

Lichamelijke Opvoeding

Jaargang 99 - 23 dec. 2011

Topic leermiddelen en methodes

Afscheid Harry Evers

Topics 2012 eerste halfjaar

Veilig schaatsen

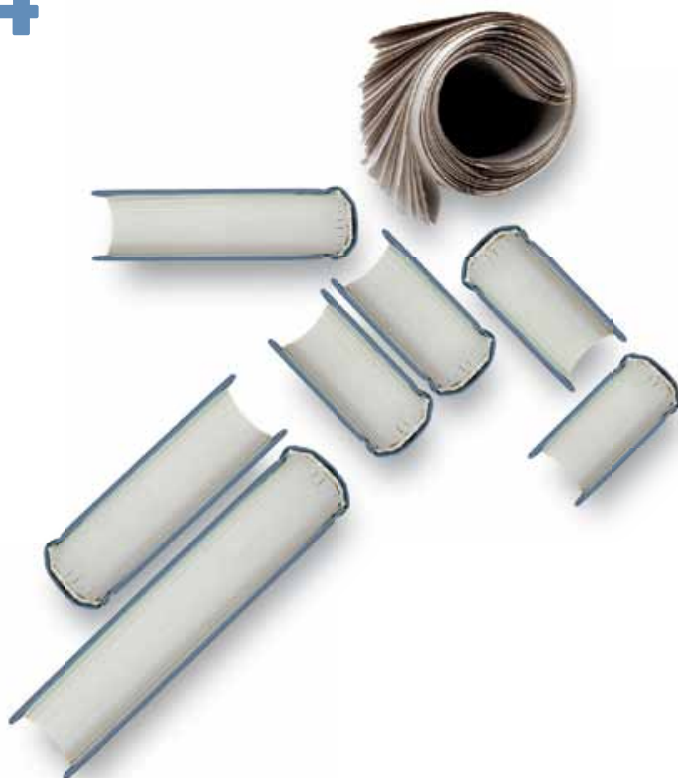
Nummer

11

 KVLO

→ 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).

Naast de beschrijving van de bewegingsdoelen en de leerhulp die de leerkracht hiervoor geeft staat een beschrijving van drie leerlingen in de bewegingssituatie en op welke wijze de leerkracht dit gedrag kan begeleiden. Hiermee is het een boek voor cluster 4-scholen, maar ook voor praktijkonderwijs. Het is een samenwerking van SLO, KVLO en CALO Windesheim.

De beschrijving van de uitgangspunten voor het bewegingsonderwijs levert essentiële bouwstenen voor de legitimering van het vak op de school.

Bewegingsonderwijs op cluster 4-scholen geeft hiermee veel handreikingen voor de vakleraar en studenten in de opleidingen.

BEWEGINGSONDERWIJS OP CLUSTER 4-SCHOLEN



€34,95 incl. btw

ISBN: 978-90-72335-55-5

Te bestellen via www.janluitingfonds.nl



janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN

Inhoud:

TOPIC

Topic 'leermiddelen en methodes'

Een korte beschrijving van methodes en veel leermiddelen wat uitgebreider beschreven. Zo kun je dit topic omschrijven. Veel sportbonden hebben nieuwe sportkennismakingsmappen ontwikkeld. In dit topic worden daarvan twee beschreven. Ook een map met sportoverstijgende thema's. Je krijgt dan theorie, praktijk en een sportdag. Kortom we sluiten het jaar af met veel nieuwe ideeën voor 2012.

- 06 |** Beschrijvingen van en ervaringen met... drie methoden bewegingsonderwijs PO / *José Lodeweges en Marco van Berkel*
- 16 |** Gymmen in de grote gymzaal / *Joost Brandt en Harry van der Meer*
- 20 |** KNLTB schooltennis is vernieuwd / *Gaby Kuijpers en Chris Hazelebach*
- 24 |** Het digitale 'plug and play' lespakket Sport@School / *Jorg Radstake*
- 28 |** We krijgen voetballes / *Mark Blankwater*
- 35 |** Uitdagende werkvormen leren jongeren meer dan trappen en stoten / *Arien Bosch*

En verder

- 08 |** 150 jaar K(N)VLO, 100 jaar *Lichamelijke Opvoeding* (5) / *Hans Dijkhoff*
- 10 |** "Besluiten worden genomen in de wandelingen" interview met **Harry Evers** / *Hans Dijkhoff*
- 38 |** Schaatsen op natuurlis met plezier en zonder nat pak / *Theo Heuzen*
- 42 |** Waarom we sporten en onze spieren pijnigen / *Mediaexplain*
- 43 |** De uitgelichte onderwerpen in 2012



PRAKTIJK

- 16 |** Gymmen in de grote gymzaal / *Joost Brandt en Harry van der Meer*
- 20 |** KNLTB schooltennis is vernieuwd / *Gaby Kuijpers en Chris Hazelebach*
- 24 |** Het digitale 'plug and play' lespakket Sport@School / *Jorg Radstake*
- 28 |** Wij krijgen voetballes / *Mark Blankwater*
- 32 |** Basketbal: opbouw in onderbouw van voortgezet onderwijs (2) / *Maarten Massink*



RUBRIEK

- 05 |** Eerste pagina
- 14 |** (KV)LO en recht
- 40 |** Schoolsport
- 43 |** Afdelingen
- 44 |** Mery Graal
- 45 |** Scholing
- 46 |** (KV)LO-nieuws

KVLOweb.nl

→ LEZEN OVER BEWEGINGSONDERWIJS AAN ZEER MOEILIJK LERENDEN



Basisdocument Bewegingsonderwijs aan zeer moeilijk lerenden

Het speciaal onderwijs is niet rijkelijk bedeeld waar het gaat om specifieke literatuur die leerkrachten ondersteunt bij hun taak. Laat staan dat er literatuur voor handen is die zich richt op bewegingsonderwijs. Maar met de verschijning van het Basisdocument Bewegingsonderwijs aan zeer moeilijk lerenden is deze leemte in een klap ingevuld!

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 daarin 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.

Bestel uw exemplaar vandaag nog via www.janluitingfonds.nl

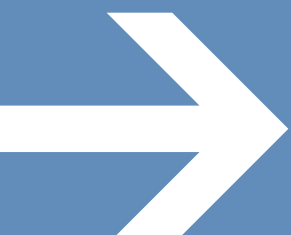
NIEUW



€42,50 incl. btw

ISBN: 978-90-72335-45-6

Te bestellen via www.janluitingfonds.nl



Adieu 2011

Tonk

Zo kan het beste het besluit van de Tweede Kamer van 29 november worden ervaren. Een tik met de knuppel. In de eerste twee leerjaren van het voortgezet onderwijs gaat de onderwijstijd omhoog van 1000 naar 1040 uur en moeten de leraren alsnog 4 vakantiedagen inleveren. De wegen van de politiek zijn weer eens ondoorgrondelijk en dat terwijl al in 2008 door een commissie onder leiding van Commissaris van de Koningin in Gelderland en voormalig Tweede Kamerlid en onderwijspecialist Clemens Cornielje, duidelijk was geworden dat een onderwijstijd van 1040 uur onhaalbaar was. Er is geen enkele grond om aan te nemen dat dit nu in 2011 niet meer zou gelden. Ongeveer 80% van de scholen voldoet inmiddels aan de door deze commissie bepleitte norm van 1000 uren, tot grote tevredenheid van docenten en leerlingen. Wat de minister zou moeten doen is ervoor te zorgen dat ook de andere 20% hieraan gaat voldoen. Daarnaast: een toename van ongeveer 2,5% onderwijstijd: wie betaalt deze verhoging want het gebruik van het gebouw stijgt ook met 2,5%.

De vrijheid van onderwijs is een groot goed en de inrichting van het onderwijs is een zaak van de schoolbesturen waarbij de inspectie haar toezicht houdende taak uitvoert.

Waar komt de drang van deze minister en de Tweede Kamer dan vandaan? Het kan toch niet zo zijn dat dit een handjeklap is geweest om de PVV mee te krijgen?

Het voorstel moet nog door de Eerste Kamer en een heel krachtig gezamenlijk geluid van schoolbesturen, docenten, leerlingen en hun ouders, wijzend naar de uitkomsten van de commissie Cornielje, moet de Senatoren overtuigen van dit onzinnige 'ophokbeleid'.

Actie

Met het verschijnen van het laatste nummer van de *Lichamelijke Opvoeding* dit jaar sluiten we 2011 af. Voor ons als KVLO een bijzondere afsluiting. In een jaar tijd is er een inhoudelijke discussie gevoerd over de koers van de KVLO en heeft er zich een professionaliseringstraject van het bureau in gang gezet. De KVLO heeft zich verder ontwikkeld tot een veelgevraagde gesprekspartner in diverse overleggroepen die zich met lichamelijke opvoeding, sport en bewegen in en rond de school bezighouden. Ook de diverse onderzoeken in ons vakgebied zijn een steun in de rug voor ons om het belang en de waarde van lichamelijke opvoeding onder de aandacht te brengen.

Dit doen we niet alleen. Dankzij jullie inzet, het geven van constructief kritisch commentaar en het uitstralen van een rotsvast vertrouwen in ons vak, ben ik ervan overtuigd dat we een heel mooi 2012 tegemoet gaan. We mogen trots zijn op onze KVLO!

Namens het hoofdbestuur en de medewerkers van ons bureau wens ik jullie allen een mooie vakantie en een goed begin van ons jubileumjaar!

Jan Rijpstra



COLOFON

**Lichamelijke
opvoeding**

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

Redactie: Hans Dijkhoff (hoofredacteur) Maarten Massink (praktijkredacteur) Jacqueline Tangelder (redactiemedewerkster) Redactieraad: Hilde Bax, Marianne van Bussel, Peter Barendse, Jan Faber, Frank Jacobs, Mark Jan Mulder, Chris Mooij (VZ), Jorg Radstake en Sebastiaan Platvoet. Redactieadres: KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, 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 2011: 28 jan., 25 feb., 25 maart, 29 april, 27 mei, 24 juni, 26 aug., 30 sept., 28 okt., 25 nov., 23 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.

Beschrijvingen van en ervaringen met.....

drie methoden bewegingsonderwijs PO

In dit topic: leermiddelen met methodes kijken we in dit artikel naar drie methodes die al een tijdje op de markt zijn. Uitbreidende informatie is te vinden op de site van de SLO.

Door: José Lodeweges en Marco van Berkel

Door het Kenniscentrum Leermiddelen (KCL) van SLO (nationaal expertisecentrum leerplanontwikkeling) zijn de volgende drie methoden voor bewegingsonderwijs in het primair onderwijs beschreven:

- Basislessen bewegingsonderwijs (Elsevier)
- Bewegen samen regelen (Bewegen samen regelen)
- Planmatig bewegingsonderwijs (Pearson)

De beschrijvingen zijn gemaakt door een vakinhoudelijk medewerker. Er is gebruikgemaakt van het KCL-format dat de volgende inhoudelijke aandachtspunten heeft: samenstelling, vormgeving, didactische uitgangspunten en doelstellingen, leerstofinhoud, leerstofordening, planning/tijdsinvestering, didactiek (instructie en werkvormen), zelfstandig werken, differentiatie, ICT, aansluiting/afstemming en implementatie. In de beschrijvingen zijn geen beoordelingen opgenomen.

Bij de beschrijving van de samenstelling van deze drie methoden staat er het volgende:

Basislessen bewegingsonderwijs

Samenstelling

De vernieuwde *Basislessen bewegingsonderwijs* deel 1 bevat veertien katernen met een basisopstelling voor lessen bewegingsonderwijs aan groep 3 t/m 8. In het katern Inleiding staan tips voor de gebruiker, hoe de leerkracht om kan gaan met verschillen tussen kinderen en de achtergrond van de methode. In een katern Planning staat een overzicht van de beschreven bewegingssituaties, een nieuwe planning voor deel 2, verschillende jaarroosters, een overzicht van de kerndoelen, leerlijnen en bewegingsthema's en een toelichting op de buitenlessen. Daarnaast zijn in een katern zes buitenlessen beschreven en via de website www.in-beweging.net zijn negen suggestielessen beschikbaar. Basislessen bewegingsonderwijs deel 2 bevat 21 basisopstellingen met vooral spellessen. De werkbladen zijn kaarten met de materialen en opstellingen van iedere basisles met een korte beschrijving van de opdracht voor de kinderen.

Bewegen samen regelen

Samenstelling

Bewegen samen regelen bestaat uit drie activiteitenmappen, namelijk voor groep 3/4, 5/6 en 7/8. Daarnaast is er een website www.bewegensamenregelen.nl of www.bewegenin-hetbasisonderwijs.nl. Iedere map bevat tien lessen met drie tot vijf bewegingsactiviteiten. De lessen bestaan uit een overzichtskaart van de zaalindeling en daarna per activiteit een uitwerking op drie pagina's van de opstelling van de materialen, de opdracht voor de kinderen en de regels bij de activiteit en een kaart met tips voor de leerkracht. Ook bevat het een basisinventarislijst voor een gymnastieklokaal.

Planmatig bewegingsonderwijs

Samenstelling

Planmatig bewegingsonderwijs bestaat uit zes mappen, namelijk voor groep 2/3, 4, 5, 6, 7, 8 en drie dvd's voor Bewegen op Muziek. Iedere map bevat een inleiding van 28 pagina's met daarin beschreven de visie op (bewegings)onderwijs, de uitwerking van de leerstofgebieden (betekenisgebieden) en een toelichting bij de rapportages op groepsniveau en op individueel niveau. Daarnaast zijn er 64 lessen uitgewerkt met drie activiteiten per les. In de bijlagen zijn de gebieden Stoeispelen en Bewegen op Muziek uitgewerkt, zijn verdieppingsactiviteiten beschreven, staan de minimumdoelen per betekenisgebied, kaarten voor rapportage op individueel- en groepsniveau plus een overzicht van de voor deze lessen noodzakelijke materialen.

Contact:

j.lodeweges@slo.nl

De beschrijvingen zijn te vinden op www.leermiddelenplein.nl. Ga naar 'Leermiddelen vinden' en zoek op titel. Ga vervolgens naar het tabblad 'Beschrijving'.

Ook kunnen de drie methoden op kenmerkende punten met elkaar vergeleken worden. Kies daarvoor bij iedere titel de optie: 'Voeg toe aan vergelijking'.

Ervaringen van gebruikers

Als een school op het punt staat een (nieuwe) methode te kiezen kan de mening van andere gebruikers ook een rol spelen. Daarom worden bij de methoden ook praktijkervaringen opgenomen van (vak)

leerkrachten of combinatiefunctionarissen, die met het materiaal werken. Die ervaringen worden eveneens aan de hand van een format gemaakt. Daarbij komen veel van bovengenoemde aandachtspunten terug en is aandacht voor de context waarbinnen het materiaal is gebruikt en feedback van leerkrachten en leerlingen.

Ook deze ervaringen bij de drie methoden zijn binnenkort te vinden op www.leermiddelenplein.nl, via het tabblad 'Ervaring'. Helaas zijn op dit moment nog niet van alle genoemde methoden ervaringen voorhanden. Mocht u zelf met één van deze methoden werken en uw ervaringen willen delen? Stuur dan een e-mail naar José Lodeweges om meer informatie te ontvangen. ❏

advertentie

TRENOMAT SCHEIDINGSWANDEN



De jongste generatie zaalscheidingen
Trenomat Acoustic®

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



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

Al 40 jaar gespecialiseerd in nieuwbouw & onderhoud

Wintersportreis?

Ripstar is ruim 20 jaar wintersportspecialist. Wij kunnen uw wintersportreis professioneel en tegen scherpe prijzen organiseren. We leveren tevens gediplomeerde instructeurs en verhuren ski- en snowboardsets vanaf € 10,- per dag. Gratis op locatie bezorgd.

Ripstar Snow & Surf Travel - info@ripstar.nl - 020-6886090

Actieve werkweek survival **trektocht**
Sportieve schoolreis **adventure week**

Belgische Ardennen	Duitse Eifel
Franse Ardennen	Atlantische kust
Franse Alpen	Sloveense Alpen
Noordwijkse kust	Italië Elba

Nieuw 2012 Extra tentenkamp Franse Ardennen: tot 500 pers.
Extra tentenkamp Duitse Eifel: tot 250 pers.
Extra Bungalows: tot 1000 pers.

www.zwerfsport.nl

150 jaar K(N)VLO, 100 jaar Lichamelijke Opvoeding (5)

Onze vereniging gaat haar dertigste lustrum vieren in 2012. In aanloop daar naartoe schrijven we over de geschiedenis. In de vorige aflevering werd beschreven hoe het speelse element aan bod kwam. In deze aflevering kijken we naar de invloed vanuit Engeland en hoe daarover werd gedacht.

Redactie: Hans Dijkhoff

Evenals elders in Europa raakte men ook in Nederland op den duur in de ban van het Engelse sportgebeuren. In de geschiedenis van Great Britain staan kostscholen als Eton, Harrow en Rugby geboekstaafd als centra van 'moral and muscular education'. Op deze eens zo beroemde kostscholen ten tijde van een Victoriaans Engeland werden de zonen uit de vooraanstaande en betere kringen in een sfeer van 'law and order, muscular christianity and sportsmanship' opgevoed en gevormd tot de toekomstige leiders van een wereldomspannend Brits imperium.

Van de filosoof-staatsman en hygiënist van het lichaam, Locke sprak het: 'Keep the body in strength and vigor, so that it may be able to obey and execute the orders of the mind ...', theologen, schoolopzitters, politieke en militaire leiders wel aan. Na enig gezamenlijk speur- en denkwerk doorzagen vooral 'vicars and headmasters' al rap de ongekennde mogelijkheden van atletiek en sportspelen en maakten zij zich snel vertrouwd met het ABC van het sportgebeuren.

De aan hen toevertrouwde jongens zouden zich door sportbeoefening verre kunnen houden van 'games of chance', drankgelag en ontucht. En last but not least waren deze door allerlei 'out-door activities' geharde lichamen een onmisbaar wapen in de strijd om het behoud van het imperium.

Vanuit de aanvankelijke beslotenheid van een kostschoolwereld en van die der universiteiten kwam de sport in de periode van 1840 tot 1870 als een ware springvloed over een in sociaal, industrieel en cultureel opzicht turbulente samenleving.

Invloed in Nederland

Het waren vooral in de textielindustrie aangestelde Engelse ingenieurs en technici die in het oosten van ons land de bevolking voor het eerst confronteerden met hun 'games' en voorts de ons land bezoekende Engelse sportteams.

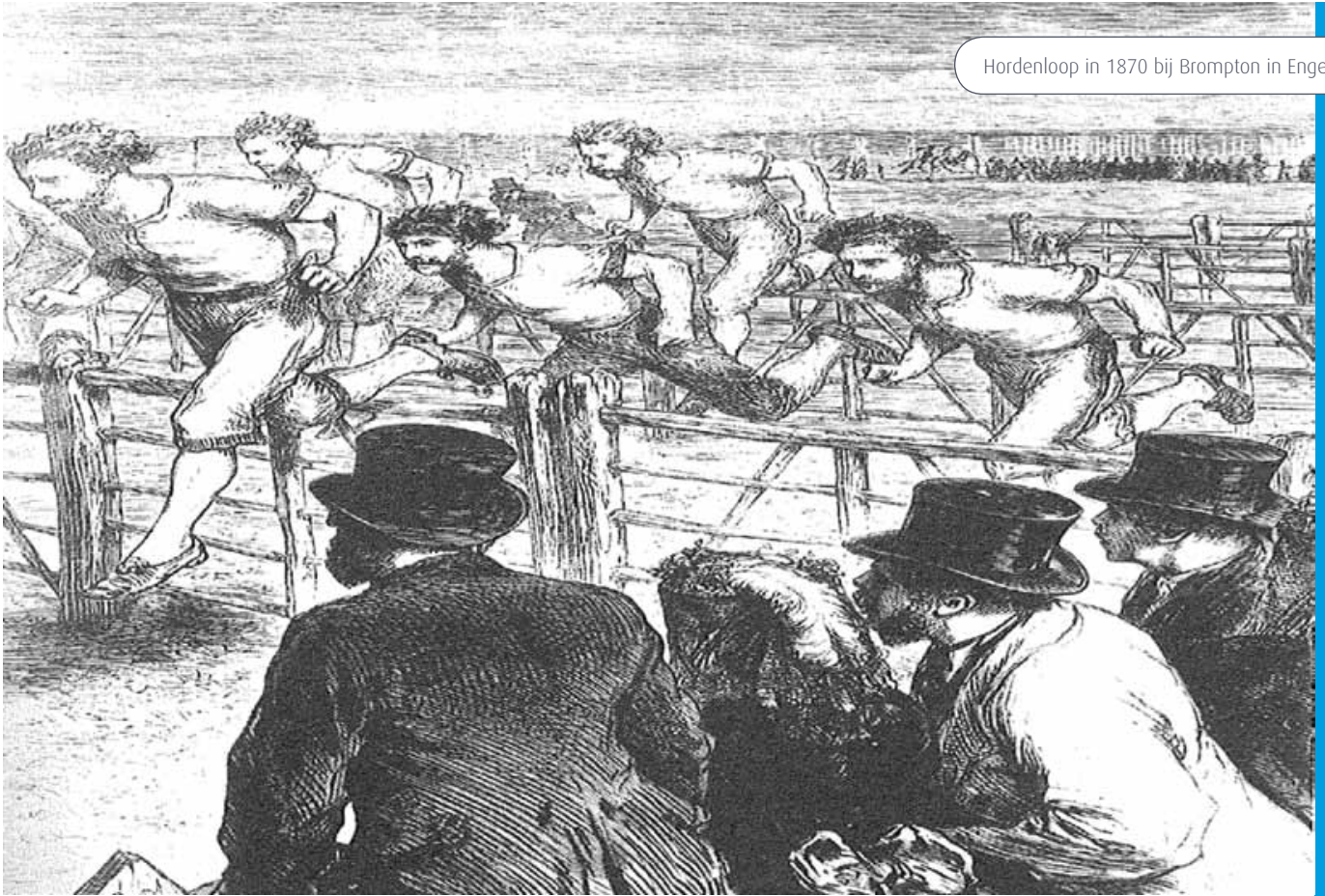
Rond 1880 waren het hier te lande voornamelijk de zonen uit academische milieus die voor het eerst kennismaakten met en genoeg

beleefden aan de uit Engeland afkomstige sportspelen. Binnen het eigentijdse gymnastiek- en turnonderwijs zetten de gymnastiek- en turnmeesters zich inmiddels schrap. Met lede ogen moesten de trouwe discipelen van een gereguleerd Nederlands-Duits schoolturnen en de fervente aanhangers van de pseudo-wetenschappelijke Zweedse gymnastiek hier en elders in Europa toezien, hoe de nieuwe sportrage snel om zich heen greep. Sommigen spraken zelfs van de Engelse ziekte!

