor de KVLO hebben ingezet. Een nieuwe fase ligt voor ons waarbij de contacten en communicatie met de afdelingen een speerpunt zullen blijven. Als hoofdbestuur doen we dat graag met jullie!

Namens het hoofdbestuur wens ik jullie een heel prettige vakantie toe!

Jan Rijpstra

COLOFON

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

Redactie: Hans Dijkhoff (hoofdredacteur) Maarten Massink (praktijkredacteur) Jacqueline Tangelder (redactiemedewerkster) Redactieraad: Hilde Bax, Marianne van Bussel, Peter Barendse, Jan Faber, Frank Jacobs, Liesbeth Jans, Mark Jan Mulder, Chris Mooij (VZ), Jorg Radstake en Sebastiaan Platvoet. Redactieadres: KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, Tel.: 030 69 20 847, e-mail: redactie@kvlo.nl. Abonnement Lichamelijke Opvoeding: Jaarabonnement € 60,– (buitenland € 80,–) Losse nummers € 5,– (excl. verzendkosten) Handelsadvertenties: Bureau Van Vliet BV, Passage 13-21, Postbus 20, 2040 AA Zandvoort, fax: 023 571 7680 e-mail: zandvoort@bureauvanvliet.com www.bureauvanvliet.com. Verschijningsdata 2012: 27 jan., 24 feb., 30 mrt, 27 april, 25 mei, 29 juni, 31 aug., 28 sep., 26 okt., 30 nov., 21 dec. Druk: Drukkerij Ten Brink Meppel, Postbus 41, 7940 AA Meppel. Tel.: 0522 855 111. Vormgeving+Opmaak: FIZZ reclame+communicatie, Stationsweg 44a, 7941 HC Meppel. Tel.: 0522 246 162. Aanbieding en plaatsing van teksten en foto's houdt tevens mogelijk gebruik op de KVLO-website in, uiteraard met vermelding van auteur en fotograaf. Overname van artikelen is alleen toegestaan met bronvermelding en na goedkeuring van de auteur. De redactie is verantwoordelijk voor de samenstelling. Niet alle artikelen behoeven de (volledige) instemming van de redactie te hebben.

Wij hebben dit magazine met uiterste zorg samengesteld. Wij hebben daarbij steeds getracht mogelijke rechthebbenden te achterhalen. Indien u onverhoopt meent rechten te kunnen doen gelden, dan verzoeken wij u dit kenbaar te maken bij de redactie.

TOPIC

De basis ligt in het Sport- & Bewegingsonderwijs!

'In de gymles is de basis gelegd voor deze gouden medaille. Dit succes komt voort uit de mogelijkheden die mij op de basisschool al werden geboden. Het juiste sportadvies, de talent(h)erkenning en de mogelijkheden om mijn sportieve kwaliteiten al op jonge leeftijd te ontwikkelen: ik draag deze medaille dan ook op aan mijn gymleraar van de basisschool'.

Door: Sebastiaan Platvoet, Mark de Niet en Marije Elferink-Gemser

Het is 2028 en een Nederlandse medaillewinnaar spreekt de sportpers toe. De basis voor zijn succes is gelegd in het sport- en bewegingsonderwijs. Een utopie denk je? Als het aan het lectoraat Sporttalent van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen ligt niet. Zij ziet een belangrijke rol weggelegd voor het sport- en bewegingsonderwijs (SBO) in het herkennen en ontwikkelen van sportief talent.

Excellentie in het onderwijs

Hoewel de laatste jaren steeds meer aandacht is voor excellentie (op verschillende gebieden) in het onderwijs (zie voor een overzicht van excellentieprojecten de site van Stichting Leerplan Ontwikkeling (SLO)), heeft het sport- en bewegingsonderwijs tot dusverre geen subsidies ontvangen voor een excellentieproject. Wel zijn er kleine lokale initiatieven, zoals in Nijmegen, waarbij de school een ondersteunende rol heeft richting sportvereniging en talent. Voetbalclub NEC heeft bijvoorbeeld een aantal jonge talenten ondergebracht op basisscholen in de buurt van het eigen trainingscomplex De Eendracht. Het idee is dat kinderen direct na school naar het trainingsveld kunnen komen zonder lange reistijd, en dat zij daardoor op een gunstigere tijd (15.00 – 17.00) kunnen trainen. De school zelf heeft hierin echter een beperkte functie en draagt nog niet direct bij aan de ontwikkeling van het sporttalent. Ondanks dat weinig financiën beschikbaar zijn, is in het visiedocument 'Human Movement and Sports in 2028' toptalent benoemd als één van de profileringmogelijkheden van een school (Brouwer, 2011). Het is dus goed mogelijk om te kiezen voor toptalent als profilering. Een dergelijke keuze is volgens de auteur afhankelijk van de omgeving, ambities en plannen van de school. De school in Nijmegen is een voorbeeld van een basisschool die in samenwerking met het lectoraat Sporttalent kiest voor deze profilering en actief een bijdrage wil leveren aan het herkennen en ontwikkelen van de sportief getalenteerde kinderen op hun school.

Huidige kennis

De eerste stap naar de gouden medaille is het herkennen van sportief talent. Om dit al binnen het basisonderwijs te kunnen, is het van belang om een goed profiel te kunnen maken van 'het talent' op zeer jonge leeftijd. Daarom zijn in 2010 vakdocenten LO uit het basisonderwijs bevraagd naar mogelijke kenmerken van kinderen die de potentie hebben in de sport uit te groeien tot een topsporter. Het uitgangspunt van de vragenlijst was een model van Bailey en Morley (2006) waarin talentontwikkeling binnen het bewegingsonderwijs centraal staat (Platvoet, Elferink-Gemser, & Visscher, 2010). Het model houdt in dat een individu een aantal basisvaardigheden moet bezitten om uiteindelijk als talent te kunnen worden beschouwd. Op basis van een literatuurstudie zijn voor elke 'vaardigheid' in het model (psychomotorisch, cognitief, interpersoonlijk, intrapersoonlijk, creativiteit) stellingen geformuleerd. Deze stellingen zijn vervolgens voorgelegd aan vakdocenten werkzaam in het primair onderwijs. Voor elke stelling is de vakdocent gevraagd aan te geven in hoeverre de stelling een kenmerk is van een kind (tussen de zes en acht jaar oud) dat de potentie heeft in de toekomst een topsporter te worden. Uiteindelijk hebben meer dan 400 vakdocenten deelgenomen aan het onderzoek. Volgens vakdocenten in Nederland laten sportieve talenten in de leeftijd van zes tot acht jaar zich kenmerken door zes vaardigheden:

1 doelgerichtheid
2 ontwikkelvermogen
3 motorische vaardigheid
4 creativiteit
5 interpersoonlijke vaardigheid
6 intellectuele vaardigheid.

De resultaten van het onderzoek benadrukken het *multidimensionele karakter* van het herkennen en ontwikkelen van sportief talent. Dit wil zeggen dat op basis van één vaardigheid sportief talent niet kan worden herkend. Vakdocenten vinden doelgerichtheid en ontwikkelvermogen de twee meest belangrijke kenmerken van sportief talent. Dit komt overeen met resultaten van ander onderzoek (Abbott & Collins, 2004; Thomas & Thomas, 1999).

Doelgerichtheid en ontwikkelvermogen

De resultaten van de eerste studie maken het mogelijk om sportief talent beter te karakteriseren, en dat biedt ook de mogelijkheid om een volgende stap te zetten in talentherkenning: de ontwikkeling van testen waarmee de belangrijkste vaardigheden uit de voorgaande studie op een valide en betrouwbare manier in de gymles kunnen worden vastgesteld.



Elkaar helpen



Dat doen we zelf

FOTO'S: HANS DIJKHOFF

In de afgelopen maanden zijn kinderen uit groep 3 en 4 (*n* = 59), die volgens de docent bovengemiddeld vaardig zijn in sport en bewegen, geobserveerd bij het uitvoeren van verschillende oefeningen. Kinderen is gevraagd om een aantal activiteiten (touwspringen, balanceren, jongleren, pittenzakjes werpen) uit te voeren op drie verschillende niveaus; een heel hoog/moeilijk niveau, een hoog/moeilijk niveau en een gemiddeld niveau. Na afloop van deze periode is de kinderen gevraagd hoe leuk ze de activiteit vonden en hoe goed ze zichzelf vonden in de activiteit. Vervolgens kregen de kinderen de mogelijkheid de activiteit te gaan beoefenen waarbij ze zelf het niveau konden gaan kiezen. Hierbij is de keuze van het niveau geobserveerd evenals de inzet tijdens de activiteit. Ten slotte is de kinderen gevraagd waarom ze voor een bepaald niveau hebben gekozen. De vaardigheid doelgerichtheid wordt bepaald aan de hand van of kinderen blijven proberen om het gestelde doel op het niveau van hun keuze te bereiken. Hoe vaak proberen ze de oefening opnieuw? Hoe lang blijven ze actief? Ontwikkelvermogen wordt bepaald aan de hand van de vooruitgang in prestatie binnen een bepaalde tijd (eerste periode versus laatste minuut van de oefenperiode). De verwachting is dat kinderen die zowel doelgericht zijn als veel ontwikkelvermogen bezitten, de meeste potentie hebben om zich in de sport te ontwikkelen tot topsporter. De resultaten van het onderzoek worden momenteel geanalyseerd en in het najaar zal het onderzoek worden herhaald.

Herkenning niet zonder ontwikkeling

De basisschool in Nijmegen waar het onderzoek heeft plaatsgevonden kiest voor sport als profilering. Graag wil zij kinderen met sportieve kwaliteiten de mogelijkheid bieden hun potentie verder te ontwikkelen. Zij ziet hier een rol weggelegd voor de school en de omringende sportverengingen. Een belangrijke conclusie in de wetenschappelijke literatuur is dat talentherkenning en talentontwikkeling twee processen zijn die niet los van elkaar zijn te zien (Vaeyens, Lenoir, Williams, & Phillipaerts, 2008). Dat uitgangspunt hanteren we ook in de plannen voor komend jaar. Op basis van de resultaten uit de verschillende testen en de mening van de docenten worden sportieve talenten op de basisschool geïdentificeerd. Uiteraard wordt dit goed gecommuniceerd met de ouders. Zij die worden gekenmerkt als sportief talent krijgen vervolgens een programma aangeboden van in– en buitenschoolse lessen waarin verschillende vaardigheden voor kinderen optimaal worden ontwikkeld. De jongste groepen zullen vooral meer algemene bewegingsprogramma's aangeboden krijgen, kinderen in de oudere groepen zullen voor een deel ook sportspecifiek bezig zijn. Een nauwe afstemming met de programma's op de sportvereniging is hiervoor essentieel.

Win–winsituatie

Het lectoraat Sporttalent is nauw betrokken bij de plannen voor komend studiejaar op de basisschool in Nijmegen. De basisschool biedt het lectoraat de mogelijkheid om het werkveld op twee manieren van dienst te zijn. Op de eerste plaats door de basisschool te helpen met het identificeren en ontwikkelen van sportief talent. Kinderen worden getest op hun potentie zich te ontwikkelen in de sport, er wordt een programma ontwikkeld voor sportieve talenten uit verschillende leeftijdscategorieën en studenten van de ALO worden opgeleid en ingezet bij de uitvoering van de testen en de programma's. Op de tweede plaats biedt de basisschool het lectoraat de mogelijkheid om gedegen onderzoek te doen. De nauwe samenwerking maakt het mogelijk om kinderen op de basisschool regelmatig te testen en de ontwikkeling van kinderen te volgen. Onderzoekers binnen het lectoraat verkrijgen zo interessante gegevens waarmee meer inzicht wordt verkregen in de complexe processen van het herkennen en ontwikkelen van talent. Het doel is dat meer basisscholen in Nederland die zich willen profileren op dit thema gebruik kunnen maken van de verkregen inzichten zodat sportief talent niet alleen in de sport maar ook in het onderwijs optimale kansen wordt geboden hun potentieel te ontwikkelen.

Referenties

Bailey, R., & Morley, D. (2006). Towards a model of talent development in physical education. Sport, *Education and Society,* 11, 211-230

Brouwer, B. (2012). Human movement and sports in 2028 (2). Een blik in de toekomst van lichamelijke opvoeding / bewegingsonderwijs en sport op school. *Lichamelijke Opvoeding,* 3, 37-39

Platvoet, S.W.J., Elferink-Gemser, M.T., & Visscher, C. (2010). Sporttalent Herkend. *Lichamelijke Opvoeding,* 5, 6-9

Stichting Leerplan Ontwikkeling (2012). Overzicht gehonoreerde projecten excellentieregeling. Opgevraagd van: *http://www.slo.nl/nieuws/00215/ProjectenExcellentieOverzicht_web.pdf/* Vaeyens, R., Lenoir, M., Williams, M., & Philippaerts, R.(2008). Talent identification and development programmes in sport. Current modes and future direction. *Sports Medicine, 38*, 703-714

Sebastiaan Platvoet is teamleider van het kennisteam Talent bij het Instituut voor Sport- & Bewegingsstudies van de HAN. Hij doet promotieonderzoek naar talentherkenning in het sport- en bewegingsonderwijs.

Mark de Niet is lid van het kennisteam Talent bij het Instituut voor Sport- & Bewegingsstudies van de HAN. Hij doet onderzoek naar talentherkenning in het sport- en bewegingsonderwijs en is tevens docent aan de HAN.

Marije Elferink-Gemser is lector Sporttalent aan de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen. Tevens is zij als universitair docent verbonden aan het Centrum voor Bewegingswetenschappen van het Universitair Medisch Centrum Groningen, Rijksuniversiteit Groningen.

Contact:

sebastiaan.platvoet@han.nl

TOPIC

Sporttalent herkennen en begeleiden

Het lectoraat Sporttalent aan de HAN

Tijdens de sportzomer van 2012 zal een groot aantal topsporters de revue weer passeren. Sporten op het hoogste niveau; hoe doe je dat? Beter gezegd, hoe word je een sporter van wereldformaat? De vraag die daar aan vooraf gaat is hoe je een sportief talent herkent en daarnaast, welke begeleiding een talent nodig heeft om te top te halen. Het lectoraat Sporttalent aan de HAN wil de sportpraktijk en het (bewegings)onderwijs antwoord geven op deze vragen.

Door: Marije Elferink-Gemser, Sebastiaan Platvoet, Wietske Idema, Chris Visscher

Voor sportliefhebbers is de zomer van 2012 er één om voor thuis te blijven. Reikhalzend kijken we er naar uit: niet alleen naar de jaarlijks terugkerende grote sportevenementen zoals de Tour de France en Wimbledon maar vooral ook naar het EK voetbal en de Olympische Spelen. Topsport blijft fascineren en ook deze zomer zullen we ons verbazen over het schijnbare gemak waarmee sporters de meest ingewikkelde bewegingen uitvoeren, de kracht en het uithoudingsvermogen die ze daarvoor nodig hebben en de intelligentie waarmee ze tactische beslissingen kunnen nemen. We weten nog niet wie zal winnen en wie de grote verliezers zullen zijn. Ook dat maakt topsport zo aantrekkelijk. Sporters raken ons met de emoties die een rol spelen wanneer ze er alles aan doen om hun best mogelijke prestatie neer te zetten.

De nieuwe generatie aan zet

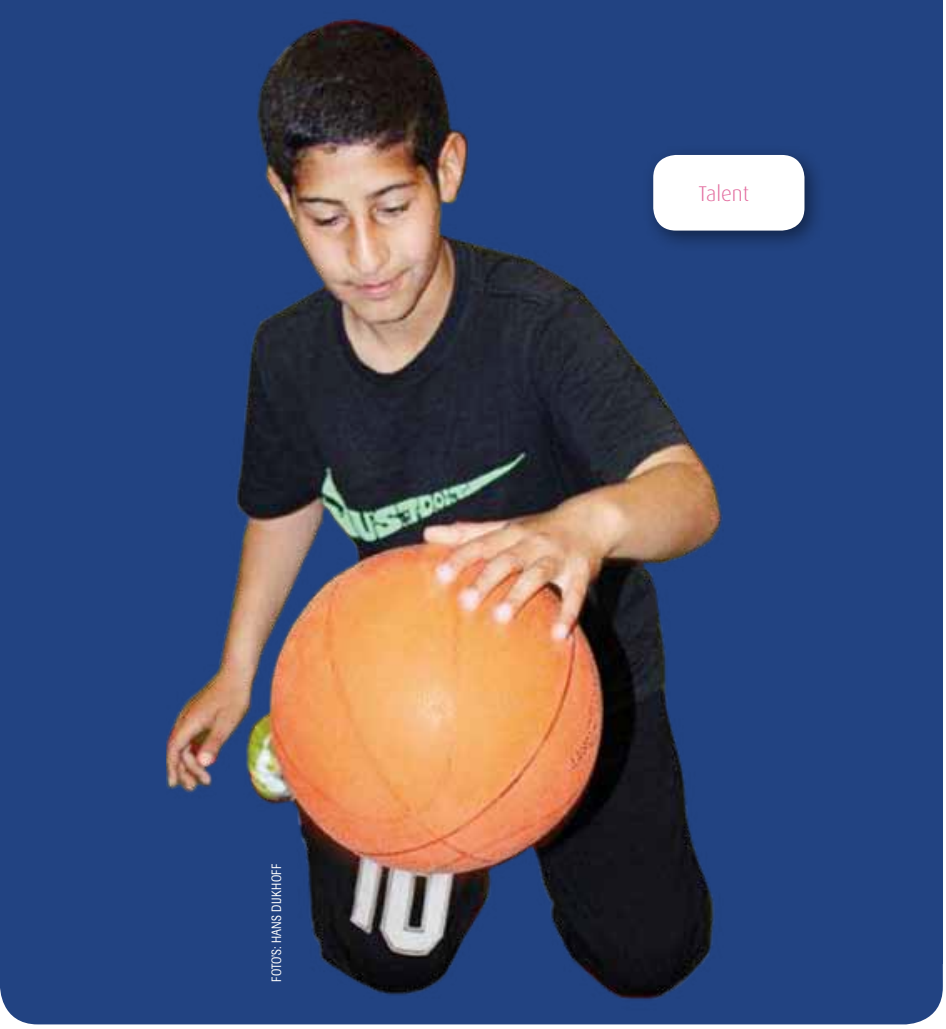
Op het wereldtoneel van de sport zijn we getuige van de uiterste grenzen van het menselijk kunnen. Maar topprestaties worden niet bij toeval geleverd; er gaat een lang en complex proces aan vooraf. Welke weg hebben toppers bewandeld om zo goed te worden? Waren ze ook als kind al de allerbeste? Nog interessanter is het om je af te vragen wat de kenmerken zijn van de nieuwe generatie kinderen die in de toekomst aan de grote sporttoernooien zullen deelnemen. Kunnen we hen herkennen? En hoe kunnen we hen optimaal begeleiden richting de top? Wat zijn de beste programma's voor hen die ons land over, zeg 10 jaar, zullen vertegenwoordigen? Dit zijn intrigerende vragen die aan de basis liggen van het lectoraat Sporttalent van de Hogeschool Arnhem-Nijmegen.

Het hoofddoel van het lectoraat is het verbeteren van de processen van herkennen en ontwikkelen van sportief talent (Elferink-Gemser, Visscher & De Jong, 2011). Het kind en de jongere (vanaf vier jaar tot aan de vroege volwassenheid) in zijn omgeving staat daarbij centraal. Om dit doel te halen, wordt:

1 hoogwaardig wetenschappelijk onderzoek met een duidelijke vertaalslag naar de praktijk opgezet en uitgevoerd. Dit onderzoek leidt tot internationale en nationale publicaties
2 onderwijs voor hbo-studenten en cursussen voor werkenden ontwikkeld en verzorgd. Een voorbeeld is de minor Sports Performance Enhancement
3 diensten verleend aan scholen en sportverenigingen. Een voorbeeld hiervan is de advisering van NEC bij de ontwikkeling van mentale begeleiding van spelers.

Routes naar de top

Inzicht in talentherkenning en -ontwikkeling is van belang voor het verhogen van het prestatieniveau van de Nederlandse sport. Er wordt gestreefd naar een optimale ontwikkeling van ieder kind binnen de mogelijkheden die het kind heeft. Uit retrospectief onderzoek bij topsporters weten we dat er bij de meeste sporten verschillende wegen zijn die naar de top kunnen leiden (Vaeyens, Güllich, Warr & Phillippaerts, 2009). Grofweg kun je twee hoofdroutes onderscheiden: (1) de vroege specialisatie binnen één sport versus (2) de allround ontwikkeling binnen verschillende sporten (zie figuur 1 op pag. 8). Bij de vroege specialisatie richt een kind zich vanaf jonge leeftijd op slechts één sport. Bij de allround ontwikkeling maakt een kind op jonge leeftijd (tot 12 jaar) kennis met een scala aan sporten ('sampling years'). Vervolgens maakt het kind in de vroege tienerjaren een keuze voor een beperkt aantal sporten ('specializing years') en vanaf een jaar of zestien gaat hij of zij investeren in één sport ('investment years') (Bloom, 1985; Côté, 1999). Deze tweede route bevordert een veelzijdige ontwikkeling van het kind en lijkt net zo goed of misschien zelfs beter tot hele goede prestaties te leiden in vergelijking met vroege specialisatie. Voorwaarde lijkt wel te zijn dat het kind ook de sport waarin het uiteindelijk heel goed wordt vanaf jonge leeftijd beoefent.



Het lectoraat wil met name de veelzijdige ontwikkeling van kinderen stimuleren. Vanuit een toegepaste en wetenschappelijke waarde richt het lectoraat zich op vier onderzoeksthema's (zie figuur 2 op pag. 8):

1 slimme sportkeuze
2 talentherkenning
3 optimale programma's
4 topbegeleiders.

Een sport op maat

Ter bevordering van een brede motorische en cognitieve ontwikkeling zouden kinderen vanaf jonge leeftijd in aanraking moeten komen met meerdere takken van sport: een individuele sport, een teamsport of bijvoorbeeld een contactsport. In de combinatie sport en school kunnen niet alleen leerkrachten LO. en trainers maar ook combinatiefunctionarissen een grote rol spelen. Zij zijn in staat om kinderen ervaringen op te laten doen in en bij verschillende sporten. Het is van groot belang dat kinderen vanaf jonge leeftijd ook die sport beoefenen die het best past bij hun kwaliteiten. Daarmee vergroot je de kans dat kinderen er plezier aan beleven en daardoor behouden blijven voor de sport. Dit geldt niet alleen voor de latere topsporters maar voor alle kinderen! Met andere woorden, als kinderen vanaf jonge leeftijd een sport beoefenen die goed bij hen past, is de verwachting dat ze minder vaak stoppen dan nu het geval is.

Talent herkend

Hoe kom je er achter wie de kinderen zijn met een bovenmatig bewegingstalent? Leerkrachten LO. zijn bij uitstek geschikt om bewegingstalent op jonge leeftijd te herkennen vanwege hun inzicht in de bewegingsvaardigheden en het motorisch leervermogen van kinderen (Platvoet, Elferink-Gemser & Visscher, 2010). In samenwerking met basisscholen ontwikkelt, implementeert en evalueert het lectoraat een testbatterij voor de leerkracht LO, waarmee ze kinderen met bovenmatig bewegingstalent kunnen herkennen. Belangrijke aspecten hierbij zijn het ontwikkelvermogen en de doeloriëntatie van kinderen, meer nog dan de fysieke prestaties van kinderen.

Tot dusverre krijgen Nederlandse kinderen tot een jaar of twaalf met bovenmatig bewegingstalent vrij weinig aandacht, terwijl kinderen op jonge leeftijd juist veel en snel kunnen leren. Dit is duidelijk geen pleidooi voor talentselecties op steeds jongere leeftijd maar een pleidooi voor het creëren van een uitdagende leeromgeving voor *alle* kinderen en dus ook voor kinderen met bovenmatig bewegingstalent. Zeker voor kinderen in de basisschoolleeftijd lijkt de school daarvoor een geschikte omgeving.

