LICHAMELIJKE OPVOEDING
3
KONINKLIJKE VERENIGING VAN LERAREN LICHAMELIJKE OPVOEDING
jaargang 98 - 26 MRT. 2010



Topic: Vernieuwde didactische aanpak in ons vak

Aandacht voor ZML-onderwijs

Praktijk met videobeelden

Over het beroepsregister

KVLO



Wij blijven bij de les

Luisteren naar u. We willen immers blijven leren. Altijd alert op verbeteringen en vernieuwingen. Dit vormt de basis voor uitdagende inrichtingsconcepten en multifunctionele toestellen.

janssen · fritsen

van educatie tot wereldprestatie

www.janssen-fritsen.nl

INHOUD

Topic

Vernieuwde didactische aanpak in ons vak

De laatste decennia is er heel wat veranderd in onderwijsland. Of dat het leren allemaal ten goede is gekomen is de vraag. De vernieuwingen van de laatste veertig jaar worden beschreven. Een ander artikel stelt je vragen over hoe je je werk doet. Wat voor visie zit er achter je handelen, of denk je daar nooit over na?
Ruim aandacht voor onderwijs aan zeer moeilijk lerenden. Het is voor het eerst dat in deze vorm daarvoor een boek verschijnt. Tot slot de uitwerking van enkele toetsvoorbeelden van BSM.



06 Maar wat is goed leren bewegen? / *Edwin Timmers*

10 Vaksectie-quiz: doet 'hoe' er nog toe? / *Berend Brouwer*

16 Bewegingsonderwijs aan ZML / *Marco van Berkel e.a.*

26 Individueel gooien en vangen in tchoukframe / *Marco van Berkel e.a.*

38 BSM toetsvoorbeelden / *Eric Swinkels*

Praktijk

22 Werkzame beelden van digitale weelde / *Maarten Massink*

26 Individueel gooien en vangen in tchoukframe / *Marco van Berkel e.a.*

28 Vakwerkplan bewegingsonderwijs 'De Lesbrieven' / *Harry van der Meer en Dennis Louter*

34 Springen op een luchtgevulde tumblingbaan in het bewegingsonderwijs (2) / *Peter van Brunschot en Christa Krijgsman*



Rubriek

05 | Eerste pagina
20 | De IRP-praktijk
47 | Webredactie
47 | Schoolsport / Uitnodiging KVLO Golf Trophy
49 | Boeken
51 | Boeken
52 | Scholing
53 | Column / De te weinig actieve vmbo'er
54 | Laatste pagina

En verder

42 Over gym en alternatieve vormen van bewegen met name Biodanze / *Kees Kaldenbach*

50 Beroepsregister, ja natuurlijk! / *Hilde Bax*



KVLO webkring

FOTO OMSLAG: ANITA RIEMERSMA

PRAKTIJKCOVER: HANS DIJKHOFF

De grote gratis! catalogus



Meer dan 300 pagina's !

- Exclusieve producten uitsluitend bij SPORT-THIEME
- Meer dan 15.000 artikelen
- 31 dagen teruggaverecht
- Lage verzendkosten

thuiswinkel waarborg
Sport-Thieme is lid van de Thuiswinkel-organisatie

Nu bestellen: 0297-807877

SPORT-THIEME®

Schoolsport · Sport in verenigingen · Fitness · Therapie

Sport-Thieme bv · 3641 RP Mijdrecht · www.sport-thieme.nl
Telefoon: 0297-807877 · Fax: 0297-807878 · info@sport-thieme.nl

0310601

elswout AssurantieGroep nva lid

Veel verzekeringsvoordeel voor KVLO leden!

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

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

www.kvloverzekeringen.nl

KVLO verzekeringen is een samenwerking tussen Elswout AssurantieGroep en de KVLO

Kroonprins breekt lans voor gymdocent



DOOR GERT VAN DRIEL

Aan het eind van de Olympische Winterspelen wordt door velen teruggeblikt op het verloop van de spelen en op het al dan niet gehaalde succes. Een tiende plaats in het medailleklassement is voor een klein land als Nederland natuurlijk een goede prestatie. En we kunnen NOC*NSF en meer in het bijzonder onze oud-collega en chef de mission Henk Gemser zeker feliciteren met dit optreden.

Bijzondere aandacht kreeg ook het interview aan het eind van de spelen met kroonprins Willem Alexander. De uitspraak van de kroonprins in het interview met Mart Smeets dat er nu toch eindelijk maar eens echte vakleerkrachten voor gymnastiek op een basisschool moeten komen was ons natuurlijk uit het hart gegrepen. Daar pleit de KVLO immers al jaren voor. De kroonprins sprak zijn verwondering uit over het feit dat hij al in 1996, met instemming van het ministerie van OCW had gesproken over de invoering van vakleerkrachten in het basisonderwijs en dat dit er tot op heden nog steeds niet van is gekomen. Van vele kanten is met instemming gereageerd op deze spontane steun van de kroonprins voor het goed geven van bewegingsonderwijs.

Opvallend waren de negatieve reacties van de woordvoerders van de PO-Raad en CNV Onderwijsbond in Trouw. Organisaties die enkele maanden geleden nog medeondertekenaars waren van het Convenant Gezond gewicht, waarbij voor het deelconvenant onderwijs wordt gepleit voor de invoering van vakleerkrachten in het basisonderwijs.

De bezwaren van beide organisaties zijn drieledig:

- Vakleerkrachten zouden duurder zijn dan groepsleerkrachten. De salariskosten van beide functionarissen zijn echter gelijk. Uit een laatste onderzoek van het Cito blijkt dat inmiddels 60% van de basisscholen al beschikt over een vakleerkracht. In een aantal grote steden zelfs al 90%. Kennelijk past de vakleerkracht daar wel binnen de financiële kaders van het onderwijs.
- Het zou roostertechnisch omslachtig zijn. Hogere kosten kunnen ontstaan wanneer sprake is van dubbele roostering: naast de vakleerkracht blijft ook de groepsleerkracht op de groep. Voorbeelden van de KVLO laten zien dat dit echter niet nodig is en dat bij slim organiseren 'ontdubbelen' mogelijk is. Ook dit wordt in de praktijk op vele scholen toegepast.
- Tenslotte zou een gewone groepsleerkracht beter in staat zijn te zorgen voor een goed pedagogisch klimaat. Bij mijn weten een nooit echt onderzocht feit. Men gaat er dan vanuit dat een groepsleerkracht, die de kinderen dagelijks meemaakt, beter kan inspelen op specifieke noden van kinderen. Toch zijn er allerlei voorbeelden waarbij goed bedoelende groepsleerkrachten door een gebrek aan vakkennis bijdragen aan een slecht bewegingspedagogisch klimaat. Wat wel blijkt uit recent onderzoek is dat de vakleerkracht een breder onderwijsaanbod verwezenlijkt dan de groepsleerkracht en ook dat er meer aandacht wordt besteed aan procesmatige aspecten (reguleringsdoelen) van het bewegingsonderwijs. Zeker mag van de moderne vakleerkracht, aangesteld als combinatiefunctionaris aan één school, worden verwacht dat hij/zij de kinderen kent en rekening kan houden met specifieke (bewegings)pedagogische vragen.

De woordvoerders van CNV Onderwijs kwalificeren de uitspraken van onze kroonprins als dom. Maar hoe moeten de uitspraken van deze bestuurders worden gekwalificeerd, als ze zo slecht zijn geïnformeerd en kennelijk de verbeelding missen om mee te dromen met een Olympische droom.

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

Redactie: Hans Dijkhoff (hoofdredacteur) Maarten Massink (praktijkredacteur) Jacqueline Tangelder (redactiemedewerkster) **Redactieraad:** Hilde Bax, Marianne van Bussel, Lars Borghouts, Frank Jacobs, Mark Jan Mulder, Chris Mooij, Jorg Radstake, Sebastiaan Platvoet. **Redactieadres:** KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, e-mail: redactie@kvlo.nl **Abonnement Lichamelijke Opvoeding:** Jaarabonnement € 60,– (buitenland € 80,–) Losse nummers € 3,– (excl. verzendkosten) **Handelsadvertenties:** Bureau Van Vliet BV, Passage 13-21, Postbus 20, 2040 AA Zandvoort, fax: 023 571 7680 e-mail: zandvoort@bureauvanvliet.com www.bureauvanvliet.com **Verschijningsdata 2010:** 29 jan., 26 feb., 26 maart, 30 april, 28 mei, 25 juni, 27 aug., 24 sept., 29 okt., 26 nov., 17 dec. **Druk:** Drukkerij Ten Brink Meppel, Postbus 41, 7940 AA Meppel. Tel.: 052 285 5111. **Vormgeving+Opmaak:** FIZZ reclame+communicatie, Stationsweg 44a, 7941 HC Meppel. Tel.: 052 224 6162. Aanbieding en plaatsing van teksten en foto's houdt tevens mogelijk gebruik op de KVLO-website in, uiteraard met vermelding van auteur en fotograaf. Overname van artikelen is alleen toegestaan met bronvermelding en na goedkeuring van de auteur. De redactie is verantwoordelijk voor de samenstelling. Niet alle artikelen behoeven de (volledige) instemming van de redactie te hebben. Mededelingen vanwege de vereniging en artikelen, die het beleid van de vereniging raken, zijn voor verantwoordelijkheid van het hoofdbestuur. **Dagelijks bestuur KVLO:** G. van Driel, voorzitter - mw. drs. B. Zandstra, secretaris - mw M. G. van Bussel, penningmeester - H.K. Evers - e-mail: bestuur@kvlo.nl **Secretariaat Thomas Groepering:** Drs F. Huijboom, P. Potterstraat 26, 5143 GX Waalwijk, tel.: 041 633 3022, e-mail: fred.huijboom@wxs.nl. **Ledenadministratie:** abonnementen en personeelsadvertenties: KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist. fax: 030 691 2810, e-mail: ledenadm@kvlo.nl site: www.kvlo.nl. Opzeggingen dienen aangetekend te geschieden vóór 1 december van het lopende jaar (kandidaatleden vóór 1 augustus). De opzeggingen worden door de KVLO bevestigd. **Contributie KVLO:** zie de website of neem contact op met onze ledenadministratie **ISSN-nummer: 0024-2810 telefoon: ledenadministratie 030 693 7676, algemeen 030 692 0847. Bezoekadres:** Zinzendorflaan 9. **De afdeling rechtspositie is bereikbaar via e-mail: *irp@kvlo.nl* of telefoonnummer 030 693 7678**

Maar wat is goed leren bewegen?

De laatste veertig jaar zijn er veel ontwikkelingen binnen ons vakgebied geweest die bepalend zijn voor de richting waarin ons vak zich beweegt. Edwin Timmers heeft literatuuronderzoek gedaan naar deze vakontwikkeling in Nederland waarover hij je in dit artikel informeert. In dit nummer ook een bespreking van zijn boek.

Door: dr. Edwin Timmers

FOTO: INTERNET



Dit artikel beschrijft enkele aandachtspunten van de LO-vakontwikkeling in Nederland in de periode 1970-2010[1]. Het boek is gebaseerd op een uitgebreide literatuuranalyse en gesprekken met veel vakcollega's. Er zijn enkele redenen om deze historische schets vanaf 1970 te beginnen. Verschillende auteurs (Kramer, Lommen en Kugel) hebben de vakhistorie tot ongeveer 1970 uitputtend beschreven. Het is ongeveer het moment waarop unieke en dominante vaktheoretici zoals Gordijn, Groenman en Rijsdorp zich uit het vakdiscours terugtrekken. Er ontstaan in de loop van de jaren zeventig en tachtig geleidelijk groeperingen met onderling eensluidende, maar ten opzichte van elkaar onderscheidende opvattingen. Binnen die groeperingen nemen kartrekkers het voortouw, zoals bijvoorbeeld Crum, Kugel, Faber, Stegeman, Mooij, Brouwer en Timmers. Vanaf 1970 begint de sport in Nederland geleidelijk te veranderen. Van eenvormig wedstrijdgericht en beperkt in aanbod naar veelvormig wedstrijd- én recreatief gericht met een breed aanbod. Sport kan ook steeds meer veelzijdig worden beoefend. Zo kun je sporten om 'vergelijkend te presteren', maar ook om 'te showen'. Kortom: die in potentie veranderbare sport wordt ook voor gebruik in de school steeds aantrekkelijker. Vanaf 1970 nemen in het onderwijs de innovaties sterk toe. Er ontstaan door fusies grote scholengemeenschappen. Dat levert ook de wens op naar meer eenvormige onderwijssystemen. Het vak LO zoekt binnen al deze ontwikkelingen steeds naar een eigen positie.

LO in Nederland

De vakontwikkeling is in de genoemde periode een leerzame en productieve. Er is veel geschreven en onderzoek gedaan, visies/opvattingen en doelen zijn verwoord, onderwijsconcepten zijn uitgeprobeerd en natuurlijk is er vooral veel door leerlingen gesport en bewogen[1]. Leerlingen vinden LO een fijn vak omdat het een doevak is en vooral op beleving is gericht. Ze vinden zelf dat ze er voldoende leren. Vakleraren denken daar zelf vaak wat anders over. Omdat een gemeenschappelijke vaknorm over gewenste 'druk op leren' in breedte en diepgang ontbreekt, is veel acceptabel.
Vooral in de laatste twintig jaar zijn er vele voorbeeldprogramma's of -plannen voor korte en lange termijn gemaakt. Ze zijn bedoeld als referentiekader, maar geven tegelijk ook een inhoudelijke norm aan, van wat die auteurs tot 'goed onderwijs' rekenen. Bij onderzoek naar het effect en gebruik van plannen in de praktijk blijkt steeds dat er wel voor een korte periode (bv. tien weken, tussen twee vakanties) wordt gepland, maar zelden voor een langere periode. LO-leraren vormen op school vakgroepen, maar slechts bij één op de vijf vakgroepen zie je een gezamenlijk vakwerkplan. Meestal worden daarin alleen de bewegingsactiviteiten beschreven en niet de onderwijsaanpak. Dat laatste is opmerkelijk omdat het bij onderwijsontwikkeling juist meestal over een te veranderen didactische aanpak gaat. Bijvoorbeeld: hoe ga je in je onderwijs beter om met verschillen tussen leerlingen en hoe zorg je ervoor dat leerlingen meer zelfstandig en zelfsturend leren?
Samenwerkend leren en ontwikkelen in een vakgroep of lerarenteam wordt vanaf de jaren tachtig sterk aanbevolen, maar blijft in toepassing beperkt. Ondertussen is en blijft het imago van de vakleraar over het algemeen goed bij zowel directies, collega's van andere vakken als ouders. Ze worden gezien als goede organisatoren en begeleiders van leerlingen of studenten. Er is geen 'druk' op vakleraren om zich professioneel te blijven ontwikkelen. Ook meestal niet van de eigen vakcollega's binnen een school. Als iedereen over dat functioneren tevreden is, resteert alleen de eigen professionele norm en het eigen vermogen tot kritisch reflecteren. Eigen relatieve 'ontevredenheid' stimuleert de eigen ontwikkeling. Je ziet dat bij thans bij één op de zeven vakleraren.