Hoe men meer in het algemeen op deze rage in de samenleving en schoolwereld reageerde moge nog eens blijken uit een artikel van ene De Wekker in de Nederlandsche Spectator, opgenomen in het Tijdschrift van het Nederlandsch Gymnastiek Verbond, eerste jaargang 1888.

De schrijver roept de leraren aan Gymnasia, Hogere Burgerscholen en de onderwijzers aan de scholen, bezocht door gefortuneerde leerlingen op, een halt toe te roepen en liefst een schrede terug te doen in verband met de verderfelijken invloed, welke de ziekte 'sport' op de scholieren uitoefent.

En elders: "... Want telkens ontmoet men op zijn wandelingen één dier jeugdigen 'sportmen', die ons land doorkruisen. Een onverwacht getoeter of gebel deed u, kalmen wandelaar eensklaps verschrikt ter zijde springen en in 't volgend oogenblik schoot bliksemsnel een raderend toestel voorbij, waarop een hijgend en trappelend menschenkind, in pittoresque kleeding gestoken, alle spieren inspande om toch maar in een minimum van tijd het einddoel van zijn tocht te bereiken. En in minder dan geen tijd bleef voor uw oog van dat raddraaiend in elkander gedoken wezen niets over dan een stip, die weldra aan den horizon verdween. En was het geen wielrijder die men ontmoette, dan was het wel 't geklater van water, opgezweept door de riemslagen van halfnaakte roeiers welke u deed denken aan de allesomvattende sportmanie van de negentiende eeuwers!" En in navolging van het geestelijk moederland van de sport worden er hier te lande dan ook steeds meer sportverenigingen opgericht en



wedstrijden gehouden in het kader van de allesomvattende slogan: "Minder langdurige hersengymnastiek en meer lichaamsgymnastiek!" De heren redactieleden Ingerman, Van Duinen en Wopkes Jz., vragen zich dan ook in alle ernst bezorgd af: " ... Heeft de sport dan zoveel volgelingen verworven, dat ook wij onze turnlokalen meer en meer zien ontvolken?"

En: " ... Wij zijn veel lichter voor de meening te winnen, dat de sport juist door het overdrijven der beoefening, door het opschroeven van wat plaatsvindt even spoedig zal gaan als dat zij gekomen is. Eenmaal op haar hoogste punt zal zij vallen!"

Ondanks deze betweterige uitspraken van een groep conservatieve gymnastiek- en turnmeesters pakte het een en ander rond school en sport wel even anders uit in de loop der tijd.

Rond de jaren vijftig was sport in schoolverband niet alleen een begrip, maar ook niet meer uit de school weg te denken. En in de huidige tijd neemt meer dan de helft van het aantal VO-scholen in Nederland deel aan de Mission Olympic School Competitie (MOSC).

Mechanisering, meer vrije tijd

Door de toename van het machinepark in de industrie, de geleidelijke afname van de arbeidstijd, de verbeterde arbeidsomstandigheden en -voorwaarden en het genot van wat meer vrije tijd, wendt ook de arbeider zich tot het sportgebeuren. Niettegenstaande een aantal wetten welke de arbeidsvoorwaarden en -duur alsmede het arbeidsloon regelen is de uit de jaren tachtig gezongen wens, 'Acht uur werken, acht uur verzet en acht uur slapen' voor de arbeiders voorlopig nog niet weggelegd. Aanvankelijk ging de strijd niet zozeer om meer vrije tijd als wel om een kortere werkdag. Voor het merendeel van de arbeiders wordt de op den duur verkregen spaarzame vrije tijd enerzijds thuis in een horizontaal-generatieve houding doorgebracht, anderzijds gelaten verpozend in 'le salon du pauvre'. En wat het

'Eight hours to play' betreft, de sport: de Engelse way of living een voorrecht van de meer-vermogenden, ligt nog niet binnen voet- en handbereik van de arbeidende klasse.

Daarbij moet ook nog vermeld worden dat het niet alleen gymnastiek- en turnmeesters waren die zich verzetten tegen de sport, maar dat onder het gezichtspunt van het wedstrijdidee en onder het mom van aantasting van de eendrachtige samenwerking van allen aan de discipline en orde in de menselijke samenleving, in orthodox socialistische kringen de wedstrijdssport principieel werd afgekeurd. In de kring van orthodox protestanten werd de sport als in strijd met de zondagsheiliging en de sobere plichtsbetrachting, die men voor God diende na te leven van de hand gewezen.

Met de langzaam voortschrijdende democratisering en het daarmee vervagen van een traditionele standenindeling in onze samenleving nemen tegelijkertijd steeds meer groepen uit de Nederlandse bevolking deel aan het sportgebeuren. Ook de meisjes en vrouwen voelen zich aangetrokken door het verschijnsel sport. Zo wordt te Amsterdam in 1886 de Hollandse Dames Zwemclub (H.D.Z.) opgericht, maar reken er niet op dat een en ander gemend plaatsvond. Aan het manvolk is het ten enenmale verboden naar de 'rondspartelende' dames te kijken, laat staan met hen samen te zwemmen.

In de laatste aflevering kijken we naar de rol van Pim Mulier en de verbreiding van de schoolssport. Gedurende het komend jaar zullen allerlei artikelen verschijnen die de geschiedenis belichten van ons vak, onze vereniging en ons blad.

Bronnen

(1987) Kramer, J.P. en Lommen, N. De geschiedenis van de lichamelijke opvoeding in Nederland. Zeist, Jan Luiting Fonds

(1976) Meijssen, J.H. Lager onderwijs in de spiegel der geschiedenis. Den Haag, Staatsuitgeverij. ◀

»

“Besluiten worden genomen in de wandelgangen”

Interview met Harry Evers

Dertig jaar geleden kwam Harry in dienst als medewerker bij IRP. In 2004 bij het afscheid van Truus van der Gugten realiseerde hij zich dat hij nu echt de senior op het bureau was. Waarbij hij aantekent dat er bij de ondersteuning twee dames rondlopen die hem in dienstjaren overtreffen.

Door: Hans Dijkhoff

Aan het eind van de lange carrière van Harry Evers bij de KVLO is het tijd om terug te kijken op dertig jaar werken voor een vakvereniging. In een van de werkruimten nemen we plaats. Van te voren had ik enkele vragen aan Harry doorgespeeld. Heel verbaasd zei hij: “Maar dat gaat over mij!” Tja, een interview met iemand kan ook over andere zaken gaan dan de persoon zelf. In dit geval is Harry zelf het leidend/lijdend voorwerp. We beginnen maar eens bij het begin...

Hoe ben je begonnen bij de KVLO?

“Ik was een enthousiaste docent LO die in zijn avonduren rechten studeerde. Toen het zich liet aanzien dat ik mijn studie zou volbrengen vroeg Jan Willem de Vries of ik bij de KVLO wilde komen werken. De KVLO was bezig de juridische tak te professionaliseren. Die richtte zich op individuele leden die weleens een arbeidsconflict hadden. De KVLO vond dat ze daarbij moest ondersteunen. Zo werd ik vrijgesteld. Binnen een jaar of drie constateerde ik dat ik nog zo weinig op school werkte dat ik het als ballast ging ervaren. In die periode moest ook de opvolging van Harry Berkhoff, die het CAO-overleg deed, geregeld worden. Daar was ik kennelijk de aangewezen persoon voor. Dat was een omslag in het werk dat ik deed. Ik ging naast de individuele rechtpositie ook de collectieve zaken als de CAO doen. En zo belandde ik in het grote circus van de arbeidsvoorwaardenvorming onderwijs. De toenmalige voorzitter Oene Loopstra vond dit onderwerp zo belangrijk dat hij mij vroeg in het bestuur zitting te nemen. Zo kwam ik ook in het DB waar we de lijnen voor dit beleid uitzetten. Strategie was dat ook elders KVLO'ers sleutelposities zouden bezetten. Een lijn waarvan ik hoop dat het bestuur die vandaag de dag zal doorzetten. Vanuit die gedachte kon ik de Federatie Onderwijsbonden optuigen binnen de CMHF. Juist omdat je een categorale bond bent, moet je de verbinding zoeken met andere gelijke bonden om te zorgen dat je een gesprekspartner wordt. Daarvoor heb je een organisatie nodig met een algemeen karakter. Dat is aardig gelukt. De laatste die erbij gekomen is, is de Unie NFTO die de mbo- hbo-poot vertegenwoordigt. Daardoor zijn we nu met afstand de derde vakbond van Nederland geworden achter de AOB en CNV/Onderwijs. Dus als je moet zeggen hoe mijn werk gedurende de jaren veranderd is dan ben ik vanuit de individuele juridische dienstverlening doorgegroeid naar de algemene rechtpositie. Vanuit de KVLO ben ik ingezet in



FOTO: HANS DIJKHOFF

andere besturen. Zo werd ik onder andere voorzitter van de Federatie Onderwijsbonden van de CMHF, en belandde ik vanuit die positie in het Sectorbestuur Onderwijs, het Vervangings- en Participatiefonds, de Stichting van het Onderwijs en meerdere andere gremia.

In die dertig jaar heb je vast wel eens dingen meegemaakt waarvan je zegt: wauw dat was een succes, maar ook zaken waarvan je denkt: dat is een zeperd geweest.

“In een wereld waarin je met allerlei partijen aan tafel zit die allemaal eigen belangen hebben, is het nooit mogelijk dat je alles bereikt wat je wilt. Daar komt nog bij dat we in dat wereldje niet de grootste waren/zijn. En daar geldt ook de macht van het getal. Wil je wat bereiken dan moet je met goede dingen komen en altijd tactisch/

strategisch opereren. Dat was altijd mijn opdracht. Wat me in het begin gestoord heeft, is dat argumenten veelal niet doorslaggevend zijn. Gelijk hebben is bepaald niet gelijk krijgen. Vanuit de individuele rechtpositie was ik gewend met een beter verhaal ook te scoren. Bij de collectieve sector was dat dus totaal anders. Het is een andere wijze van denken en opereren; een apart wereldje. In het begin dacht ik nog weleens jeetje mina is dit het voor mij? Gaandeweg ben ik toch wel over de streep getrokken om mee te gaan doen. Dat ik het zolang heb volgehouden, geeft wel aan dat ik me er uiteindelijk wel oké bij ben gaan voelen."

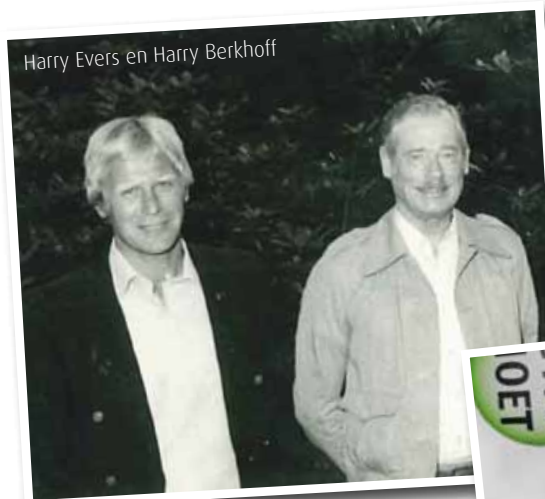
Miste je het werk in de gymzaal niet?

"Ik heb het twaalf en een half jaar gedaan en met veel plezier. Van jongs af aan wilde ik naar de ALO want ik wilde gym geven en sporten. Op de academie had ik een behoorlijk ongeval gehad. Ik was uit de ringen op mijn nek gevallen en had daardoor een wervelfractuur. Ik realiseerde me dat ik dit werk misschien niet tot mijn pensioen kon blijven doen. Daar kwam nog bij dat ik vond dat ik op de protestants-christelijke school waar ik werkte, niet de ontplooiingskansen kreeg die ik wilde. Ik heb toen bedacht dat ik zelf mijn mogelijkheden moest verbreden, en ben naast mijn baan de studie rechten gaan doen. Achteraf gezien is het voor mij heel erg goed geweest dat ik op mijn 34^{ste} bij de KVLO kwam. Ik denk trouwens dat het in het algemeen voor de leraren LO goed is om naast het vak ook iets anders te kunnen doen. Zeker bij mij heeft dat goed uitgediend."

"Eigenlijk een echte zeperd geeft Harry aan niet te hebben gehad. Hoogtepunten kan hij beter benoemen. Zo was er de eerste gewonnen zaak voor de commissie van beroep. En in het collectief overleg het HOS-overleg (Herstructurering Onderwijs Salarissen) in 1984 met onderwijsminister Deetman. Een zeer grote zaak met verstrekende gevolgen. "Ik mocht op de achterste rij bijzitten als lid van de CMHF-delegatie. Vier dagen en vier nachten hebben we onderhandeld, want er moest een akkoord komen. Vooraf was er maanden overlegd zonder resultaat. En dan opeens moet het echt gebeuren. Vergaderen, niet stoppen, maar doorgaan tot er een deal is. Dat was, omdat het m'n eerste ervaring betrof, een hoogtepunt. In de jaren daarna zijn er vele soortgelijke overleggen gevolgd."

Achteraf gezien zijn er een heleboel collega's geweest die het geen goed akkoord vonden omdat het vooral rekening hield met zittende leden...

"Ik kan me gelukkig een beetje verschuilen, want ik zat toen nog op de achterste rij bij de onderhandelingen. Maar, je hebt wel gelijk. Het was een geweldige omslag op het gebied van salarissen. Een hele grote bezuiniging ook. En in het akkoord werd met name rekening



FOTO'S ARCHIEF-KVLO

gehouden met de mensen die al werkzaam waren. Zo kwam er een overgangsregeling waarbij alle zittende mensen financieel geen veer hoefden te laten. Maar het was ook meteen de laatste keer dat er zo'n riante regeling is getroffen. Tegenwoordig wordt veel meer rekening gehouden met toekomstige vakbondsleden."

Net als ik mijn volgende vraag wil stellen. Steekt Harry zijn vinger op en zegt: "Oh ja er is nog een hoogtepunt geweest. We hebben altijd moeten vechten tegen urenvermindering. Daarom was voor ons de minimumlessentabel heilig. De tijd van onderwijsminister Ritzen was ook de tijd van de autonomisering van de scholen en de decentralisatie; de overheid bepaalde wel het *wat* maar niet meer het *hoe*. Het is

me toen op min of meer slinkse manier gelukt om in het convenant een passage op te laten nemen waarin de minimum lessentabel gehandhaafd bleef alleen voor de vakken muziek, handvaardigheid en lichamelijke opvoeding. Dat mocht je toen wel een hoogtepunt noemen. Minister van der Hoeven probeerde later aan die afspraak te morrelen. De tabel is

uiteindelijk wel verdwenen maar voor ons vak met de toezegging dat het aantal lessen niet mocht dalen onder het niveau van 2006. Misschien is het eigenlijk wel wat zwak dat je een minimumtabel nodig hebt. Maar voor ons vak is het niettemin een zegen geweest."

Wandelgangen

Heb je nog ergens spijt van?

"Ja, dan moet ik eigenlijk teruggrijpen naar de eerste periode van de collectieve onderhandelingen. Dat ik niet eerder heb doorzien hoe het in dat wereldje gaat, en dat ik niet sneller in staat ben geweest om daar op mijn eigen manier goed mee om te gaan. Het had me veel worsteling kunnen besparen. Feit is namelijk dat het echte overleg

»

eigenlijk plaatsheeft in wandelgangen. Niet plenair, maar in kleinere setting en informeel worden de zaken gedaan. Terug aan de onderhandelingsstafel worden dan formeel de knopen doorgehakt. Ik moest dat echt leren."

Wat vind je van de huidige koers die de KVLO aan het voorbereiden is?

"Ik vind hem goed en mag in alle bescheidenheid wel zeggen dat ik in de loop der jaren aan deze richting heb bijgedragen. Ik stam uit de tijd dat het woord sport hier in dit huis niet in de mond genomen mocht worden. Dat was vloeken in de kerk. Het ging over de MO-P'er. Dat was hem. En gaandeweg, dat is ongeveer die dertig jaar geweest dat ik hier werk, is dat beeld veranderd. Ook onder druk van de werkelijkheid buiten. Nu kun je je met hand en tand verzetten tegen die ontwikkelingen, maar soms is het beter om ze maar te omarmen. Behoud wat je behouden wilt. Maar accepteer het wanneer je het niet behouden kunt. Af en toe heb ik subtiel geprobeerd te droppen dat de absolute exclusiviteit van leraar LO in de school op termijn niet te houden was. Gaandeweg werd dat meer bespreekbaar."

"Het is onvermijdelijk, en de buitenwacht vraagt dat ook van je, dat je sport ook langzamerhand gaat integreren in je vak. In de periode Gert van Driel is daar eigenlijk voorzichtig mee begonnen. Ook al had hij het er, als goed leerling van Oene Loopstra, best wel moeilijk mee. Nu in de periode met Jan Rijpstra, die veel meer een exponent is van de sport, neemt de integratie een vlucht. Ik denk dat het goed is dat deze weg wordt ingeslagen, en dat lichamelijke opvoeding en sport in een adem worden genoemd. Ik denk dat het vak voor de langere termijn zo ook meer kansen heeft."

Gevaar

"Maar, daar zit tegelijkertijd ook een gevaar aan. Uiteindelijk moet het terecht komen in de goede balans. Het is aan de KVLO ervoor te zorgen dat die balans nu niet doorslaat naar de andere kant. Kijk uit dat bewegen in de school straks niet uitsluitend in de recreatieve sfeer gaat belanden. Er zijn mensen in het onderwijs die, al was het maar om financiële redenen, daar helemaal geen probleem mee zouden hebben. Ik ben op dat punt ook niet helemaal zeker van partners als NOC*NSF. Daarom is een van de belangrijke opdrachten voor de KVLO in de aankomende tijd: bewaken dat ons vak sowieso onderwijs, dat wil zeggen een 'leervak' blijft."

Je bent nog veel te jong om achter de geraniums te zitten wat zijn je plannen voor de toekomst?

"Ik ga weer terugvallen op mijn oude stiel en weer wat zaken op individueel rechtspositiegebied doen. Maar niet te veel want ik wil ook ruimte en vrije tijd krijgen om andere dingen te gaan doen. Ik wil steden gaan bezoeken en erop uittrekken; mijn eega en ik houden erg van bergwandelen. Wel heb ik met Jilles Veenstra afgesproken dat ik voorlopig nog even met hem in het bestuur van het Vervangings- en Participatiefonds blijf zitten. Jilles kan zich dan gemakkelijker inwerken."

Heb je in Jilles een goede opvolger?

"Ja, hij loopt inmiddels al een tijdje mee. En ik merk dat hij in het circuit gewaardeerd wordt. Hij is in goed ingevoerd in de materie, en kan met iedereen goed uit de voeten. Dat is belangrijk. Wel is het spijtig dat hij dat voorzitterschap niet als KVLO-representant maar als voorzitter van de NVOP gaat doen. We hadden het net over het bezet-



Afscheid

ten van sleutelposities. Dit is er een voorbeeld van dat de nieuwe KVLO er kennelijk toe neigt dit niet meer zo belangrijk te vinden."

Is er een vraag die je verwacht had maar die niet gesteld is?

"Of het vroeger beter was dan nu.' Het antwoord is nee. Maar het was wel heel anders. We zijn van kleinschalig naar behoorlijk grootschalig gegroeid. Dit houdt in dat het vroeger intiemer was, en bourgondischer. De KVLO was een club van allure, van stijl. Tijdens etentjes was jasje, dasje en dames in jurk vanzelfsprekend. En daar houd ik wel van. Mijn vader die ook uit het onderwijs kwam zei dat gymnastiekers de lieden waren met de grijze broeken en de blauwe blazers met stropdas of de choker. Als je het beeld ziet van de algemene vergadering van nu, dan is het duidelijk dat het beeld heel erg gewijzigd is. Het hechte van het gezelschap is wel gebleven. Dat heeft met name gemaakt dat ik dertig jaar ben gebleven. Er dienden zich kansen aan mijn vleugels naar elders uit te slaan. Maar de ruimte die kreeg om mijn dingen te doen, en de sfeer binnen de club vormden de reden dat ik dat niet heb gedaan. Ik heb me binnen de KVLO altijd heel erg prettig gevoeld."