Vanaf een jaar of twaalf hebben de meeste sporten een eigen systeem voor het herkennen en ontwikkelen van talenten. Ook daar valt nog veel winst te behalen. Als kinderen (ten onrechte) niet als talentvol worden beschouwd ('vals negatief'), krijgen ze de extra faciliteiten van sportselectieteams niet, wat hun kansen om de top te halen aanzienlijk verkleint. Er is met andere woorden sprake van een Pygmalion Effect, ook wel 'selffulfilling prophecy' genoemd (Musch & Grondin, 2001). Dit is, zeker voor een land als Nederland waar we het in de sportieve competitie met relatief weinig inwoners moeten opnemen tegen grote naties als de VS, Rusland en China, een risico als je geen goed inzicht hebt in wat potentie precies is en hoe je dat kunt herkennen. Hoewel het besef dat we zuinig moeten zijn op het talent dat we hebben wel lijkt te zijn doorgedrongen, is tot op heden talentherkenning in de meeste sporten nog steeds vooral gebaseerd op het prestatieniveau van jeugdsporters gerelateerd aan hun chronologische leeftijd (Elferink-Gemser & Visscher, 2011). Met andere woorden: de best presterende twaalfjarigen komen in een selectie van twaalfjarigen. Geselecteerde jeugdsporters gaan vervolgens een sportspecifiek talentontwikkelingstraject in. Hoewel dit op het eerste gezicht wellicht logisch lijkt, zegt het huidige prestatieniveau van een twaalfjarige niet alles en soms zelfs erg weinig over het uiteindelijke prestatieniveau op volwassen leeftijd (Elferink-Gemser, Jordet, Coeho E Silva, & Visscher, 2011). In de praktijk steken we dus nog veel tijd en energie in jeugdsporters die het uiteindelijk niet gaan halen, terwijl we kinderen met meer potentie niet als zodanig herkennen en misschien wel 'laten lopen'.

Optimaal leerklimaat

Wanneer je een talent eenmaal in het vizier hebt, kun je beginnen met het creëren van een uitdagende leeromgeving die ervoor zorgt dat het kind zijn talent daadwerkelijk kan verzilveren. Want we willen graag dat alle kinderen de mogelijkheid krijgen hun bewegingspotentie waar te maken. Als kinderen achterblijven bij 'de norm', zijn er op school speciale programma's in de vorm van bijvoorbeeld motorisch remedial teaching. Zulke specifieke programma's zijn er echter nog »

Contact:

marije.elferink-gemser@han.nl

Figuur 1: Hoofdroutes naar topsport



Figuur 2: Onderzoeksthema's lectoraat sporttalent



niet voor kinderen met bovenmatig bewegingstalent. Daar willen we verandering in brengen door de kans te vergroten dat deze kinderen op latere leeftijd topprestaties in de sport leveren. Het lectoraat ontwikkelt daarom optimale programma's voor kinderen met bovenmatig bewegingstalent in verschillende ontwikkelingsfasen. Deze programma's zullen zowel algemeen als sportspecifiek van aard zijn en de didactiek en methodiek van de begeleiders zal afgestemd worden op de kenmerken van de kinderen.

Potentie waarmaken

Binnen het lectoraat Sporttalent houden we ons de komende jaren bezig met dergelijke onderwerpen ter verbetering van het herkennen en ontwikkelen van sportief talent. Het gaat om inzicht in en het bevorderen van mechanismen die een rol spelen bij 'je potentie waarmaken' of anders gesteld 'het beste uit jezelf halen en optimaal presteren'. Het zijn belangrijke doelstellingen die zijn toe te passen op vrijwel iedereen en op vele domeinen, of het nu gaat om school, werk of bijvoorbeeld muziek of sport. Inzicht in dit proces kan helpen om kinderen met bovenmatig bewegingstalent beter te begeleiden richting de top maar zal ook toe te passen zijn op reguliere kinderen en jeugdigen. Hierin zien we een belangrijke rol weggelegd voor het bewegingsonderwijs.

Literatuurlijst

Bloom, B.S. (1985). *Developing talent in young people*. New York: Ballantine.

Côté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sports. *The Sports Psychologist*, 13, 395-417.

Elferink-Gemser, M.T., & Visscher, C. (2011). Who are the superstars of tomorrow? Talent development in Dutch soccer. In: Baker J, Schorer J, Cobley S, eds. *Talent identification and development in sport. International perspectives.* London: Routledge.

Elferink-Gemser, M.T., Visscher, C., De Jong, T. (2011). *Lectoraatsplan herkennen en ontwikkelen van sporttalent*. Instituut voor Sport en Bewegingsstudies. Hogeschool Arnhem-Nijmegen.

Elferink-Gemser, M.T., Jordet, G., Coeho E Silva, M.J., & Visscher, C. (2011). Themarvels of elite sports: how to get there? *British Journal of Sports Medicine, 45*, 683-684.

Musch, J. & Grondin, S. (2001). Unequal competition as an impediment to personal development: A review of the relative age effect in sport. *Developmental review,* 21, 147 -167.

Platvoet, S.W.J., Elferink-Gemser, M.T. & Visscher, C. (2010). Sporttalent Herkend. *Lichamelijke Opvoeding*, 5, 6-9

Vaeyens, R., Güllich, A., Warr, C.R., Phillippaerts, R. (2009). Talent identification and promotion programmes of Olympic athletes. *Journal of Sports Sciences*, 27, 1367-1380.

Marije Elferink-Gemser is lector Sporttalent aan de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen. Tevens is zij als universitair docent verbonden aan het Centrum voor Bewegingswetenschappen van het Universitair Medisch Centrum Groningen, Rijksuniversiteit Groningen.
Sebastiaan Platvoet is teamleider van het kennisteam Talent bij het Instituut voor Sport- & Bewegingsstudies van de HAN. Hij doet promotieonderzoek naar talentherkenning in het sport- en bewegingsonderwijs.
Wietske Idema is lid van het kennisteam Talent bij het Instituut voor Sport- & Bewegingsstudies van de HAN. Zij doet onderzoek naar talentontwikkeling in het sport- en bewegingsonderwijs en is tevens docent aan de HAN.
Chris Visscher is hoogleraar Jeugdsport en disciplinevoorzitter van Bewegingswetenschappen van het Universitair Medisch Centrum Groningen, Rijksuniversiteit Groningen. Daarnaast is hij nauw betrokken bij het lectoraat Sporttalent van de Hogeschool Arnhem en Nijmegen. Hij heeft vijftien jaar als docent LO voor de klas gestaan. ◀

TOPIC

Paralympisch talent in het regulier onderwijs

De ambitie van Nederland om qua topsportprestaties tot de top tien van de wereld te behoren geniet steeds bredere ondersteuning (Van Bottenburg, 2009). Voorwaarde om deze ambitie te realiseren is de verdere ontplooiing van een prestatiegericht topsportklimaat. Dit geldt voor de valide maar ook voor de minder valide sport. Talentdetectie, talentidentificatie[1] en -ontwikkeling zijn een nog weinig ontwikkelde pijler binnen de minder valide sport in Nederland. Met name door hierin te investeren kan Nederland de competitie aan blijven gaan met grote landen als China, Duitsland en de Verenigde Staten. Deze landen beschikken over meer financiële middelen en hebben een veel grotere bevolking. In Nederland is voldoende potentieel talent aanwezig. De uitdaging is echter om het aanwezige talent vroegtijdig te herkennen.

Door: Guy Steenweg, Frank Jacobs en Sebastiaan Platvoet

In opdracht van NOC*NSF en tevens ter afsluiting van de studie Master of Sports van een van de auteurs, is de huidige positie van de Nederlandse gehandicapten(top)sport en het belang van talentdetectie en -identificatie voor mindervalide sporters onderzocht. De volgende vraagstelling stond in het onderzoek centraal: *Wat is de stand van zaken met betrekking tot het proces van de talentdetectie en -identificatie van de Paralympische sporters binnen reguliere sportbonden, welke (f)actoren zijn op dit proces van invloed en kunnen het succes van de instroom van Paralympisch talent bevorderen?*

Methode

Het onderzoek betrof een interpretatief, beschrijvend en kwalitatief onderzoek, waarbij het ging om inzicht krijgen in en het begrijpen van de ervaringen en overwegingen van de mensen die direct bij de instroom van Paralympisch talent in Nederland betrokken zijn.

Onderzoekspopulatie

Op basis van door NOC*NSF aangeleverde contactgegevens, zijn de sportbonden met een Paralympische sport (N=18) benaderd voor medewerking aan het onderzoek. Daarnaast zijn semi-gestructureerde face-to-face-interviews afgenomen bij Paralympische bondscoaches (N=6) en vakleerkrachten sport- en bewegingsonderwijs binnen het regulier onderwijs



(N=3). Tevens is er een interview afgenomen in Londen met Nick Heyworth. Hij is manager binnen Parasport Great Britain en verantwoordelijk voor een succesvol gebleken strategie, Playground to Podium (P2P), voor de detectie van Paralympisch talent.

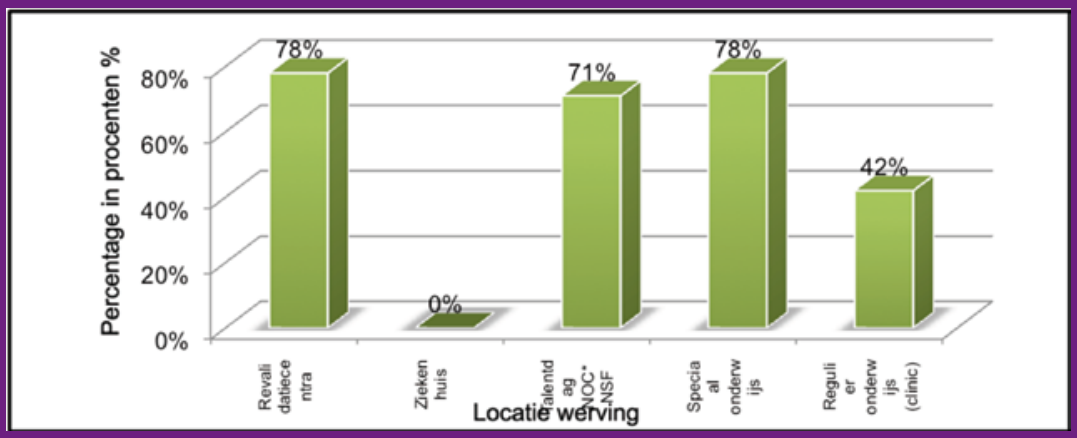
Dataverzameling en -analyse

Op basis van deskresearch is een theoretisch kader geplaatst rondom het thema 'instroom van Paralympisch talent'. Middels een webenquête voor Paralympische sportbonden is de huidige situatie ten aanzien van talentwerving in kaart gebracht. De enquête bestond uit vragen met gesloten, meerkeuze- en open antwoordopties gerelateerd aan de instroom van Paralympisch talent. Om de literatuurstudie en de kwantitatieve data van verdieping te voorzien, richtte het derde deel van het onderzoek zich op een kwalitatieve analyse door middel van het afnemen van semi-gestructureerde face-to-face-interviews. De interviews kregen vorm door middel van een zogenaamde topiclijst. De topiclijsten zijn tot stand gekomen op basis van het theoretisch kader, de resultaten van het afgenomen interview in Engeland, de doelstelling en vraagstelling van dit onderzoek en de eigen ideeën van de onderzoeker. Het laatste deel van het onderzoek richtte zich op het regulier onderwijs. Mede op basis van onderstaande vragen is gekeken naar de ervaring, kennis en visie van de actoren binnen het regulier onderwijs ten aanzien van Paralympische talentwerving:

- *besteed je weleens aandacht aan de gehandicaptensport?*
- *heeft u kennis van de gehandicaptensport?*
- *welke rol is er volgens u weggelegd voor de vakleerkracht en/of combinatiefunctionaris met betrekking tot de detectie van Paralympisch talent?*
- *wat heeft u nodig om Paralympisch talent te kunnen herkennen?*

Resultaten

Vanuit deskresearch wordt duidelijk dat de langetermijnambitie van Nederland voor de deelname aan de Paralympische Spelen een top-10 positie is. Vanwege de afwijkende ››



Figuur 1. Huidige talentwerving sportbonden (N=14) per locatie

ontwikkelingsfase die de gehandicaptensport inneemt ten opzichte van de valide topsport, staat de bijdrage van de Nederlandse gehandicaptensport op het hoogste internationale podium momenteel onder druk (Breedveld, 2008). Successen die Nederland in het verleden heeft behaald zijn geen garantie voor succes in de toekomst. Er moeten keuzes worden gemaakt en initiatieven dienen te worden ontplooid op het gebied van het topsportbeleid, om deze druk te ontlopen en de ambities waar te maken.

Vindplaats Paralympisch talent

Wanneer respondenten spreken over het werven van nieuwe sporters, noemen zij verschillende plaatsen waar de doelgroep in de toekomst (mogelijk) gevonden kan worden. Bij de vraag waar de sportbonden momenteel talent werven is zichtbaar dat de focus op dit moment ligt op de revalidatiecentra (78%), het speciaal onderwijs (78%) en de talentdagen georganiseerd door NOC*NSF (71%). Zes van de veertien respondenten (42%) geven aan het regulier onderwijs ook te betrekken bij het werven van Paralympisch talent door het aanbieden van een clinic gerelateerd aan de gehandicaptensport (figuur 1).

Op basis van de huidige werving stromen nieuwe talenten met een gemiddelde leeftijd van 22 jaar in. Met het oog op de toekomst geeft 85% van de respondenten (N=14) aan een voorkeur te hebben voor jonger Paralympisch talent.

Belangrijke locaties voor het vinden van Paralympisch talent in de toekomst zijn de revalidatiecentra (85%) en de talentdagen van NOC*NSF (64%) (figuur 2). De resultaten laten verder zien dat het onderwijs als een belangrijke talentvijver wordt beschouwd voor het detecteren van jong talent. Er is echter een verschuiving zichtbaar van het speciaal onderwijs (afname van 36%) naar meer aandacht voor het regulier onderwijs (toename van 23%). De sportbonden tonen steeds meer interesse hiervoor omdat kinderen in het regulier onderwijs in het algemeen over betere cognitieve vaardigheden beschikken. Cognitieve vaardigheden zijn voorwaardelijk om het ontwikkeltraject optimaal vorm te geven. Waarschijnlijk spelen de recente ontwikkelingen van het passend onderwijs eveneens een rol, er nemen steeds meer kinderen met een beperking deel aan het regulier onderwijs.

De rol van het regulier onderwijs

Vanuit deskresearch wordt duidelijk dat door het stijgende topsportniveau en de toenemende internationale concurrentie het aantal trainingsuren dat nodig is om in de sport de top te bereiken zal toenemen. Vroege talentherkenning, in het primair onderwijs, wordt daardoor steeds belangrijker om sportsuccessen te kunnen blijven boeken (SCP, 2006). Ook Van den Bosch en de Cocq (2006) onderstrepen dat het essentieel is dat talent al op vroege leeftijd wordt erkend. Zij omschreven talentdetectie als het systematisch en gestructureerd opsporen van sportief talent bij jongeren vanaf de schoolrijpe leeftijd.

Uit dit onderzoek komt naar voren dat de bondscoaches het belang van vroege detectie erkennen. De bondscoaches benoemen daarbij het regulier onderwijs als mogelijke vindplaats van jong potentieel talent. De bondscoaches zien hierbij een belangrijke rol weggelegd voor de vakleerkracht sport- en bewegingsonderwijs (SBO) en/of buurtsportcoach. Echter geen enkele sportbond heeft hier op dit moment een ingang voor gevonden en/of speelt hier actief op in. Groot-Brittannië heeft inmiddels een succesvol gebleken strategie ontwikkeld, genaamd Playground to Podium, waarin Paralympische talentdetectie plaatsvindt binnen de lessen sport- en bewegingsonderwijs in het regulier onderwijs.

De rol van de vakleerkracht SBO

Volgens Plavoet, Elferink-Gemser en Visscher (2010) zijn de vakleerkrachten sport- en bewegingsonderwijs (SBO) de meest geschikte professionals om sport- en bewegingsvaardigheden op jonge leeftijd bij leerlingen aan te leren en om de aanwezigheid van talent op sportief vlak bij leerlingen vast te stellen. Tevens blijkt uit onderzoek dat een positieve opgedane ervaring tijdens de lessen SBO kan leiden tot empowerment van een kind met een beperking op vele aspecten (Brittain, 2004). Volgens Brittain (2004) dragen positieve ervaringen met SBO binnen het regulier onderwijs bij aan een langetermijneffect ten aanzien van sportdeelname en zodoende mogelijk ook aan een sterker Paralympisch team in de toekomst.

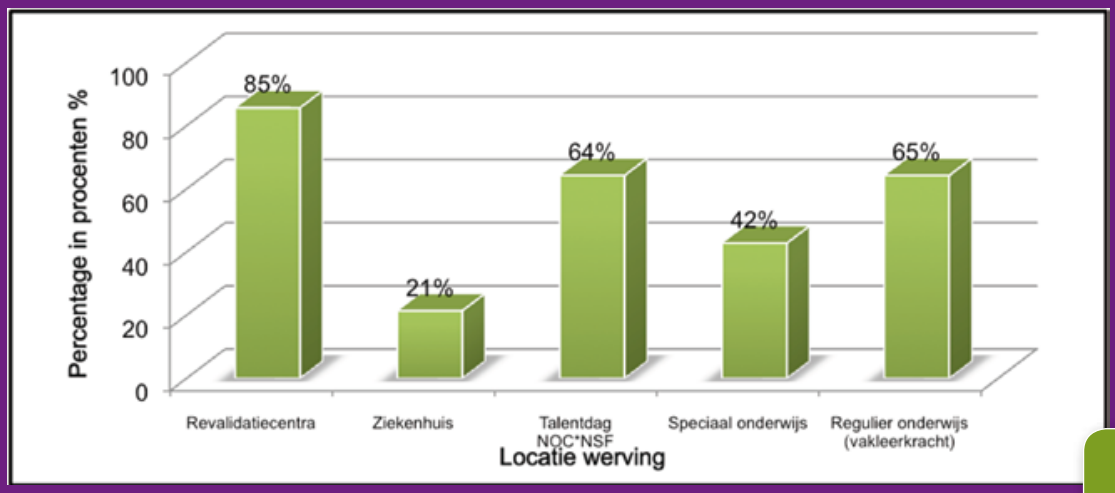
FOTO'S: INTERNET



De geïnterviewde vakleerkrachten SBO staan positief tegenover de gehandicaptensport in het regulier onderwijs. Het wordt door deze respondenten gezien als een verrijking van het vakgebied. De respondenten benadrukken echter dat de kennis ten aanzien van de gehandicaptensport minimaal is en bijscholing een voorwaarde is voor het herkennen van Paralympische talent en/of het geven van een passend sportadvies voor de toekomst.

Conclusie

Binnen de Paralympische sport is net als in de valide sport jarenlange training vereist om op topniveau mee te kunnen doen. Dit betekent dat het voor veel sporten



Figuur 2. Toekomstige talentwerving sportbonden (N=14) per locatie

essentieel is dat talent al op vroege leeftijd wordt herkend. Talentdetectie richt zich voornamelijk op jonge kinderen en laat deze kinderen doorstromen naar sporten die aansluiten bij hun capaciteiten en interesses.

Scholen hebben de wettelijke plicht hun leerlingen sport- en bewegingsonderwijs (SBO) aan te bieden. Zij kunnen in de lessen sport- en bewegingsonderwijs zo direct invloed uitoefenen op het activiteitsniveau van alle leerlingen en aandacht schenken aan verschillende sport- en beweegvormen (Stuij et al., 2011). Het primair onderwijs is daardoor belangrijk in het herkennen van potentieel Paralympische talent.

De vakleerkrachten sport- en bewegingsonderwijs zijn de meest geschikte professionals om sport- en bewegingsvaardigheden op jonge leeftijd bij leerlingen aan te leren en om de aanwezigheid van talent op sportief vlak bij, zowel valide en mindervalide, leerlingen vast te stellen. Met de Nederlandse ambities en toenemende aandacht voor excellentie in het onderwijs liggen er nu ook goede mogelijkheden om de rol van de vakleerkracht SBO in het detecteren en ontwikkelen van Paralympisch talent te versterken. De sportbonden wensen dan ook een landelijke samenwerking met het regulier onderwijs.

Aanbevelingen

Op basis van de resultaten en de conclusie zijn onderstaande aanbevelingen voor het verder ontwikkelen van het Paralympische talentdetectie- en –identificatiebeleid geformuleerd.

- In samenwerking met de KVLO dient NOC*NSF ervoor te zorgen dat de gehandicaptensport structureel deel uitmaakt van het regulier sport- en bewegingsonderwijs. De vakleerkrachten SBO en/of sportbuurtcoaches dienen geschoold te worden om kinderen met een beperking van een passend sportadvies te kunnen voorzien. Landelijke bijscholing en meer aandacht voor de gehandicaptensport binnen de academies voor lichamelijke opvoeding (ALO) is noodzakelijk om de actoren in het regulier onderwijs van voldoende kennis te voorzien.
- Om kinderen met een beperking van een passend sportadvies te voorzien is het aan te bevelen om een specifieke sport(advies)test te ontwikkelen voor deze doelgroep. Gezien de deskundigheid van de vakleerkracht SBO is het van belang om samen met de sportbonden te komen tot een sporttest om sport- en bewegingsvaardigheden op jonge leeftijd bij leerlingen vast te stellen. Daarnaast is het aan te bevelen om een online tool/database te ontwikkelen waarmee de vakleerkracht samen met het kind kan zien welke gehandicaptensport voor het kind in aanmerking komt en welke clubs er te vinden zijn. Gezien het succes kan de in Engeland ontwikkelde strategie Playground to Podium hierbij dienen als best practice voor de Nederlandse situatie.

Referenties

Abbot, A., Collins, D., Martindale, R. & Sowerby, K. (2002). *Talent Identification and Development: An Academic Review.* Edinburg: Sportscotland

Bottenburg, M. van (2009). *Op jacht naar goud, Ontwikkelingen in het topsportklimaat in Nederland (1998-2008)*, Nieuwegein: Arko Sports Media

Brittain, I. (2004) *'The Role of Schools in Constructing Self-perceptions Regarding Sport and Physical Education in Relation to People with Disabilities'.* Sport, Education and Society

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2011). *Beleidsbrief Sport: 'Sport en Bewegen in Olympisch perspectief.'*s Gravenhage.

Notté, R., Van Kalmhout, J., Van Lindert, C. (2011). *Monitor Integratie van Gehandicaptensport binnen reguliere sportbonden.* W.J.H. Mulier Instituut: Den Bosch / Arko Sports Media: Nieuwegein.

Platvoet, S., Elferink-Gemser, M. & Visscher, C. (2010). *Sporttalent herkend.* Vakblad Lichamelijke opvoeding, nummer 5, mei 2010, 6-9.

Noten

1 Talentdetectie is het proces van het herkennen van sporttalent dat nog niet actief is in een bepaalde sport. Talentidentificatie is het proces van het herkennen van sporttalent in een bepaalde sport (Williams & Reilly, 1998)

Guy Steenweg is docent bij het instituut voor sport- en bewegingsstudies van de HAN. Frank Jacobs is docent/onderzoeker op de Haagse Hogeschool en docent in de Master of Sports.
Sebastiaan Platvoet is teamleider van het kennisteam Talent bij het Instituut voor Sport- & Bewegingsstudies van de HAN. Hij doet promotieonderzoek naar talentherkenning in het sport- en bewegingsonderwijs. ◀

Contact:

guy.steenweg@han.nl

TOPIC

‘MY SPORT FIELD - ORLIK 2012’

Social heritage of UEFA EURO 2012 in Poland

Dit topic gaat over grote evenementen en hoe je daar als sporter aan deel kan gaan nemen. En nog belangrijker hoe kan een groot sportevenement een boost geven aan het bewegen van de bevolking? Hoe krijgt men dat in het buitenland voor elkaar? Een voorbeeld uit Polen.