LO in het onderwijs

Het onderwijs in Nederland wordt op hoofdlijnen aangestuurd. Scholen krijgen binnen die hoofdlijnen steeds beperkter ruimte om de onderwijsorganisatie, de inhoud (het wat?) en de aanpak (het hoe?) zelf in te vullen. In het begin van de jaren negentig wordt dat nog aan elke school(locatie) overgelaten. Later geven de inmiddels gevormde scholengemeenschappen vanuit hun directies meer gedetailleerde sturing. Als differentiatie, zelfstandigheid of competentiegericht onderwijs belangrijk wordt gevonden, zal elk vak in de school daarmee ook iets moeten doen[1].
Het onderwijs in het algemeen wordt in de loop van de jaren steeds meer indirect sturend. Het geeft leerlingen of studenten steeds meer en op vele momenten keuzemogelijkheden, maar zonder voldoende begeleiding omdat deze beperkt wordt. Het

vanaf de jaren negentig toenemend belang van zelfstandigheid, bevordert de aandacht voor het zelf 'leren hoe te leren' van de leerling in combinatie met het 'actief leren onderwijzen' van de leraar. Bij de rigoureuze doorvoering van een nieuwe aanpak gaat met name het nodige mis op het gebied van scholing en coaching van leraren. We leren ervan dat elk onderwijssysteem afgestemd moet zijn op de mogelijkheden van de doelgroep en er alternatieven in aanpak beschikbaar moeten zijn. Meer maatwerk dus.

LO in theorie en praktijk

Leerresultaten zijn het gevolg van totaalplaatjes[1]. Bijvoorbeeld de samenhang van het didactisch handelen van de lesgever, zijn/haar aanpak (het *hoe*), de mogelijkheden van de leerling en de activiteiten zelf (het *wat)*. Maar ook het didactisch handelen van de lesgever is een geheel van opvattingen, methoden, doelen, werkwijzen en manier van beoordelen. Dit laatste kun je een praktijktheorie noemen. Er zijn in het Nederlands taalgebied in de loop van de jaren drie vrij complete praktijktheorieën ontwikkeld: *kring* Zwolle, Groningen en Leuven[1]. Ze beschrijven de overeenkomsten in het denken en handelen van groepen vakleraren en vakdidactici en ze worden steeds verder ontwikkeld . Praktijktheorieën verschillen onderling in de breedte en diepgang van het leren en de mate van gewenste 'druk' op het leren van leerlingen.
De LO-theorie integreert theorieën van verschillende herkomst (pedagogiek, sociologie, leer- en ontwikkelingspsychologie e.d.) en vertaalt deze in direct bruikbare handelingsaanbevelingen voor de vakleraar en – sinds de jaren negentig – ook voor de leerling in het voortgezet onderwijs. Helaas is het theorieaanbod op opleidingen voor lichamelijke opvoeding vanaf de jaren zeventig sterk verminderd. Ook een brede theoretische oriëntatie van veel vakdidactici, de professionele vakontwikkelaars, is beperkter geworden. Verouderde theorieën of opvattingen blijven daardoor te lang als basis voor het werk dienen. Vernieuwing in het vak zie je in keuzes en volgordes van activiteiten, maar veel minder in onderwijsleermethoden of aanpak.
Een voorbeeld hiervan is de theorieontwikkeling en onderzoek op het gebied van neurofysiologie, leerpsychologie, sportfilosofie en trainingsleer. Deze toont aan dat bewust en onbewust leren bewegen samengaat. Het merendeel gebeurt onbewust. Technische en tactische principes of kernhandelingen zijn de *bewuste* ankerpunten. Een technisch principe bij het slaan bij soft- of honkbal is: 'kijk naar de bal en sla horizontaal'. Een tactisch verdedigingsprincipe bij doelspelen is 'blijf steeds tussen de man met bal en het doel'. De rest wordt vooral onbewust en al spelend geleerd. Die bewustheid zie je in de aanpak van leraren in de les beperkt terug.



FOTO: HANS DIJKHOFF

LO en sport

LO en (jeugd)sport hebben in de jaren zeventig en tachtig voor een deel van de vakwereld op gespannen voet met elkaar gestaan. Dat is vanaf de jaren negentig geleidelijk veranderd. De sport ontwikkelt zich namelijk van eenvormig, wedstrijdgericht en per stad of dorp beperkt in aanbod tot meer veelvormig, wedstrijd- en recreatief gericht en met vele sportvormen per stad of dorp. De sport kan ook veelzijdiger worden beoefend. Sporten wordt, gezien de veelvormig- en veelzijdigheid, nu als synoniem met spelen opgevat. De mens is op spelen ingesteld, maar of je ook werkelijk wilt gaan spelen, hangt af van persoonlijke motieven. Deze beïnvloeden je manier van sporten. Als je 'bewegen om te showen' belangrijk vindt, speel je anders, dan waneer je het 'presteren' belangrijk vindt. Sportvormen worden steeds meer als veranderbaar gezien. De (jeugd)sport heeft daardoor veel invloed gekregen op de keuze van de LO-activiteiten en de leervolgordes. Daar komt bij dat ruim 60% van de LO-leraren ervaring heeft met sporttraining en vaak ook sportrainerscursussen heeft gevolgd. Zij vooral introduceren sportvormen binnen de school.
Een sterke gerichtheid op conditieverbetering c.q. het verbeteren van fysieke basisvoorwaarden, zoals bijvoorbeeld coördinatie of uithoudingsvermogen, is binnen de LO in Nederland vrijwel achterwege gebleven. Het komt nu alleen nog aan bod binnen bijvoorbeeld een thema 'leren trainen' in de bovenbouw van het VO. Het beter leren basketballen bijvoorbeeld wordt veel belangrijker gevonden. In de sport speelt het benutten van transfer een belangrijke rol bij de

keuze van opeenvolgende sportactiviteiten. Daar kan de LO wat van leren.
LO beïnvloedt echter ook de sport. Met name binnen de jeugdsport ontstaat steeds meer aandacht voor het belang van het kind en de pedagogische verantwoordelijkheid van de sport. Aspecten daarvan zijn: het meer systematisch beïnvloeden van het leren (hoe te leren) sporten én het goed omgaan met verschillen.
De vakwereld in ons land is meer sportgericht óf meer bewegingsgericht[1]. Zes op de tien vakleraren voor dat eerste, drie op de tien voor dat tweede en een op de tien neemt een middenpositie in. Meer *sportgericht* bezig zijn betekent meer belang hechten aan de keuze van sport- en spelvormen, van volgordes en voor een ruime leertijd. Je wilt leerlingen dan ook in tien lessen vrijwel allemaal beter leren softballen. Meer *bewegingsgericht* bezig zijn betekent meer belang hechten aan het ervaren van essentiële bewegingsproblemen, het herkennen van bewegingsbedoelingen en het voldoende kunnen uitvoeren van een activiteit als totaliteit. Die activiteit kan een sport- of spelvorm zijn. Leerlingen ervaren en herkennen het probleem 'inblijven en uitmaken' door kennismaking met vormen als: tikspelen, rounders of driehonkensoftbal.


FOTO: HANS DIJKHOFF

LO en opleidingen

De vierjarige opleiding voor vakleraar lichamelijke opvoeding behoort in Nederland tot het hoger beroepsonderwijs en kent geen universitaire variant. De opleidingen zijn aanvankelijk zelfstandige instituten, maar vanaf begin van de jaren negentig zijn ze geleidelijk opgegaan in grote hogescholen. Hun cursusaanbod is uitgebreid met bijvoorbeeld opleidingen voor sport-, beweeg- en gezondheidsmanagement die geen van alle een onderwijsbevoegdheid oplevert. In die hogescholen overheerst steeds meer één bepaald onderwijssysteem, zonder aandacht voor de mogelijk- of wenselijkheden van studentpopulaties. Zo vinden om de drie jaar vrij ingrijpende structurele veranderingen plaats die voor veel onrust en weerstand zorgen en eerdere implementaties frustreren.


FOTO: INTERNET

Voor opleiders is vakontwikkeling op zich een kerntaak die op een wetenschappelijk verantwoord niveau moet kunnen worden gedaan[1]. De kwaliteit van de opleiders is op dit punt vaak onvoldoende. Slechts een kleine groep slaagt in die taak. Net als in de school (bij één op de vijf vakgroepen) lukt het ook opleiders slechts in beperkte mate hun vak samen te ontwikkelen. Er is te weinig overleg- en ontwikkeltijd. Opleiders hebben te maken met een hoge werkdruk en onvoldoende ontwikkelings- of scholingsruimte binnen hun baan. Daar lijkt geen verandering in te komen. Vakontwikkeling in opleidingen wordt vooral aan het persoonlijk initiatief en toeval overgelaten.
Vakleraren zijn in het algemeen goede begeleiders, organisatoren en effectieve beïnvloeders van het bewegingsgedrag van leerlingen. Hun didactische ontwikkeling of het lesgeven vindt veelal al doende plaats. Eens in de opleiding geleerd, blijft altijd zó gedaan. Vakdidactische ontwikkeling in de school is een kwestie van persoonlijk initiatief en waarop geen 'druk' wordt uitgeoefend.

LO en inhoudelijk vakbeleid

De primaire taak van de vakvereniging (KVLO) is de rechtspositionele belangen van vakleraren te behartigen en alert te zijn op het behoud of verbeteren van de positie van het vak in de verschillende onderwijstypen. Die taak is door de jaren heen prima uitgevoerd. De vakinhoudelijke ontwikkeling wordt samen met de opleidingen en het instituut voor leerplanontwikkeling in Enschede vormgegeven in studiedagen of nascholingscursussen. De meeste modelplannen voor de verschillende onderwijssoorten worden in Enschede gemaakt. Soms vindt planontwikkeling ook in een opleiding plaats. De richting van die

vakontwikkeling is een vrij spel van krachten, waaraan vakdidactici in wisselende projectsamenstellingen deelnemen en de regie instituutgebonden is. Er is geen landelijke regie[1]. De trits (plan) ontwikkeling, implementatie en (evaluatie)onderzoek vindt weinig plaats. De schoolgebonden vakwerkplanontwikkeling die aan het begin van de jaren tachtig werd gepropageerd is nog maar bij één op de vijf vakgroepen terug te vinden. Modelplannen kunnen daarbij als referentiekader dienen. De doorsnee vakleraar maakt alleen plannen voor een lessenreeks en lessenperiodes. Plannen voor de lange termijn, bijvoorbeeld een module voetbal, zie je weinig.
Voor zover vakdidactisch of bewegingsonderwijskundig onderzoek in Nederland plaatsvindt, is dat praktijkgericht totaalonderzoek. In begin tweeduizend is, na lange tijd, sprake van een opleving aan conceptueel en evaluatief vakonderzoek. Dat eerste staat internationaal bekend als educational design research. Het is een noodgedwongen keuze want op LO-gebied is geen geld, tijd en onderzoeker of instituut beschikbaar voor meer fundamenteel detailonderzoek. Het ontbreken van een langjarige, gezamenlijke en wetenschappelijke ontwikkeling van de vaktheorie maakt dat het vak de mogelijkheid mist om zich optimaal in het denken en doen van veel vakgenoten te ontwikkelen.

De gegeven vakhistorische beschrijving geeft aan wat in de afgelopen veertig jaar *goed* en *minder goed* is gegaan. Er zijn juich- en zorgpunten en van beide kunnen we leren. Wensen die we nu in 2010 hebben geformuleerd geven tegelijk aan wat mijn generatie (nog) niet (voldoende) heeft kunnen realiseren. De troost van onvoltooid werk is: het zal wel een dynamisch vak betreffen. En dat is 't.

1 Dr. E. Timmers, (2009). *De ontwikkeling van het (beter) leren bewegen en sporten op school van 1970 tot 2010.* Over lijnen en relaties in de vakdidactiekontwikkeling van de Lichamelijke Opvoeding in Nederland vanuit een bewegingsonderwijskundig perspectief. Nieuwegein: ARKO Sports Media. Het eerste exemplaar is tijdens de Thomas-oriëntatiedag in Tilburg op 11 december 2009 aan de voorzitter van de KVLO, Gert van Driel, aangeboden.

Correspondentie:

e.timmers6@chello.nl

ADVERTENTE





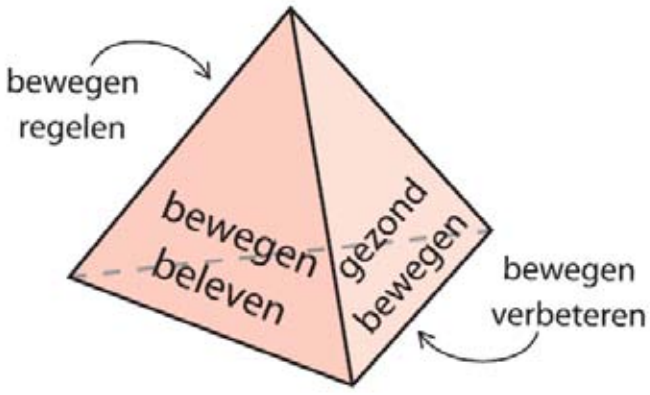
Vaksectie-quiz: doet 'hoe' er nog toe?

Het thema van de 42e Thomas Oriëntatiedag, die op 11 december 2009 op de Fontys Sporthogeschool in Tilburg weer gehouden was 'Doet HOE er nog toe?' Het thema werd ingeleid door de vaksectie bewegingsonderwijs en sport van de SLO, het landelijke kenniscentrum voor curriculumontwikkeling. Dit artikel is een bewerking van die inleiding. *Door: Berend Brouwer*

De grote 'doet het 'HOE' er nog toe' - quiz

Dit artikel heeft de vorm van een quiz. Je krijgt straks een aantal dilemma's voorgeschoteld en we vragenjeom daarover keuzes te maken. Er zijn geen goede en foute antwoorden, er zijn keuzes. Er is aan het eind ook geen winnaar. Het zou aardig zijn om de quiz samen met je vaksectie te doen. Eerst ieder voor zich en daarna met elkaar uitwisselen en bediscussiëren waarom collega's dezelfde keuze maken als u, of juist niet. Je kunt zich daardoor laten beïnvloeden, of juist niet. Je mag ook van mening veranderen tijdens dit gesprek. We hopen dat door enthousiaste deelname de nodige interactie ontstaat. Tijdens de Thomas Oriëntatiedag lieten we als aanleiding steeds korte filmfragmenten zien. Het is natuurlijk het mooist alsjedie bij de hand hebt tijdens de quiz. Dat kan. Die kuntjevinden op YouTube en op de site van de KVLO. Alleen wel achter de luiken van *Mijnkvlo*, omdat het beelden van leerlingen zijn die natuurlijk niet zomaar publiekelijk getoond mogen worden.

In de discussie met de vaksectie gaat het natuurlijk vooral om de argumenten die gebruikt worden. Bij de videofilmpjes vind je ook de argumenten die wij – bij wijze van voorbeeld – hebben gehanteerd. Die kun je gebruiken in de discussie, of negeren, ofjelaat je daardoor inspireren tot andere keuzes.