En waarom die organisatiegraad van de KVLO zo hoog is? Vast en zeker heeft dat te maken met het feit dat het vak in een zekere regelmaat in de vuurlinie kwam te liggen, en dat altijd met succes door de KVLO de verdediging is gevoerd."

Daarnaast geldt voor mij dat we hier kunnen werken op een unieke locatie. Ik heb ooit tijdens een CAO-VO-overleg, dat plaatsvond in een steriel kantoorpand, de partijen uitgenodigd om bij ons te vergaderen. Aldus geschiedde, en dat bleef zo. Zo'n mooi open pand, in zo'n fraaie tuin. Niks opgesloten op een verdieping, maar ruimte!

Al met al is de conclusie dat de KVLO een unieke club is, die z'n zaken voortreffelijk voor elkaar heeft."

Harry Evers heeft op 10 december in het openbaar afscheidgenomen tijdens de algemene wintervergadering in Antropia in Driebergen (waar hij werd geridderd) en op 16 december van zijn collega's in Zeist. We wensen hem het allerbeste. ◀

Master of Sports

Vergroot je kwaliteiten

Met MasterClass door dr. Joost Oomen

Fontys Sporthogeschool start in september 2012 wederom met de **NVAO geaccrediteerde** opleiding Master of Sports.

Deze Master legt het accent op toegepast onderzoek. De opleiding kent naast het basisdeel twee mogelijkheden tot specialisatie:

Education en Health.

De twee-jarige opleiding wordt in deeltijd aangeboden op vrijdagmiddag en -avond.

Lerarenbeurs

Voor deelnemers uit het onderwijs biedt de lerarenbeurs uitkomst. Met het geld uit de beurs wordt een groot deel van de kosten betaald en in de meeste gevallen ook de vervanging op uw onderwijsinstituut.

Geïnteresseerd?

Kom naar de informatieavond op vrijdag **27 januari** van 18.45-21.00 uur bij Fontys Sporthogeschool in Tilburg.

MasterClass

Dr. Joost Oomen, docent aan de Master of Sports zal een compacte MasterClass verzorgen tijdens deze informatieavond. Niet alleen interessant maar ook een uitgelezen manier om een beeld van het niveau en de inhoud van deze Master te krijgen.

Docenten

De Master of Sports heeft aansprekende docenten aan zich weten te binden. Naast het sterke basisteam onder leiding van lector dr. Lars Borghouts, worden de colleges onder meer verzorgd door Paul de Knop (rector Universiteit Brussel en erkend sportsocioloog), Mark van den Heuvel (lector Sporteconomie) en gastspreker Marcel Wintels (voorzitter KNWU en Fontys Hogescholen).

Voor meer informatie, aanvragen van een brochure of het aanmelden voor de informatieavond, ga naar

www.masterofsports.nl

**DENK
GROTER**



Sporthogeschool



Sociale veiligheid in de gymzaal

Wat doe je als een leerling zich misdraagt tijdens de les? Je hebt hem of haar al op de bank laten zitten maar het storende gedrag gaat door. Zo erg dat je hem of haar de zaal uitstuurt om zich elders te melden. Scheld- en vechtpartijen komen ook voor.

Door: mr. Henny Koelewijn

W

We lezen in de krant dat het gedrag van leerlingen moeilijker wordt; wij horen veel verhalen. Zorg dat er op school over gesproken wordt; neem met elkaar door wat je kunt doen. Zorg dat het noodzakelijke lichamelijk contact functioneel is en niet misverstaan kan worden.

Helaas komt het zo nu en dan tot een klacht van leerling en ouders. Bijvoorbeeld omdat twee vechtende leerlingen uit elkaar gehaald worden en er vervolgens geklaagd wordt dat er een klap is uitgedeeld door de (gym)leraar. De school behoort onmiddellijk uit te zoeken wat er gebeurd is, want een klap of ander fysiek geweld is niet toegestaan. Daar heeft de Landelijke Klachtencommissie zich al vaker over uitgesproken. Vooral als de betreffende leerling zijn agressieve gedrag al heeft gestaakt, is er geen reden voor een klap of ander niet noodzakelijk lichamelijk contact.

We horen weleens dat de leerling die een klap kreeg, per ongeluk op de verkeerde plek stond of tegen de arm van de betreffende leraar aanliep toen deze ingreep in een vechtpartij. Dat zou kunnen, maar je kan je voorstellen dat de school precies wil weten hoe en wat er gebeurd is en dat de versies van het gebeuren uiteen kunnen lopen. Zorg dat je een dergelijke situatie vermijdt; probeer met elkaar oplossingen te bedenken of eens te oefenen hoe te handelen in

dergelijke situaties. Wees voorzichtig met het verwijderen van leerlingen, want we horen regelmatig dat de klacht is dat de leerling te hardhandig is verwijderd. Voorkom dergelijke klachten.

Wees creatief; haal niet iemand hardhandig van een luchtkussen, maar laat het kussen leeglopen. Pak de leerling niet hardhandig vast; laat je niet uit de tent lokken door ook te gaan schelden. Blijf rustig; leg desnoods de les stil. Vraag hulp aan een collega; als je alleen in de gymzaal bent, zorg dan dat je een telefoon binnen handbereik hebt en dat je altijd iemand kunt bellen in noodsituaties. Wacht op hulp en probeer de situatie niet verder te laten escaleren.

Dat is vooral van belang omdat de ervaring leert dat het hard aankomt als je geschorst wordt lopende het onderzoek. Soms blijft het bij een tijdelijk time-out, waarbij je gedurende een korte periode niet hoeft les te geven totdat er meer duidelijkheid is over de klacht. Je werkgever/het bestuur behoort ook goed voor jou te zorgen. Onderdeel daarvan is meestal een klachtenprocedure. Je zult onmiddellijk geïnformeerd worden bij een klacht; je hebt recht op hoor en wederhoor. Maar preventief kan het geen kwaad om eens te vragen gezamenlijk stil te staan bij moeilijke situaties. Vooral in het basisonderwijs, waarbij de vakleerkracht meestal alleen werkt

is het goed met het hele team in gesprek te gaan. Op het schoolplein of in het klaslokaal komen ook wel een ruzies en vechtpartijen voor. Als je samen afspraken maakt, geeft dat duidelijkheid voor iedereen.

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: irp@kvlo.nl en op telefoonnummer 030 693 7678. ◀



FOTO: ANITA RIEMERSMA



Praktijk katern



Nummer

11

Jaargang 99 - 23 DEC. 2011

Lichamelijke Opvoeding

'Gymen in de grote gymzaal'

**KNLTB schooltennis is
vernieuwd**

Sport@School

Wij krijgen voetballes

Basketbal

'Gymmen in de grote gymzaal'

Een nieuwe methode bewegingsonderwijs voor kleuters

'Bewegingsonderwijs voor kleuters is moeilijk om te geven!' 'Kleuters in de gymzaal? Dat kan toch helemaal niet?'. Een goede leerkracht wil dat zijn leerlingen de kans krijgen zich te ontwikkelen. Met behulp van de nieuwe methode 'Gymmen in de grote gymzaal' worden vragen zoals bovenstaande beantwoord; nieuwe ontwikkelingskansen voor kleuters zijn nu echt binnen handbereik. In dit artikel wordt ingegaan op de mogelijkheden die gymmen in de grote gymzaal met zich mee brengt.

Door: Joost Brandt en Harry van der Meer

De methode *Gymmen in de grote gymzaal* is ontwikkeld om leerkrachten van groep één en twee de mogelijkheid te bieden veelzijdige, verantwoorde, intensieve, leerzame, maar bovenal leuke gymlessen te verzorgen voor hun leerlingen.

De methode kan worden onderverdeeld in twee delen:

- theoretisch deel
- praktisch deel.

In dit artikel zal worden ingegaan op beide delen.

Ontwikkeling

In de loop der jaren is er veel kwalitatief goede literatuur ontwikkeld op het gebied van bewegingsonderwijs. Deze literatuur is meegenomen in de ontwikkeling van *Gymmen in de grote gymzaal*. Daarnaast is binnen de beroepspraktijk onderzocht waar behoefte aan is en waar tegenaan wordt gelopen bij het verzorgen van bewegingsonderwijs voor kleuters.

Hieruit is gebleken dat er onder andere aange-
lopen wordt tegen:

- klaarzetten materialen
- nieuwe leerlingen in de klas
- niveaoverschillen bij leerlingen
- verdeling van de negen beweegmomenten per week
- ...



Een zaaloverzicht van één van de lessen uit *Gymmen in de grote gymzaal*.



Dit meisje is vandaag voor het eerst en kijkt nog even mee.



Help elkaar beter worden.

Verder is gevraagd waar leerkrachten behoefte aan hebben bij een methode bewegingsonderwijs voor kleuters:

- duidelijkheid en structuur
- ondersteunend beeldmateriaal
- extra handen tijdens de les.

Al deze punten zijn meegenomen bij de ontwikkeling van de *Gymmen in de grote gymzaal*. Dit heeft erin geresulteerd dat de methode, zoals hij is, geschikt is voor groepsleerkrachten, vakleerkrachten bewegingsonderwijs, studenten aan de Pabo, ALO en het Cio en combinatiefunctionarissen.

Les 1	1 Over banken lopen en klimraam klimmen	2 Diepspringen en klimmen	3 Diepspringen en hordeloop	4 Stormbaan
Les 2	1 Vos kom uit je hol!	2 Over banken lopen en klimraam klimmen	3 Diepspringen en klimmen	4 Diepspringen en hordeloop
Les 3	1 Stuiteren en mikken	2 Vos kom uit je hol!	3 Over banken lopen en klimraam klimmen	4 Diepspringen en klimmen
Les 4	1 Koprol op schuine dikke mat	2 Stuiteren en mikken	3 Vos kom uit je hol!	4 Over banken lopen en klimraam klimmen

Theoretisch deel

Belangrijke doelstellingen

Er wordt vanuit gegaan dat bewegingsonderwijs een planmatige bijdrage moet leveren aan de bewegingsontwikkeling van kinderen. Binnen de planmatige bijdrage die *Gymmen in de grote gymzaal* beoogd te zijn worden een aantal doelstellingen centraal gesteld:

- het bevorderen van intrinsieke motivatie ten opzichte van bewegen
- het bevorderen van meervoudige deelname bekwaamheid
- het bevorderen van sociale omgang met anderen waarbij onderlinge verschillen worden gerespecteerd
- het bevorderen van intensief en veilig bewegen.
- Het overkoepelende doel van genoemde doelstellingen is het integreren van bewegen in de actieve leefstijl van kinderen.

Motto's

Om doelstellingen op verantwoorde wijze te vertalen naar een voor leerlingen begrijpbare taal is het functioneel om te werken met motto's. De motto's die worden gebruikt binnen het bewegingsonderwijs zijn:

- 'Niets moet, alleen je best doen'
- 'Van proberen kan je leren'
- 'Help elkaar beter worden'
- 'Gymmen is één groot feest!'

Praktisch deel

Werkwijze

Hetgeen wat als rode draad door de gehele methode loopt is de unieke werkwijze. Aan de hand van deze werkwijze zijn herhaling en vernieuwing van bewegingsactiviteiten met elkaar in balans. Dit zorgt ervoor dat kinderen volop de kans krijgen zich te ontwikkelen aan de hand van de zone van naaste ontwikkeling.

Het systeem werkt als volgt. Elke les bestaat uit vier bewegingsactiviteiten waarvan er steeds één nieuw is. De drie andere acti-

viteiten zijn nog bekend uit de voorgaande les. Ter illustratie is een deel van de planning weergegeven.

Zoals in het schema te zien is komen alle activiteiten vier keer aan bod. Wanneer dit is gebeurd maken ze plaats voor een nieuwe

»



Zet pylonen achter de turnmat, zodat deze minder snel omvalt.



Het klimraam op deze foto is op iedere gewenste hoogte vast te zetten. Voor leerlingen van groep 1 en 2 wordt een maximale hoogte van 2,5 meter geadviseerd in verband met hun belastbaarheid.



De wieltes van de bank altijd aan de hoge kant.

Observatieformulier "Gymmen in de grote gymzaal" H. van der Meer en J. Brandt www.grotegymzaal.nl					
5. Wendsprong over kast (leerlijn springen)		observatiedatum: - - 20 - - 20 - - 20 - - 20			
Niveau 1: zet handen en voeten op de kast. Niveau 2: zet handen en 1 voet op de kast. Niveau 3: zet alleen handen op de kast. Niveau 4: idem niveau 3 en benen bij elkaar.					
Benodigd materiaal:					
3x hank 2x turnmat 1x drie delen kast 4x rubberen handjes of krijtje. 1x pylon					
School:					
Leerkracht:					
Groep:					
Naam leerling:	meting 1 ^e 2 ^e 3 ^e 4 ^e				Opmerkingen:
Voorbeeld: Joost	2	2	4	—	Land goed op de voeten. Geen afzet met twee benen. Durft veel meer goed afzet en landing. (De kleuren corresponderen met de dam rechtsboven).
1.					
2.					
3.					
4.					

Observatiesysteem

Om het niveau van elke individuele leerling in kaart te brengen is in Gymmen in de grote gymzaal een observatiesysteem ontwikkeld. De tien observatieformulieren komen overeen met tien leerlijnen uit het basisdocument. Alle leerlijnen zijn in het observatieformulier vertegenwoordigd behalve 'Bewegen op Muziek' en 'Hardlopen'.

In de methode worden suggesties gedaan over observeren en registreren. De leerkracht wordt echter allerm minst de les gelezen en behoudt volledig zijn vrijheden om eigen keuzes te maken.

De opbouw van een les

De in het totaal 22 lessen uit *Gymmen in de grote gymzaal* zijn allemaal volgens een vast stramien opgebouwd. Bij deze opbouw is getracht de leerkracht zoveel mogelijk duidelijkheid en structuur te bieden.

Elke les bevat een overzichtelijke plattegrond waarop te zien is hoe alle materialen moeten komen te staan. Ook worden er middels foto's met tekstuele ondersteuning tips voor bij het klaarzetten gegeven. Deze tips zijn doorgaans handigheidsjes of richten zich op de veiligheid van de organisatie.

Nadat door middel van de plattegrond en foto's duidelijk is gemaakt hoe de organisatie het best kan worden opgebouwd, worden centrale doelen gesteld voor de betreffende les. Deze doelen zijn onderscheiden in 'Doelen voor de leerkracht' en 'Doelen voor de leerling'.

Wanneer de doelen zijn beschreven wordt begonnen met de uitleg van de daadwerke-

bewegingsactiviteit. Zo zijn er in het totaal 21 bewegingsactiviteiten die worden onderverdeeld in twintig lessen. Naast deze twintig lessen zijn er nog twee themalessen ontwikkeld. De zogeheten Pietengymles en een Apenkooigymles.

Leerkrachten die reeds met de methode hebben gewerkt geven aan dat ze dit systeem prettig vinden werken. Een aantal redenen staat hieronder vermeld:

- kinderen worden nooit overladen met nieuwe informatie
- door de herhaling van de activiteiten krijgen kinderen de kans om zich in een volgende les te verbeteren
- er dient slechts weinig tijd aan uitleg te worden besteed vanwege het feit dat iedere les drie van de vier vakken al bekend zijn
- de herkenning die bij leerlingen zal optreden bij de drie reeds bekende activiteiten werkt zelfvertrouwen in de hand.

Het enige moment dat de leerlingen te maken krijgen met vier nieuwe bewegingsactiviteiten is de allereerste keer dat de methode wordt gebruikt. Om deze reden is ervoor gekozen om in de bewegingsactiviteiten van de eerste les telkens hetzelfde bewegingsprobleem centraal te laten staan, zie opstelling les 1.

Niveaus

Omdat herhaling en vernieuwing van bewegingsactiviteiten binnen het systeem hand in

hand gaan is het belangrijk dat er voldoende wordt gedifferentieerd. De doelgroep, leerlingen van vier tot zes jaar, is er sowieso één die, gezien de grote niveauverschillen, behoefte heeft aan differentiatie.

Om deze differentiatie te kunnen bieden is ervoor gekozen om bij alle bewegingsactiviteiten vier niveaus te beschrijven.

Niveau twee en drie worden gezien als startniveau. Niveau één doe je wanneer twee nog te moeilijk is en niveau vier mag alleen worden uitgevoerd wanneer de docent hier toestemming voor geeft.



De 'Tips voor bij het klaarzetten'. Ondersteund door foto's.

Les 1	1 Diepspringen en klimmen	2 Diepspringen en hordeloop	3 Vos kom uit je hol!
Les 2	1 Stuiteren en mikken	2 Diepspringen en klimmen	3 Diepspringen en hordeloop
Les 3	1 Chinese muur	2 Stuiteren en mikken	3 Diepspringen en klimmen
Les 4	1 Gooien en vangen	2 Chinese muur	3 Stuiteren en mikken

lijke bewegingsactiviteiten. Eerst een inleiding, deze bevat elke les een klassikaal spel, en vervolgens de beschrijving van de vier bewegingsactiviteiten.

Ondersteunend beeldmateriaal.

Van alle bewegingsactiviteiten zijn video's gemaakt. Deze beelden kunnen de docent nog meer inzicht geven over de gebruikte materialen en de bedoeling van de activiteit, ook worden de vier niveaus in deze video's apart behandeld. Om de uitlegtijd verder te reduceren is het ook mogelijk om de geproduceerde video's alvorens de les begint aan de klas te tonen op het digitale schoolbord in de klas.

Alternatieve opstelling

Om ervoor te zorgen dat de methode, zoals deze beschreven is, in elke gymzaal te gebruiken is, zijn alle lessen ontworpen voor twee, sterk van elkaar verschillende, gymzalen. In de zogeheten 'alternatieve opstelling', die aan het einde van elke les is toegevoegd, zijn suggesties gedaan over hoe dezelfde bewegingsactiviteiten kunnen worden uitgevoerd met ander materiaal. De alternatieve opstelling bestaat uit een plattegrond en foto's met onderschrift. De alternatieve opstelling van les 1 is hier toegevoegd.

Vertaling naar het speellokaal

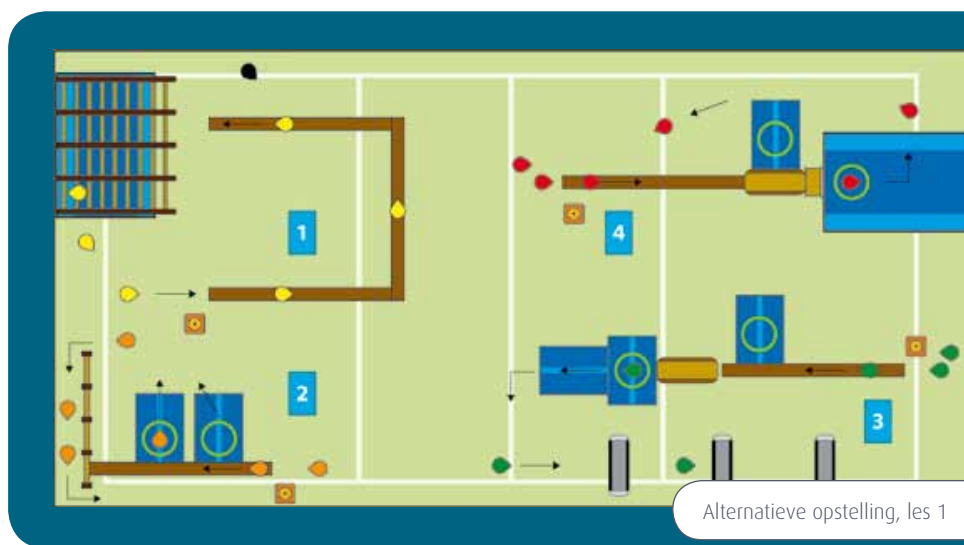
Er is heel bewust voor gekozen om deze methode te ontwikkelen voor in de gymzaal. Dit is gedaan omdat er naar onze ervaring steeds meer leerlingen uit groep één en twee de mogelijkheid krijgen om in de gymzaal te bewegen. Daarnaast is het ook ons streven dat deze leerlingen de mogelijkheden die de gymzaal biedt ervaren. Uiteraard zijn wij ons er wel van bewust dat er situaties denkbaar zijn waarbij het niet haalbaar is om bewegingsonderwijs aan te bieden in de gymzaal.

Daarom is ervoor gezorgd dat de lessen te vertalen zijn naar het speellokaal. Het systeem blijft hetzelfde alleen wordt er nu in drie vakken gewerkt in plaats van in vier.

Introductie en aanschaf van de methode

Wanneer u wilt dat de methode bij u op school wordt geïntroduceerd zijn Joost Brandt en Harry van der Meer (auteurs) bereid om dit

Harry van der Meer is een zeer ervaren docent bewegingsonderwijs in Bennebroek. Afgestudeerd in 1977: Pedagogische Academie, Heemstede, in 1979 Acte 'J', Haarlem, in 1982 Academie Lichamelijke Opvoeding (SPALO), Utrecht, in 1986 postacademiale cursus tennislicentie 'A' Amsterdam, in 1994 Opleiding MRT van de KVLO, Utrecht. Ook bekend van: vakwerkplan 'De Lesbrieven'.