Door: Malgorzata Szukalska - Wrona

Background

When on April 18, 2007, UEFA's Executive Committee decided to award Poland and Ukraine the right to host the UEFA EURO 2012 Championships a huge chance and a great challenge for Poland has appeared. In the first moment the organizations of the biggest international sports event ever hosted by Poland was considered us the great opportunity for Poland to catch up with other more developed countries in terms of its sport infrastructure as well as the roads, hotels and airports, which must be constructed or modernized by 2012.

Shortly it was also recognized that the Championships presents a great moment to do something for all citizens living all in cities, towns and villages all over Poland.

According to the various surveys on Polish society, sports are only occasionally practiced and the total time dedicated to physical activity is well below standards and recommendations of WHO or European Commission. The main reasons causing that the dominant leisure activities are watching television and using computers is declared as lack of physical fit, the high cost of sport activities, shortage of accessible sport facilities and a lack of company to play. It was also proved that the biggest impact on a sport-related behavior of children and adults has the economical and social conditions, as well as family traditions, the educational and pedagogical values gained at school and the sports infrastructure available near home. Poland was determinate to promote and develop the grassroots sport and has decided to take advantage of the UEFA EURO 2012 Championships to do that. The key idea of the Minister of Sport and Tourism was to build accessible, free of charge, modern and attractive sport facilities all over Poland. The program was called ‘My Sport Field - Orlik 2012’ after the pseudonym of Polish national football team. The word ‘Orlik’ means a baby eagle. Eagle is the official national emblem, which is proudly hold on Polish representatives t-shirts. The name Orlik symbolizes a chance given to everyone to start his way to the national team.

> Facility is **only** the first step

Goals, rules and financing

The ‘My Sports Field - Orlik 2012’ was presented by the Polish Government Prime Minister Donald Tusk during Expose on 23 November 2007 and it was officially launched in 2008 by the Ministry of Sport and Tourism.

The overall goal of the project was to build 2.012 multipurpose sport facilities by the year 2012.

Each sport facility consists of a football pitch – 30 m x 62 m, a multipurpose pitch – 18 m x 32 m for basketball, volleyball, tennis, ect. Both pitches are covered with artificial surfaces – grass or polyurethane. Additionally each facility is provided with social buildings (changing rooms, showers), fences and lightning. All the Orlik 2012 fields are accessible for all and free of charge. They are also fully adapted to needs of people with disabilities.

The total costs of one project is about 1 mln PLN (250 thousand Euro). The financing comes from three sources: 1/3 from the Ministry of Sport and Tourism, 1/3 from the marshal





offices and 1/3 from the local government units. There is at least one project implemented in each of municipal district.

Implementation

By the end of the year 2008 there were 566 pitches built all over Poland. In the following years 2009 and 2010 the project has been effectively implemented and the number of Orlik 2012 fields has grown up to 1.803. The projected number of 2012 pitches was reached in December 2011, a year before estimated deadline. Total number of Orlik 2012 facilities planned to be completed in 2012 is 2271 - 110 % of success.

Extra – White Orlik 2012

The 'White Orlik 2012' is an idea on better utilizing the facilities during winter time. The essence of the project is a modern ice ring build on or next to the Orlik 2012 pitches. The ice rings are rather permanent or temporary, which are set on the pitches with polyurethane surface. The goal of the project is to promote winter sports as skating or ice hokey.

The facility is the 'must be' element to start the local development of sport for all. To make this place really sportive, Ministry of Sport and Tourism established various programs ensuring regular activities on the pitches and encouraging local societies to involve in sport.

Animator Orlik 2012

The key program established on the Orlik 2012 facility is called **'Animator Orlik 2012'.** Its main objective is to provide a sport leaders on the pitches. The animators' are in charge of organizing and leading sport activities for all users as well as for encouraging them to do sport regularly.

Animators are also responsible for maintaining the cooperation with schools and sport organizations acting locally in order to promote sport for all as well as to develop leadership and volunteering in sport among kids, youths and others sport enthusiasts visiting Orlik 2012.

The program is finessed from the state and local governments budget. Each animator is full time employed on one of the pitches. In special cases, in very crowded areas, there may be two animators working on one Orlik 2012.

The animators are also responsible for creating and training the sport teams in order to prepare them to participate in various Orlik 2012 tournaments.

The infrastructural project has been also reinforced by various sport programs dedicated to kids and youths.

Orlik Cup

The biggest sportive initiative carried out on Orlik 2012 is the football cup, which is organized since 2010. The tournament is officially called **'Prime Minister Donald Tusk Orlik Cup'** and it's dedicated to girls and ››



Contact:

p.barendse@nisb.nl, www.orlik2012.pl



boys from 10 to 13 years of age. The overall goal of the activity is to promote sport among kids as well as to teach them the rules of fair play, team building and respect to others.
In the eliminations to the first edition of The Orlik Cup in 2010 over 100.000 girls and boys took part in the matches organized all over Poland. In 2011, when the total number of Orlik Facilities grown up to 1.800 the number of the young football players grown up to 145.000. Out of 15.000 teams from all over Poland, only 64 made it to the final round, that took place traditionally in Warsaw.

The **'Orlik Basketmania'** and **'Orlik Volleymania'** are the initiatives undertaken in 2011 in alternative to football Orlik Cup. The basketball and volleyball tournaments are organized for youths – girls and boys 12-15 years of age. The first editions involved over 5.500 basketball players and almost 4.000 volleyball amateurs. The initiatives were supported by sponsors and coordinated by Polish Basketball Federation and Polish Volleyball Federation and were celebrated together with representatives of national teams.

School related aspects

80% of all the Orlik 2012 pitches are located by the schools and are used for the regular physical education classes. In most of the cases the Orlik 2012 replaced the old dilapidated pitches with unsafe grass/mud or asphalt surfaces. The new facilities provide much better possibilities for teachers to train various sports in a safe and comfortable way. Also pupils find the new facilities as motivation to more likely join the classes and to become a members of the 'pupils sport clubs' that offers the after school activities. Orlik 2012 became a new 'trendy' brand for kids and youth who more and more often choose Orlik as a place to meet with friends and spend their leisure time actively.

Social dimension of the Orlik 2012

The Orlik 2012 project from the very beginning was arousing very positive feelings. The openings of the facilities were held with the participation of local and central governments representatives as well as national and international sport celebrities.
The new brand 'Orlik' shortly became very popular all over Poland and is considered as a synonym of attractive place for leisure time activities.
The positive influence of these places causes a lot of constructive changes in municipalities where it appeared. Local governments started to pay more attention to the attractiveness of the surrounding areas of Orlik in order to make this place even more friendly. They started to build outdoor gyms, playgrounds as well as to deliver extra benches and to establish recreational paths around the pitches.
Orlik 2012 plays also a very important role in the process of social inclusion initiating local partnerships. There are many examples of very successful developments carried out on the pitches as family fests promoting sport as a driver of health enchasing habits, building local centers of volunteering and sport events for citizens of all age.
After five years of experiences with Orlik 2012, it's discovered that such initiatives have a huge social potential, that should be used in order to improve the quality of live.
This project also ensures that the Euro 2012 heritage approaches all the citizens.

Malgorzata SZUKALSKA - WRONA works for the Ministry of Sport and Tourism, Warsaw, Poland

Foto's: *http://www.orlikbasketmania.pl/galeria/0/32/final_ogolnopolski_w_kato.html*

Canon LO

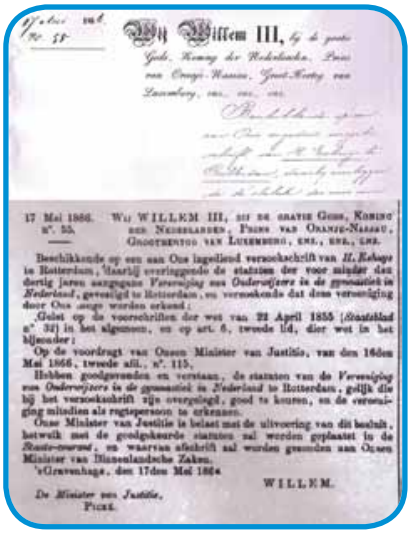

VEREENIGING VAN ONDERWIJZERS IN DE GYMNASTIEK.
ALGEMEENE VERGADERING op den 28sten December 1862, des Voormiddags ten Tien Ure, in den STADS-DOELEN, te Haarlem. Hoeren ONDERWIJZERS in de Gymnastiek, welke nog geen Lid zijn en belang in genoemde Vereeniging stellen, worden tot bijwoning dezer Vergadering uitgenoodigd.
(23487) MET VOORLOOPIG BESTUUR.

Een blik op 150 jaar lichamelijke opvoeding



We leven nu 150 jaar na de eerste openbare jaarvergadering in 1862. Bij een jubileum hoort ook een terugblik. Het is heel bijzonder dat een vereniging 150 jaar bestaat. Het is des te meer bijzonder wanneer die vereniging zich inzet voor een schoolvak dat ook zo ongeveer 150 jaar bestaat. Met een Canon kijken wij op deze 150 jaar terug.




Wij WILLEM III, [...]
17 Mei 1866. [...]
WILLEM.

Redactie: Hans Dijkhoff

Deze Canon LO, een geschenk van het Jan Luiting Fonds, is een moderne vorm van het weergeven van de geschiedenis. Niet in de vorm van een boek maar in de vorm van een digitaal document. Een internet-toepassing waarbij het mogelijk is om op meerdere manieren naar het verleden te kijken. De toegang tot die rijke historie wordt via vijftig vensters geboden.
De vensters staan stuk voor stuk voor ijkpunten op die tijdslijn van 150 jaar. In ieder venster wordt via tekst en illustraties kort geïnformeerd over die gebeurtenis en daaraan gerelateerde zaken. Ieder venster biedt ook achtergrondinformatie, doorverwijzingsopties (ga op de groene tekst staan) en literatuurverwijzingen. Het is uniek dat deze geschiedenis van de lichamelijke opvoeding niet geschreven is door enkele auteurs maar door 26 betrokken leden van de KVLO. Redactie en schrijvers hopen daarbij op een blijvende aandacht voor de rijke historie van een prachtig vak dat zijn plek in het Nederlandse onderwijsbestel meer dan verdient.
Vanaf nu de rest van het jaar, iedere *Lichamelijke Opvoeding* een kijkje in de canon.

Venster 1 De oprichting

Ontstaan van de KVLO: 1862

De aandacht voor de 'gymnastie', zoals het vak in de eerste helft van de negentiende eeuw werd genoemd, was vooral afkomstig van 'De Maatschappij tot Nut van 't Algemeen'. 'Het Nut' hamerde op het belang van lichaamsoefeningen op de scholen. Het verzoek om het onderwijs in de lichamelijke oefening wettelijk te regelen werd in 1846 door koning Willem I afgewezen. Hierop besloot het bestuur van 'het Nut' in 1849 zelf gymnastiek op de door haar gestichte scholen te gaan invoeren en richtte vervolgens in Nederland 'Normaalscholen voor Gymnastiek' op. Daar konden onderwijzers zich bekwamen in het geven van gymnastiekonderwijs. Op initiatief van een negental gymnastiekleeraren uit Haarlem werd op 7 september 1862 de 'Vereeniging' opgericht.

Verandering in de naam, vanaf 1862

- Vereeniging van Onderwijzers in de gymnastiek
- Vereeniging van gymnastiekonderwijzers in Nederland
- In de verslagen rond 1885 wordt ook gesproken van Nederlandsche Gymnastiek- Onderwijzers Vereeniging
- Vereeniging van Gymnastiek-Onderwijzers in Nederland en hare afdelingen
- Vereeniging van Gymnastiek-Onderwijzers (L.O. en M.O.) in Nederland
- Vereeniging van leeraren en onderwijzers in de gymnastiek in Nederland
- Vereeniging van leeraren en onderwijzers in de lichamelijke opvoeding in Nederland
- Vereniging van leraren en onderwijzers in de lichamelijke opvoeding in Nederland
- Koninklijke Nederlandse Vereniging van Leraren en Onderwijzers in de Lichamelijke Opvoeding (KNVLO)
- Koninklijke Vereniging van Leraren Lichamelijke Opvoeding (KVLO)
- Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke Opvoeding (KVLO).

Ben je nieuwsgierig naar de Canon LO? Kijk op: *www.canonlo.nl.*

Hockey op school. Echt wel!

De KNHB organiseert op zondag 26 augustus 2012 een clinicochtend voor het onderwijs.

Je kunt kiezen uit een van de volgende clinics:
1 Funkey clinic – gericht op vier- tot achtjarigen
2 Kennismaken met hockey in het voortgezet onderwijs – gericht op de 12- tot 16-jarigen

De clinic is bedoeld voor groepsleerkrachten, vakdocenten lichamelijke opvoeding, studenten ALO, Cios en mbo Sport & Bewegen, trainers van verenigingen die met deze leeftijdsgroepen werken en combinatie-functionarissen. Alle andere belangstellenden die zich bezig houden met hockey in en rondom de school zijn ook van harte welkom.

Van de deelnemers wordt verwacht dat zij actief aan het programma deelnemen, dus kom in sportieve kleding (of neem deze mee) en vergeet je hockeystick niet (wanneer je er een hebt)!
De clinic wordt je aangeboden door de KNHB, er zijn dus geen kosten aan verbonden.
Deze clinic wordt gehouden op hockeyclub De Dommel in Sint Michielsgestel (ligt vlak bij HC Den Bosch). Het programma ziet er als volgt uit:

09.30 uur ontvangst en omkleden
10.00 uur start clinic
12.00 uur einde clinic, douchen en lunch
12.30 uur vertrek naar HC Den Bosch voor het EK onder 21 (optioneel)

Extra: EK Jong Oranje Dames en Heren

Na de clinic stellen wij je in de gelegenheid om het Europees Kampioenschap onder 21 te bezoeken.
Hier zijn wel kosten aan verbonden: € 5,- p.p..
Je kunt je via het inschrijfformulier aanmelden voor deze docentenclinic. Na afloop ontvang je de lesmap Funkey of de lesmap Kennismaken met hockey in het VO zodat je alles kunt nalezen, oefenstof eruit kunt halen en hockey op school kunt aanbieden.
Inschrijven kan met het inschrijfformulier, wij ontvangen dit graag uiterlijk *12 augustus 2012* retour.
Je ontvangt daarna de bevestiging met de laatste informatie.

Voor meer info en de inhoud van de clinics zie *www.kvlo150jaar.nl* en op de kalender op *www.kvlo.nl*

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

✓ materiaalhuurservice
✓ persoonlijke ondersteuning
✓ vrijplaatsen voor begeleiders
✓ Lid SGR
✓ scherpe prijs/directe inkoop
✓ vrijblijvende optie
✓ keurmerk touringcars
✓ wintersportspecialist



GREVINK reizen
wintersportreizen voor groepen!
Mecklenburglaan 12
3843 BP Harderwijk
Lid Stichting Garantiefonds reisgelden

Vraag uw offerte aan:
www.grevink.nl
bel 0341-460180
info@grevink.nl

Wintersport met school!

verzorgde groepsreizen naar alle wintersportlanden
van eenvoudig tot luxe
wintersport als werkwerk (het gehele jaar mogelijk)
vrijplaatsen voor de begeleiding
aandacht voor al uw wensen
BEL VANDAAG NOG VOOR EEN VOORSTEL OP MAAT:

0341 -460812
of mail naar hans@G2-reizen.nl

G2 steden winter events
G2-groepsreizen.nl

Nationaal Scholenkamioenschap OUTDOOR ULTIMATE FRISBEE

Scholen frisbeeteams opgelet: Op 30 september 2012 wordt in Veenendaal het Nationaal scholenkampioenschap Outdoor Ultimate Frisbee 2012 gespeeld. Voor het eerst zal dit toernooi naast het clubkampioenschap worden gehouden. Scholen spelen dus tegen andere scholen! Een eerlijkere competitie, en daardoor veel leuker.

Scholenteams kunnen zich overigens wel inschrijven voor het clubkampioenschap in de betreffende leeftijdscategorie (U13, U16, U19). In de clubkampioenschappen wordt op hoger niveau gespeeld.

Divisie

Het scholentoernooi wordt gespeeld in de Under 16 divisie. Dat houdt in dat alle spelers in het team jonger dan 16 moeten zijn. Er wordt vijf tegen vijf gespeeld op velden van 40x20m. Er is vooralsnog ruimte voor acht teams. 'First come, first serve'.

Programma scholentoernooi

- Opening om 9.30uur, start wedstrijden om 10.00 uur.
- Drive In Show in de middag.
- Finales vanaf 14.30uur, prijsuitreiking direct na de finale.
- Daarna mogelijkheid om andere frisbeesporten te beoefenen of te bekijken.



Kosten & Inschrijvingsprocedure

De kosten voor deelname € 9,- per speler. Dit is inclusief NFB lidmaatschap.

- Stap 1: stuur een mail naar *VFGaanmeldingen@gmail.com* met opgave van je schoolteam(s)
- Stap 2: je ontvangt van ons een bevestiging en een aanmeldingsformulier dat per team *uiterlijk 15 september 2012* binnen moet zijn.

Een paar dagen voorafgaand aan het toernooi ontvang je het definitieve speelschema en de spelregels per e-mail. Desgevraagd kunnen we de spelregels eerder toezenden. De standaard WFDF regels gelden. Als de tijd verstreken is, wordt het punt uitgespeeld.

Dispensatiespelers

Per scholenteam mag maximaal een dispensatiespeler in het veld staan. Deze spelers mogen maximaal 16 jaar zijn.

Zie *kvloweb.nl*





Informele functioneringsgesprekken

Een docent die al meer dan 30 jaar in dienst is bij een school wordt in 2011 ontslagen wegens 'gewichtige omstandigheden'. Een juridische term die in dit geval duidt op onvoldoende functioneren en een slechte samenwerking. De docent heeft al vanaf 2002 aanmerkingen gekregen op zijn functioneren en in 2010 besluit de werkgever uiteindelijk om de docent drie scenario's voor te houden: outplacement, overplaatsing of beëindiging van de arbeidsrelatie.

Door: mr. Sandra Roelofsen

De docent kiest voor geen van deze opties, geeft aan in dienst te willen blijven en zijn functioneren te verbeteren. De school zet een mediationtraject in gericht op verbeteren van samenwerking en de verhoudingen. Dat traject mislukt, waarop de school kenbaar maakt tot ontslag over te gaan. Ondertussen heeft de docent via een wervingsbureau tijdelijke deeltijdbanen bij andere scholen gezocht en gekregen. De docent maakt bezwaar tegen het ontslag en zegt dat hij bij instandhouding van zijn dienstverband elders gedetacheerd kan worden. De school kan hier niet mee leven, zegt de arbeidsovereenkomst op en biedt een ontslagvergoeding van € 35.000 aan.
De docent vindt dit onredelijk en stapt naar de rechter met een verzoek tot een hogere vergoeding van € 212.000 onder meer omdat nooit is gebleken van aanmerkingen op zijn functioneren.



De rechtbank verwerpt dit verweer van de docent en dat maakt deze uitspraak interessant voor de praktijk:
Ook al heeft de school geen strikt formeel beleid gevoerd ten aanzien van het vastleggen van functioneringsgesprekken, duidelijk is dat de docent daar herhaaldelijk op is aangesproken. Of zo'n beleid moet worden gevoerd is afhankelijk van de aard van de organisatie, de cultuur en de soort medewerker.
Volgens de rechtbank is het bij ervaren docenten van dit niveau niet erg doelmatig om formele gesprekken te voeren en kan dat zelfs contraproductief werken. Veel meer past het dan om deze ervaren docenten individueel aan te spreken op concrete kwesties waarover geklaagd wordt; en dat was zowel door de sectievoorzitter als door de rector gedaan.
Daarom mocht de werkgever in redelijkheid kiezen voor ontslag; een school is ook niet verplicht om tot aan de pensioenleeftijd voor een detacheringsconstructie te kiezen. Een school is immers geen detacheringsbureau.
Ook was de aangeboden ontslagvergoeding hoog genoeg; de docent had voldoende uitzicht op werk, dat is gebleken door de aangeboden banen en anders zou de WW en bovenwettelijke WW de docent een voldoende vangnet hebben gegeven. De vordering van de docent wordt daarom afgewezen.

Bij geschillen over ontslag wegens ongeschiktheid wordt de werkgever nogal eens verweten dat er geen formele functioneringsgesprekken zijn gevoerd. Ook rechters tillen daar in het algemeen zwaar aan. Formele gesprekken en verslagen geven immers de mogelijkheid om te toetsen of er inderdaad iets structureels aan te merken is op de docent, gerelateerd aan de eisen die gesteld mogen worden aan het functioneren. Tevens kan worden beoordeeld of de docent wel voldoende mogelijkheden heeft gehad om zijn functioneren te verbeteren.
In deze uitspraak wordt de keerzijde van formele gesprekken benadrukt: juist bij oudere, ervaren docenten kunnen reguliere functioneringsgesprekken die gebaseerd zijn op het zoveelste persoonlijke ontwikkelingsplan of een klassieke *goed, voldoende, onvoldoende*-lijst, wel eens contraproductief werken. Het informeel bespreken van incidenten kan dan wel eens nuttiger zijn. Of de rechter dit baseert op onderzoek of op zijn eigen beleven en gevoel wordt niet duidelijk; wel wordt duidelijk dat de rechter toetst op het *effect* van de gesprekken over functioneren.
In alle gevallen moet het namelijk duidelijk kunnen zijn wat er op het functioneren aan te merken is. Ook moet er altijd een gelegenheid tot verbeteren zijn geboden, in de vorm van bijvoorbeeld mediation, coaching of scholing.

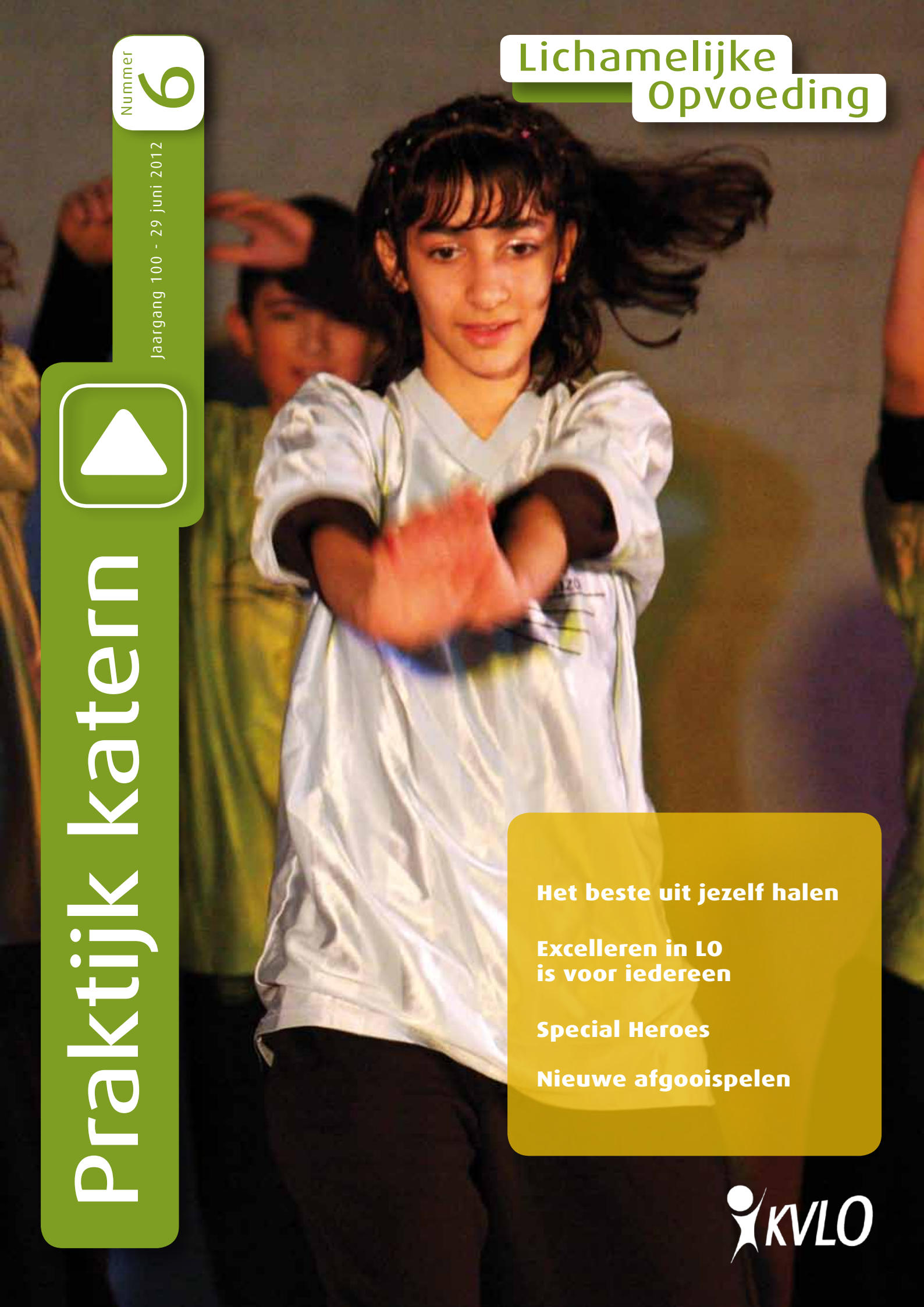
Ontslag is altijd het laatste middel waarnaar de werkgever kan grijpen: het 'ultimum remedium'. Maar zelfs zonder een formele gesprekkencyclus kan de werkgever daartoe overgaan, ook in gevallen van onvoldoende functioneren.