Als kader voor de filmpjes en de vragen gebruiken we de sleutels voor kwalitatief goed bewegingsonderwijs uit het *Basisdocument bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs*. In dat basisdocument hanteren we de volgende sleutels, doelstellingscategoriën waar in het bewegingsonderwijs aandacht aan besteed zou moeten worden:

1. Bewegen beleven
De leerlingen moeten betrokken raken bij de lessen en gericht raken op hun eigen ontwikkelingsmogelijkheden. Beleving van de lessen is voorwaarde om te komen tot leren en ontwikkelen. Een juiste wijze van omgaan met elkaar en met regels en materialen maakt daar deel vanuit. Het uiteindelijke doel van bewegingsonderwijs is dat het bewegen gaat leven bij de leerlingen, dat het ze raakt en wat met ze doet. Ze moeten graag willen bewegen, zich er in willen ontwikkelen en nieuwsgierig worden naar hun verdere mogelijkheden en perspectieven na de schoolperiode.

2. Bewegen verbeteren
De leerlingen moeten zich een zeker bewegingsrepertoire eigen maken uit een breed scala aan actuele bewegingsactiviteiten. Het gaat daarbij met name om het wendbaar leren hanteren van de grondbeginselen, zodat ze voldoende basis hebben om die elders uit te kunnen bouwen. Uitgangspunt is steeds, dat leerlingen leren bewegend rekening te houden met de anderen en dat kennis en inzicht als noodzakelijke voorwaarden worden meegenomen.

3. Bewegen regelen
De leerlingen moeten zich ook oriënteren op een aantal regelende aspecten. We onderscheiden in dit basisdocument: inrichten, hulpverlenen, coachen/begeleiden, scheidsrechteren/jureren, organiseren en ontwerpen.

4. Gezond bewegen
De leerlingen moeten leren veilig te bewegen en ze moeten leren dat het fijn kan zijn om je flink in te spannen bij bewegen. Ze moeten ook leren hoe ze door bewegen fitter kunnen worden.

Die vier sleutels moeten in samenhang bij de leerlingen worden bereikt. Als model voor die samenhang hanteren wij het beeld van een tetraëder.

En dan nu de quizvragen.

Om de fims te bekijken is het handig in te loggen. Het adres is *www.mijnkvlo.nl* (of inloggen op kvlo.nl), downloads+vakblad, LO uitgebreid

Bewegen verbeteren

Bekijk eerst de video Le Parkour van de *'Schule am Ried'* , het eindproduct van een lessenreeks parkour van een Duitse 11e groep (een 5e klas) (*http://www.youtube.com/watch?v=STaKEEqjTRI*). Er zijn daar nog veel meer video's van parkour of freerunning te vinden overigens.
Of als je ingelogd bent: *http://www.kvlo.nl/sf.mcgi?2680*

FOTO: ANITA RIEMERSMA



1 Wat vind je van het gedemonstreerde niveau van bewegen?
- ❑ Ik vind dit een *voldoende* niveau voor een klas 6
- ❑ Ik vind dit een onvoldoende niveau voor een klas 6

Wat zijn daarvoor jouw argumenten?

Bekijk nu de twee video's van basketbal met een tweede klas VO die zijn opgenomen bij Maarten Massink op school in Almere. (*http://www.kvlo.nl/sf.mcgi?78*). Eén is 'vier tegen vier op een half veld' met wisselen, de andere is 'zes tegen zes op een half veld' zonder wissels.

2 Speel je liever basketbal op een half veld 'vier tegen vier met wissels' of liever' zes tegen zes zonder wissels'?
- ❑ Ik kies in deze situatie voor vier tegen vier met wissels
- ❑ Ik kies in deze situatie voor zes tegen zes zonder wissels
- ❑ Ik kies in deze situatie iets anders

Wat zijn daarvoor jouw argumenten?

Bewegen beleven

Leerlingen moeten vooral plezier beleven aan bewegen, dat vindt iedereen. Dus dat probeer je ze elke les te laten ervaren. Ja, toch?

Bekijk nu eerst de twee stukjes video over bewegen beleven uit de video die is gemaakt ter illustratie bij het Basisdocument VO. Daarna zijn er drie vragen over hoe je in de les tegemoet komt aan 'bewegen beleven' bij leerlingen.

3 Praat je zo tussendoor wel eens met de leerlingen over wat het bewegen in de gymles met hen doet, wat ze er aan ervaren en wat ze dan leuk vinden aan dat bewegen?
- ❑ Ik praat regelmatig met leerlingen over wat het bewegen met ze doet
- ❑ Ik praat niet of nauwelijks met leerlingen over wat het bewegen met ze doet

4 Kom je in de lessen direct tegemoet aan leerlingen met verschillende motieven om te bewegen en te sporten?
- ❑ Ik laat leerlingen tijdens de lessen bewegingsonderwijs regelmatig kiezen tussen verschillende motieven om te bewegen
- ❑ Ik laat leerlingen nooit of zelden kiezen tussen verschillende motieven om te bewegen

5 Evalueer je wel eens klassikaal met leerlingen over hoe ze de les hebben beleefd, over keuzes die ze gemaakt hebben en waarom ze die gemaakt hebben?
- ❑ Ik evalueer regelmatig met groepen over wat het bewegen met ze doet
- ❑ Ik praat niet of nauwelijks met groepen over wat het bewegen met ze doet

Wat zijn daarvoor jouw argumenten?



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Bewegen regelen

Dan wilden we het ook eens met je hebben over groepen maken. Iedereen geeft spelonderwijs. Op welke manier maak je partijen? Heel belangrijk in spelen is het ervaren van het evenwicht, partijen zijn even sterk en de bijdrage die je als speler daaraan levert, iedereen moet mee kunnen doen. Is het vormen van partijen of teams onderdeel van je les waar je bewust tijd voor uittrekt of laat je dit aan het toeval over? Of laat je het volledig aan de leerlingen over of heb je als docent hier een plan mee? Eerst twee introductievragen:

6 Als je gaat spelen laat je leerlingen dan spelen in niveau homogene groepen of niveau heterogene groepen?

❑ Ik maak vooral *homogene* groepen
❑ Ik maak vooral *heterogene* groepen

7 Wie maakt de partijtjes? Doet de docent dat of laat hij het over aan de leerlingen?

❑ Ik laat vooral *de leerlingen* zelf groepen maken
❑ Ik maak vooral *als docent* de groepen

8 Maak je vaste spelgroepen voor een langere tijd of bepaalde periode of laat je het liefst de spelgroepen zoveel mogelijk (liefst per les) wisselen en rouleren?

❑ Ik maak vooral *wisselende* groepen
❑ Ik maak vooral *vaste* groepen

Wat zijn daarvoor jouw argumenten?

Bekijk nu de twee v*ideofragmenten 'wij zijn van de partij' van Maarten Massink* en beantwoord daarna vraag 9.

9 Je ziet in de video dat de docent uitgebreid de tijd neemt om met de leerlingen het maken van groepen te bespreken, hen daar over na te laten denken en hen uiteindelijk zelf de keuze te geven voor de wijze van groeperen (ze kiezen voor mixed) en voor wie dat moet doen (de docent). Hoe doe jij dat?

❑ Ik bepaal vooral *zelf* hoe de groepen gemaakt moeten worden
❑ Ik laat vooral *de leerlingen* bepalen hoe de groepen gemaakt worden

Wat zijn daarvoor jouw argumenten?

Gezond bewegen

Bekijk eerst de twee videofragmenten over gezond bewegen. Iedereen die bewegingsonderwijs geeft vindt gezond bewegen belangrijk. Daarom eerst even twee makkelijke vragen!

10 Aandacht voor veiligheid en risico's

❑ Ik wijs de leerlingen *regelmatig* op de veiligheid of risico's (100%)
❑ Ik wijs de leerlingen *niet of nauwelijks* op de veiligheidsrisico's

11 Aandacht op trainingsprincipes

❑ Ik wijs de leerlingen *regelmatig* op trainingsprincipes
❑ Ik wijs de leerlingen *niet of nauwelijks* op trainingsprincipes

Wat zijn daarvoor jouw argumenten?

Daarna graven we even wat dieper in het repertoire.

12 Wie laat leerlingen hun eigen fitheid in kaart brengen en op grond daarvan een trainingsprogramma voor zichzelf maken?

FOTO: ANITA RIEMERSMA



Toch flagfootball

❑ Ik laat de leerlingen *regelmatig wel* een trainingsprogramma maken
❑ Ik laat de leerlingen *zelden of nooit* een trainingsprogramma maken

13 En wie doet dat ook met gezondheidstoestand/leefstijl in het algemeen?

❑ Ik laat de leerlingen *wel* een leefstijlprogramma maken
❑ Ik laat de leerlingen *niet* een leefstijlprogramma maken

Wat zijn daarvoor jouw argumenten?

Ik denk nooit zo na over dit soort dingen, ik doe ze	☐ Ja ☐ Nee
Ik heb het te druk met alle dagelijkse bezigheden om me veel bezig te houden met nadenken over het 'hoe' van wat ik doe	☐ Ja ☐ Nee
Ik denk regelmatig na over het 'hoe' van wat ik doe. Onder de douche, of als ik naar school fiets of tijdens de lessen krijg ik regelmatig ideeën over hoe ik iets handiger aan kan pakken	☐ Ja ☐ Nee
Ik spreek regelmatig zo tussen de bedrijven door met collega's over het 'hoe' van wat ik doe	☐ Ja ☐ Nee
Ik zoek regelmatig vormen van (na)scholing op om mijn eigen opvattingen die te maken hebben met het 'hoe' van wat we doen uit te breiden met nieuwe inzichten	☐ Ja ☐ Nee
Wij spreken in de vaksectie met enige regelmaat over het 'hoe' van wat we doen	☐ Ja ☐ Nee
Wij zitten met de vaksectie behoorlijk op één lijn over het 'hoe' van wat we doen	☐ Ja ☐ Nee
Daarbij is het 'hoe' van wat we doen behoorlijk in overeenstemming met een in de vaksectie gezamenlijk gedeelde basisvisie op het vak	☐ Ja ☐ Nee

Waarom doet 'HOE' er zo toe?

We hebben nu een aantal kwesties over het hoe de revue laten passeren. Je kunt de lijst zo uitgebreid maken als je zelf wilt. De voorbeelden die we in dit artikel hebben gebruikt hebben we gekozen op basis van onze basisvisie dat er bij bewegingsonderwijs door alle kinderen op hun eigen niveau geleerd moet worden op vier 'sleutels', namelijk: bewegen verbeteren, bewegen regelen, gezond bewegen en bewegen beleven.

Vaak ging het in de inleidingen op de Thomas Oriëntatiedag over visie, over vakconcepten. Nu ging het over praktische didactische keuzes. Bij elke keuze die je maakt zijn argumenten te geven. Maar altijd komt het er op één of andere manier op neer dat je je keuze legitimeert op grond van een basisvisie (zie spinnenweb), of vakconcept. En het is - zelfs al heb je het vakconcept goed helder verwoord - nog niet zo gemakkelijk om de praktische keuzes die je maakt goed te verantwoorden vanuit je basisvisie. Soms liggen er ook domweg alleen maar praktische overwegingen aan je keuzes ten grondslag. Basisvisies werken daarbij als een net. Sommige dingen vallen naast het net, die passen dan in elk geval niet binnen je visie. Maar dan weer valt er iets naast dat je toch belangrijk vindt en dan moet je een stukje aan je net knopen, je visie uitbreiden. En er glippen ook dingen tussen de mazen door. Die zou je willen doen maar het kan op een of andere manier niet. Alle praktische keuzes zouden consequent moeten samenhangen vanuit je visie, maar zo werkt het niet. Er kan dan een spanning optreden tussen basisvisie en praktische haalbaarheid. Wanneer wint de keuze op basis van visie het van de keuze op basis van praktische mogelijkheden? Als de visie belangrijk genoeg is! Dan pas je de praktijk aan! Maar dit vraagt bewustwording van je keuzes die je maakt bij het 'hoe'. Dat is een continue bezigheid en net als vissen hard werken om er lijn in te krijgen.

Er is dus meer dan genoeg 'hoe' om over te praten en er is voldoende reden om daar over te praten. Maar doen we dat ook?Daarom ook een kleine peiling over hoeveel aandacht we eigenlijk hebben voor de bewustwording van de manier waarop we keuzes maken. We geven een aantal stellingen, waarvan je kunt kiezen of die *wel* op jou van toepassing is of juist *niet*.

14 Doet 'HOE' er voor mij toe?

Waarom nú de aandacht op 'HOE'?

In de eerste plaats omdat het doorgaans heel erg interessant is om met collega's te spreken over hoe je het beste en het leukste je werk kunt doen. In alle scholingen of workshops die ik heb bijgewoond was de animo om onderling met collega's aan de praat te raken over 'het vak' onverminderd enorm. Ten tweede omdat dat bevorderlijk is voor de kwaliteit van je werk en uiteindelijk je leerlingen daar dus van profiteren. Door er over te praten leer je van elkaar en daar wordt iedereen beter van.
Maar ten derde omdat er in en om de vakwereld continu beweging is. Ik noem het Platform sport, bewegen en onderwijs, de opvolger van de Alliantie school en sport. Ik noem de regeling combinatiefuncties sport en cultuur, ik noem het Olympisch Plan 2028, het Convenant gezond gewicht, de ontwikkeling naar sluitende dagarrangementen in de combinatie school-naschoolse opvang. Allemaal blijk van de toenemende samenwerking of overlapping van sport en onderwijs en dingen die op ons als vakdocenten afkomen. Ik noem de ontwikkelingen in scholen naar kernteams met een uitgebreidere zorgtaak naar leerlingen, naar leergebieden en vakoverstijgende projecten, naar passend onderwijs voor alle leerlingen, naar meer aandacht voor het voorkomen van vroegtijdig schoolverlaten, naar een eigen profiel om zich van concurrerende scholen te onderscheiden.

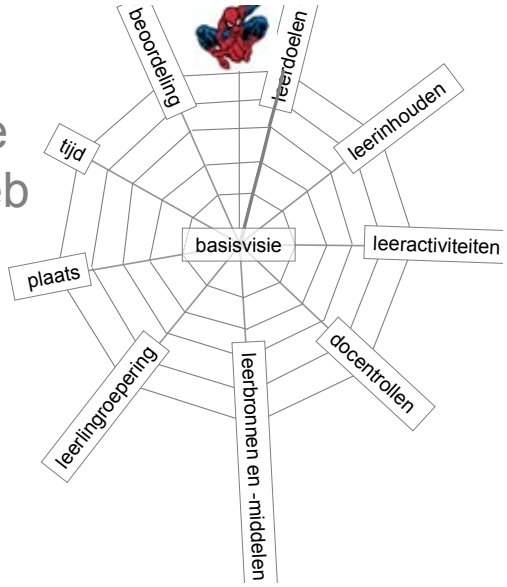
Allemaal ontwikkelingen die rammelen aan onze vanzelfsprekendheden, maar waar we wel iets mee willen (sympathieke doelstellingen) en waar we ook iets mee moeten (ze gaan ook niet meer weg). We moeten onszelf dus heroriënteren op onze kerntaken,

De SLO en 'Hoe'.