Alternatieve opstelling, les 1

te doen. Hiervoor kunt u via email contact met hen opnemen. De methode kan ook worden aangeschaft via hen. Wanneer wat meer informatie gewenst is kan worden gekeken op de website van *Gymmen in de grote gymzaal*: www.groategymzaal.nl.

Over de Auteurs

Joost Brandt studeerde in juli 2011 af aan de Academie voor Lichamelijke Opvoeding in Amsterdam en volgde daar de minor 'Bewegen en Projectmanagement'. Het ontwikkelen van de methode *Gymmen in de grote gymzaal* was voor hem zijn afstudeeropdracht. Het onderzoek wat hieraan vooraf ging is via email op te vragen.

Een methode bewegingsonderwijs voor de groepen 3 t/m 8. Voor meer informatie zie: www.delesbrieven.nl.

Referenties

- Berkel van, M., Consten, A., Danes, H., Geleijnse, J., Gref van der, M., Hazelebach, C., et al. (2006). *Basisdocument Bewegingsonderwijs*. Zeist, Jan Luiting Fonds.
- Berkel van M., Danes H., Van Dijk S., Geleijnse J., Hazelebach C., Hofman N., et al. (2007). *Perspectieven op bewegen: Didactiek bewegingsonderwijs voor de basisschool*. Zwolle, 't Web.
- Brandt J., Meer van der H, (2011) *Gymmen in de grote gymzaal: methode bewegingsonderwijs voor groep 1 en 2*. Amsterdam, SWP. ❏

Contact:

joostbrandt@hotmail.com
meerharryvander@gmail.com

KNLTB

schooltennis is vernieuwd

Al ruim 25 jaar biedt de KNLTB tennis op basisscholen aan. Jaarlijks maken hier 1500 scholen gebruik van en dat is goed voor tienduizenden kinderen! Na al die jaren zijn de schooltennismaterialen rigoureus herzien en sluiten ze naadloos aan bij de nieuwste didactische en pedagogische inzichten op het gebied van bewegingsonderwijs. Het bijzondere van deze materialen is dat ze ook lessen bevatten voor op de tennisvereniging, na school en op de buitenschoolse opvang.

Door: Gaby Kuijpers, Chris Hazelebach

Les 1 en 2 Station 2: Ballonrally
Onder schooltijd, groep 3-4, groep van 30 leerlingen

Doel

- Ontwikkelen van de oog-handcoördinatie.
- Ervaring opdoen met een rally.

Rally

Organisatie

- De kinderen werken in tweetallen op een veld, in de vrije ruimte.
- Er wordt gespeeld met een ballon.

Arrangement

- 1/6 gymzaal;
- 3 opgeblazen ballonnen (+ reserve);
- Eventueel een net;
- Eventueel rackets;
- Eventueel 3 ballonzakken.

Ballonrally

Beide kinderen proberen de ballon met de hand naar elkaar over te slaan.

Opdracht

De kinderen werken in tweetallen op een veld, in de vrije ruimte



Illustraties 1: Groep 3-4 ballon rally

Les 1 en 2 Station 1: Slaan, (ont)vangen en (aan)gooien
Op school, groep 5-6, 30 leerlingen in de gymzaal

Doel

- Ontwikkelen van de basislagen (forehand en backhand).
- Inschatten van een aankomende bal (timing).

Timing

Organisatie

- Kinderen werken in tweetallen op 1/8 zaal.
- Een tweetal wacht.
- Een kind heeft het racket, de ander de bal.
- Beide kinderen nemen plaats op vijf meter van het net (bepaalde lijn aanwijzen).

Arrangement

- 2 ballen (1 bal per tweetal);
- 2 rackets (1 racket per tweetal).

Slaan, (ont)vangen en (aan)gooien

- Het kind met de bal gooit onderhands in de richting van het kind met racket.
- Het kind met het racket slaat de bal met de forehand of backhand terug naar de gooiër.
- De gooiër vangt de bal en gooit weer aan.
- Na tien keer gooien wisselen van functie en een plek doorschuiven als tweetal.

Opdracht

Het kind met de bal gooit onderhands in de richting van het kind met racket.



Illustratie 2: Groep 5-6 slaan, ontvangen gooien

De nieuwe schooltennismap en website zijn niet alleen een lust voor het oog. 'De lessen zijn duidelijk omschreven en geïllustreerd met foto's,' vertelt projectleider Marjan Begemann van de KNLTB enthousiast. 'In samenwerking met de Stichting Leerplanontwikkeling zijn tennisactiviteiten ontwikkeld die aansluiten bij de visie van de KNLTB op het gebied van lesgeven aan jonge kinderen en bij de huidige didactische en pedagogische inzichten met betrekking tot het onderwijzen aan basisschoolleerlingen. De oefenstof is geschikt voor kinderen vanaf groep 3 en zelfs een leerkracht zonder tenniservaring kan de lessen eenvoudig verzorgen tijdens de gymuren!'

Tennis in bewegingsonderwijs

In de beschreven tennislessen is een klas met dertig leerlingen aan de slag in de gymzaal. In vijf groepjes voeren zij allerlei eenvoudige, maar uitdagende tennisactiviteiten uit. Bij de keuze van de activiteiten is zorgvuldig rekening gehouden met de beperkte speelruimte in een gymzaal en de geringe tennisvaardigheden van de kinderen. Door eenvoudige mik- en jongleerspelletjes leren de kinderen al doende beter om te gaan met bal en racket. 'Wat zo handig is,' legt Begemann uit, 'is dat de leerkracht in de map tips kan vinden om de activiteiten te vereenvoudigen of juist aan te passen aan de wat snellere leerling.' De map bevat lessen voor groep 3 en 4 en voor groep 5 en 6. De lessen van de laatste groepen kunnen makkelijk afgestemd worden voor leerlingen in groep 7 en 8 door de vele uitbouwsuggesties. Het is de bedoeling dat de kinderen twee keer de les in groepjes doen en dat de derde les wordt afgesloten met een vaardigheidscircuit of met een echt dubbeltoernooi. En ook die derde les staat helder omschreven in de nieuwe map.

Materialen

Wie de ontwikkelingen in de tennissport een beetje heeft gevolgd, weet dat de KNLTB al jaren trainingen aan tennisleraren geeft volgens het Tenniskids-principe. De lessen en de materialen zijn aangepast aan de allerjongste kinderen. 'De tennisbanen zijn kleiner,' legt Begemann uit, 'maar ook de rackets en de ballen zijn aangepast. De speciale ballen stuiten minder hoog en gaan langzamer. De kinderen hebben dus meer tijd om de bal te slaan en er ontstaan sneller rally's. De rackets passen bij de grootte van het kind.' En de projectleider van de KNLTB weet waar ze over spreekt want ze is zelf >>



FOTO: HENK KOSTEN

De kinderen en Joanneke en Cees zijn blij met de nieuwe materialen



Marjan Begemann met de BSO in actie op de club

3



Tennissen in schooltijd

4





FOTO'S: ARCHIEF-KNLTB, TENZU/ANDERS VERMELD

ook een vakleerkracht LO. Scholen die zelf onvoldoende rackets en ballen hebben om de lessen te geven, kunnen het schooltennispakket met de speciale materialen tegen een kleine onkostenvergoeding lenen van de KNLTB. In het pakket zitten zestien kinder-rackets, ballen, pylonen, diploma's en de lesmap. En wie het schooltennispakket tegen een aantrekkelijke prijs wil aanschaffen, vindt een aanbieding op de website van de KNLTB. Zo kunnen de tennisactiviteiten een vast onderdeel worden van de gymles.

Klas op de tennisbaan

En wat is er nu leuker voor de kinderen dan te tennissen op een echte tennisbaan! In de map staan lessen beschreven die geschikt zijn voor de tennisvereniging. Het uitgangspunt van deze lessen is dat de klas met de leerkracht naar een vereniging gaat waarbij de leerkracht samen met een tennistrainer of andere begeleider de les verzorgt. Marjan Begemann: 'De inhoud van de les verschilt niet veel met een les in de gymzaal, maar de organisatie is wel anders. Zeker voor tennistrainers die niet gewend zijn met een groep van dertig kinderen om te gaan, biedt deze map houvast om op de tennisbaan in groepjes te werken.' Zo ontstaat er een doorlopend aanbod van binnenschools naar buitenschools leren, sporten en bewegen.

Meer informatie

Op de website www.knlbtschooltennis.nl,

kunnen scholen, de buitenschoolse opvang (BSO) en de tennisvereniging informatie vinden over schooltennis. Tevens kan via de website een schooltennispakket geleend of gekocht worden en zijn tennisoefeningen te bekijken of te downloaden. Bovendien komen scholen en BSO's via de site gemakke-

lijk in contact met verenigingen in de buurt. Op deze manier wordt de mogelijkheid om samen te werken gemakkelijk gemaakt. De regiocoördinatoren lokale samenwerking van de KNLTB kunnen hierbij altijd ondersteuning bieden. **◀**

Over de lesmap

Alle lessen zijn op dezelfde manier beschreven en beginnen met een overzichtskaart en een lesplan. Daarna komen de werkstations aanbod die zijn verduidelijkt met foto's. Op de laatste pagina van de activiteit staan tips om de oefeningen te vereenvoudigen of juist wat complexer te maken. De lessen zijn geschikt voor leerlingen in groep 3 en 4 en groep 5 en 6. De uitbreiding bij de laatste groep is voor kinderen in groep 7 en 8. De activiteiten zijn voor vier verschillende situaties: onder schooltijd, na schooltijd, bij de tennisvereniging en bij de buitenschoolse opvang.

Tennisactiviteiten na schooltijd

De KNLTB biedt in deze map tevens lessen aan voor naschoolse activiteiten aan een kleine groep kinderen in de gymzaal of bij de BSO. Inhoudelijk lijken deze lessen op de schooltennislessen, maar er is meer ruimte en tijd. De opzet is weer twee lessen oefenen en afsluiten met een vaardigheidstest of een toernooi. De KNLTB ziet hiermee een goede kans om het tennis ook na schooltijd bij een groeiende groep kinderen te promoten.

Joanneke Jansen, vakleerkracht bewegingsonderwijs uit Arnhem is ontzettend blij met de nieuwe KNLTB schooltennismap: 'Kleine groepjes, veel activiteiten, voldoende materiaal en veel bewegen. Wat fijn is, is dat er weinig wachttijd is voor de kinderen. Het is natuurlijk heel erg vervelend als je een keer mag slaan en dat je dan tien minuten op de bank moet wachten. En dat is bij deze methode absoluut niet zo! Je hebt dertig kinderen tegelijk aan het sporten, zonder probleem!'



Het digitale 'plug and play' lespakket *Sport@School*

Sportoverstijgende thema's voor in de les,
sportlessen en een afsluitende sportdag

Vanaf het begin van dit schooljaar is het lespakket Sport@School gratis beschikbaar voor groeps- en vakleerkrachten in het (primair) onderwijs. Dit digitale lespakket dat in samenwerking met KlasseTV ontwikkeld is, is geschikt voor de groepen 5/6 en 7/8 en probeert een zestal theorie- en sportlessen inhoudelijk te koppelen.

Door: Jorg Radstake

Niet de sporten, maar juist sportoverstijgende thema's staan centraal, die uitermate relevant zijn voor de ontwikkeling van ieder kind. Zo worden de verschillende thema's als 'Lekker in je vel?' ingeleid door een praatplaat (voor groep 5/6) of door een video (voor groep 7/8) als 'opwarmertje'. Daarna kan de (groeps) leerkracht aan de hand van het voorgestructureerde lesblad, inclusief individuele en/of groepsopdrachten dieper op het thema ingaan. Natuurlijk kan de gymles op dezelfde dag en/of in dezelfde periode gaan over hetzelfde thema. Ook hiervoor zijn de lessen compleet uitgewerkt. Al met al een 'plug and play' concept waarin verschillende motieven om actief te sporten en bewegen op een

leuke en uitdagende wijze in het onderwijs gebracht worden.

Discrepantie of niet?

Vanuit de breedtesport- en BOS-impuls, maar ook binnen de Alliantie School&Sport en daaruit voortvloeiende combinatiefunctiegeling wordt steeds vaker geïnvesteerd in het structureel verbinden van sport en onderwijs. En dat is zeer positief te noemen! Nogal tegenstrijdig aan deze positieve ontwikkeling lijkt sport en bewegen bij de beleidsbepalers op de scholen voor primair onderwijs meer en meer naar de achtergrond te verschuiven. Taal, lezen en rekenen staan centraal, terwijl bewegingsonderwijs toch ook echt een

leervak is. Weliswaar van een ander karakter, maar waar leren alle kinderen anders (beter te) bewegen? Maar ook in samenwerking met de lokale verenigingen is een brede sportkennismaking-/oriëntatie van belang om ieder kind de kans te geven op zoek te gaan naar zijn/haar sport. De sport waar hij/zij het meeste plezier aan beleeft. Is dat ook geen (verlengde) doelstelling van het onderwijs?

Schoolactieve sportverenigingen als Sportstimulering 2.0

Op dit moment ondersteunen veel sportbonden hun verenigingen om schoolactief te worden en op lokaal niveau (meer) samen te (gaan) werken met het onderwijs (zie ook

LO4, 2010 en LO4, 2011). Naast (extra) verenigingsondersteuning, een mogelijke financiële vergoeding en deskundigheidsbevordering hebben veel van de betrokken bonden in samenwerking met de SLO sportkennismakingsmappen ontwikkeld. Deze zijn in eerste bedoeld om de verenigingen te helpen met het verzorgen van passend sportaanbod aan onderwijsgroepen, maar geven tegelijkertijd aan dat er een meer eenduidige visie bestaat tussen bewegingsonderwijs en sport aan onderwijsgroepen. Ons doel is dan ook om op lokaal niveau sportverenigingen en scholen te verbinden. Vanuit deze projectmatige samenwerking tussen sportbonden onder leiding van NOC*NSF is ook het lespakket Sport@School voortgekomen. Uniek in de samenwerking door sport(tak) overstijgend denken, waarin ook de verenigingen natuurlijk een grote(re) rol kunnen spelen (zie www.nocnsf.nl/sportenonderwijs).

Het lespakket Sport@School

Het is een multimediaal lespakket boordevol sportplezier voor de groepen 5 t/m 8, waarin sportoverstijgende thema's centraal staan (zie bijlage 1). Het bevat naast een uitgebreide handleiding onder meer praatplaten, video's, compleet uitgewerkte theorie- en sportlessen en een draaiboek voor een (echte) sportdag. Daarnaast is er een schat

aan bronmateriaal van tien verschillende sportbonden met bijvoorbeeld extra videomateriaal, sportlessen en achtergrondinformatie in tekst en beeld. Natuurlijk sluit dit lespakket ook naadloos aan bij de verplichte kerndoelen en is rechtstreeks te vinden via www.klasstetv.nl/sportschool en is -na (gratis) aanmelding- ook helemaal gratis beschikbaar. »

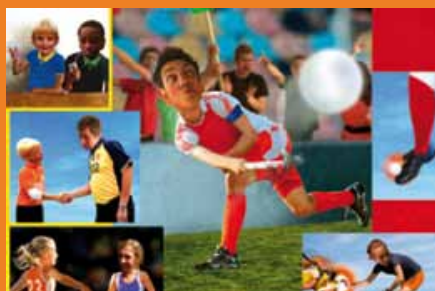
Introductie door groepsleerkracht

Je laat een gele en een rode kaart zien. Vraag de kinderen of iemand weet wat deze kaarten betekenen. Leg uit dat de gele kaart niet in elke sport hetzelfde betekent. Veel kinderen kennen gele en rode kaarten waarschijnlijk wel van het voetbal. Een gele kaart is in die sport een waarschuwing en een rode kaart betekent definitief het veld uit. Ook bij handbal en rugby betekent rood: definitief het veld verlaten. Lang niet bij alle sporten geeft de scheidsrechter een kaart als straf op een overtreding. Er zijn sporten waarbij een tijdstraf geldt: bij bijvoorbeeld basketball, waterpolo en ijshockey mag een speler een tijdje niet meer meedoen. Hij moet dan even op 'het strafbankje' zitten.

Kern praatplaat en rollenspel

De leerlingen kijken klassikaal naar de praatplaat. Daarna maakt elke leerling individueel opdracht 1 op het werkblad. Opdracht 2 bereidt de leerlingen voor op een rollenspel. Het rollenspel spelen ze in groepjes.

Opdracht 1



- wat zie je op de praatplaat voor sportief gedrag?
- wat is niet sportief?
- heb jij weleens meegemaakt dat iemand niet sportief was bij het sporten, de gymles of op het schoolplein?
- en heb je weleens meegemaakt dat iemand juist wel sportief was?
- moet je ook sportief zijn als je op het schoolplein een spel speelt? Waarom?

Opdracht 2

Op het werkblad is een rollenspel in groepjes van vier of vijf leerlingen. Elk groepje kiest een omschrijving van een situatie uit die ze gaan uitbeelden. Er zijn negen situaties (zie twee voorbeelden hieronder) omschreven, die worden niet allemaal uitgespeeld. Sommige situaties zijn eerlijk en sportief, andere juist niet. Dat moet in de toneelstukjes terug te zien zijn. Elk toneelstukje mag maximaal twee minuten duren. De groepjes mogen tien minuten oefenen. De kinderen laten de toneelstukjes aan elkaar zien. De kinderen letten bij elkaar op wat ze zien: is het sportief en respectvol of juist niet? Na elk toneelstukje bespreekt u dit na. Herkennen de leerlingen de sportieve en onsportieve situaties? Vraag bij de onsportieve situaties ook aan de leerlingen hoe je het wel sportief kunt oplossen.

Toneelstukje 1

Een paar kinderen uit een team hebben net een volleybalwedstrijd gespeeld. Ze gaan naar huis. Een kind komt thuis en zijn/haar zus vraagt: 'Heb je gewonnen?' en 'Met hoeveel?'. 'Speelde dat meisje met die paardenstaart mee bij de tegenstander? Die is slecht hè?' Kind geeft antwoord. Moeder vraagt: 'Hoe was je wedstrijd?' Kind geeft antwoord.

Toneelstukje 2

Twee teams spelen een hockeywedstrijd. De wedstrijd is afgelopen. De spelers geven elkaar een hand, de verliezers feliciteren de tegenstander met de overwinning. De spelers halen hun spullen op in de kleedkamer. Daarna gaan ze naar het clubhuis. Alle spelers drinken limonade met hun eigen team en met de tegenstander. Eén kind is jarig. Hij trakteert zijn teamgenoten en ook de tegenstanders.

les	thema
1	Sport is fun!
2	Sportiviteit en respect
3	Lekker in je vel?
4	Trots en sterk
5	Samen ben je sterk
6	Jouw sport in de buurt

Bijlage 1: de sportoverstijgende thema's



Contact:

Jorg.Radstake@noc-nsf.nl

Op onze website is een introductiefilmpje te zien. Ga naar kvlweb.nl.

Een theorieles: sportiviteit en respect (les 2, groep 5/6)

Elke theorieles, die volledig voor de groepsleerkracht uitgewerkt is, bestaat uit een korte introductie van het thema. Daarna

moeten de kinderen in de kern op hun voorgestructureerde lesblad verschillende opdrachten maken om zelf (nog) actiever met het thema bezig te zijn. Natuurlijk wordt elke les afgesloten met een korte terugblik op het behandelde thema. Ook is er voldoende achtergrondinformatie beschikbaar, zodat de groepsleerkracht voldoende knowhow heeft

om met het thema aan de slag te gaan. Hieronder volgt een voorbeeld van de theorieles voor groep 5/6 met als thema 'Sportiviteit en respect'.

Een kant-en-klaar voorbeeld van een sportles

Samen ben je sterk (les 5, groep 5/6)

Ook is er binnen dit lespakket per thema een sportles (per leeftijdsgroep) uitgewerkt. Deze sportlessen sluiten dus aan bij de in de theorieles behandelde thema's. Dat betekent dat niet de verschillende sporten, maar juist het thema centraal staat en dat daarvoor

Schrijf als herinnering voor de leerlingen op het bord:

Bij de toneelstukjes letten op:

- wat is sportief?
- wat is onsportief?
- hoe kun je het wel sportief oplossen?

Sportieve situaties zijn:

- voor en na de wedstrijd de scheidsrechter en de tegenstanders een hand geven
- vragen: Hoe was je wedstrijd? Heb je plezier gehad? Waren er weinig overtredingen?
- complimenten geven aan je teamgenoot
- tegenstander na afloop feliciteren met de overwinning en/of bedanken voor het spelen van de wedstrijd
- je bij een spel op het schoolplein aan de spelregels houden.

Onsportieve situaties zijn:

- klagen bij de scheidsrechter
- schelden
- roepende ouders langs de lijn
- vragen: wie is het slechtste van je team/ tegenstander? Of: heb je de tegenstander ook pijn gedaan?
- je bij een spel op het schoolplein niet aan de spelregels houden
- in de klas anderen afleiden tijdens een toets.

Afsluiting

Besprek kort opdracht 1 van het werkblad. Vat de les samen en controleer of de leerdoelen gehaald zijn. Snappen de leerlingen dat sportiviteit en respect belangrijk zijn?

Complimenten geven is ook een vorm van respect tonen. We houden daarom nu een complimentenkring. De leerlingen pakken hun stoel op en gaan zitten in de kring. Iedereen verzint een compliment voor het kind naast zich. Een compliment is altijd positief en gaat over het kind zelf. Complimenten zijn bijvoorbeeld: jij helpt andere kinderen met rekenen, je kan goed voorlezen, je bent aardig want ik mag altijd jouw gum lenen.