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

Nummer 6
Jaargang 100 - 29 juni 2012

Praktijk katern

Lichamelijke Opvoeding



Het beste uit jezelf halen

Excelleren in LO is voor iedereen

Special Heroes

Nieuwe afgooispelen

KVLO

Het beste uit jezelf halen

In het artikel 'Trendanalyse in de bovenbouw VO' (Lichamelijke Opvoeding 4 door B. Brouwer en G. van Mossel) is de conclusie getrokken dat LO-docenten leerlingen meer zouden moeten uitdagen om het beste uit zich zelf te halen. Bovendien mogen er duidelijkere eisen worden gesteld in de bovenbouw van het voortgezet onderwijs. In hetzelfde nummer (LO 4) is een artikel verschenen over 'LO Excellent in de bovenbouw' door G. van Mossel en D. Witsiers. Hierin wordt verslag gedaan van een netwerk van scholen dat zich ten doel heeft gesteld dit in de praktijk te brengen. In dit artikel beschrijft een netwerkschool hoe dit er uit kunnen zien in de praktijk.

Door: Maarten Massink

Motivatie

Leerlingen motiveren en aanzetten tot een extra inspanning is 'core business' van iedere LO-docent. Daarbij zul je rekening moeten houden met de drie algemene basisbehoeften van de (jonge) mens. Dat is volgens de Self Determination Theory (SDT) oftewel de 'zelfdeterminatietheorie' van Deci en Ryan ('Intrinsic motivation and self-determination in human behavior', Deci &Ryan, 1985) de behoefte aan:

1 autonomie (keuzevrijheid)
2 competentie (vaardigheden aanspreken)
3 verbondenheid (samen iets ondernemen, ergens samen voor gaan/staan).

Als aan deze basisbehoeften wordt voldaan raken jongeren gemotiveerd in de les. Maar dit geldt ook voor de docent LO die de les geeft. Deze wil ook in zijn werk keuzevrijheid ervaren en gezien worden als een vakman/-vrouw met (vak)specifieke vaardigheden die hij in een samenwerkingsverband met leerlingen, de vakgroep en andere collega's in school wil inzetten.

Op zich klinkt dit allemaal heel logisch maar hoe breng je dit in de praktijk? Hoe geef je leerlingen keuzevrijheid als ze allemaal (of veel leerlingen) wat anders willen? Of als je ruimte of materiaal beperkt is, of je eigen expertise/kennis is niet toereikend om de leerlingen (inhoudelijk) verder te begeleiden. De beperkingen van de praktijk van alle dag doen je beseffen dat je niet altijd alle drie basisbehoeften tot ' self determination' bij jezelf en bij anderen (leerlingen) kunt realiseren. Je kunt er wel naar streven in het besef dat je waarschijnlijk moeilijk aan alle drie basisbehoeften van alle leerlingen kan toekomen. De meeste leerlingen begrijpen dat ook. Soms onmiddellijk, soms na uitleg. Door ze bijvoorbeeld zelf iets te laten organiseren of uit te laten voeren met de klas ervaren ze zelf dat je niet ieders wensen kan bedienen. Op weg naar intrinsieke motivatie (ik doe mee omdat ik het wil) moet je soms starten met de (om)weg van extrinsieke motivatie (ik doe mee omdat het moet/ ik iets moet inleveren/ ik iets moet laten zien/ ik erop wordt beoordeeld/ et cetera).

Op weg naar intrinsieke motivatie

Het aardige van de Self Determination Theory is dat via de extrinsieke motivatie vijf stappen zichtbaar worden gemaakt op weg naar intrinsieke motivatie. Extrinsieke motivatie krijgt als opstap een belangrijke betekenis. Extrinsieke motivatie is altijd nog beter dan amotivatie (= geen motivatie). In het vorige artikel werden de stappen genoemd die ik met uitspraken uit de praktijk wil illustreren. De te onderscheiden stappen zijn:

1 Extrinsieke regulatie; de leerling doet mee omdat de docent het zegt.
Uitspraken van de docent: 'als je meedoet dan ….
…kan ik je een boordeling geven voor deze activiteit
…kan ik starten met spelen en is de groep compleet
…kan ik zien dat je zelfstandig kan werken, of kan samenwerken met een groepje.

2 Geïntrojecteerde regulatie; de leerling doet mee omdat hij geen uitzondering wil zijn. in de klas. Hij wil niet opvallen. Uitspraken van de docent: 'als je meedoet dan …
…ben je geen uitzondering in de klas
…hoor je bij groep
…kun je jezelf verbeteren.

3 Geïdentificeerde regulatie; de leerling doet mee omdat hij net zo wil worden als een voorbeeld dat aantrekkelijk is. Hij streeft een gekozen voorbeeld na. Uitspraken van de docent: 'als je meedoet dan…
…kun je het niveau halen van het door jou gekozen voorbeeld dat je wilt halen (leerling/docent/sportman)
…kun je net zo goed worden als de door jou gekozen niveauduiding

...ben je weer een stapje dichterbij de door jou gekozen uitvoering gekomen.

4 Geïntegreerde regulatie; de leerling doet mee omdat hij de activiteit belangrijk vindt voor zichzelf en zijn persoonlijke ontwikkeling. De docent hoeft de leerling niet meer te motiveren met uitspraken. De activiteit draagt bij aan zelfontplooiing van de leerling op korte en/of langere termijn. De leerling voelt dit zelf aan. Het uitvoeren en/of beter worden in de activiteit is een belangrijke waarde op zichzelf voor de leerling. De docent kan achteraf aan de leerling vragen waarom hij de activiteit leuk vindt/belangrijk vindt om te doen:
... wat heb je geleerd van deze activiteit?
...waarom heb je voor deze activiteit gekozen?
...wil je iets met deze activiteit gaan doen in de toekomst?
Het navragen bij leerlingen kan leiden tot bewustwording van de waarde van de activiteit voor de leerling.

5 Intrinsieke regulatie; de leerling doet mee omdat hij de activiteit plezierig vindt om te doen en past bij zijn persoon. Hij kan ervan genieten en haalt er voldoening uit. Vragen van de docent die dit bewust maken:
...wat vind je plezierig aan deze activiteit?
...waar haal je voldoening uit?
...waar geniet je van?

Het ligt voor de hand de vijfde stap na te streven maar het is zeker niet zo dat je daar met alle leerlingen bij alle activiteiten terechtkomt of zou moeten komen. Je zult (soms/regelmatig?) in voorgaande stappen moeten terugtreden en een ander type motivatie aanboren. Misschien blijf je daar met sommige leerlingen wel in hangen. Want streven naar intrinsieke motivatie betekent niet dat je daar met alle leerlingen terechtkomt. Het streven is wel een goede zaak. Het is goed te realiseren dat een leerling bereid is meer energie in de les te stoppen vanuit een geïntegreerde regulatie die leidt tot autonome (intrinsieke) motivatie.

Contact:

m.massink1@upcmail.nl



Foto 1: Extrinsiek, intrinsiek of niet gemotiveerd



Foto 2: gemotiveerd.... om het hoogste te springen

Wat drijft de leerlingen?

Hoe stimuleer je leerlingen nu tot geïntegreerde regulatie. Hoe bevorder je de motivatie? Door met leerlingen te praten over wat ze leuk vinden, waar ze goed in zijn. Weet je van al je leerlingen wat ze doen aan (sportieve?) activiteiten binnen en buiten school? Vraag leerlingen in de les maar ook buiten de les om wat ze doen en wat ze leuk vinden. Dit levert soms aardige verrassingen op. Deze kennis/vaardigheden willen ze vaak graag delen en kun je benutten in de les LO, bijvoorbeeld door ze aan elkaar (een deel van de) les te laten geven. Leerlingen vinden het meestal leuk als je belangstelling toont voor hun activiteiten na school (ook buiten sport en bewegen om).

Handreiking voor het motiveren van leerlingen

Deze kennis over leerlingen door de natuurlijke (maar ook professionele) belangstelling voor leerlingen is de basis. In de handreiking



Foto 3: externe of geïntrojecteerde regulatie



Foto 4: Geïdentificeerde regulatie

'Leerlingen motiveren: een onderzoek naar de rol van leraren' (Hans Schuit, Iris de Vrieze, Peter Sleegers van het Ruud de Moor centrum van de open universiteit, 2011) worden vijf handreikingen gegeven. Deze wil ik gebruiken voor het slaan van bruggen naar de praktijk.

1 Procesgeoriënteerde instructie
Stel je op de hoogte van het leervermogen van leerlingen en houd de vorderingen bij. Dat betekent in de praktijk dat je systematisch bijhoudt wat het niveau van deelname is van leerlingen. Zowel op het gebied van 'bewegen verbeteren' als op het gebied van 'bewegen regelen'. Het *Basisdocument onderbouw VO* kan inzicht geven in kwaliteitsduiding en haalbaarheid van niveaus. Het volgen (registreren en noteren) van de deelnameniveaus kan leerlingen stimuleren/motiveren. Dit monitoren van vorderingen is een aspect van procesgeoriënteerde instructie. Het draagt bij aan een belangrijker gevolg hiervan: de zelfregulatie van de leerlingen, het zelf kiezen van opdrachten en het zelf plannen en organiseren van leeractiviteiten (zie het onderzoeksrapport). Het draagt bij aan de autonomie van leerlingen.

2 Differentiatie
Daag ze uit in de zone van de naaste ontwikkeling (Vygotsky). Als leerlingen weten wat hun deelnameniveau is en de volgende stap is duidelijk stimuleert ze dat tot verbetering als deze stap ook haalbaar is. Voorkom daarbij negatief etiketteren en benoem alleen de positieve kwaliteiten. Dit bevordert hun gevoel van competentie.

3 Verbinden met de leefwereld
Uit gesprekken met leerlingen blijkt waar ze goed in zijn of wat hun interesse heeft. Als je dat noteert (leerlingvolgsysteem=LVS) kun je daar later op terugkomen en gebruiken in je lessen. Maar het toont ook aan leerlingen dat je hiervoor interesse hebt. Zodra ze van sport(club) veranderen kunnen ze dat aan jou doorgeven en hierin een historie opbouwen. Stel vragen aan ze. Wat doe je? Hoe vaak train je? Hoe doen jullie dat? Hoeveel uur is dat in de week? Doe je competitie? Kun je iets daarvan ook in de LO-les doen? Hoe zou je dat willen doen? Soms zijn er momenten in de les waarin je tijd hebt leerlingen zulke vragen te stellen of in te laten vullen op een formulier voor een LVS. Dit draagt bij aan de autonomie van de leerlingen maar ook aan de verbondenheid en relatie docent-leerling bij echte interesse van de docent.

4 Coöperatief leren
Samenwerken is gemeengoed in de les LO. Maar maken we het ook expliciet? Besteden we er zodanig aandacht aan dat leerlingen hierin ook een ontwikkeling (ontwikkellijn) herkennen? Wordt het belangrijk gemaakt en geëvalueerd? Er zijn veel kansen in ons vak voor samenwerkend leren. Niet alleen door het spelen in een team. Maar ook met elkaar een veld opzetten, oefeningen onderhouden en aanpassen waar nodig. En het spelen van rollen van beoordelaar en coach tot scheidsrechter en instructeur. Met sommige rollen hebben leerlingen meer affiniteit. Kunnen en mogen ze hierin ook excelleren in de LO-les? Hierin ligt de mogelijkheid tot verbondenheid met medeleerlingen, één van de zelfdeterminatiebehoeften.

5 Docent als lerende professional
Dit vraagt een continu bevragen van jezelf over je eigen praktijk, maar ook aan leerlingen en collega's binnen- en buitenschools. Deze feedback is geen kritiek op je lesgeven maar een noodzakelijk onderdeel voor het

levendig houden van je eigen praktijk en ontwikkeling. Het gaat om 'een leven lang leren' waarbij je stelselmatig voortbouwt op voorgaande ervaringen maar ook bereid bent weer opnieuw te leren als de situatie daar om vraagt. Geen klas (of leerling) is dezelfde, al zijn er gelukkig ook veel overeenkomsten. Het is een goede zaak in je vakgroep met collega's de eigen praktijk te bespreken en misschien zelfs elkaars lessen te bezoeken (collegiale visitatie).

Eisen stellen

Leerlingen uitdagen en keuzes geven, geeft vrijheid aan leerlingen zodat ze het beste uit zichzelf gaan halen. Dat is de betekenis van excelleren. Aan de andere kant geeft de roep meer eisen te stellen meer binding aan regels van kwaliteit en kwaliteitsmeting. Binnen BSM en LO2 leidt dit tot het opstellen en publiceren van voorbeeldopgaven voor schoolexamens. Hierin worden duidelijke richtlijnen gegeven hoe de kwaliteit van de deelname te duiden en te verbinden aan een cijfer. Aan de ene kant is er de roep om vrijheid in het kiezen van activiteiten waar leerlingen binding mee hebben, en aan de andere kant zien we het omschrijven van standaardsituaties waarin kwaliteit gemeten kan worden en waarbij volgens examenprogramma omschreven onderdelen worden getoetst. Dit geeft een vreemd soort spanningsveld. Bij LO2 (vmbo) en BSM (havo/vwo) kiezen leerlingen voor LO als examenvak en kun je vasthouden aan bepaalde eisen van bekwaamheid. Als je dat van tevoren beschrijft weten leerlingen waar ze voor kiezen en waar ze aan moeten voldoen.

Bij LO, het verplichte onderdeel van LO, komen leerlingen in de les of ze er voor kiezen of niet. Hier zul je anders omgaan met het 'excelleren' dan in LO2 en BSM.

Ik wil hierbij een onderscheid gaan maken tussen:
1 excelleren
2 exclusief
3 extra actief zijn.

Excelleren

Bij excelleren gaat het om neerzetten van een eigen prestatie en daarbij boven jezelf uitstijgen. Je neemt jezelf de maat. Je gaat uit van wat je al kan en van daaruit probeer je vorderingen te maken. Je vindt het leuk om polsstokhoogspringen te leren. In de onderbouw heb je kennisgemaakt met polsstokverspringen. In de bovenbouw word je uitgedaagd nu verder te gaan met polsstokhoogspringen. In een programma van vier weken ga je hiermee aan de slag met een groepje dat hier voor kiest uit het programma met het atletiekonderdeel 'springen'. Je maakt filmopnamen van het beginniveau. Samen met de docent en met hulp van lesbrieven of beelden van het internet of voorbeelden uit boeken werk je hier de komende weken aan en je neemt vorderingen op met de camera. Na vier weken monteer je een filmpje met opnamen van je beginniveau, je vorderingen en je eindniveau. Met kort commentaar geef je jouw bevindingen weer over het leerresultaat en de leerweg er naartoe. Het gaat om het persoonlijke resultaat en de persoonlijke verbetering. Van één meter in de eerste keer (beginniveau) naar twee meter hoog in vier weken tijd! Iets om trots op te zijn. Dit kun je vastleggen in een persoonlijk digitaal (s)portfolio. Hierbij is de opdracht: van iedere leerling wil ik dit jaar (minimaal) een filmpje van maximaal vier minuten van een onderdeel of activiteit waar je trots op bent.

Exclusief

Hier gaat het om deelnemen boven de standaard uitvoering. Dit kan zijn een beweegactiviteit. Je zit op hockey. Binnen de klas maak je jouw expertise tot nut door (een deel van) de les hockeytraining te geven. Op school neem je deel aan het schoolteam en de interscolaire hockeytoernooien. Maar het kan ook bij een regelactiviteit. Bijvoorbeeld op school help je mee met het organiseren van een hockeytoernooi. Je kunt je verdienstelijk maken als organisator, als scheidsrechter of als coach van een hockeyteam.

Maar misschien heb je veel aanleg voor het spelen van de rol van scheidsrechter bij softbal. Je stijgt daarbij boven de klas uit en je bent in staat om op schooltoernooien leiding te geven op een veld. En bij interscolaire toernooien ga jij mee als scheidsrechter.

Extra actief

Je toont je extra actief in activiteiten buiten school. Op allerlei sportieve evenementen buiten school om ben jij actief. Je doet mee aan de sponsorhardloopwedstrijd bij jou in de buurt. Maar ook met de zwemvierdaagse ben je actief. Bij het buurtvolleybaltoernooi doe je mee en in het buurthuiswerk help je mee een skateboardwedstrijd te organiseren voor jongeren. Zonder dat je ergens heel goed in bent ben je wel op verschillende fronten actief.

Het beste uit jezelf; drie manieren

Als het gaat om leerlingen te stimuleren tot excelleren dan zou ik willen pleiten voor één van deze drie vormen. Dat kan zijn excelleren maar het kan ook betekenen exclusief zijn of extra actief zijn. Soms gaan deze drie ook samen: een leerling die in de LO-les niet alleen boven zichzelf uitsteekt, maar ook exclusief is en extra actief door ook buiten school zijn activiteit uit te voeren of te organiseren. Dit kun je vastleggen in een persoonlijk digitaal (s)portfolio. Hierbij is de opdracht: 'van iedere leerling wil ik dit jaar (minimaal) één filmpje van maximaal vier minuten van een onderdeel of activiteit waar je trots op bent'. Het gebruik van mobiele telefoontjes en filmopnamen maken in de les wordt ineens een zinvolle activiteit in plaats van een stiekeme actie. Het thuis bewerken van filmopnamen levert hele creatieve oplossingen op en gebruik van ICT-vaardigheden die leerlingen allang hebben of van elkaar kunnen leren.

Iedere leerling kan in de reguliere LO-les een activiteit kiezen waarin hij wil excelleren. Het exclusief zijn vraagt intensievere training en/of een uitzonderlijk talent. Extra actief zijn buiten school om vraagt meer tijdsinvestering van leerlingen dan de reguliere LO-les. Deze drie vormen van uitdagen kunnen we stimuleren bij leerlingen in en rondom de les LO als het gaat om het beste uit jezelf te halen. Met als uitdagende vraag: 'waar ben je trots op?' Het is een uitdaging voor docenten LO op deze wijze leerlingen te stimuleren het beste uit zichzelf te halen. Dat dit ook geldt voor de docent LO zelf maakt de gezamenlijke inspanning nog interessanter.

Gebruikte artikelen:
Aelterman, N., e.a. (2011). *Interpersoonlijke vaardigheden. De rol van motivatie binnen de les Lichamelijke Opvoeding*. Universiteit Gent.
Mossel van, G., Witsiers D (2012). 'LO Excellent in de bovenbouw VO.', *Lichamelijke Opvoeding*.4, Zeist.
Schuit, H., de Vrieze, I., Sleegers, P. (2012). *Leerlingen motiveren:een onderzoek naar de rol van leraren*. Heerlen: Open Universiteit, Ruud de Moor Centrum.

Excelleren

in LO is voor iedereen

Naast talentontwikkeling voor de 'happy few', willen we alle leerlingen, ook de minder bewegingsvaardige leerlingen, stimuleren het beste uit zichzelf te halen. Hier wordt een voorbeeld beschreven hoe je dit in de praktijk kunt vormgeven.

Door: Cindy Didden

In *Lichamelijke Opvoeding* 4 worden twee artikelen beschreven over de stand van zaken en mogelijkheden in de bovenbouw. Daaruit komt naar voren dat leerlingen meer keuzevrijheid willen en graag vaardigheden kiezen die zij willen verbeteren, omdat deze hen aanspreken. Hieruit volgt verbondenheid en meer betrokkenheid bij de activiteit. Dat is toch wat wij graag als docent bij alle leerlingen zouden willen zien? Op basis van deze drie basisbehoeften (autonomie, competentie en verbondenheid) heb ik een pilot uitgevoerd bij een vijfde klas vwo. Ik heb gekozen voor een keuzeblok. Ze kregen de volgende opdracht:

1 Maak een keuze uit de volgende domeinen: turnen, atletiek, bewegen op muziek of zelfverdediging.
2 Stel zelf een leerdoel op. Je hebt drie lessen om het vastgestelde leerdoel te halen. Aan de hand van filmbeelden en commentaar laat je zien of je het leerdoel hebt behaald of niet. Mocht je het leerdoel niet hebben behaald, dan moet er in ieder geval vooruitgang zijn geboekt, om een positieve beoordeling te krijgen.
3 Hieronder een aantal voorbeelden om je op weg te helpen:
- turnen: acrogym en tumbling of freerunnen of herhaald trampoline springen
- atletiek: hoogspringen (nieuwe techniek of verbeteren hoogte) of hink-stap-sprong of polsstokhoogspringen
- bewegen op muziek: maak zelf een dans en denk daarbij aan de performance
- zelfverdediging: maak een keus uit boksen of schermen.

4 Tip: kies eerst een domein en maak daarna een keuze binnen het domein en stel je leerdoel op. Gebruik daarvoor je ervaringen binnen de les LO, internet of vraag mij naar nog meer opties. Vraag tevens aan je klasgenoten welke keuze zij maken, zodat je misschien samen een leerdoel kunt opstellen.

De lessen

Ik heb deze opdracht in november aangekondigd. Dit was ruim voordat het van start zou gaan. De reden hiervoor is dat ik het dan toch nog enigszins kon bijsturen, want het moet in de praktijk ook nog kunnen. Na de kerstvakantie ben ik gestart. De eerste drie lessen stonden in het teken van hoogspringen en hink-stap-springen. De leerlingen die hier niet voor hebben gekozen zijn gaan





volleyballen en badmintonnen. Een voorwaarde was wel dat ik een derde deel van de sporthal kon gebruiken. Daarna stonden drie lessen in het teken van de salto met een halve draai en het boksen. De anderen hebben zich op het vlak van volleybal en badminton verbeterd.

De leerlingen die bezig waren met hun keuze waren goed gemotiveerd. In het begin heb ik ze gewezen op het filmen van hun sprongen om zo genoeg materiaal te verzamelen dat ze voor hun filmpje konden gebruiken. Ook stimuleerde ik ze naar de beelden te kijken, zodat ze zichzelf konden verbeteren. Voor het boksen heeft een leerling de taak van instructrice op zich genomen. Dit deed ze uitstekend en de leerlingen waren gretig.

Het uitwisselen van filmpjes

De leerlingen namen hun leerproces op met hun eigen mobieltjes, maar ook met de flipcamera die in mijn bezit was. Voor mij werd het een uitdaging om deze te delen met de klas. Ik heb ervoor gekozen om de leerlingen bij mij langs te laten komen met een USB-stick en ze alle filmpjes te geven van hun activiteit. De volgende keer zou ik ervoor kiezen om het via Dropbox uit te wisselen.