Traditioneel was leerplanontwikkeling een kwestie van het 'wat'. Ontwikkelen van kerndoelen en examenprogramma's in opdracht van de overheid. En op basis daarvan een opsomming en ordening geven van mogelijke inhouden voor het onderwijsprogramma in de vorm van voorbeeld- of raamleerplannen. Vrij vertaald: het 'wat'. Uitwerking naar de praktijk (zeg maar: de didactiek of het hoe) was van en voor de scholen en de opleidingen. En toetsontwikkeling was voor het Cito. Ook in dat opzicht was de onderwijsondersteuning naar goede Hollandse traditie keurig verzuild georganiseerd.
Die visie op leerplanontwikkeling is achterhaald, hoewel de scheiding der machten in institutioneel opzicht nog steeds overeind staat. Tegenwoordig hanteren we bij de SLO het 'curriculaire spinnenweb' als metafoor voor leerplanontwikkeling.

Doelen, inhouden, werkwijze, randvoorwaarden, tijd, beoordeling, docentrollen, ze hangen allemaal samen op basis van een visie. Trek je aan één van de draadjes dan beweegt het hele web mee. Als je je leerdoelen verandert, moet je alle andere facetten van het spinnenweb mee laten bewegen. Trek je te hard aan één van de draadjes, dan scheurt het spinnenweb en kun je los raken van je basisvisie of doe je dingen die je eigenlijk niet wilt.
Rapportcijfers geven is zo'n afbreukrisico voor het spinnenweb.
Als landelijk instituut, mag het niet zo zijn dat wij docenten voor gaan schrijven hoe zij hun werk moeten doen. Dat is onze rol niet. Ook mogen we ons niet opwerpen als kampioen van één enkele basisvisie. Daarom werken we vooral het liefst samen met een brede vertegenwoordiging van de vakwereld: docenten, KVLO, ALO's. En daarom ook werken we vooral analyserend: we leggen samenhangen binnen het spinnenweb bloot, laten keuzemogelijkheden zien en nodigen mensen uit om daar over na te denken.

het curriculaire spinnenweb



wie wij willen zijn in het speelveld van sportverenigingen, buurtsport, sportieve kinderopvang, sport- en beweegprojecten vanuit een NISB, gemeentelijke beleidsmedewerkers sport en bewegen, verzelfstandigde sportbedrijven, provinciale sportraden die een aanbod voor het onderwijs hebben, op de arbeidsmarkt verschijnende Lobos'ers. En op welke rol we willen spelen binnen de bredere ontwikkelingen die scholen doormaken.

Maak het verschil in de praktijk

Dat heroriënteren zouden we kunnen doen op het politieke niveau, onderhandelen, verdedigen wat van oudsher van ons is en claimen wat we denken goed te kunnen bijdragen in het proces. Dat moeten we vast ook doen, maar wordt door de buitenwereld (terecht) vaak gezien als een defensieve positie en dat werkt niet zonder inhoud. Het is veel sterker als we in de praktijk laten zien wat we willen en wat we kunnen. Weliswaar ben ik een groot voorstander van goed en veel bewegingsonderwijs voor alle kinderen, van 4 tot 20. Maar met de verworvenheid van minimum lessentabellen alleen redden we het niet. Collega's die vroeger (d.w.z. vóór 1998) in het mbo werkten weten wel wat ik bedoel.


FOTO: INTERNET

We moeten dus in de praktijk het verschil maken. En dat kan weer alleen als we ons 'hoe' op orde hebben en wel zo dat het voor alle partners op het snijvlak van sport, bewegen en onderwijs onmiskenbaar is welke bijdrage de docent bewegingsonderwijs te leveren heeft. Alleen dan kunnen we in de praktijk het verschil maken en de positie verwerven die we willen.

Voor mij draait het daarbij om een gezamenlijke aanpak van bewegingsonderwijs en naschoolse sport die gebaseerd is op de principieel pedagogische benadering van het onderwijs, waar de belangen van het kind centraal staan en we uitgaan van de kracht van goed en veelzijdig leren bewegen en vooral van leren genieten van bewegen, van bewegen beleven. Als we dat goed doen dragen we vanzelf bij aan allerlei maatschappelijke belangen als betere onderwijsprestaties, minder schooluitval, gezondere en actievere kinderen, goedkopere gezondheidszorg, betere talentontwikkeling, etcetera.

Literatuur

Brinke, G. ten. e.a. (2007): *Basisdocument bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs*. Jan Luiting Fonds, Zeist. ISBN 978 90 72355 44 9

Brouwer, B. (2007): ´Het basisdocument onderbouw VO´. Hoe werkt het?. In *Lichamelijke Opvoeding*, Jrg. 95, nr. 2

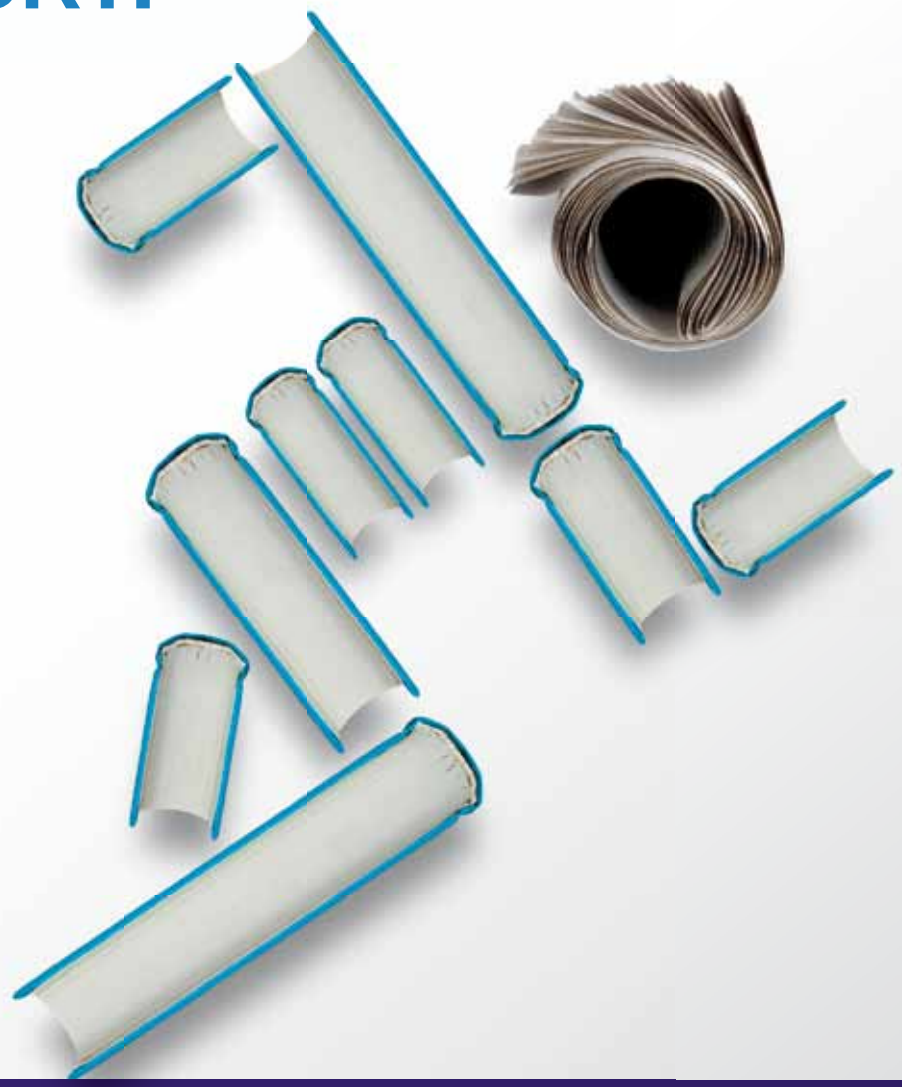
Brouwer, B (2007): ´Wanneer doen we het nu eigenlijk goed?´. In *Lichamelijke Opvoeding*, Jrg. 95, studentennummer.

De vaksectie bewegingsonderwijs en sport bij de SLO bestaat uit (op alfabetische volgorde): Marco van Berkel, Berend Brouwer, Chris Hazelebach, Dic Houthoff, Maarten Massink, Chris Mooij, Ger van Mossel en Eric Swinkels.

Correspondentie:

b.brouwer@slo.nl

→ BRUGGEN SLAAN TUSSEN LICHAMELIJKE OPVOEDING EN JEUGDSPORT?



SPORTIMPULS; De Praktijkreeks

SPORTIMPULS is een unieke reeks van tien praktische uitgaven over verschillende takken van sport voor leraren lichamelijke opvoeding, trainers en studenten in deze beroepsgroep. In iedere uitgave wordt een sport behandeld aan de hand van tal van heldere praktijksituaties, gebaseerd op een heldere visie en uitgevoerd in nauwe samenwerking met de betreffende sportbond.

De praktijkreeks SPORTIMPULS is met recht de verbindende factor tussen lichamelijke opvoeding en jeugdsport! Bestel vandaag nog uw exempla(a)r(en) via **www.janluitingfonds.nl**. Ook voor meer informatie kijkt u op de genoemde website.



Jan Luiting Fonds

In samenwerking met Arko Sports Media

Bewegingsonderwijs aan ZML

Onlangs is uitgekomen het boek *Bewegingsonderwijs aan ZML*. Hierin worden leerlijnen beschreven voor het bewegingsonderwijs aan zeer moeilijk lerenden. Centraal staan de vragen:

- **Wat willen we de leerlingen in de lessen bewegingsonderwijs op een zml-school leren?**
- **Welke activiteiten maken de leerprocessen mogelijk?**
- **Hoe kan de vakleraar hierbij passende leerhulp geven?**

In dit artikel worden enkele belangrijke uitgangspunten van het boek beschreven en als illustratie wordt uit de leerlijn Jongleren het bewegingsthema Werpen en vangen genomen.

Door: Marco van Berkel e.a.

Bedoelingen boek

Met de uitwerking van de leerlijnen uit het bewegingsonderwijs wordt geprobeerd de leerkrachten steun te bieden bij het onderwijs aan zowel SO- als VSO-leerlingen. In de praktijk gaat het dan om 4- tot 20-jarigen. Dat is erg moeilijk, omdat de verschillen tussen leerlingen onderling erg groot zijn, veel groter dan in het basisonderwijs of het voortgezet onderwijs. Er zijn leerlingen die op een vergelijkbaar niveau bewegen als hun leeftijdgenoten in het reguliere onderwijs, er zijn ook leerlingen die ook op het gebied van het bewegen heel erg grote achterstanden hebben ten opzichte van hun leeftijdgenoten. Deze verschillen kunnen in dezelfde groep tijdens het bewegingsonderwijs naar voren komen. Op lang niet alle zml-scholen zijn de verschillen tijdens de lessen zo groot en dat heeft te maken met het aannamebeleid, maar ook met de manier waarop de groepen op de school zijn geordend.

Om toch het leerproces in het bewegen centraal te zetten is gekozen voor een ordening van bewegingsactiviteiten die niet gekoppeld is aan leeftijden of aan groepen. De activiteiten zijn geordend op basis van de bewegingsuitdaging die er voor de leerlingen in kan zitten en door de leerkracht centraal gesteld kan worden. Van verschillende activiteiten in iedere leerlijn is beschreven op welke niveaus de leerlingen kunnen deelnemen. De beschreven *leerhulp* bij de activiteiten is onderverdeeld in leerhulp aan de matige bewegers en leerhulp aan de betere bewegers. Zodoende wordt recht gedaan aan de verschillende leerprocessen van leerlingen en kan de leraar inspiratie opdoen voor leerhulp waar hijzelf minder vaak gebruik van maakt. Hiermee is het een boek voor zowel de vakleraren in het zml-onderwijs als voor studenten die leren lesgeven in bewegen in het speciaal (basis)onderwijs. Tevens kan het boek een inspiratiebron zijn voor vakleerkrachten in het basisonderwijs (bijvoorbeeld voor de kleuters) en andere clusters in het speciaal onderwijs.

Leerlijnen en bewegingsthema's

We hebben de activiteiten die we van belang vinden voor de leerlingen verzameld in twaalf leerlijnen:

balanceren	mikken
klimmen en klauteren	jongleren
zwaaien	doelspelen
over de kop gaan	tikspelen
springen	stoeispelen
hardlopen	bewegen op muziek.

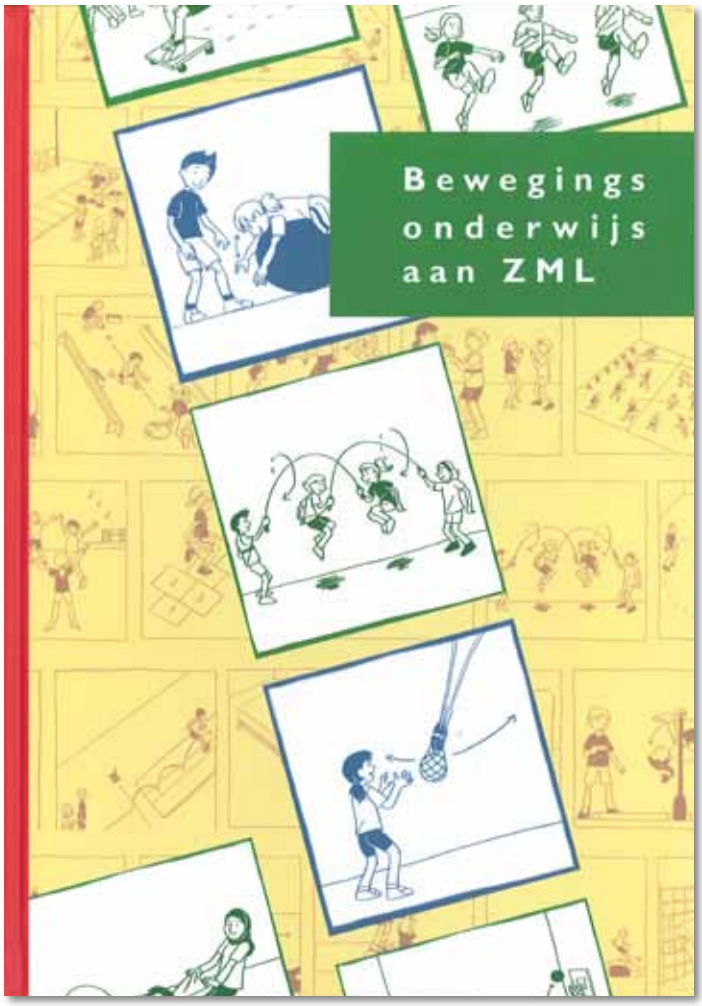
Deze leerlijnen zijn vaak onderverdeeld in enkele bewegingsthema's, zoals bij jongleren in werpen en vangen, soleren en retourneren. In deze bewegingsthema's kan een zelfde bewegingsuitdaging centraal gesteld worden. Bijvoorbeeld:
Leerlijn: Jongleren

Bewegingsthema	Bewegingsuitdaging
Werpen en vangen	Wegspelen van een voorwerp zodat dit gevangen kan worden
Soleren	Voorwerp in beweging houden
Retourneren	Heen en weer bewegen van speelvoorwerp zodat een medespeler het terug kan spelen

Binnen de leerlijn hardlopen zijn bijvoorbeeld sprinten en duurlopen de bewegingsthema's.
De bewegingsthema's zijn samen één leerlijn omdat de leerprocessen tijdens de activiteiten uit de verschillende thema's elkaar ondersteunen.