Achtergrondinformatie

Sporten geeft veel plezier. Veel kinderen vinden het leuk om wedstrijden te spelen. Natuurlijk wil je graag een wedstrijd winnen. Maar strijd doe je altijd met respect voor de tegenstander. Zowel vooraf als na afloop geef je elkaar een hand. Het is niet het belangrijkste om te winnen, maar om samen plezier te hebben in je sport. Vraag na een wedstrijd liever: 'Hoe was je wedstrijd?' dan 'Heb je gewonnen?'. Sportief, eerlijk spel, gaat over respect hebben voor elkaar. Ook als iemand anders fouten maakt. De scheidsrechter maakt ook wel eens een fout, ook dan moet je de beslissing accepteren. Het heeft te maken met fatsoen en geldt niet alleen in de sport, maar ook daarbuiten, zoals in de klas, op het schoolplein, op een trapveldje of een basketballpleintje. Als je met respect sport, wint iedereen. Respect is overigens een mooi voorbeeld van de maatschappelijke functie die sport uitoefent. In deze tijd staat eerlijkheid en respect niet bij iedereen vanzelfsprekend hoog in het vaandel.

We vinden dit terug op allerlei vlakken, van de landelijke (en Europese) politiek tot het spelende kind op straat dat geen ontzag heeft voor de politieagent. Sport kan bijdragen om vervlakking van waarden en normen in de samenleving tegen te gaan. Het onderwijs speelt hierin natuurlijk ook een rol. Binnen de lessen in de klas, bij de gymles en in de pauze op het schoolplein vinden dagelijks meerdere conflicten plaats. Als het goed is, leren de leerlingen dan om ondanks het verschil in inzicht vervolgens toch respectvol met de ander om te gaan. Oftewel: je kunt het best met elkaar oneens zijn, maar daarna praat je het uit, geef je elkaar een hand en heb je weer (een beetje) respect voor elkaar. Veel kinderen vinden dit moeilijk, daarom is het een terugkerende oefening. Op school, bij de sportclub en bij het voetbalveldje om de hoek.



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Raak of niet

passende sportactiviteiten uitgewerkt zijn. Al deze sportactiviteiten zijn afkomstig uit met de SLO ontwikkelde sportkennismappingsmappen van de sportbonden. Hieronder volgt een voorbeeld van de sportles voor groep 5/6 binnen het thema 'Samen ben je sterk'.

Over de auteur

Jorg Radstake is als opleidingsdocent (lichamelijke opvoeding) aan Calo Windesheim en voor een periode van drie jaar (gedeeltelijk) gedetacheerd als projectleider sport en onderwijs bij NOC*NSF (zie www.nocnsf.nl/sportenonderwijs). ◀



FOTO: HANS DIJKHOFF

Collega's spelen mooi korfbal

Monokorfbal

Twee teams van vier kinderen spelen tegen elkaar. Doel van het spel is om al samenspelend te scoren op de korf van de tegenstander. Het team dat in balbezit is, is in de aanval. Het andere team is in de verdediging. Het verdedigende team heeft één speler bij de wachtplek staan, zodat het aanvallende team altijd met een speler meer speelt.

Regels:

- er mag niet worden gelopen of gedribbeld worden
- je mag elkaar niet aanraken
- de bal mag niet uit de handen worden getikt/gepakt
- er mag maar één tegenstander tegelijk voor de balbezitter staan. Hij mag het samen spelen moeilijk maken, maar niet zo dichtbij gaan staan dat de balbezitter niet meer kan gooien. Verdedigen op armlengte afstand
- na het onderscheppen van de bal wordt er gewisseld van functie.
- de balbezittende partij begint bij de wachtplek met de bal, gaat samenspeelen naar de korf en probeert te scoren
- van de niet-balbezittende partij moet om beurten één speler bij de 'wachtplek' (staander) staan. De anderen proberen de bal te onderscheppen. Is dat gelukt, dan wordt de bal naar de speler bij de wachtplek gespeeld en wordt de verdedigende partij de (nieuwe) aanvallende partij. De speler die bij de wachtplek staat, moet telkens iemand anders zijn.
- de spelers van een team moeten samen afspreken hoe ze het wisselen op een eerlijke wijze handen en voeten geven.

Vijfbal

De balbezittende partij probeert de bal vlot over te spelen. De niet-balbezitters moeten de bal proberen te onderscheppen.

Regels:

- er mag niet worden gelopen of gedribbeld worden
- je mag elkaar niet aanraken
- de bal mag niet uit de handen worden getikt/gepakt
- er mag maar één tegenstander tegelijk voor de balbezitter staan. Hij mag het samen spelen moeilijk maken, maar niet zo dichtbij gaan staan dat de balbezitter niet meer kan gooien. Verdedigen op armlengte afstand
- na het onderscheppen van de bal wordt er gewisseld van functie
- van de niet-balbezittende partij moet om beurten één speler bij de 'wachtplek' (staander) staan

Beloning: lukt het om vijf keer over te spelen, dan heeft een team één groot punt. Na één groot punt krijgt de tegenpartij de bal en mogen zij proberen vijf keer over te spelen. Lukt het een team om tien keer over te spelen, dan krijgen ze een bonuspunt. Ze krijgen in dat geval dus drie grote punten.

Pilonbal

Elk team bestaat uit drie spelers, waarbij één van de spelers mag keepen binnen het doelgebied. Een team draagt lintjes, de keeper heeft twee lintjes gekruist om. Probeer via samenspel vanuit het speelveld een van de pilonen om te gooien.

Regels:

- je speelt met beschermd balbezit (= zonder contact en op een meter afstand verdedigen)
- de keeper mag bij balbezit van de eigen partij meespeelen in het speelveld en moet bij balbezit van de tegenpartij terug naar het eigen doelgebied
- na een score wordt de pilon weer rechtop gezet.

Pilonbal wordt gespeeld met teams van drie spelers. Als er negen spelers zijn, maak je drie groepjes van drie kinderen. Ze spelen dan drie wedstrijdjes van drie minuten. Zijn er acht spelers, dan zijn er twee teams en heeft elk team een wisselspeler. In dat geval spelen de twee teams een wedstrijd van negen minuten waarbij de wisselers telkens na drie minuten wisselen.

Ga met de leerlingen als evaluatie in het midden van de zaal in een kring op de grond zitten en praat kort na over hoe het ging. Ging het samenwerken goed? Wat kan er beter? Hebben de kinderen gemerkt dat het sterkste team niet altijd bestaat uit de sterkste spelers? Als je goed samenwerkt, ben je als team sterker! Probeer tijdens het tienbal in de afsluiting weer goed samen te werken. Probeer toe te passen wat je geleerd hebt.

Als afsluitend spel spelen de kinderen op de drie velden parallel naast elkaar het spel tienbal. Op elk veld twee teams van vier of vijf spelers tegen elkaar. Tienbal lijkt erg op vijfbal, dat ze in de kern hebben gespeeld. Nu krijgen ze echter pas een groot punt als er tien is overgespeeld. De variant is dat er nu geen wachtplek is, maar dat er gespeeld wordt met een kameleon. De kameleon is een extra speler. De kameleon speelt mee met het team dat in balbezit is.

'Wij krijgen voetballes'

KNVB 'beweegt' voetbalverenigingen schoolactief te worden

*De KNVB heeft zich, samen met achttien andere sportbonden, aangesloten bij het project Sportaanbod voor het onderwijs (één van de deelprojecten uit het Beleidskader Sport, Bewegen en Onderwijs) waarbij NOC*NSF de projectbegeleiding uitvoert. De voetbalbond houdt zich voornamelijk bezig met de verdere ontwikkeling van twee sportkennismakingsmappen 'Voetbal', voor zowel primair als voortgezet onderwijs. Dit doet de KNVB in samenwerking met de SLO, het nationaal expertisecentrum leerplanontwikkeling.*

Door: Mark Blankwater

Voetbalaanbod

De lesmap voor het basisonderwijs; 'Wij krijgen voetballes' is gereed en wordt momenteel op een aantal plaatsen middels pilots getest. Na de interne en externe testfase is de definitieve versie eind december 2011 gereed. Momenteel werkt de KNVB ook aan de lesmap voor het voortgezet onderwijs. De verwachting is dat deze lesmap in het

voorjaar van 2012 klaar is. Hiermee kunnen de verenigingen het onderwijs een passend voetbalaanbod bieden. De bovenliggende doelstelling hierbij is dat verenigingen (meer) samen gaan werken met het onderwijs en zodoende 'schoolactief' worden. Dit geldt overigens voor zowel veld- als zaalvoetbalverenigingen. In het verlengde hiervan investeert de KNVB in de ontwikkeling van

een structureel naschools zaalvoetbalaanbod voor het primair en voortgezet onderwijs (zie voorbeelden verder op in dit artikel).

School & Voetbal

Binnen dit project bouwt de KNVB verder op de ervaringen van School & Voetbal vanuit het project 'Meedoen alle jeugd door Sport'. Met School & Voetbal wil de KNVB jongens en meisjes van de basisschool op een speelse manier laten kennismaken met voetbal en met de (zaal)voetbalvereniging in de buurt. Door het realiseren van een goede samenwerking tussen de school/scholen en de voetbalvereniging kunnen kinderen ervaren hoe leuk het is om te voetballen. Het daaruit voortkomende lidmaatschap is één van de mogelijkheden, maar zeker niet het enige doel.

Een traject School & Voetbal bestaat over het algemeen uit drie fases. In de eerste fase geven trainers van de vereniging voetbaltraining op de school binnen de gymles. In de tweede fase worden de kinderen uitgenodigd om deel te nemen aan de naschoolse activiteiten. Deze vinden direct na schooltijd plaats in de omgeving van de school; dit kan zijn op een Playground, een KNVB Cruyff Court of een gymzaal/sporthal. In fase drie kunnen de kinderen die enthousiast zijn ►►



Voorzijde lesmap

GEBRUIK LESKAARTEN

IN HET VOLGENDE HOOFDSTUK STAAN DE BASISLESSEN PER LEEFTIJDSCATEGORIE WEERGEGEVEN. ELKE LEEFTIJDSCATEGORIE HEEFT EEN APARTE BASISLES. IN DE UITWERKING WORDT DEZE BASISLES EERST ALS EEN TOTAALOVERZICHT WEERGEGEVEN EN VERVOLGENS WORDT IEDER VOETBALSPEL BINNEN DIE LES AFZONDERLIJK TOEGELICHT. ELKE VOETBALLES BESTAAT DUS UIT 3 VOETBALSPELLEN EN ELK VOETBALSPEL HEEFT EEN EIGEN THEMA.

Iedere afzonderlijke voetballes is uitgewerkt in een leskaart. De opbouw van deze leskaarten hebben voor alle lessen een zelfde structuur.

Nummer van het spel, de groep waarvoor het spel bestemd is en de naam van het spel. Een plattegrond van de zaal-opstelling, inclusief de materialen en de spelers. Vervolgens wordt puntsgewijs beschreven: de organisatie, aantal spelers, materiaal, opdracht, regels en de tips voor de trainers. De tips zijn onderverdeeld in:

- Loopt 't
- Lukt 't bijna (makkelijker maken)
- Lukt 't goed (moeilijker maken)
- Leeft 't (uitdagender maken)

Eventuele aanpassingen die lesgevers kunnen doen om de kinderen enthousiast te maken of te houden, zijn beschreven onder het kopje 'tips'. Onder het kopje 'Loopt 't' staan suggesties die te maken hebben met het aanpassen van de organisatie. Bij het kopje 'Lukt 't bijna' staan tips die gericht zijn op situaties waarbij kinderen het voetbalspel nog niet zo goed kunnen. Bij het kopje 'Lukt 't goed' staan aanbevelingen wanneer het te makkelijk wordt voor de kinderen (dit zijn meestal de betere voetballers).

Deze beschrijving zijn zowel opgenomen in het basisdocument als in de kleine handzame boekjes die meegenomen kunnen worden in de zaal.

'Ik vond het erg leuk onderdeel te zijn van de toetsland-kom van deze lesmap. De samenwerking met SLO en de KNVB heeft een bruikbaar eindproduct opgeleverd. Een lesmap voor iedereen die aan de slag wil gaan met voetballessen op school.'

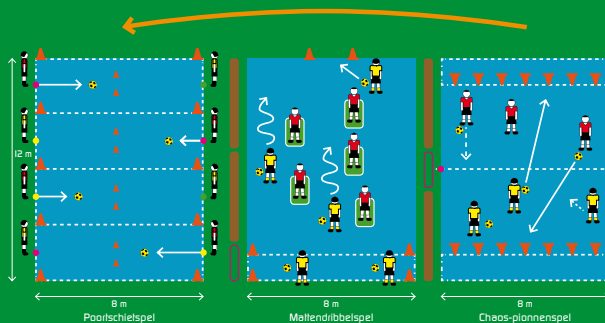
Stephan van Aalderen, vakleerkracht bewegings-onderwijs (basisschool 't Koggeschip)

GROEP 3/4

BASISLESSEN: IN DEZE PARAGRAAF STAAN DE VOETBALSPELLEN VAN GROEP 3/4 WEERGEGEVEN. IN HET VERVOLG VAN DE PARAGRAAF LICHTEN WE, VANUIT DE ZAALINDELING VAN DE BASISLES, ELK VOETBALSPEL AFZONDERLIJK TOE.

LEGENDA:

- foambal/plotbal
- kleine pion
- krijtteken
- turnmat
- grote pion
- wachtlek/kastdeel
- bank
- stippen
- leerlingen



12 | Wij krijgen voetballes

Wij krijgen voetballes | 13

VOETBALSPEL 2

MATTEN- DRIBBELSPEL



ORGANISATIE

- 1/3 gymzaal (8m x 12m)

AANTAL SPELERS

10 spelers (5 keepers, 5 dribbelaars)

MATERIAAL

- 5 foamballen en/of plotballen
- 4 pionnen (waarvan 2 fungeren als startlijn en 2 als doel aan het eind)
- 5 turnmatten (voor de keepers)
- 2 banken als afbakening van het speelveld
- 1 kastdeel als ballenverzamelpunt en voor de leeuwenstaartjes
- 8 leeuwenstaartjes (als beloning)

OPDRACHT

- Een dribbeelaar probeert met de bal aan de voet tussen de matten door te dribbelen en daarna de bal in het doel te schieten.
- De keepers proberen de bal met de hand af te pakken als deze in de buurt van de mat komt.

REGELS

- De dribbelaars mogen tegelijk starten met dribbelen.
- Een dribbeelaar scoort 1 punt wanneer hij de bal - zonder te worden afgepakt - naar de overkant dribbelt en in het doel schiet.
- Na het scoren pakt de dribbeelaar de bal met de hand op en loopt via de bank terug naar de startlijn.
- Een keeper moet beide knieën op de mat blijven.
- Wanneer de keeper de bal van de dribbeelaar afpakt, doet hij de bal terug in het kastdeel en pakt hij 1 leeuwenstaartje.
- Wanneer de keepers alle 8 leeuwenstaartjes in hun bezit hebben wisselen de teams.

TIPS VOOR DE TRAINER

LOOPT 'T?

- Alternatieve wisselregel: keeper wisselt direct met de dribbeelaar waarvan hij de bal heeft afgepakt.
- Aanstellen van een juniorcoach die het wisselen regelt en op de regels let.
- Bij minder ruimte dan 4 matten wijzigen in 4 keepers en 6 dribbelaars.
- Wisselen bij een lager aantal (bijvoorbeeld 5) verdiende leeuwenstaartjes (dit verhoogt de doorlooptijd).

LUKT 'T BIJNA? (MAKKELIJKER MAKEN)

- De ruimte tussen de matten groter maken.
- Een mat weghalen.
- De keeper moet met zijn buik op de mat blijven.
- De dribbelaars adviseren rustiger te lopen en de bal aan de voet te houden.

LUKT 'T GOED? (MOEILIKER MAKEN)

- De ruimte tussen de matten verkleinen.
- Dribbelaars moeten dribbelen met hun verkeerde been.
- Een keeper in het einddoel zetten.

LEEFT 'T? (UITDAGENDER MAKEN)

- Teamresultaat vergelijken, welk team heeft de meeste doelpunten gemaakt?
- Op tijd: hoe vaak lukt het oversteken in 2 minuten tijd? Welk team wint?
- Afvalrace, spelen zonder leeuwenstaartjes. Dribbelaars dribbelen tussen de matten door en proberen te scoren. Als de bal door één van de keepers wordt onderschept, neemt de dribbeelaar plaats op de bank. De laatste overgebleven dribbeelaar is de winnaar, vervolgens wisselen de teams.



16 | Wij krijgen voetballes

Wij krijgen voetballes | 17

VOETBALSPEL 3

BLOKJESVOETBAL



ORGANISATIE

- 1/3 gymzaal (minimaal 12m x 8m)

AANTAL SPELERS

10 spelers (3 spelende tweetallen en 2 wachtende tweetallen)

MATERIAAL

2 foamballen

3 x 2 foamblokjes als doel (rood, geel, blauw)

Krijt (om te markeren waar de blokjes moeten staan; 30 cm uit elkaar)

3 x 2 lintjes ter aanduiding van de teams (rood, geel, blauw)

2 banken als afbakening van het speelveld en als wachtplek voor het een tweetal dat niet het veld verlaat

1 kastkop als wachtplek voor de langstzittende wachtters

OPDRACHT

- Het tweetal probeert de eigen blokjes te verdedigen en met de bal de andere blokjes om te schieten.

REGELS

- Het tweetal scoort door een blokje van een ander tweetal om te schieten.
- Het tweetal waar een blokje van wordt omgeschoot gaat uit het spel en geeft het lintje over aan het tweetal dat wacht op de kastdeur. Zelf sluit het tweetal aan op de bank.
- Het nieuwe tweetal mag pas het veld in als ze de lintjes hebben gekregen. Ze zetten de blokjes eerst rechtop en doen daarna pas mee aan het spel.
- De oude wachtters gaan op de kastkop zitten en zijn daarna aan de beurt.
- De spelers op de bank houden zelf bij wanneer er gewisseld moet worden.

TIPS VOOR DE TRAINER

LOOPT 'T?

- Eerst het spel met 1 bal opstarten en later pas de tweede bal toevoegen.
- Met 4 doeltjes spelen, 1 tweetal als wachtter
- Bij 9 spelers zitten er telkens 3 spelers op de bank, dan wisselen de tweetallen steeds van samenstelling. Wie de bal rechtstreeks (te wild) uit het veld schiet is af en moet wisselen.

LUKT 'T BIJNA? [MAKKELIJKER MAKEN]

- Blokjes verder uit elkaar zetten; moeilijker om te verdedigen.
- Een derde blokje toevoegen om de scoringskans te verhogen.
- Maak met krijt een cirkel (doorsnee 2m) rondom de blokjes waar vervolgens buiten verdedigd moet worden.

LUKT 'T GOED? [MOEILIKER MAKEN]

- Maak met krijt een cirkel (doorsnee 2m) rondom de blokjes waar vervolgens de aanvallers in moeten dribbelen om te kunnen scoren.
- Degene die het langst in het veld staat, moet het middelste doel verdedigen (is het moeilijkste doel).
- Groter doel verdedigen, zodat de aanvalser beter zijn maatje in de gaten moet houden, zijn aanvalsactie moet doorzetten of moet komen verdedigen.
- Wisselregel: degene die scoort moet eerst verdedigen tot de ander heeft gescoord. Durf je als verdediger ook de aanval in te gaan?

LEEFT 'T? [UITDAGENDER MAKEN]

- De speler die scoort verdient een leeuwenstaartje.
- Welk tweetal heeft na 5 minuten de meeste staartjes?
- Omgekeerde pion midden in het veld. Als een speler deze omschiet, dan moet het tweetal voor straf eruit.
- Wedstrijde tussen 3 teams. Welk team scoort het vaakst binnen 3 minuten?



26 | Wij krijgen voetballes

Wij krijgen voetballes | 27

VOETBALSPEL 1

3 TEGEN 3 MET 4 DOELTJES



ORGANISATIE

- 1/3 gymzaal

AANTAL SPELERS

10 spelers (3 teams van 3 spelers (rood, geel, blauw) en 1 scheidsrechter)
Elk team bestaat uit 1 keeper en 2 spelers. Tijdens het spel spelen er telkens 2 van de drietalen. Er is 1 team wissel + een scheidsrechter.

MATERIAAL

1 plofbal

2 krijtlijnen (om twee keepersgebieden aan te geven; 2 meter diep)

4 grote omgekeerde pionnen en 8 kleine omgekeerde pionnen. Elk doel bestaat uit 1 grote en 2 kleine pionnen (breedte 1.20 meter)

12 lintjes; 4 gele, 4 rode en 4 blauwe (keeper heeft twee lintjes om)

2 banken en 1 kastdeur om het speelveld af te bakenen

OPDRACHT

- De balbezittende partij probeert de eigen doelen te verdedigen en met de bal de pionnen (doelen) van de tegenpartij om te schieten.