Het eindresultaat

Al voor de deadline werden de eerste filmpjes aangeleverd. De deadline was vier weken na de tweede sessie. Alhoewel het een pilot was, hebben vier leerlingen geen filmpje aangeleverd, op een klas van 27. Ik moet zeggen dat me dat wel aangenaam heeft verrast, aangezien ze wisten dat het een pilot was. In de weken voor de deadline kwamen de laatste leerlingen druppelsgewijs het filmpje aanleveren. Nadat ik de filmpjes had gezien en ze complimenteerde met het resultaat, straalde menigeen. Ze waren trots op zichzelf en hebben het beste uit zichzelf gehaald.



Reacties uit de filmpjes

"Leuke lessenreeks boksen, moeten we vaker doen!"
"Ik vond het hink-stap-springen erg leuk om te doen. In het begin ging het best lastig, maar het werd steeds beter. Mijn vooruitgang is in totaal 2,65 meter. Het ging dus veel beter dan ik zelf had gedacht."
"Aan het begin vroeg ik me eigenlijk af waar ik aan was begonnen, omdat ik niet had verwacht dat ik zo'n vooruitgang zou boeken. Ik was aan het begin al blij als ik net op de mat landde. Ik ben dus erg tevreden met mijn resultaat. Ik had totaal niet verwacht dat ik 6,25 meter ver zou kunnen springen."
"Ik had nooit verwacht dat ik mijn sprongafstand zo zou kunnen verbeteren, met 1,25 meter. Ik dacht dat ik het hoogstens met een halve meter zou kunnen verbeteren. Ik vond het erg leuk om aan hink-stap-springen te doen. Het was een mooie nieuwe ervaring."
"Om eerlijk te zijn had ik nooit geweten dat ik een salto met halve draai kon. Maar goed, het begon ook allemaal heel spontaan."



De toekomst

Ik zou op grond van deze pilot volgend jaar eraan willen werken dat iedere leerling in de bovenbouw in een activiteit excelleert. Dit kan bijvoorbeeld aan de hand van een verplichte keuzemodule, zodat het binnen de les kan plaatsvinden. Trots zijn op jezelf is hierin zeker mogelijk, iedereen excelleert op zijn niveau. En wie weet draagt dit bij tot meer motivatie binnen de reguliere les LO.

Verder zou het leerproces voor de reguliere LO veel zichtbaarder moeten worden, in de hoop dat dit leerlingen meer motiveert, want je mag toch ook trots zijn als je van een basis- naar een vervolgniveau gaat? Het gaat in de les LO niet alleen maar om de bewegingsgetalenteerde leerlingen. Zij vinden LO meestal wel leuk. Een gemiddelde leerling (niveau zorg/basis/vervolg of voldoende) zou zich positiever/gemotiveerder moeten voelen om deel te nemen aan LO als hij trots kan aantonen dat hij zich zichtbaar heeft verbeterd. Hoe meer trotse leerlingen op hun eigen niveauverbetering, des te meer leerlingen waarschijnlijk willen volgen. Dat vind ik een mooi streven. Vaak beoordelen we na een aantal weken op basis van wat een leerling op dat moment kan, maar we weten vaak niet wat het beginniveau was. Wat we eigenlijk willen is een goede inzet/betrokkenheid bij een activiteit/leerproces als voorwaarde voor een (voldoende) actieve deelname aan de les LO.

Het vraagt van de docent nog nadrukkelijker aandacht voor het doorgemaakte leerproces in plaats van focus op een absolute norm. Door leerlingen dit voor henzelf zichtbaar te laten maken met filmbeelden snijdt het mes aan twee kanten: ze worden zich bewust van wat ze (kunnen) leren bij LO en ze leren dit zichtbaar te maken. Als dit gelukt is, hebben ze reden om trots te zijn.

Contact:

c.didden@meergronden.nl

Special Heroes



Passie voor bewegen, een heel leven lang. Klinkt mooi, want iedereen moet de mogelijkheid hebben om te sporten. Maar hoe geef je een leerling met een handicap de mogelijkheid om met de reguliere gymles mee te doen? Dat is toch lastig. Ze kunnen niet altijd moeiteloos met een gymles meedoen, waardoor de gymles moet worden aangepast. Maar hoe? Het resultaat is vaak dat leerlingen met een beperking langs de kant eindigen, omdat de mogelijkheden van deze kinderen wordt onderschat. En dat terwijl sporten en bewegen juist voor deze doelgroep zo nuttig is.

Door: Romy Vooijs

Uit onderzoek blijkt dat het zorgt voor een betere algemene gezondheid, een verminderde kans op hart- en vaatziekten en ook op cognitieve vaardigheden heeft het veel positieve effecten. Sporten en bewegen heeft ook bij deze doelgroep positief effect op het leervermogen. Eén van de doelen van de sportbonden en NOC*NSF is om de sportparticipatie in Nederland te verhogen. Iedereen moet de mogelijkheid hebben om te kunnen sporten en bewegen. Iedereen, dus ook mensen met een beperking. En dan niet alleen bij sportverenigingen, maar juist ook bij de reguliere gymlessen op school. Op deze manier krijgen zij structureel beweging en kunnen ze de sport in een veilige en vertrouwde omgeving ontdekken.

Gymlessen op school

Het sportstimuleringsprogramma *Special Heroes* zet hier binnen het speciaal onderwijs op in. Het principe is dat leerlingen via verschillende fases uiteindelijk structureel bij een vereniging gaan sporten. Ze beginnen met gymlessen op school die worden verzorgd door een lokale vereniging. Vervolgens komt er een naschools aanbod en uiteindelijk moeten leerlingen zelf naar een vereniging toe gaan.

Kinderen uit het regulier onderwijs zijn welkom om aan het programma deel te nemen, maar in de praktijk is dat vaak lastig. Er ligt daarom een belangrijke taak voor de gymleraar om de leerling met een handicap enthousiast te maken voor sport. Veel sportbonden denken hier graag in mee en hebben allerlei materialen ontwikkeld die in de gymles kunnen worden gebruikt.

Creativiteit biedt mogelijkheden

Eén van de sportbonden die daar graag in meedenkt, is de Nederlandse Basketbalbond (NBB). Zij snappen dat het soms lastig is om leerlingen met een handicap mee te laten doen met de reguliere gymles. Ze zijn niet wendbaar in een gewone rolstoel en de kans dat ze omver worden gelopen door andere kinderen is groot. Toch zijn er wel degelijk mogelijkheden volgens Luc Vergoossen. “Met een beetje creativiteit heb je al heel veel mogelijkheden.”

Vergoossen is werkzaam bij de NBB en is daarnaast ook adjunct directeur van Mytylschool de Regenboog uit Haarlem. “Leraren zijn wel creatief, maar denken vaak te moeilijk. Je hoeft geen hele speciale oefeningen en spellen te bedenken. Als er een (sport)rolstoel beschikbaar is, kan een kind al meedoen met een spel als bijvoorbeeld hindernisbaan. Laat de leerling langs en rond de hindernissen rijden, waar valide kinderen over de hindernissen lopen en springen. Op deze aangepaste manier kunnen ze gewoon meedoen.”

In 2008 deed de NBB een subsidieaanvraag bij NOC*NSF. De insteek was de sportparticipatie van mensen met een handicap verbeteren en verhogen. Na de goedkeuring werd Vergoossen aangesteld om dit project te leiden. “Samen met de Britse basketbalbond hebben we een concept bedacht. Daarmee willen we duidelijk maken dat ongeacht wie je bent, wel of geen handicap, iedereen met elkaar kan sporten. De integratie is daarbij een belangrijk punt.”

Zone-basketbal

Zone-basketbal is het concept dat Vergoossen samen met de Britse basketbalbond heeft ontwikkeld. Een vier-tegen-vierspel waarbij het veld in drie zones is verdeeld. “Je hebt een zone aan de linkerkant van het veld, een zone aan de rechterkant en een zone in het midden. Voordat er gescoord mag worden, moet elke speler van het team minstens één keer de bal hebben gehad. Teams worden daarbij eerlijk verdeeld. Als team A in de middenzone een speler in een rolstoel heeft, dan heeft team B in de middenzone ook iemand in een rolstoel. In de linker- en rechterzone basketballen dan bijvoorbeeld de lopers. Zo kunnen spelers met hetzelfde bewegend en fysiek vermogen tegen elkaar strijden.”

Dit spel is een goede manier om leerlingen te laten ervaren hoe het is om een handicap te

hebben. Als er maar één leerling in de klas zit met een handicap, geef je een andere leerling een soortgelijke handicap. Door middel van het aan elkaar vastbinden van benen, kunnen ze bijvoorbeeld beleven hoe het is om zeer spastische benen te hebben. Door dit soort aanpassingen kan er een eerlijke competitie worden gespeeld en wordt tevens het begrip voor leerlingen met een permanente beperking vergroot.

Peanuts Playground

Naast Zone-basketbal heeft de NBB ook het spel Peanuts Playground ontwikkeld. Een spel dat, volgens Vergoossen, wat weg heeft van ganzenbord. Aan de hand van het aantal ogen op de dobbelsteen die wordt gegooid, mag de speler stappen vooruit zetten. Bij elk plaatje staat een aangepaste basketbaloefening die goed moet worden uitgevoerd.

Volgens Vergoossen is dit een spel dat heel gemakkelijk gespeeld kan worden met leerlingen met en zonder handicap. “Iemand in een rolstoel kan ook dribbelen of passen. Het kan worden gespeeld met zes spelers, maar ook met zestig (zes teams van tien). Het is voor iedereen leuk!”

“Een tas met dit spel kost 150 euro. Het is een eenmalige aanschaf waar een school jaren mee kan doen. Dat weegt niet op tegen de honderden euro’s die een school voor een turntoestel moet betalen. Datzelfde geldt voor een sportrolstoel. Als een scholengemeenschap een tweedehands sportrolstoel koopt voor tweehonderd euro dan kunnen leerlingen met, maar ook zonder een beperking daar heel veel plezier aan beleven.”

Als er geen geld beschikbaar is om een sportrolstoel te kopen, zijn er soms ook mogelijkheden om materiaal te lenen bij regionale sportinstituten. Fonds gehandicaptensport geeft bijvoorbeeld op basisscholen de clinic (s)Cool on Wheels. Hierbij laten ze leerlingen ervaren hoe het is om met een handicap te sporten en maken ze gebruik van sportrolstoelen. Bij deze instelling kan altijd worden geïnformeerd naar de mogelijkheid om sportrolstoelen te lenen.

Naast aanpassingen maken voor de leerlingen met een handicap kunnen docenten de rol ook omdraaien zegt Rinske de Jong, projectleider gehandicaptensport bij NOC*NSF. “Laat de hele klas eens zitvolleybal spelen in plaats van gewoon volleyballen. Of laat ze eens geblinddoekt een parcours afleggen. Op deze manier ontdekken ze niet alleen hoe leuk, maar ook hoe moeilijk gehandicaptensport eigenlijk is.”

Contact:

rinske.dejong@noc-nsf.nl

Gehandicaptensport ondergebracht bij de sportbonden

Een goede ontwikkeling is dat het merendeel van de gehandicaptensporten inmiddels is ondergebracht bij reguliere sportbonden. Rinske de Jong: “Hierdoor kunnen zij alle mogelijkheden die zij te bieden hebben ook aan sporters met een handicap beschikbaar stellen. We hopen hiermee de groep van mensen met een beperking die sporten te vergroten. Het is een groep die, qua sportparticipatie, achterblijft ten opzichte van de valide populatie.”

FOTO'S: NOC*NSF





Paralympische Talentdag

NOC*NSF en de sportbonden hebben, naast de ambitie om de sportparticipatie te verhogen, ook de doelstelling om Nederland te laten behoren tot de top tien van de wereld. Om die ambitie waar te maken, wordt er veel aandacht besteed aan talentscouting en talentontwikkeling. Zo wordt er op 5 oktober weer de jaarlijkse Paralympische Talentdag in het Ronald McDonald Centre georganiseerd.

“Deze dag is in 2009 voor het eerst georganiseerd. We merkten dat het bij gehandicaptensport een stuk moeilijker is om talent te ontdekken. Sporters stromen niet automatisch door van de B1 naar de A1. Ze worden begeleid door regionale talentscouts. Daarnaast is het ook lang niet bij iedereen bekend dat Paralympische sport ook geschikt is voor mensen die bijvoorbeeld maar drie vingers missen, MS hebben of een chronische aantoonbare knie- of enkelblessure. Deze informatie over classificatie proberen we zoveel mogelijk te verspreiden via onder andere artsen en trainers. Maar ook voor docenten LO is het goed om hiervan kennis hebben, zodat ze leerlingen kunnen informeren over de mogelijkheden.”

Op de Paralympische Talentdag kunnen deelnemers hun sporttalent aan Paralympische bondscoaches laten zien. Zij kijken samen met de deelnemers wat de beste stappen zijn om beter te worden in een sport. Dat kan door het verwijzen naar goede trainers, maar ook door het opnemen van een talent in een talentenselectie en voor de echte toppers is er zelfs de mogelijkheid om in het programma van de nationale selectie te worden opgenomen.

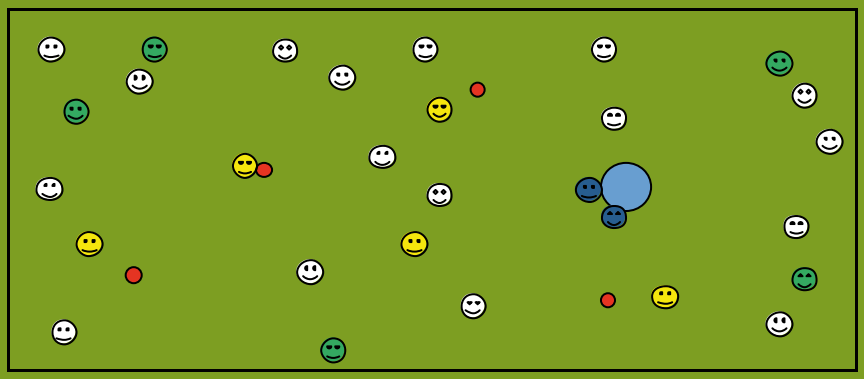
Rol voor docenten LO

Er worden dus goede stappen gemaakt, maar ruimte voor verbetering is er uiteraard nog steeds. Naast NOC*NSF en sportbonden kunnen ook gymleraren daar een belangrijke rol in spelen. “Alleen al door het bekendmaken van de alle sportmogelijkheden voor mensen met een beperking en bijvoorbeeld ook de Paralympische Talentdag, kunnen ze helpen. We denken dat er binnen het regulier onderwijs namelijk nog heel veel leerlingen zijn die willen sporten en misschien zelfs de ambitie hebben om op hoog niveau te sporten, maar gewoonweg niet weten wat voor mogelijkheden er zijn. Als we dat met NOC*NSF, de sportbonden, maar ook met gymdocenten en ambulant begeleiders kunnen oppakken, dan zie ik de toekomst van gehandicaptensport en Paralympische topsport met vertrouwen tegemoet.” ❮❚

Nieuwe *afgooispelen*

Wat is er leuker dan een uitdagend spel spelen waarin allerlei aspecten aan bod komen? Een spel waarbij je jezelf naast het gewoon lekker bezig zijn met afgooien en ontwijken ook nog eens moet oriënteren in de ruimte, omdat je bevrijd wilt worden of je je teamgenoten moet helpen of bevrijden, of moet wachten op een mooie pass van een teamgenoot, omdat je die bal nodig hebt.

Door: David Sieben











Het Safarispel

De afgelopen vier jaar ben ik bezig geweest met het ontwikkelen van nieuwe spellen die onbewust wat meer van leerlingen verlangen. Dit geeft ze meer uitdaging en ze trainen onbewust bepaalde aspecten die ik per spel zal benoemen.

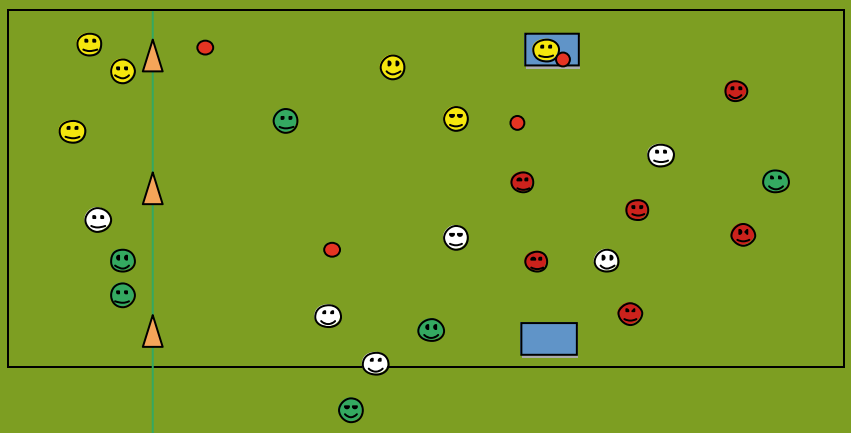
Ik ben gekomen tot drie spelen die in de praktijk erg goed bevallen. Afhankelijk van de klas, zal het ene spel leuker zijn dan het andere, maar alle drie zijn ze de moeite waard om te proberen. Van leerjaar één tot en met leerjaar vier speel ik de spelen in het voortgezet onderwijs. Spelen waarbij je, als je even de tijd niet bijhoudt en het lekker loopt, zo aan het eind van je lesuur bent. Het Safarispel, een leuk te brengen themaspel waarbij leerlingen vrij rondrennen in de zaal met leeuwen die afgooien, olifanten die je overrompelen en apen die je weer kunnen bevrijden. Ja, zelfs in de derde klas en soms in de vierde klas vinden ze dit nog leuk. Team-hunting, waarbij je vrij door de zaal met vier verschillende teams tegen elkaar strijdt. The Untouchable, waarbij je een trefbalvorm speelt met een medespeler in het vak van de tegenstander! Kies een spel, lees de regels door, ga aan de slag en ervaar! Veel plezier ermee!

Het Safarispel

Spel vrij in de ruimte met afgooien en verlossen.

Aspecten binnen dit spel

Leerlingen leren snel en vrij door de ruimte te bewegen. Ze moeten afhankelijk van de rol die ze spelen: gericht werpen, samenwerken,









snel oriënteren in de ruimte, anticiperen, bevrijden en coachen om het spel te kunnen winnen of om weer in het spel te komen.

Speluitleg

We gaan naar Afrika op safari! Welke beesten komen we tegen? Vijf leerlingen worden de leeuwen, die krijgen ieder een geel lintje en als groep vier foamballen. Doel van de leeuwen: zo snel mogelijk alle prooien afgooien. Ze mogen niet lopen met de bal. Twee leerlingen worden de olifanten, die krijgen ieder een blauw lintje. De olifanten rollen een grote fitnessbal door de zaal en proberen de rondrennende leerlingen te raken. Absoluut niet gooien of schoppen tegen de bal vanwege de veiligheid. Wanneer je geen grote bal hebt, moeten de olifanten elkaars hand vasthouden en zo de andere leerlingen aftikken.

De olifanten en leeuwen werken samen en kunnen niet af. De overige leerlingen zijn prooien en kunnen afgegooid of afgerold/afgetikt worden. Van deze leerlingen zijn er vier of vijf apen, die ieder een groen lintje krijgen, dit zijn de verlossers. Je gebruikt de hele zaal.
Wanneer een speler af is, gaat deze op de buitenste gele lijn zitten. De apen proberen de zittende leerlingen te bevrijden door ze aan te tikken. De apen kunnen zelf ook af zijn, dan moeten ze ook zitten en hopen dat een andere aap ze bevrijdt. Alle prooien kunnen worden afgetikt als de leeuwen en olifanten goed samenwerken.

Materiaal:
- vier foamballen
- een grote (fitness)bal
- vijf gele lintjes
- vier of vijf groene lintjes
- twee blauwe lintjes.

Pluspunten:
- inleving en enthousiasme
- dynamisch
- stimuleert coaching en samenwerking
- intensief.

Minpunten:
- zonder grote bal is het minder leuk
- neiging tot valsspelen wanneer apen af zijn
- voorzichtigheid met grote bal moet naar de leerlingen benadrukt worden, want bij veel vaart kan deze leerlingen omver rollen.

Team-hunting

Spel met afgooien en verlossen.

Aspecten binnen dit spel

Leerlingen moeten door de ruimte bewegen en tegelijkertijd tegenstanders weten te lokaliseren. Het gevaar kan van alle kanten komen. Ze moeten daarom elkaar coachen en goed samenwerken. Ze moeten snel en gericht gooien, passen naar teamgenoten en keuzes maken: ‘Ga ik iemand afgooien, of ga ik een teamgenoot bevrijden?’ Daarnaast tactisch spelen en met de ruimte omgaan; ‘Welke positie neem ik in binnen het speelveld om snel iemand te kunnen bevrijden en uit het heetst van de strijd te blijven, maar niet als enige overblijven?’ Coaching is ook hier weer heel belangrijk.

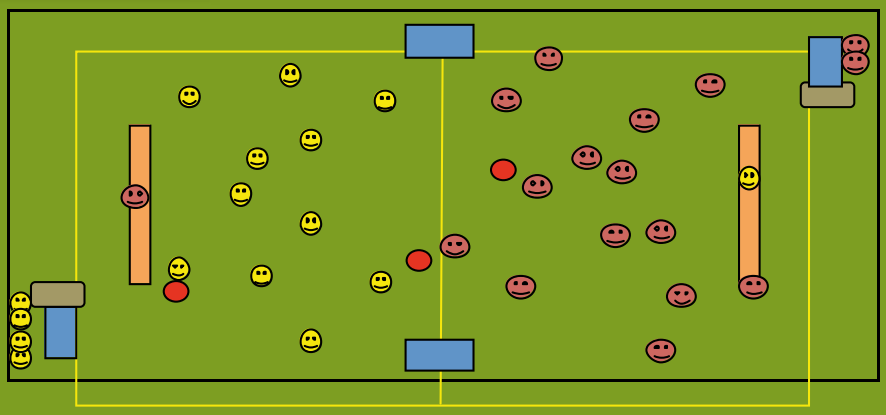
Speluitleg

Het heeft wat weg van ‘Iemand is hem niemand is hem’, maar dan met teams en een bevrijdingsvak.

De klas is opgedeeld in vier teams: een team zonder lintjes, een team rode lintjes, een team groene lintjes en een team gele lintjes. De leerlingen spelen het spel op ongeveer driekwart van de zaal. Met bal mag je niet lopen en probeer je iemand af te gooien of je passt naar een teamgenoot. Bij vangbal van een speler van een ander team ben je af. Je mag niet afweren en hoofd is ook af. Wanneer een speler af is gaat deze achter de lijn (afgezet met pionnen) staan in het bevrijdingsvak (het andere kwart van de zaal). In het bevrijdingsvak mag je vrij bewegen en vragen om de bal. Een speler die af is kan bevrijd worden wanneer deze achter de lijn een bal afkomstig van een veldspeler direct vangt. Wanneer de bal gevangen is, dan rent de speler met bal naar het kleine matje links of rechts achterin de zaal en vanaf daar neemt de speler weer deel aan het spel en ook dan pas mag de speler de bal gooien. Na het gooien van de bal, dan mag hij/zij weer afgegooid worden. Wanneer een tweede speler op het matje komt, dan

Contact:

d.sieben@maaslandcollege.nl









moet de speler die er eerder was eerst gooien. Gebruik drie of vier foamballen. Je moet duidelijk als scheidsrechter aanwezig zijn vanwege neiging tot valsspelen en/of duwen in het bevrijdingsvak.

Materiaal:
- vier foamballen
- pionnen
- drie kleuren lintjes, ongeveer zes van iedere kleur
- twee kleine turnmatjes.

Pluspunten:
- teamwork
- dynamisch
- stimuleert coaching, samenwerking en oriëntatievermogen.

Minpunten:
- neiging tot valsspelen wanneer ze een bal in het afgooivak hebben en deze niet gevangen is
- soms is een team vrij snel uitgeschakeld en dan is de kans klein om terug te keren
- neiging tot duwen en trekken in het bevrijdingsvak.

The Untouchable

Trefbalvorm met speciale verlosser, the untouchable.