Kernactiviteiten

We beschrijven de leerlijnen aan de hand van kernactiviteiten. Deze kernactiviteiten zijn onderverdeeld in vijf groepen, A tot en met E. In de opeenvolging van deze groepen van activiteiten zit een opbouw in complexiteit.
A is de groep met de eenvoudigste bewegingsactiviteiten en E is de groep met de meest complexe bewegingsactiviteiten.
We noemen deze activiteiten om een aantal redenen *kernactiviteiten*. Alle genoemde activiteiten zijn gedurende langere tijd aan te bieden aan de leerlingen, omdat ze uitdagend blijven ook over een langere periode. Belangrijk is ook dat er gedurende langere tijd beïnvloedingsmogelijkheden liggen. Leerlingen kunnen iets leren in deze bewegingsactiviteiten en daarna succesvol beginnen met een wat complexere kernactiviteit. Met de kernactiviteiten



Cover boek

uit de volgende groepen samen ontstaat dan een samenhangende leerlijn. Kernachtig weergegeven kernactiviteiten:

- zijn relevant voor de bewegingsontwikkeling van de leerlingen
- zijn van belang in de bewegingscultuur waarmee de leerlingen te maken hebben
- bieden veel mogelijkheden op een succesvolle deelname
- hebben een duidelijke bewegingsuitdaging voor de leerlingen
- zijn uitbouwbaar naar andere (meer complexe) activiteiten
- kunnen goed aan groepen in het onderwijs worden aangeboden.

De kernactiviteiten zijn zo gekozen dat die gedurende enkele jaren met kleine veranderingen kunnen worden aangeboden. In Groep B staan de activiteiten waarin de bewegingsuitdaging in zijn meest eenvoudige vorm aan de orde komt. In groep A worden bewegingsactiviteiten beschreven die nog verder vereenvoudigd zijn èn waarin de bewegingsuitdaging niet meer echt of volledig naar voren komt voor de leerlingen. De activiteit *lijkt* op de activiteiten uit de rest van de leerlijn, maar het geheel is zo veranderd dat de bewegingsuitdaging in essentie veranderd is. Dit kunnen ook wel voorwaardelijke activiteiten worden genoemd. Voor de kernactiviteiten uit groep A beschrijven we het bewegingsgedrag dat wordt beoogd zodat deelname aan een kernactiviteit uit groep B mogelijk wordt. Dit worden de doelen genoemd. Niet alle leerlingen doen de activiteiten van niveau A. Als de leerlingen in staat zijn deel te nemen aan de activiteiten van niveau B worden deze eenvoudige activiteiten aangeboden.

De overgangen tussen niveau B tot en met E zijn belangrijke stappen in het leerproces van de leerlingen. De activiteiten worden complexer, doordat de bewegingsuitdaging in een nieuwe complexiteit naar voren komt.

Tussendoelen

Voor ieder bewegingsthema is op alle niveaus van de kernactiviteiten (A tot en met E) één activiteit uitgewerkt. Voor de kernactiviteiten van niveau A zijn doelen beschreven met het bewegingsgedrag dat leerlingen moeten realiseren willen ze kunnen deelnemen aan de kernactiviteiten van niveau B en hoger. Voor de kernactiviteiten van niveau B tot en met E zijn tussendoelen geformuleerd met uitvoeringswijzen op vier niveaus. Dit zijn de niveaus zorg, 1, 2 en 3. Het verschil tussen de uitwerking van (voorwaardelijke) activiteiten van niveau A en de andere activiteiten van niveau B tot en met E is noodzakelijk. In de tussendoelen voor de kernactiviteiten van niveau B tot en met E wordt beschreven de wijze waarop de leerlingen de bewegingsuitdaging tegenkomen en realiseren. De activiteiten van niveau A zijn daarentegen zo vereenvoudigd dat de leerlingen de bewegingsuitdaging van het bewegingsthema niet echt of volledig tegen kunnen komen.

Kernactiviteiten werpen en vangen

Niveau	Kernactiviteiten
A	Rollen van bal met belletje Bal met lichtje laten bewegen Bal van of tegen schuin vlak laten rollen Loslaten en tegenhouden van bal aan ringen
B	Samen over rollen (over grond / tussen goot van twee banken) Jongleerdoekje gooien en vangen Ballon opgooien en vangen Kaatsenballen individueel via muur en stuit Individueel gooien en vangen van bal aan ringen
C	Individueel twee doekjes gooien en vangen Individueel gooien en vangen in tchoukframe Kaatsenballen individueel via muur bal direct vangen Samen bal gooien en vangen met parachute Samen vangen en gooien met een scatch
D	Gooien en vangen met kleine bal individueel met trucs Individueel twee balletjes gooien en vangen Individueel drie doekjes gooien en vangen Samen overspelen via de muur of tchoukframe Samen gooien en vangen met scoops
E	Individueel drie balletjes gooien en vangen Kaatsenballen samen via de muur met twee ballen Samen overspelen met softbal en -handschoen Sparrend overspelen: in beweging werpen en vangen Samen frisbeeën

Bij veel bewegingsthema's staan alternatieven genoemd voor rolstoelgebonden leerlingen, maar bij werpen en vangen zijn meestal geen speciale aanpassingen nodig.

(Tussen)doelen
Niveau A
Bal van of tegen schuin vlak laten rollen
Arrangement
Materiaal: - glijbaan bevestigd aan halve kast
- verschillende ballen.
Groepssamenstelling: twee leerlingen per schuin vlak.
Veld: 5 x 5 m
Opdracht: 'Rol de bal van bovenaf naar beneden of rol de bal omhoog.'

Doelen
- Leren wegspelen van een bal.
- Leren tegenhouden van een bal.
- Leren volgen van een bal.
- Leren ophalen van een speelvoorwerp.

Niveau B
Individueel gooien en vangen van bal aan ringen
Arrangement
Materiaal: - bal aan ringenstel
- rubberen tegel als werpplaats.
Groepssamenstelling: één leerling per ringenstel.
Veld: 5 x 6 m
Opdracht: 'Gooi de bal zacht weg en probeer de bal met twee handen te vangen.'



FOTO: G. VAN BELGERS

Niveau	Uitvoeringswijze
Zorg	Gooit de bal bijna niet van zich af en vangt de bal zelden
1	Gooit de bal zachtjes van zich af en vangt de bal regelmatig
2	Gooit de bal met enige vaart van zich af en vangt de bal meestal
3	Geeft de bal veel snelheid en een andere richting mee en kan de bal vangen wanneer deze van richting is veranderd

Niveau C
Individueel gooien en vangen in tchoukframe
Arrangement
Materiaal: - tchoukframe
- rubberen tegels als werpplaatsen
- verschillende ballen.
Groepssamenstelling: één leerling per tchoukframe.
Veld: 5 x 5 m.
Opdracht: 'Gooi de bal vanaf een tegel, in de tchouk en vang de bal.'

Niveau	Uitvoeringswijze
Zorg	Gooit de bal niet in de tchouk of legt de bal in de tchouk
1	Gooit de bal in de tchouk waardoor de bal geregeld kan worden gevangen
2	Gooit de bal in de tchouk en vangt vrijwel altijd de bal
3	Gooit de bal met verschillende tempo's en op verschillende plekken in de tchouk en kan de bal daarna meestal vangen

Niveau D
Samen gooien en vangen met scoops
Arrangement
Materiaal: - twee scoops
- gatenbal.
Groepssamenstelling: twee leerlingen.
Veld: 3 x 5 m
Opdracht: 'Gooi de bal met behulp van de scoop naar de ander zodat de ander jouw bal kan vangen. Probeer de bal die de ander gooit te vangen.'

Niveau	Uitvoeringswijze
Zorg	Gooit de bal zo dat de ander de bal nauwelijks kan vangen of vangt zelf de bal zelden
1	Gooit de bal zo dat de ander met enige verplaatsing de bal kan vangen en vangt regelmatig eenvoudig aangegooide ballen
2	Gooit de bal zo dat de ander de ontvangen bal zonder verplaatsing kan vangen en vangt regelmatig ook moeilijker aangespeelde ballen
3	Past het tempo van de gooi aan het niveau van de vanger aan en vangt meestal ook moeilijk aangegooide ballen

FOTO: HANS DIJKHOFF



Niveau E
Samen frisbeeën
Arrangement
Materiaal: één frisbee.
Groepssamenstelling: twee leerlingen.
Veld: 3 x 5 m
Opdracht: 'Gooi de frisbee naar de ander zo dat deze de frisbee kan vangen'.

Niveau	Uitvoeringswijze
Zorg	Gooit de frisbee zo dat de ander de frisbee zelden kan vangen of vangt zelf de frisbee zelden
1	Gooit de frisbee zo dat de ander geregeld de frisbee kan vangen en vangt geregeld de frisbee
2	Gooit de frisbee zo dat de ontvanger de frisbee zonder verplaatsing kan vangen en vangt meestal de frisbee
3	Past de gooi van de frisbee aan het niveau van de vanger aan en vangt meestal ook een moeilijk aangegooide frisbee

Op deze manier zijn alle bewegingsthema's in Bewegingsonderwijs aan ZML uitgewerkt. Daarnaast is voor iedere leerlijn één activiteit uitgebreider beschreven, met leerhulp voor de matige en leerhulp voor de betere beweger. Verder in dit nummer staat een uitwerking van de activiteit op niveau C waarvan de leerhulp is beschreven, namelijk Individueel gooien en vangen in tchoukframe.

Boek te bestellen bij www.janluitingfonds.nl (€ 42,50)

Namen en gegevens

Het boek is een uitgave van de SLO in samenwerking met de KVLO en Fontys Sporthogeschool. De Schrijvers zijn Ronald de Graaff, Christa Rietberg, Irene Wijffels en Marco van Berkel. Daarnaast heeft een groep van 15 vakleerkrachten en opleiders regelmatig gereageerd op concepten en schrijfbijdragen geleverd. De tekeningen in het boek zijn van Sanne Miltenburg. Het wordt uitgegeven bij het Jan Luiting Fonds.

Correspondentie:

m.vanberkel@slo.nl

ADVERTENTE



Door: mr. Sandra Roelofsen

De irp-praktijk

De afdeling rechtspositie biedt juridische hulp en bijstand bij allerhande vragen en problemen die voortvloeien uit de werksituatie van leden van de KVLO. In de column ditmaal: nieuwe activiteiten in het bewegingsonderwijs en risico's.

De kerntaak van docenten bewegingsonderwijs ligt bij het kwalitatief en veilig introduceren in een veelheid van bewegingsactiviteiten. Het alleen binnen de muren van de zaal werken aan deze kerntaak is al lang verleden tijd; naast het zorg dragen voor de lessen LO die in het rooster staan moet de docent LO onder meer een vakwerkplan schrijven en up-to-date houden, steunlessen of MRT vormgeven, toernooien en kampen organiseren, sportoriëntatie en keuzeprogramma's samenstellen en dat alles het liefst binnen de belevingswereld van de leerlingen. Zo verschuift de blik van docenten bewegingsonderwijs zo langzamerhand van binnen in de zaal, naar schoolbredere activiteiten naar buitenactiviteiten. We willen de leerlingen immers ook zonder onze begeleiding, blijvend laten bewegen!

De belevingswereld van bewegen voor jongeren wordt voor een groot deel bepaald door bijvoorbeeld (grote sportevenementen uitgezonden via) de TV en in toenemende mate door internet. Vooral YouTube is een belangrijke inspiratiebron voor mensen op vele vlakken maar ook voor de bewegingsinspiratie van jongeren.
Met die inspiratiebronnen komen leerlingen de les LO binnen. Wil je als docent LO leerlingen blijven motiveren en vooral blijvend laten bewegen, dan zul je binnen het bewegingsonderwijs ruimte moeten maken voor nieuwe beweegvormen en nieuwe bij de jongere passende vormen van aanbieden introduceren.
Dat nieuwe bronnen wel eens tot risicovolle beweegactiviteiten kunnen leiden hoort daarbij. Kijk eens op *http://www.youtube.com/watch?v=nqng_U4DwN8 en op http://www.youtube.com/watch?v=KPMhkrjAiGI* en laat u zich, net als vele leerlingen, inspireren!

Het netwerk streetsport (begeleid door de SLO en met als deelnemers onder meer enkele VO-scholen, ALO's, sportservicebureau- en de KVLO) heeft als doel om streetsport (beter freesport) activiteiten als straatvolley, breakdance, skaten, freerunning, BMX-fietsen etc. in het onderwijs te introduceren.
Inmiddels is door het netwerk een dvd opgenomen die voortborduurt op de YouTube beelden en positieve ervaringen van enkele pioniers (docenten LO) op dit gebied in het bewegingsonderwijs.
De dvd zal binnen korte tijd via de site van de KVLO te zien zijn en te bestellen bij de SLO en geeft voorbeelden en zeker inspiratie voor een introductie van freerunning, activiteiten binnen het bewegingsonderwijs.

Een vraag vanuit het netwerk aan de KVLO was: kun je deze activiteiten nu wel veilig aanbieden op scholen en op welke aspecten van aansprakelijkheid moet je letten?

1 Zorg dat de werkgever op de hoogte is van wat je doet in de lessen, ook bij nieuwe activiteiten! Leg geen overdreven nadruk op de risico's bij freerunning maar op de waarde hiervan binnen het bewegingsonderwijs. De dvd met beelden (waarbij ook de opbouw duidelijk wordt) kan hiervoor een nuttig hulpmiddel zijn.
2 Zorg dat veiligheid en zorgvuldig handelen en begeleiden het uitgangspunt van de lessen is, ook bij freerunningactiviteiten. Dat is niet anders dan anders, maar vergt bij meer risicovolle vormen meer aandacht. Waar leg ik de matten en waarom, hoeveel hulpverlening schakel ik in, hoe introduceer ik het en houd ik het in de hand, hoe geef ik de verschillende voorbeelden, hoe ga ik om met niveauverschillen? Zorgvuldig handelen vergt een goede voorbereiding, aandacht en indien noodzakelijk ingrijpen bij de uitvoering en op de hoogte zijn van nazorg als er iets mis gaat.
3 Houd je eigen bekwaamheid op orde. Hoewel elke docent LO geacht wordt bekwaam te zijn in het begeleiden van alle bewegingsactiviteiten, zullen weinigen onder jullie bekend en bekwaam zijn in freerunning… Dus: volg een workshop of cursus of regel met collega's een introductie in nieuwe activiteiten door een ervaringsdeskundige. Dit alles om te zorgen dat je als verantwoordelijk begeleider niet voor verrassingen komt te staan in de les.

Met inachtneming hiervan kun je ook de leerlingen inwijden in nieuwe aansprekende activiteiten, reken maar dat dit gewaardeerd wordt!