SPELREGELS [UITLEG MET VOORBEELD]

- De scheidsrechter of juniorcoach maakt 3 gelijkwaardige teams.
- Niemand mag de bal met de handen spelen.
- In het begin met de keepers in het vak spelen en later uitbreiden.
- De keeper moet in het keepergebied blijven.
- De ander spelers mogen niet in de keepergebieden komen.
- Iedere omgevallen pion telt als punt; de pionnen worden weer rechtop gezet.
- Als de bal uit het veld gaat, haalt de scheidsrechter de bal op en krijgt de keeper van de andere partij de bal.
- Het team dat 3 keer scoort heeft gewonnen. Het winnende team blijft staan en het wachtende team komt in het veld.

TIPS VOOR DE TRAINER

LOOPT 'T?

- Bij 9 spelers: 3 teams van 3 spelers maken. Het team dat aan de kant staat levert de scheidsrechter.
- Bij 8 spelers: 2 teams van 4 spelers maken. Beide teams hebben een wisselspeler. Bij elk doelpunt wisselt degene die gescoord heeft met de wisselspeler.
- Ander wisselsysteem, het verliezende team gaat wisselen.
- Een team mag maximaal 3 keer blijven staan. Wanneer een team voor de derde keer achter elkaar wint, moeten het wisselen.

- Degene die scoort wordt de nieuwe keeper.
- De spelers bepalen elke keer opnieuw wie de nieuwe keeper wordt.

LUKT 'T BIJNA? [MAKKELIJKER MAKEN]

- 3 doeltjes maken.
- Doeltjes vergroten door er pionnen bij te zetten.
- De keeper mag mee aanvallen (3 tegen 2).
- Aanwijzing geven aan keeper over het dribbelen bij de start van het spel.
- Aanwijzing(en) geven over het passen, vrijlopen of schieten.

LUKT 'T GOED? [MOEILIKER MAKEN]

- Doeltjes verkleinen door pionnen weg te halen.
- Aanwijzing(en) geven over het verdedigen.
- Wanneer de bal uit het veld gaat, is het een doelpunt voor de tegenpartij.
- De keeper mag ook met de handen de bal tegenhouden.
- De keeper mag ook buiten het keepergebied komen (3 tegen 3).

LEEFT 'T? [UITDAGENDER MAKEN]

- Winnende team krijgt een punt. Welk team haalt de meeste punten?
- Wanneer de bal uit het vak gaat, krijgt de tegenstander een punt.
- Wanneer een team scoort, moet het bij hun eigen doel een extra pion neerzetten.



30 | Wij krijgen voetballes

Wij krijgen voetballes | 31

geworden, deelnemen aan de proeftrainingen bij de verenigingen, met als uiteindelijk doel lidmaatschap van de (zaal)voetbalvereniging en structurele deelname aan de trainingen en/of spelen in de competitie. Gemiddeld genomen duurt een School & Voetbal traject tien weken. De organisatie blijft echter maatwerk. Dat leert niet alleen de ervaring, maar is ook wenselijk omdat iedere lokale situatie weer anders is. Tevens biedt School & Voetbal mogelijkheden voor specifieke aandacht voor doorstroom van meisjes in de naschoolse fasen en samenwerking met het Jeugdportfonds.

School & Voetbal:

- Kennismaken met voetbal tijdens gymles
- Lesmap 'Wij krijgen voetballes' voor primair onderwijs
- Realiseren schoolactieve voetbalverenigingen
- KNVB ondersteuning in organisatie en op voetbaltechnisch gebied
- Realiseren doorstroom naar verenigingen
- Specifieke programma's voor meisjes en ouderparticipatie

Realiseren schoolactieve verenigingen

De doelstelling van een School & Voetbal traject is tweeledig. Enerzijds wil de KNVB kinderen en hun ouders kennis laten maken met voetbal en de lokale (zaal)voetbalvereniging. Daarnaast wil de KNVB verenigingen helpen om duurzame relaties met onderwijsinstellingen op te bouwen en blijvend 'schoolactief' te worden/zijn. Onderdeel van een School & Voetbal traject is dan ook de ondersteuning van de vereniging en opleiding van de trainers. Op deze manier kunnen de (zaal)voetbalverenigingen ook na afloop van het School & Voetbal traject in staat zijn de activiteiten in de toekomst zelfstandig voort te zetten.

Passend voetbalaanbod – nieuwe interventies

Naast het stimuleren van verenigingen om 'schoolactief' te worden in algemene zin, zijn er ook een aantal initiatieven die tot nieuw passend sportaanbod hebben geleid. Zo investeert de KNVB in de ontwikkeling van structureel naschools zaalvoetbalaanbod i.s.m. zowel basisonderwijs als voortgezet onderwijs.

Basisscholen competitie Zeeburg

De KNVB, zaalvoetbalvereniging FC GoldenStars en stadsdeel Zeeburg zijn twee jaar geleden gestart met een basisscholencompetitie in de wijk Zeeburg (Amsterdam). Dit nieuwe aanbod voorziet in de behoefte aan structurele naschoolse activiteiten voor kinderen in de wijk. Met als meerwaarde een competitievorm tussen de basisscholen uit de wijk en de mogelijkheid tot doorstroming naar de vereniging. Deze competitie biedt leerlingen de mogelijkheid om plezier te hebben in het zaalvoetbal en het tonen van hun zaalvoetbalkwaliteiten. Een ideaal platform voor kinderen om zich te ontwikkelen in de zaalvoetbalsport en te leren samenwerken met elkaar. Dit seizoen zijn er ruim 80 kinderen van tien scholen die deelnemen aan de competitie.

Scholencompetitie Voortgezet Onderwijs

In Rotterdam-Zuid is op donderdag 13 oktober de kick-off gegeven voor een scholencompetitie zaalvoetbal voor het voortgezet onderwijs. De KNVB, Rotterdam Sportsupport en zaalvoetbalvereniging TPP hebben voor dit project de handen ineen geslagen. Het doel van deze zaalvoetbalcompetitie is leerlingen, zowel jongens als meisjes, stimuleren om in georganiseerd verband te sporten. Scholen en verenigingen worden aan elkaar verbonden en spelen competitie, waarbij ze direct lid worden van de KNVB. Dit gebeurt vooral in wijken waar weinig reguliere sportverenigingen gesitueerd zijn. Soortgelijke competities zijn al gaande in o.a. Amsterdam, Utrecht, Haarlem, Haarlemmermeer, Drachten en Heerenveen en er zijn plannen in Alkmaar en Maastricht.

Lesmap

Verenigingen die al schoolactief zijn of dat willen worden, ontvangen van de KNVB een lespakket, dat in samenwerking met SLO is ontwikkeld voor leerlingen in het basisonderwijs. De lesmap bevat het stappenplan School & Voetbal, begeleidende lesbeschrijving, uitleg van de spelvormen, foto- en videobeelden etc. De KNVB heeft tevens een speciaal materialenpakket samengesteld, kindvriendelijk en veilig, welke het beschikbaar stelt aan de deelnemende verenigingen. Om de kwaliteit van uitvoering te vergroten en het verenigingskader te ondersteunen vindt er tenslotte ook deskundigheidsbevordering plaats voor de trainers van de vereniging en/of de combinatiefunctionarissen in de gemeente.

Samenwerking SLO

Voor het ontwerpen van de leskaarten heeft de KNVB intensief samengewerkt met de SLO. Het werd een zoektocht naar voetbalactiviteiten die passen bij kinderen in het basisonderwijs. Hoe kun je voetbalvormen zo aanpassen dat ze geschikt zijn binnen de gymlessen? Moeilijke factor hierbij is het bedenken van een geschikte voetbalactiviteit voor 30 kinderen in een kleine zaal. Dit op een wijze die de les betekenisvol en leuk maakt voor zowel de 'echte voetballer', als voor de leerling die niet zoveel met voetballen heeft.

Het vertrekpunt daarbij is het voetbal, van waaruit we aansluiting hebben gevonden bij de leerlijnen binnen het bewegingsonderwijs. Gedurende het proces is er veelvuldig overleg geweest met verschillende specialisten, zowel vanuit het onderwijs als de KNVB. Uiteraard zijn alle vormen meerdere malen getest op verschillende basisscholen in het land. Het is daarmee een lesmap geworden die vanuit de praktijk is ontstaan. Er is bewust gekozen om per leeftijdsgroep 'slechts' drie vormen uit te werken. Er vanuit gaande dat eenzelfde les een aantal keren wordt gegeven. Daarmee is een goede basis aan activiteiten ontstaan, die in de toekomst ongetwijfeld wordt uitgebreid met nieuwe vormen.

Informatie

De KNVB loopt met de aanpak School & Voetbal vooruit op het actieplan School & Sport, onderdeel van de nieuwe sportagenda 2012-2016 van NOC*NSF, en hoopt hiermee een bijdrage te leveren aan de sportieve gewoontevorming van kinderen in het basisonderwijs. Vanaf januari is de lesmap te verkrijgen, uiteraard voor verenigingen en het onderwijs, maar ook voor gemeenten en de combinatiefunctionarissen. Kijk voor meer informatie op <http://www.knvb.nl/sportenonderwijs> of stuur een e-mail sportenonderwijs@knvb.nl 

Basketbal;

opbouw in onderbouw van voortgezet onderwijs (2)

Hoe introduceer je basketbal in de onderbouw van het voortgezet onderwijs? In het vorige artikel werd gewezen op het belang van starten met beschermd balbezit zodra de bal vast is in twee handen in de eerste klas voortgezet onderwijs als ze net beginnen met basketbal. Het is belangrijk dat leerlingen leren elkaar ruimte geven om te spelen.

Door: Maarten Massink

In het vorige artikel is de lesopbouw geïntroduceerd en les 1 beschreven. In dit artikel gaan we verder met de thema's individueel spelen (dribbelen), doelen en samenspelen.

Les 2

In les 1 is aandacht besteed aan split vision. In deze les gaan we daarmee verder maar wordt ook aandacht gevraagd voor het beschermen van de bal. Tijdens het dribbelen

mag de verdediger de bal immers wegtikken. Het is belangrijk je lichaam steeds tussen tegenstander en de bal te houden. Het samenspelen in les 1 stond in het teken van balbezit houden in lummelspelletjes. Nu in les 2 gaan we het samenspelend verplaatsen aandacht geven. Het schieten in les 1 was nog zonder duel. Nu spelen we één tegen één en leren we leerlingen snel om te schakelen en de rebound te verzorgen. Ten slotte eindigen we met een spel vier tegen vier op een

speelhelft met scoren op meerdere baskets (twee van de drie).

Dribbelen en balbeschermen

Lichaam ertussen

● *In omgangsbaan, bal aan de buitenkant*
Alle leerlingen krijgen een bal en dribbelen in omgangsbaan. Eerst in wandelpas later in looppas. Op teken wordt er van richting gewisseld. Er wordt steeds met de buitenste hand gedribbeld. De docent staat in de

Les	Dribbelen	Samenspelen	Schieten	Partijspel
1	Split vision: ● op de plaats spiegelen - docent - medeleerling ● vrij door zaal - ruimte aangeven - elkaar volgen	Balbezit houden: met bounce pass: ● van 4:0 naar 4:4	'Hoog' schieten (set shot): ● tweetallen onverdedigd ● verdedigd (toernooi move up, move down)	Drie-baskets-basketbal: ● 4:4 met scoren op drie baskets
2	Bal beschermen: ● omgangsbaan ● duel 1 tegen 1 met aandacht 'no contact'	Samenspelend verplaatsen: ● buiten de perken vier richtingen ● buiten de perken één richting	Bal veroveren na schieten (rebound): ● duel 1:1 zonder dribbel	Twee-uit-drie-basketbal: ● 4:4 met scoren op twee van de drie baskets
3	Doelen na dribbel: ● biatlon:scoren in estafette (tweetallen)	Bal beschermen met pivotteren: ● 2:1	Rebound en afstand nemen ● duel 1:1 met dribbel ● accent op outlet dribbel	Basketbal ● 4:4 op twee baskets

(Lesopbouw over drie lessen)

kring als fictieve tegenstander. De leerlingen zorgen steeds dat ze met wisselen van richting niet de bal naar binnen draaien en de tegenstander 'aanbieden' maar dat de bal aan de buitenkant blijft en de tegenstander er niet bij kan. De docent kan (samen met een leerling) langs de rij lopen en aangeven dat de bal aan de buitenkant moet blijven door ballen aan de binnenkant weg te tikken. Bij het wisselen van richting mogen de leerlingen de bal niet in twee handen pakken en omdraaien (second dribble) en verder dribbelen.

● Met tweetallen

Per tweetal een bal. De balbezitter dribbelt vrij door de zaal. De ander (partner) probeert de bal weg te tikken. Hierbij mag je de balbezitter absoluut niet aanraken. Het is belangrijk leerlingen te laten zien en ervaren dat je heel gauw een verdedigende fout maakt. Als de dribbelaar de bal beschermt en de verdediger loopt tegen hem aan of slaat naar de bal en raakt daarbij de aanvaller dan is de verdedigende fout gemaakt. De balbezitter maakt dat duidelijk door de bal even in twee handen te pakken en deze duidelijk omhoog te steken om aan te geven dat de verdediger een fout tegen hem of haar maakt. Wel moet duidelijk gemaakt worden dat dit alleen is toegestaan in deze oefening om de overtreding duidelijk te maken. In het spel zou opnieuw dribbelen na bal vastpakken second dribbel betekenen. De bedoeling van deze oefening is duidelijk maken dat je als verdediger heel snel een fout kunt maken en voorzichtig moet zijn bij bal veroveren. De balbezitter leert zijn lichaam tussen bal en tegenstander te houden tijdens de dribbel. Verliest de balbezitter de bal of gaat hij/zij buiten de lijnen van het veld dan wordt er gewisseld. Na twee minuten wordt er ook gewisseld als dezelfde balbezitter nog aan de bal is. Wie kan twee minuten in balbezit blijven?

Samenspelend verplaatsen

Buiten de perken

● In vier richtingen

We spelen op drie velden vier tegen vier in een vak. Je kunt scoren als je een medespeler die buiten het vak is gaan staan kunt aanspelen met een stuit (bounce pass). Dit kan aan vier zijlijnen van het vak gebeuren. Hiermee krijgen leerlingen veel scoringskansen. Het gaat er niet alleen om in balbezit



Dribbel

te blijven als bij tienbal (les 1), maar je moet gericht samenspelend een zijlijn opzoeken om te kunnen scoren. We spelen zonder dribbel en de balbezitter heeft beschermd balbezit. Wordt de bal onderschept dan mag de tegenpartij verder spelen en proberen te scoren. Bij een punt mag de andere partij de bal uitnemen in het midden van het vak.

Is er te weinig ruimte voor drie velden dan speel je vier tegen vier op twee velden. Ieder team heeft dan twee wissels die doorwisselen zodra er is gescoord of op afgesproken tijd.

Je kunt het moeilijke maken door iedere partij twee tegenover elkaar liggende lijnen te geven waarover gescoord kan worden.

● In twee richtingen

Ieder team heeft een lijn waarover gescoord kan worden. Dit geeft richting aan het samenspel en maakt het verdedigen van de lijn makkelijker. Het principe is eerst de aanvallers helpen om te scoren, daarna de verdedigers helpen als het scoren makkelijk gaat. Dit bepaalt ook het moment waarop de scoringslijnen beperkt worden. Als het

samenspel beter gaat gaan we het samenspelend scoren moeilijker maken. Aspecten als vrijlopen (afspeellijnen openen) en de vrije ruimte opzoeken, veel bewegen en versnellend aanbieden komen hier aan de orde. Je kunt spelen met een vaste eindvakspeler, maar je kunt ook afspreken dat iedere veldspeler zich in het eindvak mag aanbieden. Het scoren kan alleen als er met een stuit aangespeeld wordt om worpen over grote afstand te voorkomen.

Schieten en bal veroveren

Rebound

● Duel één tegen één

In de vorige les hebben we aandacht besteed aan het 'hoge schot', het schieten over een verdediger, het snel omschakelen als verdediger en de bal die van het bord springt pakken voor hij ver weg is van het bord.

Nu gaan we weerstand opvoeren. Per tweetal een basketbal. Na het schot mogen beide spelers proberen de bal te pakken. Als de bal gescoord is mag degene die gescoord heeft verder vanaf een afgesproken (strafworp) punt. Gaat de bal mis dan mag degene die

>>

Contact:

m.massink1@upcmail.nl



Lay-up



Twee tegen twee

bal afvangt verder en proberen te schieten terwijl hij wordt verdedigd. Er ontstaat een duel één tegen één.

Het is belangrijk als verdediger het midden te vinden tussen het schot verdedigen en snel af te rollen (om te draaien) om de rebound te kunnen winnen. Als de balbezitter de bal vast heeft is er beschermd balbezit. De verdediger mag natuurlijk wel het schot blokkeren. Het is belangrijk dat hij daarbij voor de balbezitter blijft, hij mag niet de ruimte boven (de kolom) de balbezitter afdekken. Deze ruimte is van de balbezitter. De balbezitter mag daarentegen niet tegen de verdediger aanleunen of wegduwen als deze stilstaat met armen langs of tegen zijn lichaam. Loopt de aanval-ler toch tegen de stilstaande verdediger op, dan maakt hij een aanvallende fout.

Het is belangrijk leerlingen vroeg te leren wat de verdediger en de balbezitter wel en niet mogen en welke ruimte ze mogen innemen. In dit spel kun je dat goed laten ervaren.

Er kunnen eventueel twee tweetallen per

basket een duel één tegen één spelen. Levert dit toch problemen op dan moet er om de beurt gespeeld worden met de tweetallen en is het wachtende tweetal scheidsrechter van het duel. Zij bepalen of er overtredingen worden gemaakt.

Partijspel

'Twee uit drie' basketbal

We spelen vier tegen vier op een zaalhelft met drie baskets zodat er veel scoringsmogelijkheden zijn. Er komt wel wat meer richting in het spel. Er is één neutrale basket (op de kopse kant van de zaal) waar beide partijen op kunnen aanvallen, en iedere partij heeft een vaste basket waar ze op kunnen aanval-len en een vaste basket om te verdedigen. Verder zijn dezelfde regels van kracht als in de vorige les.

Wat betreft wisselen kan een derde partij indraaien zodra er één of twee keer gescoord is of na een afgesproken tijd. Een andere mogelijkheid is dat iedere partij wissel-spelers heeft waarbij wordt ingedraaid na een score of op tijd.

Het is belangrijk hier nog een keer stil te staan bij de regels met betrekking tot verdedigen en het maken van een verdedigende fout en een aanvallende fout. Als leerlingen dit gaan herkennen ontstaat er ruimte om te spelen en blijven onnodige overtredingen uit.

In het volgende en laatste artikel in deze reeks besteden we aandacht aan dribbelen en scoren (scoren in beweging). Verder komt bij samenspielen het pivotteren aan de orde waarbij de balbezitter ruimte maakt voor zichzelf om de bal langs een verdediger te kunnen spelen. Het schieten staat in het teken van het duel één tegen één waarbij met een dribbel een betere uitgangspositie wordt gezocht. Het partijspel gaat nog meer richting krijgen door met twee baskets te spelen. ◀

Uitdagende werkvormen leren jongeren meer dan trappen en stoten

LO-docenten zijn steeds vaker op zoek naar vernieuwend en uitdagend beweegaanbod. Aanbod dat goed aansluit bij de doelgroep en dat als het even kan ook meer inhoudt dan sportbeoefening alleen. Als we jongeren vragen welke sporten ze graag terugzien in hun gymles, dan noemen ze stevast 'streetdance, vechtsport of voetbal'.

Door: Arien Bosch

Voor wat betreft het tweede zijn LO-docenten soms nog wat huiverig, ondanks dat ze de populariteit bij hun leerlingen volledig onderkennen. De vechtsporten zijn hot, daar kan niemand omheen. Maar wat zijn de mogelijkheden voor een LO-docent zonder specifieke vechtsportervaring om in zijn les hieraan tegemoet te komen? En is het inzetten van vechtsport wel zo veilig op school? Het Nederlands Instituut voor Vechtsport en Maatschappij (NIVM) zoomt in dit artikel in op de mogelijkheden voor gymdocenten.

Nederlands Instituut voor Vechtsport en Maatschappij

Het NIVM heeft jarenlange ervaring in huis met de inzet van vechtsport als instrument binnen uiteenlopende maatschappelijke projecten. Projecten die bijdragen aan lokale problematieken en thema's als overgewicht, veiligheid, sportparticipatie, bereiken van moeilijke groepen en agressie. De afgelopen jaren heeft het NIVM in meer dan 100 trajecten in samenwerking met lokale clubs de mogelijkheden van vechtsport voor zich laten spreken. Focus hier was het realiseren van een sociaal, veilig en pedagogisch verantwoord sportklimaat, het verhogen van de kwaliteit van de docenten en het neerzetten van een aansprekend aanbod voor uitlopende doelgroepen. Het onderwijs kreeg de afgelopen jaren een steeds prominenter rol als partner voor clubs. Het NIVM verbindt beide partijen en heeft ook divers (opleidings)aanbod ontwikkeld voor het onderwijs en haar docenten.