Aspecten binnen dit spel

Ieder team heeft een eigen speler in het vak van de tegenstander waar ze goed mee samen moeten werken. Ze moeten elkaar coachen. The untouchable moet inschatten wat te doen; afgooien of bevrijden. The untouchable traint meteen zijn of haar balans. Er zit veel afwisseling in, waardoor het spel varieert en uitdagend is.

Speluitleg

Je hebt twee speelhelften met op iedere helft een bank achterin het vak en in de hoek een turnmatje met kastdeksel (of blauw blok) ervoor. Op de middenlijn aan iedere zijkant één klein turnmatje naast de lijn aan de buitenkant. Je speelt met twee teams, op iedere helft een team, waarvan één speler 'the untouchable' is en in het andere vak op de bank gaat staan met een lintje om.

Je speelt trefbal met drie foamballen. Speel zonder afweren en hoofd is af. (Dit kun je zelf aanpassen). Niemand komt op de andere helft of op de materialen, behalve 'the untouchable'. 'The untouchable' moet op de bank blijven en kan vanaf de bank tegenstanders afgooien. Valt 'the untouchable' van de bank, dan stapt hij er weer op, maar mag dan geen bal hebben. Een eventueel geworpen bal telt dan niet. Wanneer spelers af zijn, dan gaan ze achter het matje en het blok staan en nemen niet meer deel aan het spel totdat ze bevrijd worden.

'The untouchable' mag, wanneer hij direct een bal vangt ervoor kiezen om niemand af te gooien, maar de bal te laten vallen en zijn teamgenoten te bevrijden. 'The untouchable' gaat van de bank, rent buitenom, maakt op het kleine matje bij de middenlijn een koprol, rent verder buitenom, achter de bank langs, zet af op het blok en springt op het matje. Bij landing zijn alle spelers vrij. 'The untouchable' geeft zijn lintje af en een andere speler wordt 'the untouchable' en neemt plaats op de bank.

Extra toe te passen regels:
bij vangbal is de werper af (behalve 'the untouchable').
'The untouchable' mag staande op de bank andere spelers aftikken waar hij bij kan.
Wanneer een 'untouchable' spelers bevrijd heeft, dan mag de volgende 'untouchable' pas plaatsnemen op de bank na een vangbal van eigen team.

Materiaal:
- drie foamballen
- twee lintjes
- twee banken
- vier kleine turnmatjes
- twee kastdeksels/blokken.

Pluspunten:
- een hele andere trefbalvorm
- afwisseling van untouchables
- stimuleert coaching en samenwerking.

Minpunt:
- leerlingen die snel af zijn staan wat langer stil.

David Sieben is docent LO op het Maaslandcollege te Oss.

‘Beter leren kijken is beter leren bewegen’

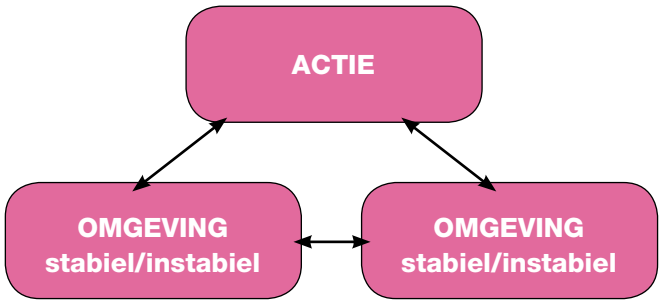
Binnen het hoger beroepsonderwijs neemt de rol van onderzoek een steeds belangrijkere rol in. Het ontwikkelen van onderzoeksvaardigheden en het kritisch bestuderen van onderzoeksresultaten zijn enkele speerpunten van hbo praktijkonderzoek. Praktijkonderzoek is onderzoek dat wordt uitgevoerd door onderzoekende professionals (o.a. docenten lichamelijke opvoeding), waarbij op systematische wijze in interactie met de omgeving antwoorden verkregen worden op vragen die ontstaan in de eigen beroepspraktijk gericht op verbetering van deze praktijk (Van der Donk & van Lanen, 2011). Op de Haagse Academie voor Lichamelijke Opvoeding (Halo) zijn in het kader van hbo praktijkonderzoek diverse onderzoeks- & afstudeerlijnen geformuleerd. Deze onderzoekslijnen doen zowel kwantitatief als kwalitatief onderzoek en de onderwerpen variëren van sociaal-emotionele tot motorische ontwikkeling.

Door: Annemarie de Witte en Michiel Krijger

De onderzoekslijn ´waarnemen en bewegen´ heeft sinds enkele jaren een nauwe samenwerking met de faculteit der Bewegingswetenschappen van de Vrije Universiteit Amsterdam en doet onderzoek naar motorisch leren met focus op de rol van visuele bewegingssturing in de lichamelijke opvoeding. De Halo richt zich hierbij vooral op de mogelijke implicaties van onderzoek voor het bewegingsonderwijs. De afgelopen jaren zijn er meerdere artikelen verschenen binnen deze onderzoekslijn die implicaties hebben voor de beroepspraktijk. In deze publicatie wordt een overzicht gegeven van de opgedane kennis op het gebied van visuele waarneming, de (mogelijke) implicaties voor het bewegingsonderwijs en de meerwaarde die dergelijk onderzoek kan hebben op het niveau van het bewegingsonderwijs.

Visuele waarneming

Bij het uitvoeren van een beweging speelt de visuele waarneming een belangrijke rol. Wanneer een voetballer een bal wil schoppen, zal hij naar de bal kijken (centrale waarneming), maar vanuit zijn ooghoeken zal hij ook de positie van zijn tegenstander in de gaten houden (perifere waarneming). Wanneer je aan het bewegen bent vindt er continu interactie plaats tussen je waarneming van de omgeving (wat zie je?) en je uitvoering van de beweging. Wat je waarneemt kan je beweging dus beïnvloeden. Enerzijds zal de voetballer, wanneer hij een bal ziet naderen, gaan bewegen om de juiste positie in te nemen voor het terugschoppen van de bal. Anderzijds beïnvloedt hij daarmee ook zijn waarneming van de omgeving, want door de beweging naar de bal toe verandert zijn blikveld. Deze cyclus van waarnemen en bewegen noemen we de perceptie-actiecyclus en wordt weergegeven in figuur 1 (Pijpers, Savelsbergh & Bakker, 1992).



Figuur 1: Perceptie-actiecyclus (Pijpers et al., 1992)

Wetenschappelijk onderzoek heeft de laatste jaren overtuigend aangetoond dat prestaties in verschillende takken van sport niet alleen worden bepaald door de techniek van de bewegingsuitvoering maar ook door de kwaliteit van de visuele waarneming. Een voorbeeld hiervan is dat het vroegtijdig oppikken van de juiste visuele informatie leidt tot betere anticipatie op een uit te voeren actie. Om bijvoorbeeld een succesvol voetbalkeeper te worden, is het van belang om je te focussen op het standbeen van een voetballer die een penalty neemt (Savelsbergh, G.J.P., Van der Kamp, J , Williams, A.M., & Ward, P., 2005).
Bij het aanleren van vaardigheden in het bewegingsonderwijs wordt er regelmatig ingespeeld op deze perceptie-actiecyclus. De uitvoering van een beweging zou dus ook verbeterd kunnen worden als de omgeving zo wordt aangepast dat de beweging gunstig gestuurd wordt.

Centrale en perifere visuele sturing

In 2010 hebben Altenburg, Hoeboer, Bosman, Krijger, Bakker, Toussaint en Savelsbergh onderzoek gedaan op de Halo naar de verschil- ››

Contact:

a.m.h.dewitte@hhs.nl

len tussen centrale en perifere visuele sturing op de uitvoering van een radslag binnen specifiek ingerichte bewegingsarrangementen. De radslag dient in het sagittale vlak te worden uitgevoerd. Wanneer een beweger in een vlak moet bewegen kan dit gestuurd worden door een lijn op de grond te plaatsen. Over deze lijn moet de beweger de vaardigheid uitvoeren. Het visueel ondersteunen van een beweging met behulp van een lijn wordt ook wel centrale visuele sturing genoemd omdat de bewegingsrichting in het centrale gezichtsveld wordt aangegeven. Als de bewegingsrichting niet in het centrale gezichtsveld wordt aangegeven, maar in het perifere gezichtsveld, dan spreken we van perifere visuele sturing. Eerstejaarstudenten (17-21 jaar, n=31) van de Academie voor sportstudies participeerden in deze onderzoekslijn. De participanten voerden in drie verschillende arrangementen een radslag uit; neutraal, centraal en perifeer gestuurd. In het neutrale arrangement was geen sprake van visuele sturing. In het centrale arrangement werd de radslag visueel gestuurd door middel van een rechte lijn op de grond die het sagittale vlak aangaf. In het derde arrangement werd de beweging perifeer beïnvloed. In het arrangement werd de radslag visueel gestuurd door middel van twee rechte lijnen aan de zijkanten op de grond en matten aan de zijkanten. Op de grond en de matten was een raster aangebracht, om de perifere visuele sturing van de grond door te laten lopen op de matten.

In alle arrangementen werd gekeken naar de gemiddelde afwijking t.o.v. het sagittale vlak. In het centraal gestuurde arrangement werd de radslag significant meer door het sagittale vlak uitgevoerd dan in het neutrale en perifere arrangement. Opvallend was dat de verschillen tussen de condities met name terug te voeren zijn op de plaatsing van de eerste voet en de handen. Dit betekent dat het eerste deel van de radslag (de hoofdfase) bepalend is voor het resultaat van de beweging, namelijk door het sagittale vlak bewegen. De conclusie die getrokken kan worden uit het onderzoek is dat het op de juiste wijze sturen van centrale visuele sturing binnen het bewegingsonderwijs kan leiden tot een hoger bewegingsniveau.

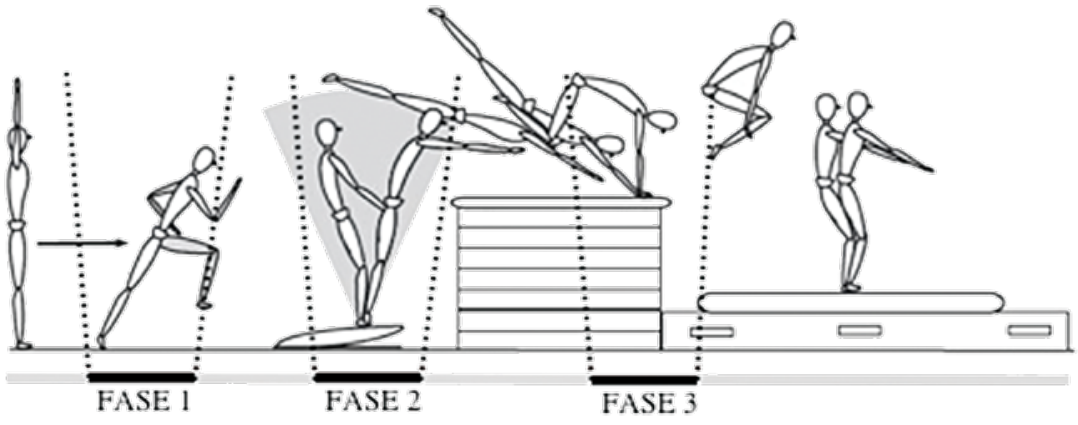
Verschillen tussen beginners en gevorderden

In verschillende takken van sport (zoals hockey, voetbal & tennis) blijkt dat er naast de mogelijkheid om een beweging te sturen een belangrijk verschil in waarnemingsgedrag is tussen beginnende en gevorderde sporters. Het oppikken van relevante informatie en het voortdurend gevoeliger worden voor steeds specifiekere informatie, uit zich in een steeds betere uitvoering van de vaardigheid. Eveneens is de manier waarop de waargenomen perceptuele informatie wordt gebruikt verschillend. Savelsbergh (2009) heeft aangetoond dat gevorderde sporters (met meer ervaring) beter zijn in het herkennen van specifieke patronen (bijvoorbeeld de stand van het standbeen bij een voetballer) en zo beter kunnen voorspellen wat de volgende actie zal moeten zijn. Het sturen van visuele waarneming bij minder vaardige bewegers (beginners) kan het aanleerproces dus ten goede komen. Leerlingen kunnen dan door de juiste visuele aanwijzingen sneller op een hoger vaardigheidsniveau komen.

Dergelijk onderzoek is tot op heden voornamelijk verricht in sporten waarbij de omgeving continu verandert. De sporter kan op die veranderingen in de omgeving reageren waardoor deze veranderingen invloed hebben op de keuzes die de sporter maakt. Vaardigheden die zich afspelen in een dergelijke instabiele omgeving noemen we ook wel ´open vaardigheden´. Voorbeelden van sporten die open vaardigheden vereisen zijn voetbal en tennis. Er zijn echter ook veel sporten die zich afspelen in een stabiele omgeving zonder tegenstander waarbij de informatie die de omgeving biedt nauwelijks verandert. Denk hierbij bijvoorbeeld aan sporten als turnen, schoonspringen en atletiek. Dergelijke ´gesloten vaardigheden´ volgen vaste patronen, hebben een duidelijk begin en einde en worden vaak op een eigen gekozen tempo uitgevoerd. Het is de vraag of de visuele informatie in gesloten vaardigheden net zo belangrijk is als in open vaardigheden, aangezien die visuele informatie nauwelijks verandert. Met andere woorden, onderscheiden goede bewegers in gesloten vaardigheden zich ook van minder goede bewegers op basis van hun kijkgedrag?

Zweefhursksprong

In het werkveld van de docent bewegingsonderwijs worden al regelmatig visuele aanwijzingen gegeven binnen gesloten vaardigheden. ´Kijk naar de muur!´ is bijvoorbeeld een visuele aanwijzing die regelmatig gegeven wordt aan beginnende springers tijdens de zweefhursksprong. De zweefhursksprong valt onder het domein turnen in het deelgebied steunspringen. De zweefhursksprong is een gesloten vaardigheid die regelmatig uitgevoerd wordt binnen lessen lichamelijke opvoeding. Tijdens de zweefhursksprong wordt voorwaartse rotatie omgezet in achterwaartse rotatie (zie figuur 2), zonder dat er



Figuur 2: Optimale uitvoering van een zweefhursksprong (Bosman en Hoeboer, 2008)





Afbeelding 1 en 2: Links: focus van een gevorderde springer op de laatste 30% van de kast. Rechts: ASL Mobile Eye tracker

over de kop gegaan wordt. Om te onderzoeken of er een verschil is tussen beginnende en gevorderde bewegers op de zweefhurksprong is er door de auteurs in 2011 onderzoek gedaan naar het kijkgedrag van diverse studenten (de Witte, Pot, Krijger & Savelsbergh, 2011). Om het kijkgedrag te analyseren werd gebruik gemaakt van de ASL Mobile Eye tracker. Dit is een bril waarop twee mini-camera's zijn gemonteerd boven het rechteroog. Eén camera filmt de omgeving en de andere camera filmt de bewegingen van het rechteroog. Deze twee beelden worden met een computer over elkaar heen gelegd en samengevoegd tot één beeld waarin de omgeving te zien is met daarin de locatie van het kijkgedrag als rood kruis (zie afbeelding 2). Hiermee kan dus exact bepaald worden waar iemand naar kijkt tijdens het bewegen.

Binnen drie verschillende fases wordt er in de zweefhurksprong energie toegevoegd aan de beweging. Het toevoegen van de juiste hoeveelheid energie in deze fases is bepalend voor het slagen van de beweging en het niveau van de zweefhurksprong. De eerste fase is de afzet van de grond met de voeten.

Voorafgaand aan het onderzoek zijn er tien beginnende en tien gevorderde bewegers geselecteerd. Zij voerden allemaal vijf maal de zweefhurksprong uit met de ASL Mobile Eye tracker. Het kijkgedrag gedurende de drie bepalende fases is daarna geanalyseerd op basis van mogelijke kijklocaties. Dit zijn plaatsen waar de beweger mogelijk naar kon kijken tijdens de verschillende fases. Bijvoorbeeld, tijdens de eerste fase (afzet van de grond) waren de mogelijkheden: springplank, eerste 70% van de kast, laatste 30% van de kast, hulpverlener of diversen. Per fase werd gekeken naar het moment van afzet. Vervolgens werd het kijkgedrag 125ms. voor en 125ms. na het moment van afzet geanalyseerd. In deze tijdspanne werd vastgelegd hoeveel procent van die totale tijdspanne (250 ms.) de proefpersoon naar elk van de kijklocaties keek.

Uit de metingen blijkt dat er tijdens de drie fases inderdaad verschillen in kijkgedrag zijn tussen gevorderde en beginnende springers op de kijklocaties en dat dit gevolgen kan hebben voor het geven van visuele aanwijzingen. Na analyse blijkt dat beginnende bewegers naar het eerste gedeelte van de kast kijken terwijl zij hun handen op het achterste gedeelte moeten plaatsen in tegenstelling tot de gevorderde bewegers die vanaf de afzet op de plank kijken naar de locatie waar de handplaatsing moet gaan plaatsvinden.

Hieruit kan geconcludeerd worden dat er dus ook bij vaardigheden die in een stabiele omgeving plaatsvinden, perceptueel onderscheid te maken is tussen goede en minder goede bewegers. Om motorische leerdoelen te bereiken is het dus noodzakelijk om niet alleen aandacht te vestigen op de motorische aspecten van vaardigheden, maar ook op de perceptuele aspecten. Het aanleren van het juiste kijkgedrag kan mogelijk het motorische leerproces versnellen om zodoende op een hoger bewegingsniveau te komen. Dit is zeker voor docenten lichamelijke opvoeding relevant en nader en uitgebreider onderzoek is noodzakelijk. De eventuele mogelijkheden om visuele waarneming te trainen kan wellicht een groot verschil maken in het aanleerproces. Als je nu na het lezen van dit artikel denkt, laat ik de zweefhurksprong ook eens proberen, dan is de enige juiste visuele tip die er gegeven kan worden: 'kijk naar het einde van de kast!'

Literatuurlijst

Altenburg, T., Hoeboer, J., Bosman, M., Krijger, M., Bakker, J., Toussaint, H. & Savelsbergh, G.J.P. (20120). 'Centrale visuele sturing verbetert de bewegingsuitvoering van de radslag.' *Sportgericht*, 64 (2), 46-48

Bosman, M. & Hoeboer, J. (2008). *De bouwstenen van het turnen op school*. Haaksbergen, Netherlands: Grafiselect

Donk, C. van der & Lanen, B. van (2011). *Praktijkonderzoek in zorg en welzijn*. Bussum, Netherlands: Coutinho

Pijpers, R., Savelsbergh, G.J.P. & Bakker, F. (1992). 'De koppeling tussen relevante informatie en bewegingen (1)'. *Lichamelijke Opvoeding*, 80 (4), 152-155

Savelsbergh, G.J.P., van der Kamp, J., William, A.M. & Ward, P. (2005). 'Anticipation and visual search behavior in expert soccer goalkeepers.' *Ergonomics*, 48, 1686-1697

Savelsbergh, G.J.P. (2009). 'Tussen de linies spelen'. *Sportgericht*, 63 (5), 16-21

Witte, A.M.H. de, Pot, N., Krijger, M. & Savelsbergh, G.J.P. (2011). ''Goed kijken' een sleutel tot succes?' *Sportgericht*, 65 (5), 12-15



Verkiezing sportiefste VO school van Nederland 2012

FOTO: HANS DIJKHOFF

Op 25 april werd al weer voor de zesde maal de verkiezing van de sportiefste VO-school van Nederland georganiseerd in het prachtige (top)sportcomplex van de Landstede Groep in Zwolle. Er waren vijf scholen genomineerd voor de finale. Zij kwamen met 40 leerlingen naar Zwolle waar de scholen eerst een podiumpresentatie gaven. Daarna kregen de leerlingen een aantal clinics aangeboden waarbij zij konden kiezen uit o.a. klimmen, golf, bossabal, capoeira en freerunning. Ondertussen werden de vijf genomineerde scholen ondervraagd door een deskundige jury. De uiteindelijke winnaar is het Thomas a Kempis College uit Zwolle geworden.

Door: Alien Zonnenberg

Het juryrapport

De jury was aangenaam verrast door de inzendingen en presentaties van de genomineerde scholen. Alle vijf de finalisten waren genomineerd vanwege het stimulerende beleid op het gebied van sport en bewegen dat de school voert, zowel binnen als buiten de lestijden. De voorzitter van de jury, oud-schaatscoach en voormalig chef de Mission van de Olympische Winterspelen, Henk Gemser roemde alle scholen die meededen aan de finale: "Het was kiezen tussen besten. Het ging om details. Alle vijf de scholen zijn voorbeelden van hoe het moet en hoe het kan."

Iedere school kreeg 25 minuten de tijd om zich vakinhoudelijk te presenteren en de inzending te verdedigen voor een deskundige jury. Daarvoor had iedere school de directeur, een docent LO en een leerling meegenomen.

Thomas a Kempis College uit Zwolle

Het Thomas a Kempis College is de uiteindelijke winnaar van de prijs voor de Sportiefste VO-school van Nederland geworden. Het TAK verdiende de prijs omdat ze een consistent meerjarenbeleid hebben. Daarin is bewegen en sport bovengemiddeld opgenomen in het rooster. Daarnaast worden trainers/coaches van verenigingen geschoold in pedagogisch/didactisch handelen. Daardoor kunnen ze worden geïntegreerd in het activiteitenplan en houdt de school de regie in verenigingsactiviteiten, wat een waarborg voor kwaliteit is.



FOTO: HANS DIJKHOFF

Uit de presentaties van de andere genomineerde scholen, die een tweede plaats hebben veroverd vond de jury de volgende items het meest kenmerkend.

KSG uit Apeldoorn

Het KSG liet een grote diversiteit zien aan activiteiten en projecten waar leerlingen aan kunnen deelnemen. Met een bijzonder sportactief profiel dat volledig door de directie wordt ondersteund. Een enthousiaste schoolsportcommissie van acht leerlingen die het naschools sportprogramma kundig vormgeven.

CSG uit Beilen

Met de slagzin 'meer sport dan LO alleen' heeft de school laten zien dat ze, naast een kwalitatief zeer goed programma met o.a. de videoanalyse als didactisch hulpmiddel, sterk hebben ingezet op leerling- en ouderparticipatie. Het SportEOSteam is de spin in het web van de naschoolse activiteiten School&Sport.

CSG Calvijn Lombardijen uit Rotterdam

De grote en vooral enthousiaste betrokkenheid met de sociale en sportieve ontwikkeling van de leerlingen was een in het oog springend element van de presentatie. Het is een kleine school met een groot netwerk om een gezonde leefstijl en sportactief imago na te streven.

Blariacum uit Venlo

Het Blariacum liet een ambitieus sport -en beweegaanbod zien. Ixport is het visitekaartje van de naschoolse sport. De school werkt samen met 35 verenigingen die clinics en scholing verzorgen. Daarbij is er ruime aandacht voor leefstijl, gezondheid en fitheid.

Podiumpresentatie

De prijs voor de beste podiumpresentatie kwam terecht bij CSG Calvijn Lombardijen uit Rotterdam. De leerlingen gaven een wervelende show waarin diverse sportelementen verweven zaten. Mooi was dat de hele groep daarin een rol had.

Contact:

ton.winkels@kvlo.nl

De Sportiefste VO-school

genomineerden presenteren zich

In het juryrapport hebben jullie kunnen lezen waarom de ene school net iets beter was dan de andere school. In zijn laatste speech gaf Henk Gemser aan dat de verschillen weer heel klein waren. Op de volgende pagina's presenteren de genomineerde scholen zich. Jullie krijgen zo een inkijk in wat er op hun scholen gebeurt rond ons mooie vak en waarom ze genomineerd waren.