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

PRAKTIJK KATERN
KONINKLIJKE VERENIGING VAN LERAREN LICHAMELIJKE OPVOEDING
nr. 3 - 26 MRT. 2010

Werkzame beelden van digitale weelde

Individueel gooien en vangen in tchoukframe

Vakwerkplan bewegingsonderwijs ‘De Lesbrieven’

Springen op de luchtgevulde tumblingbaan in het bewegingsonderwijs (2)



KVLO



Werkzame beelden van digitale weelde

De digitale techniek maakt het steeds gemakkelijker en aantrekkelijker filmbeelden te maken en te bewerken en te gebruiken voor verschillende doeleinden. Zowel voor docenten als voor leerlingen. Didactische vernieuwing...? Voorlopig niet. Didactisch hulpmiddel....? Ja. Maar wie weet is dit een volgende stap richting digitale toepassingen in de les die straks tot een nieuwe didactiek kan leiden. (Gebaseerd op een workshop van de Thomas Oriëntatiedag van 11 december 2009 met als thema: 'doet hoe er nog toe?'). *Door: Maarten Massink*

Oriënteren

Het gebruik van beeldmateriaal in LO-lessen is niet nieuw. Maar het tijdperk van videobanden met terug- en vooruitspelen om de juiste beelden te vinden is voorbij. Het maken van beeldmateriaal en het bewerken en toepassen ervan wordt steeds gebruiksvriendelijker. Tijdens de workshop worden collega's bevraagd op hun ervaring met digitaal beeldmateriaal in de les. Op welke manier kan het digitale beeldmateriaal het werken in ons vak ondersteunen? De eerste vraag is: welke mogelijkheden en wenselijkheden zie je voor je? De tweede vraag is: wat wordt daarvan al toegepast in je eigen praktijk? Sommigen staan aan het begin, anderen zijn wat verder gevorderd.

Mogelijke toepassingen

Leerlingen groeien op in het digitale tijdperk. Als we met ze willen communiceren zullen we *hun* communicatiemiddelen moeten gebruiken. Informatie lezen van te voren uit een boek of met een lesbrief in de les is niet zo aantrekkelijk. Beelden bekijken is veel interessanter. Met de komst van de digitale techniek is het maken, opslaan en afspelen van beelden veel toegankelijker geworden.

Wat zijn mogelijke toepassingen?

1 *Leerplan verduidelijken*
Hier valt te denken aan het duidelijk maken aan leerlingen wat er op het programma staat. Wat gaan we doen deze periode? Wat moet je kunnen? Dit kunnen we nu eenvoudig met beelden laten zien. Bijvoorbeeld op de website of op studieweb, of met digitale beelden in een les.

2 *Leerlingvolgsysteem opzetten*
We kunnen met beelden aan leerlingen duidelijk maken wat hun deelnameniveau is. Dit vraagt niveaubeschrijvingen. Die kunnen worden afgeleid van het *Basisdocument bewegingsonderwijs onderbouw VO* als richtlijn voor de kwaliteit, maar toegepast op, of aangepast aan de mogelijkheden en wensen van de eigen vakgroep en school. Beelden van de deelnameniveaus helpen bij de communicatie naar leerlingen en ouders over de na te streven doelen en het duiden van vorderingen. Maar het helpt ook bij de discussie in de vakgroep over wat we willen bereiken. En hoe waarderen we de deelnameniveaus? Welk beweegniveau hoort bij welke groep, wanneer vinden we de deelname zorgelijk?

3 *Didactisch hulpmiddel in de les*
Niet alleen voor de les maar ook in de les is het soms handig als je deelnameniveaus kan laten zien. Het direct voor handen hebben van beeldmateriaal is daarbij een prachtig hulpmiddel in activiteitengebieden als turnen, bewegen op muziek, atletiek, spel en zelfverdediging.

Leerplan verduidelijken

Leerlingen willen graag weten wat er gedaan wordt in de volgende LO-les(sen). Juist omdat de diversiteit aan activiteiten in ons vak zo groot is. Ik denk wel eens dat het je lot is, als docent LO, dat de eerste vraag die leerlingen je stellen als je ze ontmoet is: 'wat gaan

we doen met gym meester?' Bij de meeste andere vakken is dat beeld aardig duidelijk. Ze werken meestal aan een tafeltje uit een boek, samen of alleen. Bij LO doen ze (samen of alleen) aan rennen, zwaaien, werpen, boksen, volleyballen, salto's, zwemmen, softbal, tumbling….het kan van alles zijn. Zit daar een systeem in? En wat moet ik daarvan kunnen? We kunnen dit beschrijven in een leerplan of studiegids of PT&A. Maar…als leerlingen dit van te voren op de site kunnen zien met bewegende beelden van leerlingen van school, zou dat niet veel interessanter zijn voor leerlingen? Niet alleen voor leerlingen trouwens. Ook collega's , schoolleiders, ouders krijgen een kijkje in de keuken en zicht op de kwaliteit die de vakgroep LO nastreeft: 'oh… doen jullie dat ook? Wat goed…en wat leuk!'

bepaalde vrijheid van lesgeven te behouden. Dit kan door met elkaar weliswaar eensluidende afsluitende activiteiten af te spreken en de niveaus van deelname te beschrijven en te filmen, maar dat betekent niet dat we de weg ernaar toe (methode) meteen helemaal dicht timmeren voor alle docenten. Als je het 'wat' vastlegt betekent dat niet dat iedere docent op weg er naar toe (het 'hoe') dezelfde weg moet bewandelen (zie ook het artikel van Berend Brouwer elders in dit blad). Maar je wordt wel gestimuleerd goed na te denken over hoe je de doelen wilt bereiken als je aan niveauduidingen doet: wat vind je belangrijk en hoe bereik je dat op de beste manier. In het voorbeeld van het schema van OSG de Meergronden is het leerplan onderbouw schematisch in beeld gebracht. Via 'links'

Schema 1: leerplan in schema onderbouw

PERIODE PLANNING ONDERBOUW							
	Activiteit	Periode 1		Periode 2		Periode 3	
Klas	gebied	Buiten	Binnen	Binnen	Binnen	Binnen	Buiten
1	Spel	Voetbal 1	Badminton 1	Basketbal 1	Volleybal 1	Hockey 1	Softbal 1
1		Korfbal	Judo				Frisbee
1	Turnen		Turnen: acrogym/klimmen - springen/tumbling - zwaaien				
1			Bewegen op muziek 1				
1	Atletiek	Coopertest 1	(Shuttle run) - Atletiek 5-kamp				Balwerpen
1							Triatlon
2	Spel	Voetbal 2	Badminton 2	Basketbal 2	Volleybal 2	Hockey 2	Softbal 2
2		Handbal	Boksen				Rugby
2	Turnen		Turnen: acrogym/klimmen - springen/tumbling - zwaaien				
2			Bewegen op muziek 2				
2	Atletiek	Coopertest 2	(Shuttle run) - Atletiek 5-kamp				Speerwerpen
2							Estafette
3	Spel	Voetbal 3	Badminton 3	Basketbal 3	Volleybal 3	Hockey 3	Softbal 3
3		American Football	Schermen				Frisbee/Rugby/American F.
3	Turnen		Turnen: acrogym/klimmen - springen/tumbling - zwaaien				
3			Bewegen op muziek 3				
3	Atletiek	3000 meter	(Shuttle run) - Driesprong - Polsstok ver/hoog				Discuswerpen
3							Hindernisloop

Een enorme 'spin-off' van deze activiteiten zichtbaar maken op een studieweb is dat je met de vakgroep uitgedaagd wordt om zeer nauwkeurig te bepalen hoe het programma er uit ziet en wat we daarbij van leerlingen verwachten. Daarbij is het belangrijk een

willen we het mogelijk maken dat leerlingen door aanklikken een beschrijving kunnen lezen, maar vooral *zien* in filmbeelden van de afsluitende activiteit en de niveaus van deelname. Dit schooljaar hebben we de ambitie van alle afsluitende activiteiten

Schema 2: fragment uit overzicht turnactiviteiten, onderdeel springen

Springen					
	Steun		minitramp hurkwendsprong	minitramp handstand overslag	minitramp over tafel
		1	op de kast	rol op verhoging	hurkwendsprong op
		2	over de kast	rol op kastbreedte	hurkwendsprong over
		3	half gestrekt	afzet op kastbreedte	half gestrekte arabier over
		4	arabier (aanzweef)	aanzweef gestrekt	gestrekte arabier over
					gestrekte arabier over persoon
	Vrij		minitramp salto schuin vlak	minitramp tipsalto over kast	minitramp salto achterover
		1	opspringen en rollen	rol op verhoging	rol a.o op schuin vlak
		2	rol op verhoogd vlak	rol over kastbreedte	salto a.o. met hulp 3x veren
		3	landen tot hurkzit op hoog vlak	tipsalto over kast (hulp)	salto a.o. lichte hulp 3x veren
		4	landen tot stand op hoog vlak	tipsalto los (hoog over)	salto a.o. na handstand
	Herhaald		tumblingbaan	tumblingbaan	tumblingbaan met opgerolde mat
		1	vliegtuigsalto na 3x veren op de plaats	muursalto a.o.	hw. sprong koprol v.o.
		2	vliegtuigsalto na veren vanaf kast	raketsalto a.o. met hulp na 3x veren	hw. sprong koprol a.o.
		3	salto vanaf de kast afduwen op schouders	raketsalto a.o. na 3x veren lichte hulp	hw.sprong-arabier flick flack met hulp
		4	salto (vanaf kast) los	salto a.o.(in combinatie met ..)	arabier salto a.o. met lichte hulp
					arabier salto a.o. zonder hulp

filmbeelden te maken van de deelnameniveaus. We doen dit in samenspraak met een aantal scholen die deelnemen aan een netwerk dat door het SLO wordt begeleid. Alles wat gekleurd en onderstreept is in schema 1 en 2, is nu inmiddels in beeld gebracht, dus we zitten op schema voor dit schooljaar.

Leerlingvolgsysteem

Een andere toepassing van filmbeelden is deze ten dienste stellen van een leerlingvolgsysteem. Leerlingen krijgen per periode een niveau-indicatie die gebaseerd is op de niveauduiding die met beelden geïllustreerd wordt. Zodra hun niveau wordt aangegeven kan dat gekoppeld (hyperlink) worden aan een filmbeeld. Dit is dan niet een beeld van de leerling persoonlijk, maar een beeld dat overeenkomt met zijn deelnameniveau. Maar wie weet met de perfectionering van de mobieltjes met camera, en het steeds algemener en goedkoper worden van het gebruik ervan, kunnen leerlingen in de toekomst opnamen (laten) maken van hun eigen deelname niveau. Nu is het vaak verboden met mobiele telefooncamera's te werken om vaak begrijpelijke redenen. Maar als we door ervaring en gewenning daarin ook goede omgangsregels met elkaar kunnen afspreken en handhaven, zit er ook een enorme schat aan mogelijkheden en opdrachten in voor leerlingen. Niet alleen in het maken, maar ook in het bewerken van filmbeelden (vakoverstijgende opdrachten) en het aanleggen van een persoonlijk dossier door leerlingen zelf.



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Tipsalto

Ook hier gaat veel voorwerk door de vakgroep aan vooraf. De vakgroep moet structuur brengen in de activiteiten die aangeboden worden in de schoolperiode en deze zichtbaar maken. Allereerst moet je met je collega's in gesprek over kernactiviteiten en de kwaliteit van deelname. Wanneer vinden we de uitvoering van activiteiten op het niveau van zorg, basis, vervolg of gevorderd? Als het zichtbaar is op studieweb kunnen leerlingen anticiperen en zich voorbereiden op, en later vergelijken met deze niveauduiding.

Schema 3: voorbeeld van voetbal als kernactiviteit en niveauduiding in klas 1

	Voetbal Ik …
A	loop (wandel) mee met het spel of sta stil, verlies vaak de bal bij aannemen, bescherm de bal niet, verlies vaak de bal bij dribbelen, speel de bal ongericht weg, krijg zelden doelkansen, doe geen doelpogingen, loop bij balverlies niet mee terug in de verdediging
B	loop mee in de aanval, neem de bal aan met alle aandacht en bescherm soms de bal, dribbel rustig als er ruimte is, speel de bal naar voren of richting medespeler, krijg af en toe doelkansen maar speel dan vaak af, loop bij balverlies mee terug in de verdediging
C	loop vrij in looppas, neem eerst aan en bescherm deze daarna zoek ik medespelers, dribbel als het kan en zoek de vrije ruimte, speel gericht over, krijg af en toe doelkansen en doe doelpoging, loop bij balverlies mee terug tussen bal en eigen doel, en kies steeds positie tussen eigen doel en tegenstander
D	loop vrij met versnellingen en ben vaak aanspeelbaar, neem aan en bescherm de bal met blik in het veld, controleer en passeer met schijnbewegingen, speel op maat aan, schep doelkansen en doel in beweging, loop bij balverlies tussen bal en eigen doel, geef rugdekking of blokkeer het schot

SPEL
KLAS 1

Onderdeel: voetbal 1

Veld: ca. 40m. x 20m.
Spel: 4 tegen 4 met scoren op twee/drie doelen per team.

Leerlingen worden uitgedaagd en kunnen zien wat ze moeten doen om in het volgende niveau terecht te komen. De 'zone van de naaste ontwikkeling' (Vygotski) wordt snel zichtbaar gemaakt. Zie hiervoor een voorbeeld van de tipsalto over de kast op niveau 1,2,3 en 4 op de site van de KVLO (*Mijnkvlo* zoek op tipsalto kastbreedte).

Didactisch hulpmiddel

Als je in je les een laptop en beamer hebt of nog mooier een digibord dan zijn er talloze methodische en didactische toepassingen denkbaar. Voor je de activiteit uitzet krijgen leerlingen inzicht in hoe de situatie moet worden uitgezet, wat er gedaan kan worden en wat de deelnameniveaus zijn waarin kan worden deelgenomen. Door snel aan te klikken kan er veel snel zichtbaar gemaakt worden.

Maar je kunt je ook voorstellen dat er wordt ingezoomd op details of aspecten van uitvoeringen, of dat methodische uitstapjes snel in beeld worden gebracht, waarbij de beelden methodisch hulpmiddel zijn geworden.

Sommige scholen werken al met Time Warp. Dit is het maken van beelden die daarna met een tijdsinterval ertussen getoond worden zodat bij turnen bijvoorbeeld leerlingen hun eigen actie snel na de uitvoering kunnen bekijken. Als je dit ook nog eens kan vergelijken met eerder gemaakte beelden van uivoering op verschillende niveaus wordt het bepalen van je eigen niveau vergemakkelijkt.

Door beelden te plaatsen op studieweb kunnen leerlingen niet alleen in de les maar ook voor of na de les toegang krijgen tot de beelden en zich voorbereiden op de les, of na de les er nog eens naar kijken en de eigen deelname daarmee vergelijken. Zo kunnen leerlingen ook tot een zelfrapportage worden aangezet.

Knelpunten

Er zitten aan het maken en toepassen van filmbeelden natuurlijk ook haken en ogen. Het is een hele klus alle activiteiten in beeld te brengen. Eerst moet je met je vakgroep overeenstemming hebben over het leerplan, afsluitende activiteiten en de niveauduiding (beoordeling) ervan. Dit zul je eerst moeten beschrijven. Dit vormt het fundament onder de beelden. Dit kost veel tijd maar is van onschatbare waarde voor de vakgroepontwikkeling en -dynamiek. Er wordt heel concreet over het vak en de beoogde effecten gesproken en meningen uitgewisseld. Dit levert veel op. Daarna moet je het in beeld brengen. Leerlingen moeten daar toestemming voor geven. Meestal vinden ze het erg leuk. De ervaring leert dat als ze duidelijk is waar het voor is, ze nog eens extra hun best doen waarmee het maken van de beelden al een versneller van het leerproces is. Ze denken na, en denken mee en zetten hun beste beentje voor, en zijn nieuwsgierig naar het resultaat.