Vechtsport op school

Het inzetten van vechtsport in een gymles op school. Niet iedere gymdocent zal er gelijk enthousiast van worden. Ook al heeft de docent tijdens zijn opleiding vast wel judo-, karate- of bokslessen gehad, het blijft voor velen een drempel om met deze sporten aan de slag te gaan. Worden ze er juist niet agressief van, is er geen grotere kans op blessures of veroorzaakt het geen ruzies tussen leerlingen? Het antwoord op alle drie de vragen is 'nee'. De rol van de docent is hierin wel een belangrijke. Hij zal een veilig klimaat neer moeten zetten evenals een aanbod dat aansluit bij de doelgroep. En hoe zit het met het opwekken van agressie? Doet een gymles met vechtsport niet juist de gemoederen oplaaien? Agressie is juist erg goed aan te pakken door de beoefening van één van de vechtsporten. Onlangs afgerond onderzoek van het Mulier Instituut toont aan dat vechtsport eerder bijdraagt tot het beteugelen van agressie en positief van invloed is op de weerbaarheid en persoonlijke groei. Dat blijkt uit zowel harde cijfers als uit interviews met sporters, hun ouders en trainers die de onderzoekers de afgelopen vier jaren verzamelden bij honderd vechtsportclubs in Nederland (Elling & Wisse 2010, Beloften van vechtsport).

Kort samengevat kan gesteld worden dat in alle onderzoeken die de afgelopen jaren gedaan zijn, hetzelfde gesteld wordt. Het creëren van positieve randvoorwaarden levert de sleutel voor verantwoord vechtsportonderwijs. Daarnaast kan de beoefening van »



Nederlands Instituut voor
Vechtsport en Maatschappij

Contact:

info@vechtsportenmaatschappij.nl

vechtsport een positieve uitwerking hebben op agressieregulering, mits ook weer de randvoorwaarden positief worden ingevuld. Hierbij wordt gedoeld op de juiste kwaliteiten van de trainer en de aanwezigheid van een veilig en sociaal pedagogisch vechtsportklimaat. Het is dan ook niet voor niets dat het NIVM focust op deze twee pijlers. Het versterken van de pedagogische bagage van trainers en het professionaliseren en pedagogiseren van clubs. En ook een gymdocent kan in zijn lessen met de juiste werkvormen en de juiste kennis iets uitdagends aanbieden én mooi realiseren. En dat laatste in een relatief korte periode. Het NIVM biedt LO-docenten verschillende handvatten om vechtsport verantwoord aan te kunnen bieden op school. FUNDamentals, Respons en tenslotte Oesh zijn drie mogelijkheden die hieronder verder worden belicht.

FUNDamentals

Plezier in de lessen vormt het fundament voor een verantwoorde vechtsportles. Dat is ook het uitgangspunt van FUNDamentals. FUNDamentals is een methode die is ontwikkeld om docenten inzicht te geven in de beleavingswereld van jongeren. De pedagogische mogelijkheden van vechtsport komen in deze aanpak volledig tot hun recht. Een hand- en werkboek, evenals een dvd, laten zien hoe docenten in hun les plezier kunnen creëren door maximaal aan te sluiten bij hun doelgroep. Het inzetten van vernieuwende werkvormen vormt hierbij een belangrijk onderdeel. Ook het fenomeen 'plezier' wordt uitgebreid onder de loep genomen in het FUNDamentals instructiepakket. Om docenten kennis te laten maken met deze methodiek en ze hapklare werkvormen aan te bieden, is er een cursus ontwikkeld. Een cursus die zich ook uitermate leent voor gymdocenten die geen vechtsportachtergrond hebben. Via laagdrempelige uitdagende oefeningen kunnen zij na de cursus aan de slag in hun gymles. Plezier gegarandeerd!

Respons

In de projecten van het NIVM heeft de samenwerking met het onderwijs ook een prominente plek. Door het subsidieprogramma 'Sportaanbod in het onderwijs' van NOC*NSF heeft het NIVM daarnaast aanbod ontwikkeld dat onderwijs en vechtsport nog meer naar elkaar kan brengen. Onder de naam Respons is een serie modules ontwikkeld. In elke module staat een probleem centraal dat aan de hand van zeven lessen wordt uitgewerkt. Niet



FOTO: NIVM

alleen het probleem en de bijbehorende lessenreeks is specifiek, de doelgroep is dat ook. Respons kent tot op heden de volgende aanpakken:

- omgaan met pesten en groepsdruk voor het primair onderwijs
- omgaan met agressie en geweld voor het voortgezet onderwijs
- omgaan met onveiligheid voor het mbo.

Les 2. Vertrouwen in jezelf en een ander (Uit Respons: Omgaan met onveiligheid)

1. Bodyguards

Waarom deze oefening?

Deze werkvorm leert de leerlingen te vertrouwen op de beschermende acties van de groepsgenoten.

Richttijd: 10 minuten.

Wat heb je nodig? Niets.

Wat is de opstelling?

De leerlingen verdelen zich in groepjes van vijf of zes personen en vormen een cirkel door elkaars handen vast te pakken. Bij een groep van zes vormen vijf personen een cirkel. De zesde persoon staat buiten de cirkel.

Wat is het verloop?

- Eén van de leerlingen die deel uitmaken van de cirkel, wordt benoemd tot VIP. De VIP heeft de ogen gesloten tijdens het spel.
- De VIP moet worden beschermd door de overige personen; de bodyguards.
- De persoon buiten de cirkel is een vervelende stalker die lichamelijk contact wil maken met de VIP.
- De bodyguards werken samen om het de stalker zo moeilijk mogelijk te maken de VIP te raken.

Opmerkingen/suggesties

Voor de veiligheid is het belangrijk dat de stalker niet door de cirkel heen mag breken. Dit leidt vaak tot blessures. Kortom, de stalker mag zich alleen om de cirkel heen bewegen.

In al deze lesprogramma's staat het veranderen van de beleving van jongeren centraal. Er worden hen aan de hand van werkvormen, gebaseerd op de vechtsport, handvatten aangereikt om zelf wat aan het probleem te doen. De situaties worden daarbij niet als probleem, maar als uitdaging gepresenteerd. Respons gaat er daarbij vanuit dat je de keuze hebt om het probleem aan te pakken. De thematisch opgebouwde lessenreeks leert de deelnemers zo vertrouwen te krijgen in hun eigen kracht en vaardigheden.

Ook LO-docenten kunnen na een tweedaagse cursus aan de slag met de lessenreeks. Voor hen zijn er speciale cursusweekenden waarin extra aandacht voor de praktische kant van Respons is.

Oesh

Het programma Oesh is de afgelopen jaren met veel succes ingezet bij vechtsportclubs om de jeugd een prominente plek binnen de club te geven. Een onderdeel van dit programma is de Oesh tour. De Oesh Citytour is een compleet pakket voor het buiten aanbieden van vechtsport-clinics en trainingen. Er wordt gewerkt vanuit de doelstellingen FUN, respect, doorzettingsvermogen, zelfvertrouwen, discipline, eigenwaarde en samenwerking. Begeleid door een goed opgeleide Citytour-trainer én met de inzet van de plaatselijke clubs kan ieder veldje en elk plein worden omgetoverd tot een ware buiten dojo. Vanaf 2012 zal deze tour ook voor een onderwijsinstelling ingezet kunnen worden. Het NIVM organiseert dan in één of meerdere dagen een flitsend buitenaanbod voor alle leerlingen. Zij zorgt ook voor een 'streetwise' aankleding, muziek en alle benodigde materialen. Door samenwerking met lokale clubs kan er tevens gezorgd worden voor een aanbod op school of in de club na deze Oesh tour.

Vechtsport in de buurt van school

Het belang van goed vechtsportonderwijs geldt natuurlijk niet alleen op school, maar zeker ook binnen de club. Het NIVM krijgt vaak vragen van onderwijsinstellingen met welke lokale trainer of club ze nu het beste kunnen samenwerken. Het Fight Right Keurmerk is daarvoor een goed middel. Het Fight Right Keurmerk laat zien dat er in een club op een veilige en verantwoorde wijze les wordt gegeven, binnen een goed pedagogisch klimaat en waar maatschappelijke betrokkenheid een belangrijke plek heeft. Onderwijsinstellingen kunnen dan ook met vol vertrouwen met deze clubs in zee gaan.



Zo vast houden



Sparren

Mogelijkheden?

Docenten die meer willen weten over hoe ze vechtsport op de juiste wijze kunnen inzetten binnen hun les, kunnen contact opnemen met het NIVM. Ook bij interesse voor genoemde opleidingen en het Fight Right Keurmerk helpt het NIVM graag verder.

Zie eveneens www.vechtsportenmaatschappij.nl

Contact: info@vechtsportenmaatschappij.nl / Tel.: 0318 660 980. ◀

Agenda

- Zaterdag 28 en zondag 29 januari – Cursus Omgaan met agressie en geweld in het voortgezet onderwijs – specifiek voor LO-docenten.
- Zaterdag 17 maart 2012 - Cursus FUNDamentals specifiek voor LO-docenten
- Oesh tour – op aanvraag

Inschrijven of meer info via Sebastiaan Munter: munter@vechtsportenmaatschappij.nl

Schaatsen op natuurijs met plezier en zonder nat pak

De winter staat weer voor de deur en naar het zich laat aanzien, wordt het een strenge dit keer. Dat betekent dat de ijzers niet alleen uit het vet komen voor de kunstijsbanen, maar vooral voor natuurijs. Omdat schaatsen op natuurijs ook de nodige gevaren met zich meebrengt, besteden we aandacht aan de te nemen voorzorgsmaatregelen.

Door: Theo Heuzen

Houd de plaatselijke (weer)berichten in de krant of op de lokale tv in de gaten. Voor informatie over het veilig kunnen schaatsen van toertochten kun je kijken op NOS Teletekst, op de website van de KNSB: www.KNSB.nl of bellen met de ANWB-Wintersportlijn: 0900-9623.

Stel je op de hoogte van de lokale situatie. Weet hoe het water is dichtgevroren. Bijvoorbeeld met wind. Hoeveel nachten is het ijs al dicht. Waar is er stroming in het water. Wordt er gemalen of gespuid. Enzovoorts. Blijf daarbij kritisch en zorg dat je weet wat de feiten zijn. Aan (over)bezorgde of onbezorgde opinies heb je niet genoeg.

Wat mee te nemen op het natuurijs

Het is uiteraard niet nodig al deze zaken bij je te hebben als je op de plaatselijke vijver gaat schaatsen. Maar bij grote tochten over open meren is het van groot belang goed voorbereid te zijn. De volgende zaken zijn dan handig. Rug- of heuptasje voor pleisters, stempelkaart, routebeschrijving, telefoon (waterdicht verpakt), geld. Voldoende eten en drinken. Winddicht jack, handschoenen, muts, snijvaste knie-/onderbeenbeschermers, reservekleden. Beschermers voor het klunen, doek om schaatsen mee af te drogen, reserveonderdelen als je klap-schaatsen hebt, braamsteentje. Reddingsset (touw, ijspriem). Bij strenge kou: skibril, overschoenen, watervrije vaseline (of uierzalf) voor je gezicht.

N.B. Zorg dat de achterpunten van je schaatsen rond geslepen zijn. Bij een valpartij geeft dat veel minder gauw snijwonden bij degene die achter je schaatst.

Dikte van het ijs

De kwaliteit, hardheid en kleur van ijs kunnen zeer verschillend zijn. De meest gestelde vraag is dan ook: wanneer is ijs betrouwbaar? KNSB-toertochten worden georganiseerd als er een ijsvloer van minimaal tien centimeter ligt. De Elfstedentocht gaat door bij zestien centimeter ijs. Bij gezond ijs is voor minder grote aantallen schaatser ongeveer zes cm voldoende.

Let wel: het ijs kan in dikte en sterkte op korte afstand sterk verschillen.

Kleur van ijs

Zwart ijs lijkt eng, maar is meestal het sterkst en het taaist. Als het dun is kraakt het vaak en er komen veel scheuren in, maar het duurt heel lang voordat het helemaal breekt. Vuilwit sneeuwijs is veel brosser en breekt veel eerder zonder kraken. Bij wakken is dit anders. Zie verder. Dooiend ijs wordt dof en kan minder gewicht dragen dan vriezend ijs, dat glanst. Zie je de kleur in de loop van dag veranderen, dan kan het gevaarlijk worden.

Sneeuw op het ijs maakt het heel lastig om de sterkte van het ijs in te schatten. In het donker of bij mist is dat ook het geval. Evenals bij schaatsen tegen een laagstaande zon in. De zon gaat onder in het westen, de wind komt bij vriezend weer uit het oosten. De laatste tocht, een beetje rozig van een mooie dag schaatsen, windje in de rug met de lage zon in de ogen kan heel verraderlijk zijn.

Verschillende plaatsen

Maar ook al is het ijs in het algemeen betrouwbaar, er blijven altijd plaatsen waar voorzichtigheid geboden is. Zoals gezegd als de kleur



Windwak



FOTO ARCHIEF-STICHTING VEILIGHEID OP NATUURIJS

van het ijs verandert. Bij rietkragen zal er veel zonne-instraling opgenomen worden en zal het ijs daarnaast dunner zijn.

Bij (dichtgevroren) vaargeulen en kistwerken op de meren kunnen er dikke stukken ijs afgewisseld zijn met hele dunne. Bij bruggen, aan de zonnekant bij de wal en op plaatsen waar veel vogels zitten of gezeten hebben is het oppassen geblazen. Bij lozing bij fabrieken of door onderstroming kan het ijs ter plekke een stuk dunner zijn dan even terug. Onderstroom bijvoorbeeld door gemalen maakt dat het ijs van onderaf dunner wordt, ook als het stevig vriest.

Windwakken zijn plaatsen die door de wind langer zijn opgehouden. Het binnenste deel met vaak mooi glad en zwart ijs is (veel) dunner dan de kant waar de wind de ijskristallen naartoe heeft geblazen. Omdat het meestal vriest bij noord/oosten wind is dus de zuidwest kant meestal het sterkst. Daar zie je vaak een grote, brede rommelige rand van geel/wit ijs.

De veiligste plekken zijn in het algemeen uiterwaarden (en andere ondergelopen stukken land), ondiepe bosvennen, landijsbanen en smalle boerensloten.

De gevaarlijkste plekken zijn brede vaarten, die onregelmatig en later dichtvriezen, grote meren, plekken met veel watervogels, windwakken en water dat diep is of waar stroming is.

Als je op het ijs bent

Let op borden, aanwijzingen en afzettingen. Ga niet alleen op pad en schaats niet in het donker. Schaats niet te snel op stukken die je nog niet kent. Houd voldoende afstand van elkaar. Bedenk dat ijs aan de walkant waar de zon op staat altijd zwakker is. Let extra op bij bruggen, begroeiing, watervogels en kistwerken. Pas op voor windwakken. Wees extra alert op plekken waar waterwegen samenkomen en waterinlaatplaatsen van gemalen. Let op kleurverandering van het ijs. Wees bij een laag sneeuw extra voorzichtig: de onderlaag is volkomen onzichtbaar. Ga bij twijfel altijd terug.

Als je zelf of een ander door het ijs zakt

De ijsrand is waarschijnlijk het dikst aan de kant waar je vandaan kwam, tenslotte hield het ijs daar nog wel. Ga dus terug. Uit een wak op het ijs klimmen is heel lastig. Ijs is spiegelglad door het laagje

water erop, daarnaast zullen de randen vaak afbreken. Je kunt uit het water komen door horizontaal in het water te gaan liggen, zwembewegingen te maken met uw benen en jezelf met behulp van de priem op het ijs te trekken. Je zult merken dat de ene priem daar voldoende voor is. Je andere hand heb je daarnaast vrij om bijvoorbeeld je natte spullen uit de weg te duwen. Schuif op je buik weg van het wak. Wanneer je op enige afstand van het wak bent kun je weer proberen te gaan staan. Dichtbij het wak zal het ijs vaak te dun zijn.

Dé angstvraag is altijd: waar moet je naar toe zwemmen als je onder het ijs geschoten bent? Ter geruststelling: het zal maar heel weinig voorkomen dat je onder het ijs terechtkomt. Mocht dat toch het geval zijn: zoek dan naar het verschil. Licht er sneeuw op het ijs, dan zal het ijs donkerder zijn dan het wak. Is het mooi zwart, dus doorzichtig ijs, dan zal het wak met het bewegende water er donkerder uitzien.

Wat doe je als een ander door het ijs gezakt is? Denk altijd om je eigen veiligheid. Blijf op afstand van het wak. Wanneer ook jij in het water komt te liggen wordt het probleem alleen maar groter.

Je rolt het werptouw uit, neemt de lus in de ene hand en scheert het touw met een paar ruime lussen weer op. Dan gooi je de kant met het rubberen handvat naar de drenkeling toe. Als de drenkeling het handvat vastgepakt heeft, roep je hem toe horizontaal in het water te gaan liggen en met zijn benen zwembewegingen te gaan maken. Tegelijkertijd trek je aan het touw. Zorg ervoor dat de drenkeling niet te dicht bij het wak weer op het ijs gaat staan.

Bind indien nodig meerdere reddingslijnen aan elkaar of bind er een sjaal, jack of lange broek aan. Verzwaar het gooi-einde met bijvoorbeeld een schaatsbeschermer om het gooien te vergemakkelijken.

Vragen en verder informatie

Informatie is te vinden op www.veiligheidopnatuurijs.nl van de Stichting Veilig Natuurijsverkeer of via de site van de KNSB: www.knsb.nl/toerschaatsen.

Een veiligheidsset kun je kopen bij de schaatsspecialist of via de Stichting Veilig Natuurijsverkeer te Amsterdam.

Contact met de Stichting Veilig Natuurijsverkeer kun je krijgen door te schrijven of e-mailen.

Stichting Veilig Natuurijsverkeer
Oostenburgervoorstraat 306
1018 MR Amsterdam

Contact:

veiligheid.op.natuurijs@gmail.com



KNVB start CP-Talentteam

Eind augustus is de KNVB, in samenwerking met Pluryn-Werkenrode, begonnen met een C(erebrale)P(arese)-Talentteam. Dit CP-Talentteam bestaat uit spelers uit de KNVB Nationale CP-jeugdselecties.

De spelers met een Cerebrale Parese kiezen voor een topsportontwikkeling waarbij ze vier keer per week trainen onder begeleiding van de KNVB-coach van het CP-team onder negentien. Van de 25 jonge deelnemers aan het talentontwikkelingstraject wonen er negentien intern op Werkenrode in Groesbeek. Daar wonen ze gezamenlijk in een paviljoen dat speciaal is ingericht om jonge topsporters optimaal te begeleiden in een Paralympisch traject. Daarnaast volgen alle voetballers een opleiding. Dit kan op Werkenrode, maar ook op het Cruijff College in Nijmegen. Het doel van het CP-Talentteam is om spelers op te leiden voor het Paralympische Voetbalteam zodat daarmee de jacht op medailles kan worden ingezet.

Wat is het?

CP-voetbal (internationaal Football 7-a-side genoemd) wordt gespeeld door voetballers die als gevolg van een hersenbeschadiging een motorisch probleem hebben. De beschadiging is meestal het gevolg van een geboortetrauma (Cerebrale Parese).

In aanmerking komen ook voetballers die op latere leeftijd een hersenbloeding, herseninfarct of hersentumor hebben gehad. Spelers die in coma hebben gelegen en hier een licht motorisch probleem aan hebben overgehouden behoren eveneens tot de doelgroep.

CP-voetbal is een sport die alleen internationaal (Europees-, Wereldkampioenschap en Paralympisch) beoefend kan worden. Er wordt zeven tegen zeven gespeeld op een kleiner voetbalveld (75m x 55m), het doel is ook kleiner (5m x 2m).

Er wordt gespeeld volgens de regels van de FIFA, waarbij enkele spelregels (géén buitenspel en inrollen) zijn aangepast. De spelers van het Nederlands CP-voetbalteam spelen allen voetbal bij een reguliere club.

Talent op school?

Als vakleerkrachten LO een sportieve CP'er herkennen met het nodige voetbaltalent, dan kan de speler worden doorverwezen naar Bondscoach Marcel Geestman (marcel.geestman@knvb.nl) of naar de teammanager van de jeugdselecties Tom Langen (tom.langen@knvb.nl).





Voetbaldag (voortgezet) speciaal onderwijs

Ieder jaar organiseert de KVLO in nauwe samenwerking met de KNVB met ondersteuning van studenten van het ROC Midden Nederland met veel succes de landelijke voetbaldag voor het (voortgezet) Speciaal Onderwijs cluster 3-scholen. De organisatie van dit toernooi wordt mede mogelijk gemaakt door een financiële bijdrage van de Johan Cruyff Foundation.

Op vrijdag 1 juni 2012 wordt alweer de zesde editie van deze voetbaldag gehouden op het KNVB sportcentrum in Zeist. Het belooft weer een prachtige dag te worden die wordt opgeluisterd door de aanwezigheid van 'Dutchy' en 'Cruyffie'. Tussen de wedstrijden door kunnen de kinderen deelnemen aan een aantal side events en de prijsuitreiking zal verricht worden door een bekende Nederlander.

Deelnemen

Scholen die willen deelnemen, moeten zich conformeren aan de aangepaste spelregels. Er wordt bij de poule-indeling onderscheid gemaakt in twee niveaus, een B- en een C-niveau. De leeftijdsgrens voor deelname is 10-14 jaar! Er kan met maximaal twee teams worden ingeschreven.



Inschrijven

De inschrijving is geopend van 1 januari tot 15 februari 2012. Inschrijven kan alleen digitaal via de website www.kvloschoolsport.nl. Gezien de grote belangstelling de afgelopen jaren adviseren wij de scholen snel in te schrijven. Begin maart 2012 krijg je een definitief bericht van deelname.