Redactie: Hans Dijkhoff

Thomas a Kempis en Centre for Sports & Education

Sportiefste VO school 2012



Dat we een sportieve school zijn heeft niet alleen te maken met onze status van Topsport Talentschool, waardoor jonge sporttalenten sport en school moeiteloos kunnen combineren. Sportief zijn betekent voor ons ook rekening houden met elkaar en je talenten ontdekken en ontwikkelen. Wij herkennen ons in de gedachte van de Olympische beweging van De Coubertin, namelijk de uitdaging het beste uit jezelf te halen en zo niet alleen te werken aan prestatieverbetering op sportief gebied, maar ook aan ontwikkeling als persoon en als mens. Sportief is daarmee voor ons een levensstijl, een mensenrecht, is presteren, bouwt op relaties en betekent verantwoordelijk zijn. Visie en doelstellingen van sportief leren en excelleren.

Onze doelstelling is *sportief* leren en excelleren. Dit geven we invulling vanuit de drie pijlers *verbondenheid, klasse* en *fit & sportief*. Verbondenheid staat voor ons voor de wijze waarop we binnen de school samen leren en leven. Klasse staat voor dat we veel van onze leerlingen verwachten, maar ook van onszelf. Fit & Sportief staat voor het sportieve programma-aanbod en voor de gezonde school en vitale leerlingen en medewerkers.



Inbedding van sportief leren en excelleren

Een vijftal jaren geleden is door directie en team gekozen voor dit sportieve profiel. Dit profiel wordt door teams en directie breed gedragen en is verankerd in het curriculum en de kwaliteitszorgcyclus van de school. Onder andere hierdoor is de school de afgelopen jaren sterk gegroeid. Dit heeft ertoe geleid dat de school nu uit twee locaties bestaat. De locatie in het centrum richt zich sportief gezien op *passie voor sport, werk maken van sport* en *beter worden in sport*. De andere locatie (Centre for Sports & Education) richt zich op *top worden binnen sport*.

Bovenstaande doelstelling betekent voor leerlingen veel persoonlijke aandacht en coaching, waarin iedereen op zijn eigen niveau topprestaties kan leveren. De CSE-leerlingen hebben zes uur sport binnen het curriculum, dit betreft hun eigen tak van sport waarin ze top willen worden. Ook hebben ze nog twee uur multiskills en core stability en een uur theorie.

De leerlingen van de locatie centrum hebben allemaal vier uur mijn TAK van sport. Dit kunnen ze aanvullen met nog twee andere programma's of met een classes. Binnen een classes beoefenen ze hun eigen sport.

Het onderscheidende van onze school zit erin dat al deze sportactiviteiten binnen het curriculum vallen. Daarmee is het verankerd binnen het lesprogramma en binnen de school.

Als schema ziet dit er als volgt uit: »

	Mijn TAK van Sport *passie*	Sport4You *passie*	Move2All *werk maken*	Classes *beter worden*	CSE *beter worden*
Aantal lesuren	4	2	2	4	9
Kernbegrip	**Een stevige basis voor iedereen**	**Deelnemen en verdiepen in sportcultuur**	**Organiseren en leidinggeven**	**Beter worden in één sport**	**Top worden in jouw sport**
Leerjaar 1 t/m 3	Verbinding tussen school en sport	Fair play, gehandicapten, trend- en topsport		Voetbal, volleybal, basketbal, hockey, acrogym, hippisch, tennis, zwemmen, waterpolo	Trainen, muli-skills, core stability & sportondersteuning Voetbal, volleybal, basketbal, acrogym, hippisch, (tafel)tennis, golf, hockey, Zwemmen, waterpolo
Leerjaar 4 t/m 6	Sportoriëntatie en -keuze & excellent		BSM/SDV		

Sportief leren en excelleren door zorg en zorgverbreding

Binnen de lessen LO wordt veel differentiatie toegepast op het niveau van activiteiten en leerhulp. Op activiteitenniveau worden vaak binnen één onderdeel verschillende niveaus aangeboden waarbinnen de leerlingen zelf een keuze mogen maken. Het is hierbij van belang dat de leerling 'op' of 'net boven' zijn/haar niveau kiest.

Gezond sportief leren en excelleren

In het kader van de gezonde school is gezondheidseducatie een onderdeel van het curriculum. In de mentorlessen worden thema's behandeld in het kader van fit & sportief d.m.v. gezondheid (voeding, alcohol en drugs, etc). Ook zijn er fit & sportief-weken waarin er een fitheidstest en leefstijltest is voor leerlingen en personeel. Leerlingen van de locatie CSE worden twee keer per jaar getest door medewerkers van de Isala klinieken op fitheid in relatie tot 'topsport'. Voor alle leerlingen worden de gegevens bijgehouden in hun (s)portfolio. Op beide locaties is de gezonde kantine ingevoerd. Het aanbod bestaat uit verse broodjes, fruit en gezonde dranken. Snoepautomaten zijn er niet op locatie. Het is wellicht overbodig om te vermelden dat we een rookvrije school zijn.

Sportief leren en excelleren met leerlingen en personeel

Vanuit ouders is er een grote betrokkenheid naar de school. Dit komt tot uiting in de ouderraden op beide locaties, waar ouders kritisch meedenken en participeren in beleid van de school. Ook zijn ouders vaak 'langs de lijn' te vinden bij de classes en de trainingen.
Het personeelsbeleid is ook gericht op sportief leren en excelleren. Dit betekent dat veel docenten ook trainer zijn (bevoegd), dat docenten betrokken worden bij de uitvoering van programmaonderdelen. Zo worden mentoren gefaciliteerd om hun leerlingen te bezoeken tijdens de sportactiviteiten. Het belangrijkste is wellicht dat sport en bewegen een integraal onderdeel is van het personeelsbeleid. De afgelopen jaren was dit een voorwaarde in het benoemen van nieuwe collega's.

Tot slot

Het is fantastisch om te mogen werken en te leren op een school die helemaal gaat voor het profiel *sportief leren en excelleren*. De afgelopen jaren is er door heel veel collega's hard gewerkt om dit profiel tot bloei te laten komen in Zwolle eo. In de aanmelding van leerlingen kun je zien dat ouders en leerlingen hier blij mee zijn. Helemaal nu het ons gelukt is dat sport en bewegen geen sausje meer is maar een marinade. Een marinade in beleving, in het curriculum en in sportief Zwolle. Kortom door de passie van jongeren in de school te integreren kunnen talenten zich ontwikkelen en is *sportief leren en excelleren* een levensstijl.

T Biesterbosch is docent LO op het Thomas a Kempis.
Contact: tbiesterbosch@thomasakempis.nl

Koninklijke scholengemeenschap Apeldoorn

'Alles in huis om uit te blinken'

De Koninklijke scholengemeenschap uit Apeldoorn is een school voor dalton mavo, havo, vwo en tweetalig vwo met als slogan *'Alles in huis om uit te blinken.'* Sinds 2009 profileert de school zich als een sportactieve school die inzet op breedtesport in de breedste zin van het woord. Van het project 'DO-iT' voor de leerlingen van mavo 1 en 2 tot en met de 'KSG talentstatus' voor onze topsportleerlingen. We bieden dit aan onder de naam 'KSG in beweging' waarbij we inzetten op het behalen van de 'Nederlandse Norm Gezond Bewegen' van 60 minuten per dag voor iedere leerling.

Als Koninklijke scholengemeenschap zetten we in op het behalen van de 'Nederlandse Norm Gezond Bewegen' omdat wij erin geloven dat leerlingen die voldoen aan de norm zich fitter voelen, hierdoor minder vaak ziek zijn, meer lessen volgen, de leerstof sneller opnemen, vervolgens betere schoolresultaten behalen en op langere termijn er een gezondere leefstijl op na houden. De Koninklijke scholengemeenschap werkt met een programma dat onderverdeeld is in drie niveaus: sportieve standaard, sportieve keuzevakken, sportieve keuzeactiviteiten.

Sportieve standaard

Onder het programma de 'sportieve standaard' vallen alle sportieve activiteiten waaraan de leerlingen van de Koninklijke scholengemeenschap verplicht meedoen. Binnen de 'sportieve standaard' vallen onder andere: reguliere lessen, sportoriëntatie, wintersportdag, speldagen volleybal en softbal.



Sportieve keuzevakken

De leerling kan een aantal sportieve keuzes maken op de Koninklijke scholengemeenschap.

Stroom sport en gezondheid

In klas 1 en 2 bieden wij de stroom 'sport en gezondheid' aan. Stroomonderwijs is vaardigheden aanleren vanuit een eigen gekozen interessegebied met als doel leerlingen beter, makkelijker en sneller te laten leren. Wij bieden de leerlingen verdeeld over twee jaar acht verschillende modules aan.

LO2 en BSM

Van de daltonmavo tot en met het tweetalig vwo bieden wij de leerlingen de mogelijkheid om examen te doen in Bewegen en Sport. Het unieke aan de verschillende programma's is de diversiteit per niveau en de doorlopende leerlijnen die wij gecreëerd hebben. Zo kan bijvoorbeeld de daltonmavoleerling vanuit de stroom sport en gezondheid doorstromen naar LO2 en bij een voldoende voor het vak LO2 bieden wij de leerling vervolgens de drempelloze doorstroom naar de opleiding Sport en Bewegen van ROC Aventus Apeldoorn.

Sportieve keuzeactiviteiten

Naast de 'sportieve standaard' en de 'sportieve keuzevakken' bieden wij verschillende 'sportieve keuzeactiviteiten' aan. Bijvoorbeeld:

Schoolsportcommissie
leerlingen organiseren ieder donderdagmiddag Sportieve activiteiten voor klas 1 tot en met 4.

Mission Olympic
Deelname in acht verschillende sporten.

Sportiefste leerling van Apeldoorn
Zeven VO-scholen uit Apeldoorn strijden om de titel. Organisatie door BSM-leerlingen KSG.

Nationale sportweek
Jaarlijkse deelname met brugklasleerlingen.

Midwintermarathon
Loop mee namens de KSG.

Reis- en projectenweek
Sportieve reizen naar Zuid-Frankrijk, Elba, Oostenrijk.

Om alles mogelijk te maken werken wij samen met veel verschillende organisaties waarbij *eigenheid, vernieuwing, ontwikkeling, passie en afspraken nakomen* het onderliggende fundament van normen en waarden is waarop het sportactieve profiel 'KSG in beweging' is gebouwd.

René de Waard is sport- en beweegcoördinator op de Koninklijke scholengemeenschap Apeldoorn.
Contact: r.dewaard@ksg-apeldoorn.nl ‹‹

'CSG Beilen: meer sport dan LO alleen! '

Sport is op CSG Beilen een heel groot begrip. Leerlingen, ouders, sportverenigingen, externe deskundigen en docenten zijn allemaal betrokken bij het sporten op en rondom school en bewaken samen de kwaliteit van het aanbod. In dit artikel vind je voorbeelden daarvan.

School & Sport

CSG Beilen heeft een unieke samenwerking met een 21–tal sportverenigingen. De verenigingen verzorgen vier sportlessen ter kennismaking. Alle leerlingen van de school kunnen aansluitend aan hun schooltijden gratis deelnemen aan deze lessen. Leerlingen kunnen op deze manier kennismaken met bijna 30 verschillende sporten. De sportlessen worden verzorgd door gekwalificeerde trainers.

- I.s.m. de volleybal- en voetbalsportvereniging wordt een scheidsrechtercursus gegeven waardoor leerlingen extra diploma's kunnen behalen.
- School & Sport is zo bijzonder omdat het met name door leerlingen wordt gerealiseerd. Deze leerlingen vormen samen het **SportEOS-team**. Dit team leidt het gehele School & Sport in goede banen. Een aantal activiteiten die zij uitvoeren: contacten leggen met alle sportverenigingen, voorafgaand aan de sportlessen de presentielijsten mailen, presentielijsten bijhouden, bijhouden sportiefste jongen, meisje en klas, stukjes schrijven voor de nieuwsbrief, evaluaties schrijven van de sportlessen, vergaderingen bijwonen en leiden, sportiefste leerling van de maand bepalen etc.

Topsportvriendelijke school

CSG Beilen is een topsportvriendelijke school. Dit betekent dat wij op school rekening houden met leerlingen die op een hoog niveau sporten. Soms krijgen ze vrijstellingen of een aangepast rooster.

Doorgaande leerlijn

Wij hebben veel overleg met Alfa College Sport & Bewegen. Wij ondersteunen elkaar bij verschillende sportactiviteiten en zorgen voor een goede doorgaande leerlijn vanuit het voortgezet onderwijs naar het mbo.

Speciale begeleiding

CSG Beilen heeft de mogelijkheid om MRT aan te bieden wanneer dat nodig is. CSG Beilen heeft een samenwerking met een fysiotherapie praktijk. Leerlingen hebben de mogelijkheid om een voetanalyse ››



te maken wanneer zij sportschoenen willen aanschaffen. Op deze manier wordt de juiste schoen uitgekozen die past bij hun voet.
Leerlingen met een motorische achterstand hebben veel succeservaringen nodig. Ze moeten inzien dat zij zich ook kunnen verbeteren en dat bij samenwerkingsopdrachten zij ook belangrijk zijn.
Leerlingen die sociaal-emotionele begeleiding nodig hebben en goed in sport zijn moeten ook kansen krijgen om LO2 te volgen.

De leerling doet het

Leerlingen krijgen en hebben bij ons de verantwoordelijkheid voor verschillende sportactiviteiten. Zij hebben de mogelijkheid om sportactiviteiten te organiseren voor anderen. De docent LO heeft hierbij een begeleidende rol. Soms wordt deze rol overgenomen door een instantie waarmee ze samenwerken buiten school, bijvoorbeeld Welzijn Midden-Drenthe.
Activiteiten die leerlingen organiseren zijn:

- sportdag voor klas 2
- docentensportmiddag
- sportinstuif voor groep 7 en 8 leerlingen uit het basisonderwijs
- volleybaltoernooi
- gymnastieklessen.

Sportevenementen

Wij nemen deel aan verschillende sportwedstrijden; Mission Olympic, hardloopwedstrijden in de gemeente, schoolschaatswedstrijden, survivalruns, wintertriatlon, Xterra triatlon.

Ook nemen wij jaarlijks deel aan de Nationale Sportweek. Verschillende sportactiviteiten
worden georganiseerd. Dit jaar werd er gestart met een fakkelloop vanuit het gemeentehuis, was er een docentensportmiddag met en tegen leerlingen, een sportinstuif voor groep 7 leerlingen, een 2-tegen-2 volleybaltoernooi en als afsluiting van de week een estafette tussen de beste teams van elk leerjaar tegen een docententeam.

Survival

Nieuwe brugklassers komen in de eerste kennismakingsweek al direct in aanraking met sport. Zij hebben een survivaldag waar samenwerken en elkaar leren kennen centraal staat. Op de dag zelf worden zij door leerlingen uit de LO2-klas begeleid.

Betrokkenheid van ouders

Ouders helpen en ondersteunen bij verschillende sportactiviteiten zoals sportdagen en buitenschoolse sportactiviteiten.
Ouders hebben ook de mogelijkheid om samen met hun zoon of dochter bij school & sport deel te nemen aan kennismakingslessen.

Contact: bt@csgbeilen.nl

Sporten op Calvijn Lombardijen

'De sportieve Mavo op Zuid daagt leerlingen tot bewegen uit'. Vanuit deze slogan werkt de school in Rotterdam-Zuid. Vanuit geconstateerde bewegingsarmoede hebben we een programma opgezet om kinderen in beweging en aan de gezonde voeding te krijgen.

Gefaseerd zijn er allerlei projecten gestart, deels met financiële ondersteuning van de school en deels met gelden van diverse overheden. Het Jeugdsportfonds biedt mogelijkheden voor leerlingen.

Hoe gerealiseerd?

Meer lessen LO zijn in het rooster gezet om de doorlopende leerlijn te ontwikkelen vanuit sportklassen naar LO2. Onze school heeft een groot netwerk ontwikkeld met de sportverenigingen in de buurt van onze school, m.b.v. Rotterdam Sportsupport en Sport en Recreatie. De verenigingen geven clinics aan onze leerlingen, zodat zij zich kunnen verdiepen in de desbetreffende sport. De clinics worden zowel op school als bij de verenigingen gegeven. Ook bieden zij stageplaatsen aan voor onze LO2-leerlingen. Een goed contact met de combinatiefunctionarissen is onmisbaar geworden! Er is een zaalvoetbalteam wat deelneemt aan de schoolsportvereniging voor VO. Dit wordt in de toekomst met twee teams uitgebreid. Daarnaast loopt voor leerjaar 1 het programma Lekker Fit, in samenwerking met de gemeente Rotterdam. Hier worden kinderen uitgenodigd na te denken over gezonde leefstijl en kennis te maken met diverse sporten.Vanuit het NISB neemt de school deel aan het project VMBO in beweging. Er ontstond netwerkverbreding en er was financiële ondersteuning en toetsing vanuit TNO. Hieruit is het aanbod voor een speciale doelgroep ontwikkeld: kinderen met bewegingsarmoede samen laten sporten. Door motivational interviewing kun je je als docent beter verplaatsen in de leerling, met betrekking tot het wel of niet willen bewegen.

Gezonde leefstijl speerpunt

De school neemt middels een werkgroep van personeel en leerlingen deel aan het gemeentelijke programma Gezonde school van de GGD en we zijn als Gezonde school bezig met een driejarenplan. Er is wekelijks een schoolverpleegkundige aanwezig. Het programma 'Do it' wordt in combinatie met Lekker Fit aangeboden in klas 1. Verder heeft de school een Gezonde Schoolkantine, die voldoet aan de daarvoor geldende maatstaven.
Het personeel heeft zich achter de bezuinigingsplannen geschaard, waarbinnen de sportprofilering gehandhaafd blijft. Op studiedagen is er altijd een sportief intermezzo en een gezonde maaltijd. Leerlingen vinden het een eer om geselecteerd te worden voor het sportprogramma, meestal op basis van motivatie en inzet. Ouders van leerlingen van de sportklassen tonen een grotere betrokkenheid dan andere ouders en zijn ook bereid naar draagkracht een financiële investering hiervoor te doen.

Sportkennismaking

Kinderen maken op onze school vaak kennis met een eerste sport. De diversiteit in de stad is enorm en daarom is ons aanbod ook erg breed.



Rotterdam Topsportstad biedt vele mogelijkheden om kennis te maken met topsport. Bezoeken van en clinics bij ABN-tennis, WK-turnen en -tafeltennis, de Tour de France zijn van belang voor de beleving. Deelnemen aan de Rotterdam Marathon is eveneens een jaarlijks hoogtepunt.Uit onderzoek en uit eigen ervaring is gebleken dat sporten gezond is en kinderen fitter maakt. Het sporten verlengt de schooldag, bevordert sociale vaardigheden, vergroot je eigenwaarde en zelfvertrouwen en werkt prestatieverhogend op school.
Kortom op Calvijn Lombardijen hebben we het goed geregeld!

Contact: *n.w.kooijman@calvijn.nl*

Blariacumcollege Venlo, een sportactieve school

De afgelopen jaren hebben de medewerkers van het Blariacumcollege hard gewerkt om een ambitieus sport- en beweegaanbod te realiseren. Uitgangspunt is dat elke leerling uitgedaagd wordt en in staat wordt gesteld zich optimaal te ontwikkelen. Het doel is leerlingen te stimuleren levenslang te bewegen en te laten inzien dat sporten goed is voor de gezondheid en de persoonlijke en sociale ontwikkeling.

Onze sportstromen

- Voor leerlingen met talent of een brede belangstelling voor sport en bewegen zijn er de sportklassen, LO2, BSM, maar ook de Mission Olympic-toernooien. Denk hierbij aan voetbal, volleybal, handbal en korfbal.
- Voor de leerling die nog niet voldoende beweegt, is er een uitdagend programma getiteld 'IXport'. Het betreft hier naschoolse sportprojecten en het project 'Irun2bfit'.
- Voor leerlingen met een motorische achterstand en/of motorische beperking bieden we MRT, VMBO in beweging, Shape tegen overgewicht en de beklimming van de Alpe D'Huez.
- Daarnaast bieden wij onze leerlingen een 'rots en watertraining'.
- Leerlingen die dreigen uit te vallen, kunnen deelnemen aan een fitnessproject dat is opgezet met betaald voetbalorganisatie VVV-Venlo.

Bij de beoordeling van de leerlingen wordt niet alleen gekeken naar de inzet, werkhouding en prestaties. Waarden en normen en zijn op het Blariacumcollege van even groot belang. Respect voor elkaar, elkaar helpen en zich houden aan afspraken tellen in de normering dus nadrukkelijk mee.

Kwalo

Wij hebben de afgelopen jaren veel nieuwe projecten ontwikkeld op het Blariacumcollege. Als sectie hebben we ons vorig jaar afgevraagd of we de goede dingen doen en wat we doen of we dat goed doen. In 2011 zijn we daarom van start gegaan met het Kwalo-onderzoek. Op zeer korte termijn starten we met het schrijven van een verbeterplan naar aanleiding van het zelfevaluatierapport. Daarnaast begeleidt de KVLO ons met het plan van eisen m.b.t. de nieuwe sporthal die de komende jaren naast onze school gerealiseerd wordt. Ons centrale doel is het aanbieden van kwalitatief goed bewegingsonderwijs. Om onze doelstelling kracht bij te zetten werken we intensief samen met



Sporthogeschool Tilburg. Denk hierbij aan vakwerkplanontwikkeling en het begeleiden van stagiaires.

Naschoolse Sport

Met het project 'IXport' bieden wij leerlingen ook na school de mogelijkheid om te sporten. Elke periode worden er vier clinics aangeboden van vier weken. Vorig jaar hebben hier ruim 300 leerlingen aan deelgenomen. Nog eens 271 leerlingen hebben deelgenomen aan extra clinics zoals duiken, klimmen, rugby en varen in een ribboat. Daarnaast hebben ongeveer 60 leerlingen een SportingClub Blariacum schoolabonnement. Leerlingen kunnen voor € 13.50 onbeperkt sporten. Afgelopen najaar is met de gemeente Venlo besloten om 'IXport' wederom voor drie jaar te continueren. Voor het programma van 'IXport' bezoek onze website *www.blariacum.nl.*

De gezonde school

Samen met de GGD hebben wij een preventiematrix ontworpen. In deze matrix zien we welke projecten, lessen en trainingen jaarlijks per afdeling worden aangeboden. In de brugklas zijn er speciale nul- en éénmetingen wat betreft leefstijl en sportdeelname. De uitkomsten van de metingen worden besproken in focusgesprekken met de leerling. Onze school opereert in het landelijk netwerk VMBO in beweging.

Irun2bfit

In januari is het project 'Irun2bfit' van start gegaan. Een landelijk 'lijfstijl project' voor alle tweedejaars leerlingen. Het project heeft leerlingen bewust gemaakt van het effect van bewegen en een gezonde leefstijl op hun gezondheid en fitheid. Op 25 maart liepen 200 leerlingen een speciale loop tijdens hardloopevenement de Venloop. Europees kampioen marathon Gerard Nijboer was vol lof over de wijze waarop het Blariacumcollege dit project in korte tijd heeft neergezet.

The Big Climb

Onze school zet zich ook in voor enkele goede doelen. In de week van de gehandicaptensport ervaren leerlingen hoe het is om te sporten met een handicap. Daarnaast gaan zij 's avonds langs de deuren om te collecteren voor de gehandicaptensportbond. Verder gaan we op 22 september 2012, voor de derde keer, de Alpe D'Huez beklimmen. Dit project staat in het teken van het cijfer 21. Er doen in totaal 21 docenten mee die ieder één leerling begeleiden die een steuntje in de rug kan gebruiken. Deze 21 koppels gaan 21 weken trainen om de 21 bochten van de L'Alpe d'Huez te overmeesteren. Het project heeft de afgelopen jaren al meer dan € 40.000,- bij elkaar gebracht voor de stichting KIKA. Meer informatie op *www.thebigclimb2012.*

Gerard Jacobs is docent LO op het Blariacum
Contact: *gjacobs@blariacum.nll*

Jubileumviering
meer dan een feestje!

24 mei 2012, een memorabele datum. Het Beatrixtheater in Utrecht gonst. Daar waar vele musicals zijn vertoond, is het nu de beurt aan onze verenigingen de ALO's. Dat we met onze tijd meegaan, blijkt wel uit de invulling van onze 150ste openbare jaarvergadering; veel actie, minder woorden. Een impressie in woord en vooral beeld!