Als er dan uiteindelijk een basis is van al het beeldmateriaal, dan zal dit ook onderhoud vragen en jaarlijkse bijstelling. Sommigen activiteiten verouderen, veranderen of kunnen beter in beeld worden gebracht. Ook dit kan dynamiek en vakgroepontwikkeling op gang houden.

We vinden dat ouders op de hoogte moeten zijn dat er beelden gemaakt worden die mogelijk via studieweb zichtbaar zijn. Ouders krijgen de gelegenheid hier tegen bezwaar te maken als ze dat niet willen. Dit werkt iets sneller en met minder administratie dan van alle betreffende ouders toestemming te vragen en dat administratief te verwerken en bewaren. Met dit nieuwe fenomeen moeten we ook leren omgaan.

Ondanks de knelpunten geeft de digitale techniek veel toepassingsmogelijkheden waarvan ik denk dat we nu aan het begin staan. Vijftien jaar geleden had lang niet iedereen een PC thuis. Nu is hij niet meer weg te denken. Over vijftien jaar zien we digitale toepassingen in de LO-les niet meer als een weelde maar als een onvermijdelijke bondgenoot in het op maat aanbieden van bewegingsonderwijs en sport.

Voorbeelden van beeldmateriaal

Er zijn reeds voorbeelden van digitaal beeldmateriaal op de site van de KVLO onder *Mijnkvlo* die het *Basisdocument* voortgezet onderwijs in beeld brengen. Verder is er een SLO-netwerk van scholen dat dit jaar bezig is hun activiteiten die in het leerplan zitten in digitale beelden te vangen. Als u belangstelling heeft voor dit netwerk kunt u contact opnemen via onderstaand correspondentieadres.

Correspondentie: m.massink1@chello.nl

ADVERTENTE







Individueel gooien en vangen in tchoukframe

Onlangs is uitgekomen het boek *'Bewegingsonderwijs aan ZML'*. Hierin worden leerlijnen beschreven voor het bewegingsonderwijs aan zeer moeilijk lerenden. Centraal staan de volgende vragen.

- **Wat willen we de leerlingen in de lessen bewegingsonderwijs op een zml-school leren?**
- **Welke activiteiten maken de leerprocessen mogelijk?**
- **Hoe kan de vakleraar hierbij passende leerhulp geven?**

In een artikel elders in dit blad worden enkele belangrijke uitgangspunten van het boek beschreven. Als illustratie wordt uit de leerlijn Jongleren het bewegingsthema Werpen en vangen genomen en in dit praktijkartikel beschreven.

Door: Marco van Berkel e.a.

Arrangement

Materiaal:
- tchoukframe, indien mogelijk twee tchoukframes naast elkaar
- rubberen tegels als werpplaatsen op verschillende afstanden van het tchoukframe
- verschillende ballen in een bak
- zandloper van twee minuten.

Groepssamenstelling: één leerling per tchoukframe.
Veld: 5 x 5 meter.

Activiteit

'Gooi de bal vanaf een tegel, in de tchouk en vang de bal.'

Regels

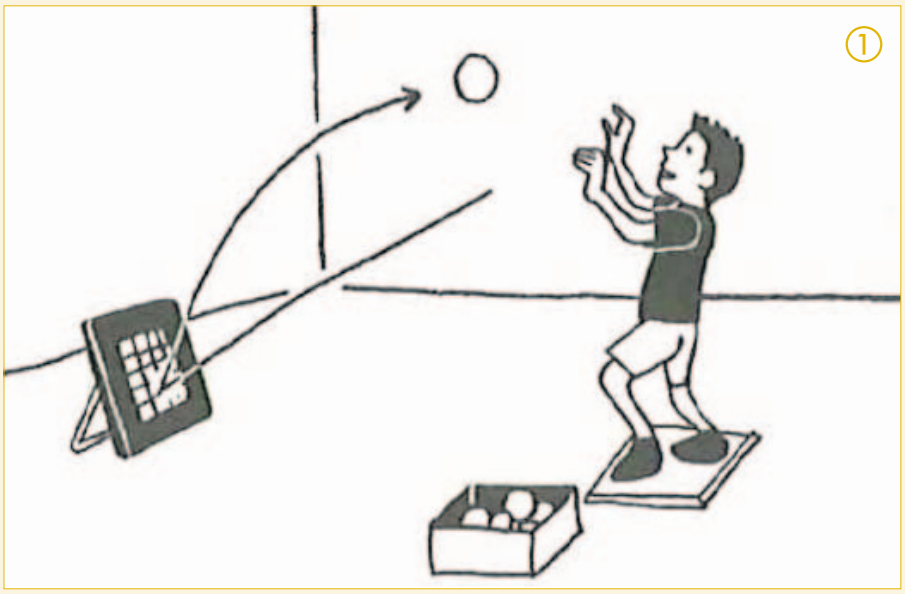
Let op het volgende:
- je kiest zelf een werpplek
- als je de bal drie keer hebt gegooid en gevangen mag je een andere tegel uitkiezen
- na twee minuten mag de volgende
- wachtbank voor de wachters
- als je klaar bent, leg je de bal terug in de bak.

Wat gaat eraan vooraf?

Er kan eerst geoefend worden met:
- vangen van een makkelijk aangespeelde bal
- stuiten en vangen van een bal
- vangen van een langzame bal.

Niveau	Uitvoeringswijze
Zorg	Gooit de bal met een langzaam tempo in de tchouk en vangt de bal nauwelijks
1	Gooit de bal in de tchouk waardoor de bal geregeld kan worden gevangen
2	Gooit de bal in de tchouk en vangt vrijwel altijd de bal
3	Gooit de bal met verschillende tempo's en op verschillende plekken in de tchouk en kan de bal daarna meestal vangen

FOTO: SANNE MILTENBURG



Kenmerkend voor het bewegingsgedrag van een jongleerder op niveau 1 is:
- gooit de bal met twee handen in de tchouk
- is regelmatig te laat om de bal te vangen.

Leerhulp aan de betere bewegers

Kenmerkend voor het bewegingsgedrag van een jongleerder op niveau 2 is:
- vangt de bal meestal op iedere werpplaats
- gooit de bal bovenhands.

Kenmerkend voor het bewegingsgedrag van een jongleerder op niveau 3 is:
- gooit de bal met verschillende tempo's naar de tchouk
- gooit de bal op verschillende plaatsen in de tchouk
- vangt de bal vaak die moeilijk aankomt.

Leerhulp aan de zwakke bewegers

Kenmerkend voor het bewegingsgedrag van een zwakkere jongleerder (nog geen niveau 1) is:
- gooit de bal te zacht in de tchouk
- vangt de bal alleen na een stuit
- blijft op een plek staan om de bal te vangen
- gooit de bal te hoog in de tchouk waardoor de bal niet gevangen kan worden.

Het reguleren van de activiteit door de leerlingen

In deze activiteit kunnen de volgende reguleringsdoelen goed aan de orde worden gesteld:
- tijd bijhouden door een wachter
- een ander gaan helpen
- spelen met puntentelling
- wachten op de beurt.

Uit: *Bewegingsonderwijs aan ZML* (Jan Luiting Fonds).

Correspondentie: m.vanberkel@slo.nl

Uitvoeringswijze	Leerhulp
Gooit de bal te zacht in de tchouk	• De werpplek dichterbij leggen. • De bal bovenhands en harder in de tchouk laten gooien. • Samen de bal in de tchouk gooien (fysiek ondersteunen). • Andere activiteit kiezen bijvoorbeeld ver gooien.
Blijft op een plek staan om de bal te vangen	• Een grotere werpplek maken (mat). • De werpplek weghalen. • 'Je mag van de plek af om de bal te vangen'.
Gooit de bal met twee handen in de tchouk	• De leerkracht gooit in de tchouk, de leerling vangt. • De werpplek verder weg leggen. • De leerling hard laten gooien, de leerkracht vangt de bal.
Is regelmatig te laat om de bal te vangen	• De werpplek verder weg leggen. • De bal laten vangen na een stuit. • Samen overspelen in de tchouk.

Uitvoeringswijze	Leerhulp
Vangt de bal meestal op iedere werpplaats	• Op de werpplek blijven staan tijdens het gooien en vangen. • Trucs laten doen. • Samen met iemand laten sparren.
Gooit de bal met verschillende tempo's naar de tchouk	• Een serie van zacht naar hard gooien laten maken en toch de bal vangen.
Gooit de bal op verschillende plaatsen in de tchouk	• Verschillende mikpunten in het vlak op de tchouk zetten om op te gooien.
Vangt de bal vaak die moeilijk aankomt	• Samen met iemand laten sparren.



Vakwerkplan bewegingsonderwijs ‘De Lesbrieven’

De nieuwe gymzaal die in 2003 ter beschikking kwam inspireerde de auteurs tot het schrijven van een nieuw vakwerkplan, met als uiteindelijk resultaat de methode *De lesbrieven*. Dit vakwerkplan is geschreven voor de groepen 3 tot en met 8 van het basisonderwijs. Het bestaat onder andere uit 80 uitgewerkte lesbrieven. Iedere lesbrief is een praktische en handzame lesbeschrijving bestaande uit plattegrond, foto’s, uitleg van de bewegingsactiviteiten en een aantal aanwijzingen. In dit artikel lees je het fijne ervan.

Door: Harry van der Meer en Dennis Louter (redactie Hans Dijkhoff)

Het vakwerkplan is een losbladige methode voor bewegingsonderwijs aan de groepen 3 tot en met 8 van de basisschool. Elke bevoegde vak-/groepsleerkracht van een basisschool kan met dit vakwerkplan een eigen jaarplan en weekrooster vastleggen, maar het kan ook gebruikt worden als ideeënboek of naslagwerk.

Bewegingsconcept

Het bewegingsonderwijs moet een planmatige bijdrage leveren aan de bewegingsontwikkeling van kinderen. In iedere gymles moeten de kinderen veelzijdig en intensief bewegen. Daarnaast moet er veel aandacht besteed worden aan zelfstandig werken, rekening houden met anderen en eigen initiatief (reguleringsdoelen).
Wij streven naar organisatievormen die uitdagend, uitnodigend en veilig zijn. In bijna alle lessen wordt in drie of vier vakken lesgegeven. In ieder vak wordt op verschillende niveaus een andere bewegingsactiviteit aangeboden. Hierdoor kan ieder kind op zijn eigen niveau oefenen. De leerkracht biedt hulp bij een van de onderdelen. Bij de andere onderdelen werken de leerlingen zelfstandig.
Uitgangspunten voor iedere lesbrief zijn:

- de les moet intensief en veilig zijn (loopt ‘t)
- ieder kind moet op eigen niveau kunnen bewegen en daardoor veel succeservaringen hebben (lukt ‘t)
- de les moet uitdagen, eigentijds en spannend zijn (leeft ‘t)
- waardoor er geleerd kan worden (leert ‘t).

In de meeste lesbrieven wordt in groepjes van zes tot acht leerlingen gewerkt en komen drie of vier bewegingsactiviteiten aan bod, met als doel de kinderen intensief en veelzijdig te laten bewegen.

Jaarplanning

De jaarplanning bestaat uit vijf periodes.

Elke periode bestaat uit acht weken en elke week bestaat weer uit twee lessen.





Foto één: kinderen die op judo zitten (jongen in judopak) mogen begeleiden. Foto twee: bij acrobatiek gebruiken we werkbrieven (cd-rom ‘De Vaardigheidsproeven’ Den Haag)

Hoofdstuk 3 Jaarplanning



Periode 1

Week 1

Ochtend (groepen 3t/m 8)	Les 1a Stroomvormles: **Klimmen/klauteren/springen** Afspraken/regels/ klaarzetters
Middag (groepen 6/7/8)	Les 1b *(buitenles)* Inleiding: Loopvorm 3x vierkant Kern A: **Slagbal slaan en vangen met 2 tallen** Kern B: **Slagbal partij**

Week 2

Ochtend **Bokspringen** (groepen 3t/m 8)	Les 2a Vak 2: **Duikelen** Vak 3: **Touwtje springen** Vak 4: **Basketbal**
Middag (groepen 6/7/8)	Les 2b *(buitenles)* Inleiding: loopvorm met 4x vierkant 3 groepen: 1 en 2 **Peanutbal**, derde groep Peanutbal slaan en vangen.

Week 3

Ochtend (groepen 3t/m 8)	Les 3a Vak 1: **Vliegend tapijt** Vak 2: **Trampoline springen + diepspringen** Vak 3: **Schommelen** Vak 4: **Touwzwaaien**
Middag (groepen 6/7/8)	Les 3b *(buitenles)* Tennis introductie Baan 1: **Service** Baan 2: **Rally** Baan 3: **Tennisballen machine** Baan 4: **Tennisballen kanon**

Week 4

Ochtend (groepen 3t/m 8)	Les 4a Vak 1: **Mikken** Vak 2: **Touwtje springen** Vak 3: **Koprol/ salto** Vak 4: **Gooien en vangen** Vak 5: **Schommelen in klim raam**
Middag (groepen 6/7/8)	Les 4b **Voetbalcircuit vaardigheidsproeven**

Week 5

Ochtend (groepen 3t/m 8)	Les 5a *(observaties item 1 t/m4)* Vak 1: **Glijbaan/snowboarden** Vak 2: **Schommelen** Vak 3: **Badminton**
Middag (groepen 6/7/8)	Les 5b *(buitenles)* **Trefbal met kast bevrijden**

Week 6

Ochtend (groepen 3t/m 8)	Les 6a *(observaties items 5 t/m8 "zorgkinderen")* Vak 1: **Balanceren** Vak 2: **Klimmen** Vak 3: **Koprol** Vak 4: **Gooien/vangen**
Middag (groepen 6/7/8)	Les 6b **Shuttle run test**

Week 7

Ochtend (groepen 3t/m 8)	*Les 7a (observatie van kinderen die in week 28/29 afwezig waren)* Vak 1: **Rollen** Vak 2: **Balanceren** Vak 3: **Gooien en vangen** Vak 4: **Klimmen**
Middag (groepen 6/7/8)	Les 7b *(buitenles)* Hockey introductie Veld 1: **Partijtje** Veld 2: **Parcours** Veld 3: **Afronden** Veld 4: **Twee tegen een** Veld 5: **Slalom**

Figuur 1: periode 1 zomervakantie/herfstvakantie (week 1 t/m 7)

In de eerste periode staan centraal:
- observaties in verband met leerlingvolgsysteem
- buitenlessen
- tennis- en hockeyintroductie.

A- en B-lessen

Per week wordt gebruikgemaakt van een A-les en een B-les.
Groep 3 tot en met 5 doen twee keer per de week de A-les.
Groep 6 tot en met 8 doen één keer in de week de A-les en een keer de B-les.
De B-les is altijd 'smiddags.
De B-lessen zijn ook vaak buitenlessen waar onderdelen worden geoefend die vooral voor de bovenbouw bestemd zijn. Denk hierbij aan atletiek, hockey, voetbal, slagbal en peanutbal.
Redenen voor deze indeling zijn:
1 groep 3, 4 en 5 zijn gemotiveerd om te herhalen
2 groep 6, 7 en 8 minder
3 het bespaart instructietijd voor groep 3, 4 en 5
4 herhaling kan gegeven worden door de groepsleerkracht
5 in de middag is er minder concentratie
6 's morgens is het veld vaak nog nat.