Contact: ton.winkels@kvlo.nl



Waarom we sporten en onze spieren *pijnigen*

Het nieuwe jaar komt eraan. We hebben weer allerlei goede voornemens. We vinden weer de weg naar de sportschool, het sportveld of de ijsbaan om lekker te gaan sporten. Nederlanders die na de vakantie meer gaan sporten doen dit met name om de overtollige vakantiekilo's er weer af te sporten (11%) of om conditie op te bouwen voor het sportseizoen (11%). Dit enthousiasme leidt echter vaak tot een extra dosis spierpijn! Maar is die spierpijn nou een goed teken? Het antwoord op deze en nog veel meer andere sport- en spierpijn vragen komt naar voren uit een sportonderzoek dat onder ruim duizend Nederlanders is gehouden.

Door: Mediaexplain

Nederlanders sporten over het algemeen om een betere conditie op te bouwen (62%) en omdat we ons er beter door voelen (52%). Ook sport een aanzienlijk deel van de Nederlanders voor het sociale contact (19%). Vrouwen geven vaker aan dat afvallen een belangrijke motivatie is om te sporten (33% t.o.v. 24% bij de mannen).

Sportsmoesjes top 3

Naast alle redenen om te gaan sporten hebben we natuurlijk ook altijd een smoesje om *niet* te hoeven gaan. De smoesjes top 3:

- 1 moe/futloos zijn
- 2 geen tijd hebben
- 3 regen.

Liever alleen dan samen

Ruim de helft van de Nederlanders sport minimaal 1x per week. 44% van de sporters doet dit het liefst alleen. 56% sport het liefst in teamverband, met een vast sportmaatje of in een groep. Vrouwen geven aan het liefst doordeeweeks te sporten (61%). Bij de mannen ligt dit percentage lager op 49%. Mannen sporten aanzienlijk meer doordeeweeks én in het weekend (39%). Ook het favoriete moment op de dag om te sporten verschilt. Mannen sporten het liefst aan het begin van de avond (44%). Voor vrouwen is de ochtend het favoriete sportmoment (39%) al scheelt dit niet veel met het begin van de avond (34%).

Stinkende medesporters en hoog opgetrokken witte sokken

Al deze sportieve activiteiten brengen ook ergernissen met zich mee. Uit het onderzoek blijkt dat met name agressieve medesporters en persoonlijke spullen die worden gestolen irritatie opwekken (beiden 34%). Mannen ergeren zich meer dan vrouwen aan medesporters die stoer doen (32% om 26%). Vrouwen storen zich meer aan stinkende sportruimtes en stinkende medesporters (33% en 26%). Bij mannen stoort respectievelijk 21% en 17% zich hieraan. Sporten met een blote buik/bast vinden de meeste Nederlanders echt niet kunnen (22%). Ook hoog opgetrokken witte sportsokken en het niet dragen

van een sport BH zijn een absolute 'no go' zegt 15% en 13% van de ondervraagden.

Nederlander: spierpijn is positief signaal!

Sporten gaat, zeker na een langere periode van rust, vaak gepaard met spierpijn. Spierpijn is niet ernstig maar wel lastig. Met name 's ochtends, als je spieren nog niet warm zijn en lang in rust zijn geweest, hebben de meeste mensen er last van (49%). 52% van de mensen vindt spierpijn een positief signaal omdat men dit als teken ziet dat hij/zij goed zijn best heeft gedaan. In werkelijkheid is spierpijn een signaal van je lichaam dat je je spieren, pezen en gewrichten te zwaar hebt belast. Tijd om rustig aan te doen dus en je spieren tijd te geven om te herstellen.

Tips

Wat kan je doen om zo snel mogelijk van je spierpijn af te komen? Nederland geeft tips:

- 1 een warm(e) bad/douche
- 2 (rek) oefeningen doen
- 3 blijven bewegen/sporten maar minder intensief
- 4 rust houden.

Ook bestaan er gels die herstel van belaste of stijve spieren stimuleren. Onder andere plantaardige bestanddelen bevorderen de doorbloeding van zwaar belaste, gevoelige en stijve spieren.

Weetjes

- De maanden mei (72%), april (69%), september (67%) en juni (63%) zijn de meest populaire sportmaanden.
- 19% van de vrouwen zou Sven Kramer wel een sportmassage willen geven. Bij de mannen gaat de voorkeur voor een sportmassage met 18% uit naar Naomi van As.
- 43% van de vrouwen vindt een hippe sportoutfit niet echt belangrijk. De sportkleding moet vooral functioneel zijn.
- 43% van de mensen sport gewoon door met spierpijn. Wel minder intensief dan normaal.
- Meer dan de helft (57%) van de Nederlanders sport soms tot vaak op het vakantieadres.





FOTO'S: INTERNET



Toelichting op het onderzoek

Het aangehaalde onderzoek is in opdracht van Spiroflor Sport Warm uitgevoerd onder 1006 Nederlanders van 18 jaar en ouder. Het onderzoek is representatief op zowel geslacht als leeftijd en is uitgevoerd door Mediasplain* Research. Mediasplain* werkt uitsluitend

met gecertificeerde (internationale) onderzoek- en veldwerkbureaus die zich committeren aan Esomar richtlijnen en zijn aangesloten bij de Nederlandse Marktonderzoeksassociatie (MOA). Dit borgt de garantie voor onafhankelijkheid en kwaliteit van de dataverzameling.



En verder

De uitgelichte onderwerpen in 2012

Dit is een overzicht van de onderwerpen, de topics, die extra belicht worden in de nummers 1 tot en met 5 van de Lichamelijke Opvoeding in 2012. Als je denkt daarover iets te kunnen schrijven wordt je van harte uitgenodigd contact op te nemen met de redactie.

De nummers komen op de laatste zaterdag van iedere maand uit en de kopij dient een maand eerder binnen te zijn. Behalve voor LO 1, daarvan is de inleverdatum al verstreken in verband met de kerstvakantie.

Topics 2012

- 1 Toekomstvisie
- 2 Nationale Sportweek
- 3 Gezonde school (BO en mbo) rol van bewegen daarin
- 4 Buitenspelen / buitensport
- 5 150 jr KVLO.

Afdelingen

West-Brabant

De afdeling West-Brabant informeert haar leden sinds enige tijd uitsluitend via email. Helaas is 25% onbereikbaar door een verouderd of ontbrekend e-mailadres.

Willen de leden van de afdeling die in november géén e-mail omtrent een golfactiviteit hebben ontvangen, hun (vernieuwde) e-mailadres met vermelding van naam, adres en afdeling sturen naar ledenadm@kvlo.nl

Contact:

redactie@kvlo.nl



FOTOS: INTERNET



Tegenwoordig worden we overstelpt met nieuws over de Euro-crisis. Kranten en nieuwsprogramma's op TV berichten volop over de Griekse en Italiaanse financiële problemen, die als we de PVV mogen geloven uiteindelijk ook ons gaan raken. Wat mij als sportfanaat dan altijd weer opvalt is dat de crisis in de sport nog niet zozeer heeft toegeslagen. Amerikaanse basketballers (de NBA ligt door een staking op zijn gat) spelen een aantal weken in de Griekse en Italiaanse competities voor bedragen waar wij als gymleraren tien jaar voor de klas voor moeten staan. Is dit een voorbeeld van de juiste prioriteiten stellen of houden die Grieken en Italianen ons gewoon voor de gek en zijn er nog voldoende euro's in het land? Ach ja, in ieder geval hebben de Grieken en Italianen nog iets om plezier aan te beleven.

Persoonlijk maak ik mij niet zulke grote zorgen dat er uiteindelijk geen oplossing wordt gevonden voor de Euro-crisis. Ik maak mij echter wel zorgen over de oplossing die wordt gekozen. Een signaal is wat dat betreft de huidige stand van zaken in de Champions League: twee Duitse ploegen (Bayern München en Bayer Leverkusen) hebben zich al geplaatst, een derde maakt nog een goede kans (Borussia Dortmund). Is dat een eerste signaal voor een Duitse overheersing in Europa? Wie het geld heeft, heeft de macht, toch? Een Oost-Europese diplomaat heeft al geroepen 'begin maar vast met Duits leren' lees ik zojuist in de krant. In ieder geval gaat het in het voetbal al jaren op dat de clubs met het meeste geld de dienst uitmaken. Zowaar zie ik zelfs mogelijkheden voor Nederlandse clubs weer een rol te gaan spelen op het Europese hoofdpodium. Investeren in de jeugdopleiding, heeft Crujff dan toch weer gelijk?

De zorgen die ik heb gaan dus gepaard met een Duitse overheersing. Ik stam nog uit een tijd dat een behoorlijk deel van de literatuur op de ALO in het Duits was. Der Atlas der Anatomie, zum

Beispiel. Bij de toelatingstest (waar testen ze tegenwoordig nog eigenlijk op vraag ik me ook wel eens af) was het eigenlijk meer van belang hoe je beheersing was van de Duitse taal dan je motorische vaardigheden. Fijne herinneringen bewaar ik niet aan de vakken met Duitse literatuur en ik moet er toch niet aan denken dat op mijn oude dag Duits de voertaal wordt. Een nog grotere vrees heb ik voor de inhoud van ons vak. Bij Duitsland denk ik namelijk altijd nog aan de woorden 'ausdauer', 'Führer' en 'Turnvater Jahn'. Ik zal niet verklappen op welke academie ik mijn opleiding heb genoten maar een behoorlijk aantal docenten voelde zich bij deze woorden erg thuis. Prestaties leveren en fysieke fitheid, dat was het grote doel! Het beeld dat ik daarom heb gekregen van de Duitse

gymles is daarom niet al te positief. Dus lieve hardwerkende politici, doe de Nederlandse leerlingen en de vakdocenten een plezier en houdt onze oosterburen een beetje op afstand. Een klein stapje vooruit betekent anders namelijk vijf stappen terug voor ons vak!

CRISIS

Mery Graal



Studiedag

Bewegen, Sport en Maatschappij voor havo en vwo 2012 (6)

K

KVLO en SLO organiseren op donderdag 22 maart 2012 de landelijke studiedag BSM voor havo en vwo. Ieder jaar proberen we weer een interessant programma te bieden en gelegenheid te geven om ervaringen uit te wisselen. De studiedag wordt dit jaar gehouden op RSG 't Rijks in Bergen op Zoom.

We hebben voor het zuiden gekozen, omdat vorig jaar ongelukkigerwijs de studiedag in de carnavalsvakantie viel. Het doet ons een groot genoegen om weer veel praktijkworkshops aan te kunnen bieden voor zowel beginnende als gevorderde docenten die BSM geven.

Programma

Vanaf 13.00 uur	Ontvangst
13.15 uur	Opening
	Presentatie nieuwe methode BSM: Be Sports-Minded
14.00 – 15.30 uur	Workshopronde 1
15.30 – 15.45 uur	Theepauze
15.45 – 17.15 uur	Workshopronde 2
17.15 – 17.30 uur	Demonstratie biketrail
17.30 – 18.30 uur	Eenvoudig diner
18.30 – 20.00 uur	Workshopronde 3
20.00 – 20.15 uur	Evaluatie en napraten met een drankje en hapje

Voor de volledige omschrijving van de workshops en voor het inschrijven kun je terecht op de site van de KVLO www.kvloscholing.nl.

Vooraankondiging studiedag VO

Op 7 juni 2012 zal, op het sportcentrum nabij de HAN in Nijmegen, de volgende landelijke KVLO/ALO studiedag voor het voortgezet onderwijs plaatsvinden. Het thema is 'Passie voor bewegen en sport een leven lang'. Noteer de datum vast in je agenda. Meer informatie volgt binnenkort.

Scholingen van afdelingen en opleidingsorganisaties

De inschrijving staat open voor de clinic waterpolo tijdens het EK Waterpolo. Deze clinic wordt gehouden op zaterdag 21 januari in het Pieter van den Hoogenband Zwembad in Eindhoven en staat open voor docenten LO. Op de website 150 jaar KVLO kunt u meer informatie lezen en ook inschrijven.

NK Schoolteams Ski & Snowboard

21 januari 2012 NK Schoolteams Ski&Snowboard voorrondes op diverse Locaties

De **puntenwaardering** voor de **KVLO-Registratie** staat bij de **studiedagen** op deze scholingspagina's **tussen haakjes** vermeld.

31 maart 2012 NK Schoolteams Ski&Snowboard finale te Huizen N.H. Een link naar de webpagina:

http://www.nskiv.org/wedstrijden/nk_schoolteams_ski_%252526_snowboard/ of kvloweb.nl

Op de webkalender vindt u nog meer interessante scholingen en evenementen van de diverse afdelingen en opleidingsorganisaties.

Digitaal KVLO-portfolio

Meer dan 1200 KVLO-leden zijn lid van het Initieële 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, gebruikmaken 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@KVLO.nl](https://twitter.com/KVLO.nl)

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

Contact:

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

'HOE FITTER, HOE SLIMMER'

Kinderen in de basisschoolleeftijd verbeteren met minimaal één uur bewegingsonderwijs per dag hun leerprestaties. Tot die conclusie komen bewegingswetenschappers van de Rijksuniversiteit en het Universitair Medisch Centrum Groningen na tien jaar onderzoek - 'Hoe fitter, hoe slimmer' - op verschillende scholen in Noord-Nederland.

Regelmatig bewegen leidt onder meer tot verbeterde doorbloeding van de hersenen. Ook wordt bij complexe bewegingsvaardigheden gebruik gemaakt van dezelfde hersengebieden als bij hogere cognitieve competenties.

Fittere kinderen zijn volgens Visscher beter in problemen oplossen, ze letten beter op tijdens de les, maken bewustere keuzes en vallen op door doelgericht gedrag. 'Ze weten eerder wat ze moeten doen om te bereiken wat ze willen.'

Volkscrant 14-12-2011

Harry Evers geridderd

Tijdens de wintervergadering nam KVLO-icoon Harry Evers afscheid van het KVLO-bestuur waar hij vicevoorzitter was, en van de Federatie Onderwijsbonden binnen het CMHF, waar hij jarenlang de voorzittershamer hanteerde. Harry werd toegesproken door vertegenwoordigers van de CMHF, de Federatie Onderwijsbonden en de KVLO. Vanwege zijn grote verdiensten voor de KVLO verleende voorzitter Jan Rijkstra hem het erelidmaatschap van de vereniging. Als hoogtepunt van de middag sprak de burgemeester van Culemborg, die hem namens Hare Majesteit mocht onderscheiden als Ridder in de Orde van Oranje Nassau.

KOERSBEPALING

De leden van de KVLO hebben via hun bestuursafgevaardigden een besluit genomen over de toekomstige koers van onze unieke vereniging die momenteel maar liefst 10.000 leden telt. Ongeveer 90% van de gymleraren is lid van onze vakorganisatie die ook als vakbond, aangesloten bij de CMHF, de grootste lerarenvereniging van Nederland is. Na een jaar van verkenningen over de koers met haar leden, wil de vereniging zich niet alleen richten op het bewegingsonderwijs in de school, maar zich in het belang van het lerende kind ook nadrukkelijker bemoeien met de kwaliteit van het bewegen rondom de school en de professionals die zich daarmee bezighouden, zoals sportbuurtcoaches (combinatiefunctionarissen die meestal tevens vakleerkrachten zijn) die de verbinding moeten maken tussen de school en de sport (in de buurt) en leraarondersteuners op mbo-niveau.

ONDERDEEL FEESTELIJKHEDEN

In het kader van het 150-jarig bestaan van de KVLO zal er in de Nationale Sport Week (van 21 tot 28 april 2012) een poging worden gedaan om gedurende de week zo veel mogelijk schoolgaande jongeren in beweging te krijgen. Donderdag 26 april zal voor de landelijke media het hoogtepunt zijn en op 28 april maken we de uitslag van de poging bekend.

We gaan deze poging samen doen met het NOC*NSF dat in 2012 100 jaar bestaat.

BUREAUSLUITING

Het bureau zal gesloten zijn van vrijdagmiddag

23 december 15.00 uur tot en met 1 januari 2012.

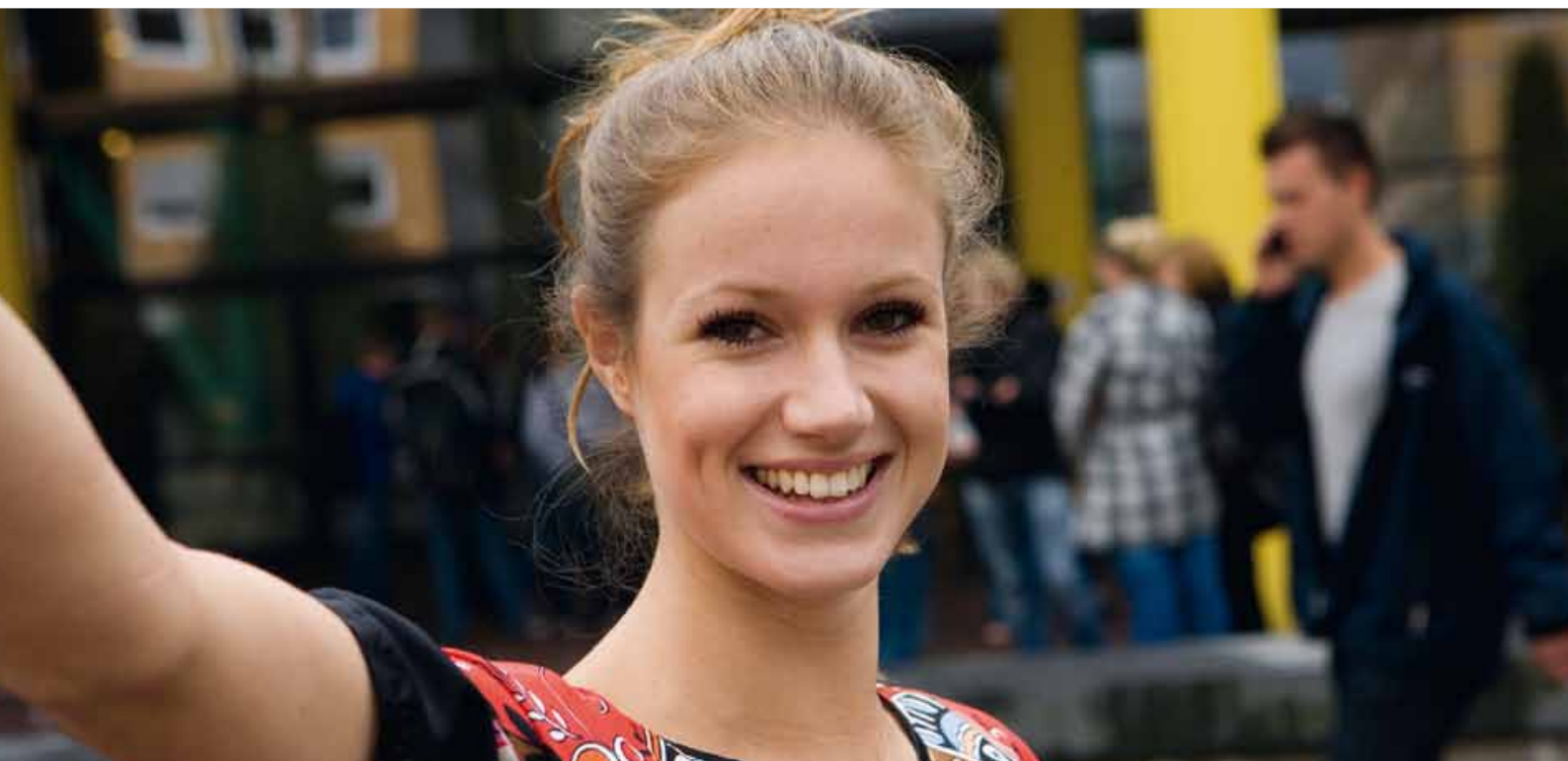
Bestuur, staf en medewerk(st)ers wensen jullie fijne feestdagen en een voorspoedig en sportief 2012.



Wijziging van taakbeleid: wat vindt de rechter?

De directie van het Vincent van Gogh in Assen heeft het systeem van taakbeleid gewijzigd zonder dat daarvoor de benodigde 2/3 meerderheid van het personeel is verkregen. Ondanks de vele protesten van werknemers en de vertegenwoordigers van AOB, CNV Onderwijs en KVLO/CMHF voerde de directeur de wijziging (bij wijze van proef) toch door. kvlo.nl

Redactie: Hans Dijkhoff



Basiscursus Motorische Remedial Teaching

Per februari 2012 start Windesheim met de basiscursus MRT. De cursus richt zich op het omgaan met verschillen tussen leerlingen en het bieden van speciale leerlingenzorg in het bewegingsonderwijs.

Aansluitend op uw eigen praktijk biedt de cursus ondersteuning in het opzetten en/of uitbouwen van MRT

op uw eigen school. U kunt na de cursus beter observeren welke bewegingsachterstand kinderen hebben.

1 bijeenkomst per maand

Met één bijeenkomst per maand en opdrachten in de eigen praktijk, bieden we u de kans om uw kennis en ervaring met speciale leerlingenzorg in het bewegingsonderwijs uit te breiden. De cursus duurt 10 maanden.

Informatie en aanmelden

Kijk voor meer informatie en aanmelden op onze website: www.windesheim.nl

Of neem contact op met Corina van Doodewaard via het Windesheim Informatiecentrum:

0900 - 8899, info@windesheim.nl





Schelde Sports
Superior by Design



- Online catalogus
- Online offertes aanvragen
- Online bestellingen plaatsen

**Bezoek onze
nieuwe website**

Tel. 0113 - 315100 • info@scheldesports.nl • www.scheldesports.nl