Door: Hans Dijkhoff

Slecht twee externe sprekers en de voorzitter. Kernachtige boodschappen die een bepaalde intentie aangeven, maar ook wat we van welke partij te verwachten hebben.
Het ministerie van OCW vaardigde Henk Post af. Zijn verhaal viel uiteen in twee delen. Eerst wat zijn eigen ervaringen met sport waren en dan de boodschap dat ons vak van groot belang is, maar dat er vanuit het ministerie geen facilitering komt.
De voorzitter van de PO-Raad, Kete Kervezee, reikte ons de hand. Naast taal en rekenen vindt ze ons vak van zeer groot belang. Dat heeft onderzoek nu toch wel bewezen. Daarom wil ze graag samen optrekken.
Jan Rijpstra liep voor ons door de geschiedenis en pikte er twee markeringspunten uit die het belang en de strijd daarvoor van de KVLO aangaven.

En dan de apotheose, de voorstelling van onze zes ALO's. Voor het eerst werkten ze in zo'n groot project samen. Hier de lijn van het verhaal.

Door een kracht gescheiden en geëvolueerd in twee snelheden, in *Slow - en Fast Twitch*, leeft men voort. Tot de kracht, de *Power*, onder invloed van de tijd wordt ontbonden en de gescheiden werelden weer samenvloeien. Door verschil in snelheid zijn botsingen onovergkomelijk. Semiseparatie lijkt de enige oplossing. Echter, 'gelijkgerichte en vereende krachten' uit de beide werelden weten elkaar te vinden, komen tezamen en vinden een compromis. Hierbij blijkt echter dat het zoeken naar de som der delen alleen voor de echte pioniers is weggelegd.

Temporarily together

Hiermee geven de opleidingen aan dat deze voorstelling een gezamenlijk project is van alle ALO's, docenten samen met studenten. We zijn voor nu even 'samen' en 'één': *Temporarily together*, zonder onderscheid.

Foto's laten slechts een beperkt beeld zien. Daarom is op onze (jubileum)-site een film te zien. Daarnaast staat er nog veel meer op dat een beeld geeft van ons vak toen en nu.





FOTO'S: HANS DIJKHOFF

Contact:

redactie@kvlo.nl





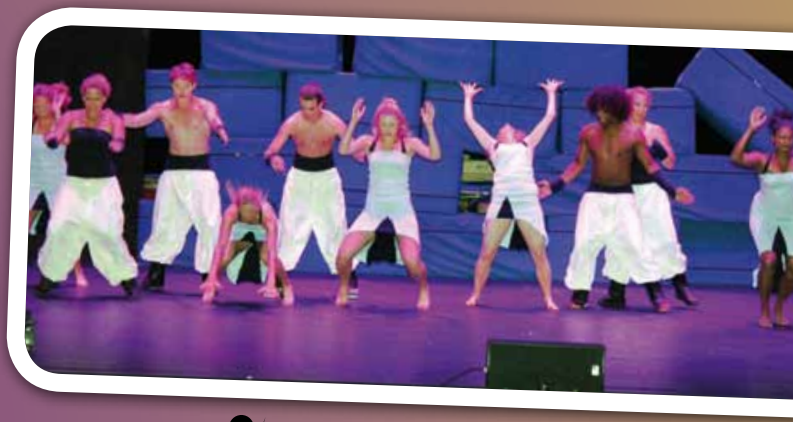



































KVLO


KVLO


KVLO








KVLO

Perceptual-motor activities for children

Jill A. Johnstone en Molly Ramon
2011, Human Kinetics, Engeland



Het boek is gericht op het opzetten van een Perceptual-Motor Learning Laboratory (PMLL). In Nederland het best te vergelijken met een MRT-praktijk. In dat PMLL wordt aan kinderen met leerproblemen een programma aangeboden gericht op het verbeteren van de fysieke vaardigheden. Het idee hierachter is dat deze vaardigheden niet alleen de fysieke gezondheid verbeteren, maar ook het academisch en emotioneel functioneren.
Aan de relatie tussen bewegen en academische vaardigheden is tot voor kort in Nederland niet serieus aandacht besteed. Maar nu door het VU Medisch centrum te Amsterdam en de RuG te Groningen (zie LO 9 2011) is aangetoond dat die relatie er wel degelijk is, wordt de aandacht tegenwoordig wel meer op deze relatie gericht. In dat opzicht is het een actueel boek.

De onderbouwing van de positieve werking van perceptueel-motorische vaardigheden op academisch en emotioneel functioneren wordt gezocht in neurologische aanpassingen nl. een verbeterd functioneren van de hersenpaden tussen linker en rechter hersenhelft. Er worden met het oog hierop ook een paar sensationele verbeteringen bij leerlingen vermeld.
Het boek is bedoeld voor leerkrachten van de onderbouw ('elementary school teachers').Het programma omvat een duidelijk en vastomlijnd pakket van 32 weken en gaat uit van vier keer per week 30 minuten. Elementen van lateraliteit, evenwicht, lichaamsbesef, tracking, ruimtelijke oriëntatie, voortbewegingsvaardigheden en manipulatieve vaardigheden komen aan bod. De kinderen worden voor en na het programma getoetst met twee Engelstalige gestandaardiseerde tests, nl. een motorische test (TGMD-2) en een academische test TPRI. Daarna volgt er een programma van blokken van acht weken activiteiten met een opbouw van bilaterale via unilaterale naar cross-laterale activiteiten. Na een inleidend hoofdstuk over de uitgangspunten en de algemene opzet, wordt er vervolgens in vier hoofdstukken aandacht besteed aan de activiteiten.
Bijzonder is dat de fysieke vaardigheden gecombineerd worden met cognitieve vaardigheden. Bijvoorbeeld over een balk lopen en tegelijkertijd het alfabet opzeggen of van pilon naar pilon springen en het benoemen van een vorm op een kaart bij de pilon.
Uit deze activiteiten blijkt ook het grote verschil met de Nederlandse situatie. Ten eerste wordt er in het boek een visie gehanteerd die nog erg dualistisch overkomt. Waarbij het opnemen van de perceptuele informatie wordt gezien als een hersenactiviteit en het lichaam zorgt voor het motorische deel. In Nederland wordt meer uitgegaan van een relationele visie op bewegen. Ten tweede wordt in de inleiding het PMLL-programma 'betekenisvol' genoemd, maar daar is volgens mij bij de activiteiten niet echt sprake van. Bijvoorbeeld 'schieten van een bal en tegelijkertijd naar voren strekken van de tegengestelde arm. En ten slotte komt het bewegen gecombineerd met het uitvoeren van cognitieve handelingen, in onze bewegingsonderwijs- of MRT-praktijk nauwelijks voor.
Samenvattend, een boek met een overzichtelijk programma, bovendien met toegang tot aanvulling via internet, maar niet echt passend in de Nederlandse bewegingsonderwijs- of MRT-context.

Joost Hes

BSM

Be Sports Minded
Auteurs: Koen Anthoni, Winona Ensink, Wessel van de Kamp, Oscar Linde, Eric Swinkels en Dennis Witsiers.
Eerste druk 2012
Edu'Actief, Meppel



Dit is een van de spaarzame uitgaven van boeken voor het examendeel van ons vak voor havo/vwo: BSM. We kennen nog *Time-out*, maar dat was nog van voor 2007, toen het vak nog LO2 heette en er geen vmbo-variant was. Daarnaast kennen we *Bewegen, Sport en Maatschappij (Boon, et all)*
Deze nieuwe uitgave is er een waarmee je als docent die het examenvak geeft goed uit de voeten kan. Het is alweer enkele jaren geleden dat een groep enthousiaste docenten LO onder de vlag van de SLO bij elkaar kwam om een van de lastige zaken waarmee een nieuw vak te maken heeft, te gaan onderzoeken. Er was nog weinig beschreven voor het examenvak voor h/v, maar het aantal te besteden uren was wel toegenomen. De schrijvers hebben zich vooral gericht op hoe je nu deze materie kunt toetsen zodat een bepaalde kwaliteit geborgd is.
Na jaren van uitproberen in de praktijk, schaven, weer uitproberen, netwerken en nogmaals schaven is dit het uiteindelijke resultaat. Het boek oogt misschien niet heel aantrekkelijk vanwege het formaat en omdat er alleen relevante illustraties in staan. Het is wel een echt leer(zaam) boek. Het kan zeer zelfstandig door de leerling worden gebruikt.
In de inleiding wordt uitgelegd hoe het boek is opgebouwd en waarom voor deze indeling is gekozen. Echter de docent op school bepaalt aan de hand van het eigen programma hoe door het boek heen wordt gewerkt.
De meerwaarde is dat er aan het boek een website vastzit. Het is een interactief boek geworden. Dat wil zeggen het leergedeelte vind je in het boek; de opdrachten en toetsen staan op de speciaal ontwikkelde website *besportsminded.nl*.
Leerlingen kunnen voor ieder onderdeel zelf kijken of ze de geleerde stof beheersen. Hiervoor klikken ze op de website de bij de stof behorende diagnostische toets aan. Bij goed resultaat mag je ervan uitgaan dat het geleerde op niveau is. Dat gaat echter niet zomaar. De toetsen zijn ingedeeld in fases (1 t/m 4). Die lopen van 4h tot 6v. In de aparte docentenhandleiding, die alleen op de website wordt gepubliceerd, wordt uitgelegd waarom bepaalde keuzes zijn gemaakt. De (herziene) taxonomie van Bloom is daarvoor de leidraad geweest. Zo is de fase-indeling tot stand gekomen. Nogmaals, het pta van de school bepaalt echter hoe er met het boek gewerkt wordt. Omdat het is opgebouwd uit modules kan dat ook makkelijk. Nemen we als voorbeeld blessurepreventie. Iemand in 4havo krijgt een andere toets voor dit vak dan iemand uit 5vwo. Dit vloeit voort uit de mate van groei in vaardigheid/competentie (andere fase). Alle domeinen uit de tweede fase komen aan bod. Van ieder domein wordt ook aangegeven voor hoeveel het meeweegt in de beoordeling. Ook staat vermeld hoeveel studielast ieder onderdeel vertegenwoordigt. Voor alle stof wordt aangegeven om welke eindterm het gaat. Ons vak is weer een juweel rijker. Boek en website zorgen voor een kwalitatieve borging van dit onderdeel van het examen.

Hans Dijkhoff



Levensreddend *Handelen*

Basiscursus (12) 1 en 8 oktober 2012 in Zeist
Cursustijden van 09.00 - 16.30 uur
Herhalingscursus (6) 10 oktober 2012 in Zeist
Cursustijden van 09.00 - 16.30 uur
Je kunt je middels het inschrijfformulier op de site aanmelden.
www.kvloscholing.nl/overigescholingen.

Bijscholingsdag golf 19 september op Papendal (3)

Op woensdag 19 september organiseren de NGF en de KVLO samen de landelijke bijscholingsdag schoolgolf op het Nationaal Sportcentrum Papendal.
Deze dag is bedoeld voor alle collega's die iets met golf op school (willen) doen. Dit betekent dat het zowel een bijscholingsdag is voor oud-cursisten én een kennismakingsdag voor KVLO-leden die de applicatiecursus golf nog niet hebben gevolgd. Beide groepen krijgen een apart programma aangeboden dat vooral gericht is op het aanbieden van golf in de gymles. Hierbij wordt speciaal aandacht besteed aan de mogelijkheden om golf in de zaal aan te bieden. De collega's die de applicatiecursus nog niet gevolgd hebben krijgen een korte introductie op deze cursus aangeboden. Elke deelnemer ontvangt cursusmateriaal.
Voor alle deelnemers wordt er ook nog een wedstrijdje georganiseerd. De collega's, die een GVB en/of handicap hebben, spelen een 9 holes wedstrijd om de Talententrophee op de Edese golfbaan. De beginnende golfers spelen een wedstrijd om de Beloftentrophee op de Pitch en Putt baan van Papendal. Beide wedstrijden zullen gespeeld worden in de wedstrijdvorm Texas Scramble. Na afloop drinken we gezamenlijk een drankje en is er de prijsuitreiking.
Voor registerdocenten telt deze bijscholingsdag mee voor het portfolio en is gewaardeerd met 3 punten.
De kosten voor deze dag zijn € 120,-. Wij verzoeken u dit geld op de dag zelf gepast af te dragen aan de NGF!
Voor het programma en inschrijven, ga naar de website (kalender) van de KVLO.
Nadere informatie bij *ton.winkels@kvlo.nl*

Vooraankondiging landelijke studiedag basisonderwijs

Woensdag 7 november 2012
van 10.00 – 17.00 uur
ALO Amsterdam

Contact:

registratie@kvlo.nl of astrid.vanderlinden@kvlo.nl

'Zweten en Meten'

Het programma van deze dag komt in LO 7, die verschijnt op 31 augustus. De volledige omschrijving van alle workshops komt op de scholingspagina van de KVLO te staan, waar je je vanaf 1 augustus al kunt inschrijven.

Scholingen van afdelingen en opleidingsorganisaties

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

Digitaal KVLO-portfolio

Meer dan 1200 KVLO-leden zijn lid van het Initiële Register en waarschijnlijk hebben velen voldoende punten gehaald voor toelating in het Beroepsregister. Je kunt via de site *www.kvloregistratie.nl,* middels de pagina **meedoen,** gebruik maken van het stappenplan. Tevens is er op deze site veel informatie over het Register en het portfolio te vinden. Vragen met betrekking tot de registratie kunnen gemaild worden naar *registratie@kvlo.nl.*

Reageren op vakblad-artikelen? Twitter @KVLOnL

Met de mobiele scan van bijgevoegde code kun je rechtstreeks naar scholingspagina van de kvlo.
kvloscholing.nl

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

Inschrijving of een verwijzing daarvoor via www.kvloscholing.nl



FOTO: GEHANDICAPTENSPORT NEDERLAND

Zij zijn wel Europees Kampioen

De sport-zomer

Eens in de vier jaar hebben we een fantastische zomer voor sportliefhebbers. Een zomer met het EK voetbal en de Olympische Zomerspelen. En dan natuurlijk ook nog de jaarlijks terugkerende sportevenementen als Roland Garros, Wimbledon en de Tour de France. Ik kan me niet anders indenken dat sportleraren net als ik reikhalzend uitzien naar deze zomer. Oké, het EK voetbal kan misschien niet elke sportleraar heel veel interesseren maar de Olympische Spelen toch wel? In ieder geval heb ik dat als sportliefhebber altijd gedacht. Al die verschillende sporten die op topniveau worden beoefend, de strijd om die ene gouden plak, de hele wereld bijeen op één plaats. Citius, altius, fortius; fantastisch vooruitzicht! Het verlangen is vaak nog leuker dan de werkelijke ervaring maar toch geniet ik van elke dag. In een zomer met de Olympische Spelen geef ik er zelfs een aantal weken zomervakantie voor op. Zoals het een sportleraar betaamt trek ik er namelijk altijd vijf weken op uit met de tent. Maar in de Olympische zomers houd ik het bij drie weken. Ik wil geen dag missen en ben een week voor de start van de OS al opgewonden. Maar dat elke sportleraar uitziet naar deze sportzomer is een misverstand. Zelfs één van mijn twee stagiaires gaf al aan 'wel betere dingen te doen hebben deze zomer'. Gelukkig deelde de andere student wel mijn passie voor sport. Het verschil tussen de twee studenten kenmerkt volgens mij ook de vakwereld. Grofweg zouden we de sportleraren (of gymleraren?) kunnen opdelen in twee kampen:

1 de sportleraar met een passie voor sport en bewegen
2 de gymleraar met een passie voor gymnastiek en onderwijs.

In mijn tijd op de ALO was er nog een hele strikte scheiding tussen sport en bewegingsonderwijs. Sport was voor de meeste docenten zelfs een vies woord, zeker voor de Gordijn-aanhangers (als je in Arnhem zat). Het doel en de betekenis van bewegingsonderwijs en sport was totaal verschillend. Ik heb dit altijd als vreemd ervaren. Eigenlijk ben ik ook naar de sportacademie (waarom noemen ze dit eigenlijk zo) gegaan omdat ik een redelijk getalenteerde sporter was en 'graag iets met en in de sport' wilde doen. En de gymles had ik tijdens mijn eigen schoolcarrière ook altijd zo ervaren: lekker actief bezig met sport. Sport en bewegingsonderwijs, ik snap dat beide niet hetzelfde zijn maar zouden we niet met zijn allen veel meer moeten kijken naar de overeenkomsten in plaats van naar de verschillen? Volgens mij kunnen we als vakwereld er voordeel mee doen door ons meer te vereenzelvigen met sport. Miljoenen Nederlanders die juichen voor doelpunten van het Nederlands elftal op het Europees Kampioenschap; daar moeten we als 'sportvak' toch gebruik van maken om onze leerlingen (nog meer) te enthousiasmeren voor sport? Een levenlang bewegen en een blijvende sportdeelname zijn toch de hoofddoelen van ons vak? De sport kan van ons profiteren door gebruik te maken van de pedagogische en didactische kennis die aanwezig is in het bewegingsonderwijs. Meer plezier en minder uitval, de uitdaging voor de sport. Kansen te over en een win-winsituatie, of niet? Gelukkig las ik laatst dat de KVLO de weg naar samenwerking is ingeslagen. De vereniging maakt het mogelijk voor alle werkende professionals die in en rondom de school betrokken zijn bij sport en bewegen lid te worden. Het heeft een aantal jaren geduurd maar de eerste stappen naar een nauwere samenwerking tussen bewegingsonderwijs en sport worden nu gezet. Samen zijn we sterk, een mooie gedachte tijdens het EK voetbal. Laten we als gym-/sportleraren het goede voorbeeld geven en samen met onze leerlingen gaan genieten van de sportzomer en onze sporters aanmoedigen naar topprestaties!

Mery Graal

(KV)LO-NIEUWS

HALO 100 jaar

In september bestaat de Haagse Academie voor Lichamelijke Opvoeding (Halo) 100 jaar en is daarmee de oudste opleiding in Nederland. Dit heuglijke feit wordt o.a. gevierd met een grote reünie op zaterdag 15 september. 's Middags zijn er de nodige activiteiten op de Laan van Poot. 's Avonds is er een buffet en een feest in het Kyocera stadion. Alle oud-studenten en oud-docenten worden opgeroepen zich aan te melden en op te geven voor deze reünie. Dit kan via de site www.eeuwigacademie.nl en dan de button 'reünie'. Op deze site staan ook de andere activiteiten rond dit eeuwfeest weergegeven. Zegt het voort!

TEVEEL SPORTEN KAN LEIDEN TOT SPORTVERSLAVING

Sporten wordt over het algemeen als 'gezond' beschouwd. Zo zijn sporters bijvoorbeeld vaak fitter, energieker, sterker en zijn ze minder frequent ziek dan niet-sporters. Maar aan sport doen heeft ook een aantal keerzijden. Een bekend voorbeeld daarvan is dat sporters geblesseerd kunnen raken en daardoor een tijdje uit de running zijn. Een minder bekend verschijnsel is dat te veel sporten kan leiden tot sportverslaving. Dat is onderzocht door Sabine Janssen. Zo'n 35% van de sporters vertoont de meeste verschijnselen daarvan, zo luidt de conclusie van het onderzoek onder bezoekers van het Universitair Sportcentrum Nijmegen. Zo'n 1 tot 2% van hen konden zelfs als 'sportafhankelijk' worden beschouwd.
Skxl.nl

ROOSTER VAN AFTREDEN BESTUUR KVLO

Jan Rijpstra	-	mei 2013 (eerste termijn, herkiesbaar)
Marianne van Bussel	-	december 2012 (aftredend, laatste termijn)
Hein Bleeksma	-	december 2014 (eerste termijn)
Peter Dooijeweerd	-	december 2014 (eerste termijn)
Jan Kweekel	-	december 2014 (eerste termijn)
Yvonne Sanders	-	december 2014 (laatste termijn)
Desiree Simons	-	mei 2013 (laatste termijn)

De leden worden uitgenodigd vóór 15 oktober 2012 schriftelijk kandidaten (met een financiële achtergrond) bij het hoofdbestuur voor te dragen in verband met het vertrek van onze penningmeester.

Bereikbaarheid bureau in de zomervakantie

Gedurende de periode van de zomervakantie is de KVLO beperkt bereikbaar. De afdeling rechtspositie is van 23 juli t/m 10 augustus alleen bereikbaar voor noodgevallen op nr. 030 693 7678.

Bestuur, staf en medewerk(st)ers wensen je een prettige vakantie.



Redactie: Hans Dijkhoff

→ BEWEGINGSONDERWIJS OP CLUSTER-4 SCHOLEN

BEGELEIDEN OP LEREN BEWEGEN EN GEDRAG



Welke bewegingsactiviteiten kunnen goed aangeboden worden aan 13-jarige leerlingen op cluster 4-scholen? Wat zijn goede activiteiten voor heterogene ZMOK-klassen? Wat zijn geschikte activiteiten voor ASS-leerlingen? Hoe kan je de leerlingen begeleiden zodat ze beter gaan deelnemen aan de bewegingsactiviteiten? Hoe begeleid je de leerlingen op hun (problematische) gedrag?

In *Bewegingsonderwijs op cluster 4-scholen* worden 13 leerlijnen uitgewerkt door daarbinnen twee bewegingsactiviteiten te beschrijven, één voor een heterogene ZMOK-klas en één voor een ASS-klas (klas met uitsluitend kinderen met een vorm van autisme).

Na de beschrijving van de bewegingsdoelen en de leerhulp die de leerkracht hierbij geeft, staat telkens een beschrijving van het gedrag van drie leerlingen in de genoemde bewegingssituatie en de wijze waarop de leerkracht hun gedrag kan begeleiden. Hiermee is het een boek voor cluster 4-scholen, maar ook voor praktijkonderwijs.

Bewegingsonderwijs op cluster 4-scholen geeft hiermee veel handreikingen voor de vakleraar en studenten in de opleidingen. Het is een samenwerking van SLO, KVLO en Calo Windesheim.



€34,95 incl. btw

ISBN: 978-90-72335-55-5

Te bestellen via www.janluitingfonds.nl

janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN

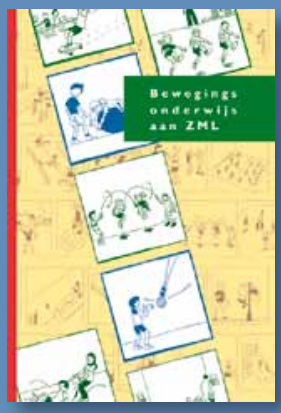
→ In samenwerking met Arko Sports Media

→ BEWEGINGSONDERWIJS AAN ZEER MOEILIJK LERENDEN



Wat willen we de leerlingen in de lessen bewegingsonderwijs op een school voor zeer moeilijk lerenden (ZML) leren? Welke activiteiten maken de leerprocessen mogelijk en hoe kan de vakleraar hierbij de passende leerhulp geven?
In het Basisdocument Bewegingsonderwijs aan ZML worden 12 leerlijnen beschreven. Deze leerlijnen zijn uitgewerkt in maar liefst 29 bewegingsthema's met daarbinnen activiteiten uitgewerkt naar vijf verschillende niveaus. Op deze wijze worden alle leraren in het ZML-onderwijs in staat gesteld om de juiste activiteiten te kiezen voor iedere groep met leerlingen tussen de 4 en 18 jaar. Zelfs waar het groepen betreft met een groot onderling niveauverschil. Als extra is er speciale aandacht voor leerlingen met geringe bewegingsmogelijkheden en leerlingen in een rolstoel.

De publicatie Basisdocument Bewegingsonderwijs aan ZML is, mede door de methodisch/didactische uitwerking van de leerlijnen, een onmisbare schakel voor vakleraren op ZML-scholen en studenten in opleiding.



€42,50 incl. btw

ISBN: 978-90-72335-45-6

Te bestellen via www.janluitingfonds.nl

janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN

→ In samenwerking met Arko Sports Media