Werkwijze tijdens de les

Er wordt gebruik gemaakt van drie soorten lessen:
- combinatieles
- klassikale les
- stroomvormles.

In ongeveer 75% van de lessen wordt gebruikgemaakt van de combinatie.
Hierdoor:
- veel bewegingsactiviteiten per les
- kan er in homogene niveau groepen gewerkt worden
- zijn de lessen intensief
- zijn er kleine groepjes dus weinig of geen wachtende leerlingen
- zijn de lessen afwisselend, uitdagend en motiverend
- leren de leerlingen zelfstandig werken
- kunnen de materialen de hele dag blijven staan.

In ongeveer 17,5% van de lessen wordt gebruikgemaakt van klassikaal aanbieden.
Deze lessen hebben bijvoorbeeld als inhoud:
- bewegen op muziek
- hoogspringen als afsluiting
- eindspelen (basketbal, slagbal, peanutbal)
- shuttleruntest
- kastentrefbal, boer en kwajongens, apenkooien

Deze bewegingsactiviteiten zijn moeilijker in kleine groepen te spelen.

In ongeveer 7,5% van de lessen wordt gebruikgemaakt van de stroomvorm.

Keuze voor deze zeer intensieve lesvorm is:
- tijdens het uitrusten kan aandacht besteed worden aan regels en afspraken tijden de gymlessen (eerste gymles na de zomervakantie)
- de leerlingen (weer) bekend te maken met veel materialen
- de mogelijkheid om veel motorische vaardigheden binnen een les te observeren.

In de onderstaande tabel is te zien hoe de tijd is verdeeld over de twaalf verschillende leerlijnen. Er is gekozen voor de groepsverdeling 3/4/5 en 6/7/8, waarbij het dus telkens om drie schooljaren gaat.

Leerlijn	Groep 3/4/5	Groep 6/7/8
1. Balanceren	9%	6%
2 Klimmen	10%	7%
3. Zwaaien	10%	6%
4. Over de kop gaan	9%	6%
5. Springen	14%	9%
6. Hardlopen	4%	6%
7. Mikken	9%	9%
8. Jongleren	9%	8%
9. Doelspelen	6%	21%
10. Tikspelen	13%	14%
11. Stoeispelen	3%	3%
12. Bewegen op muziek	4%	5%





Figuur 2: tijdsverdeling per leerlijn

De 12 Leerlijn

In het vakwerkplan staat aangegeven in hoeveel procent van de lessen een bepaalde leerlijn wordt beoefend. Als leidraad hebben we de percentages gebruikt die genoemd worden in het *Basisdocument*. Zo is een verantwoord aanbod gewaarborgd.

Registratie van de bewegingsactiviteiten

Hoofdstuk 4 Registratie van de bewegingsactiviteiten per les

Onderdeel	Les
Acrobatiek	11a, 33a
Apenkooien	15a, 15b, 39a, 39b
Badminton	4a, 30a
Balanceren	5a, 6a, 7a, 13a, 25a, 37a
Bankenles	29a
Basketbal	2a, 8b, 9a, 9b, 10a, 10b, 11b, 12b, 13b, 14b, 24a
Blindemannetje	28a
Boer en kwajongens	7a, 22a, 22b
Bokspringen	2a, 16a, 17a, 18a
Conditie circuitles	14a
Dans	8a, 8b, 9a, 12a, 27a
Duikelen	2a, 19b

Leerlijn	Les
Balanceren	5a, 6a, 7a, 11a, 13a, 14a, 20b, 22a, 25a, 28a, 33a, 37a
Klimmen	1a, 6a, 7a, 9b, 10a, 12a, 13a, 20b, 22a, 25a, 30a, 35a, 38a
Zwaaien	3a, 4a, 5a, 13a, 17a, 18a, 20a, 20b, 21a, 22a, 28a, 35a, 37a, 38a
Over de kop gaan	2a, 5a, 6a, 7a, 9b, 11a, 19a, 20a, 20b, 21a, 23a, 25a, 37a
Springen	1a, 2a, 3a, 4a, 7a, 12a, 17a, 18a, 19a, 23a, 26b, 29a, 31a, 31b, 32b, 33a, 34a, 35b, 36a

Figuur 3: bewegingsactiviteit en leerlijnen ingedeeld per les

In het vakwerkplan staat ook precies aangegeven in welke les een bepaald onderdeel of leerlijn wordt geoefend. Zo kan er snel en eenvoudig gezocht worden naar oefenstof.

Opzet lesbrief

De lessen zijn zeer beknopt uitgelegd en beschreven. Iedere lesbrief is beschreven op twee pagina's. Hierdoor is het heel praktisch deze in de les te gebruiken.

Een lesbrief is opgebouwd uit een kleurenplattegrond en kleurenfoto's van alle onderdelen, uitleg van de oefenstof en aanwijzingen die je bij deze oefenstof kunt geven.

Kleurenplattegrond

- De plattegrond kan gebruikt worden als klaarzetkaart (taakwijzer).
- In figuur 5 een voorbeeld van een combinatieles.
- Vier groepen met zes á zeven leerlingen per bewegingsactiviteit.
- Door de praktische indeling is 1/3 van de zaal over voor spel.
- De groepsindeling op basis van niveau bij bokspringen.
- De leerkracht helpt bij bokspringen.
- Banken worden gebruikt als afscheiding.

Kleurenfoto's

De kleurenfoto's zijn:

- ondersteunend voor plattegrond en tekst
- hierdoor kan veel tekst weggelaten worden
- een hulp bij het klaarzetten
- van elke bewegingsactiviteit zie je minstens één foto
- de foto's geven verschil aan in oefenstof voor onderbouw en bovenbouw.

In figuur 5 laat de foto van het bokspringen zien dat voor de leerlingen van de onderbouw de springplank op twee banken gezet wordt. Op de plattegrond erboven zijn deze banken niet aangegeven. Door de toevoeging van deze foto is een tweede plattegrond niet nodig.

Inleiding

Het wel of niet doen van een inleiding hangt af van het aantal onderdelen en de lestijd.
In les 2a (figuur 6) is als inleiding



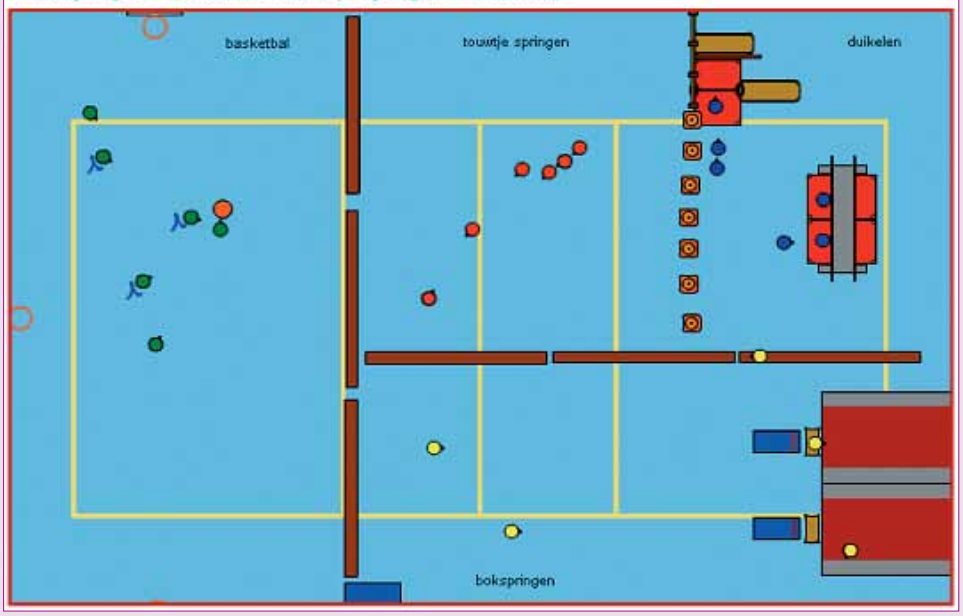


Foto drie: basketbalcircuit met gebruik van werkbrieven http://www.hco.nl/vaardigheidsproeven/
Foto vier: koprol, tipsalto en salto op schuine dikke mat

Lesbrief 2a

periode 1

• Bokspringen • Duikelen • Touwtje springen • Basketbal



Figuur 4: plattegrond van les 2a

INLEIDING

- Commando pinkelen.
- Alles waar de leraar commando voor zegt moet je doen 'commando pinkelen', 'commando op 1 been staan','commando zitten'. Als de leraar geen commando zegt moet je doorgaan met de voorgaande oefening. Als je de laatste bent of als je gefopt bent heb je een strafpunt. "Wie heeft straks de minste strafpunten?"
- Als het leuk gaat, kan ook een leerling de "legerofficier" zijn.

BOKSPRINGEN

- Zelfstandig bokspringen.
- Na het bokspringen via de banken terug.
- Groep 3 en 4: reuterplank op banken.
- Als je bokspringen te moeilijk vind (groep 3 en 4) mag je op de hoogste bok klimmen en met strekssprong afspringen.



Aanwijzingen

- Harde aanloop en afzet met twee voeten.
- Druk je handen van de bok af.
- Kijk naar de muur.
- Leerkracht helpt de leerlingen die bokspringen nog moeilijk vinden.
- Leerkracht bepaalt wie naar de hoogste bok mag.
- Leerlingen die de boksprong goed doen mogen: Boksprong 1 hand en/of hurksprong over bok.

Figuur 5: foto ter ondersteuning van plattegrond en tekst

BASKETBAL

- Gr 5-8: 3 tegen 3 basketbal.
- Gr 3-4: basketbal parcours.
- Als je drie keer heb overgespeeld zonder dat de tegenpartij de bal onderschept, mag je proberen te scoren in één van de drie baskets.
- Niet stuiteren en/of lopen met de bal.
- Als je hebt gescoord wissel je eventueel met de wachtende aan de kant (of na 1 minuut wisselen).

Aanwijzingen:

- Probeer schijnbewegingen te maken.
- Probeer de lege ruimtes te zoeken.
- Niet roepen om de bal.
- Gooi naar iemand als je oogcontact hebt.
- Groep 5 en 6 spelen met een volleybal, groep 7 en 8 met een basketbal.





Figuur 6: groep 6, 7 en 8 spelen basketspel drie tegen drie
groep 3, 4 en 5 stuiteren en doelen op basket/korf



Foto vijf: peanutbal op het sportveld naast de school

het spel 'commando pinkelen' gekozen. De uitleg van dit spel is eenvoudig en kost weinig tijd. Ook kan het zonder materiaal te verplaatsen in het basketbalvak gespeeld worden. De leerlingen zijn na een paar minuten intensief bewegen in de sfeer van de les en gemotiveerd om naar de uitleg te luisteren.
Als 'de netto lesgeeftijd' minder is dan 45 minuten wordt aangeraden de inleiding niet te doen. Er blijft dan in deze les te weinig tijd over voor de vier geplande bewegingsactiviteiten.

Aantal bewegingsactiviteiten

Omdat er in deze les vier bewegingsactiviteiten zijn, bestaat een groepje (klas van 28 leerlingen) uit zeven leerlingen. Hierdoor kan er drie tegen drie basketbal gespeeld worden (één wisselspeler). De leerkracht helpt bij het bokspringen. De leerlingen die bokspringen moeilijk vinden komen als eerste bij het bokspringen. De bok staat dan nog laag. Als laatste groep komen de leerlingen die zelfstandig kunnen bokspringen. De leerkracht kan dan helpen bij een van de andere onderdelen.

- Oefenstof, wat is de bedoeling?
- Bij aanwijzingen staan punten die de leerlingen kunnen gebruiken maar ook punten die betrekking hebben op veiligheid, organisatie en reguleringsdoelen.

Alles staat in korte en eenvoudige zinnen, om het zo gebruiksvriendelijk te houden.

Buitenlessen

In het vakwerkplan staan 16 buitenlessen. Ze zijn gepland in periode 1, 4 en 5. Bij warm weer wordt er onder andere slagbal en peanutbal gespeeld en bij minder warm weer onder andere voetbal en atletiek. Elke buitenles begint met een inleiding. Deze inleiding kan bestaan uit een loopvorm, een tikspel, een dribbelvorm met de bal of overgooien. In figuur 7, eerste blad van les 1b, wordt begonnen met een loopvorm met drie steeds groter wordende vierkanten. Deze oefenvorm heeft een rustig aanvangstempo. De leerkracht loopt de eerste drie ronden voorop. Door de groepjes en tweetallen naar niveau in te delen kan het tempo steeds meer opgevoerd worden.
Na deze intensieve inleiding kunnen de leerlingen in deel twee van de les (slagbal slaan en vangen) wat uitrusten. De les wordt afgesloten met een slagbalpartij. De uitleg/regels staan op blad 2 van deze lesbrief.

Website

Op de website *www.basislessenbewegingsonderwijs.nl* kan/kunnen onder andere:

- zes lesbrieven gratis gedownload worden
- video-opnames van les 1A, 2A en 3A bekeken worden
- contact opgenomen worden met de auteurs
- referenties bekeken worden
- de methode 'De lesbrieven' besteld worden.

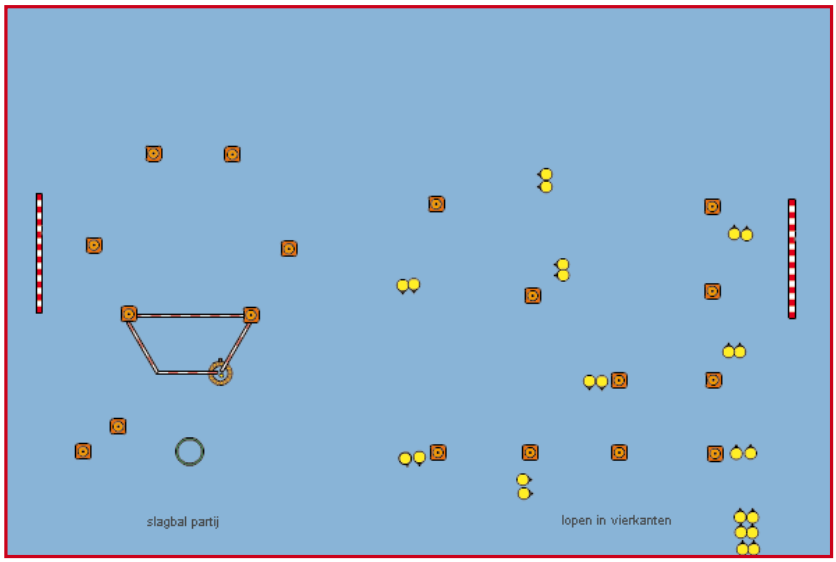
Over de auteurs
Harry van der Meer vakleerkracht bewegingsonderwijs Bennebroek
Dennis Louter vakleerkracht bewegingsonderwijs Hillegom, Sassenheim en Noordwijk

Foto's: Harry van der Meer

Lesbrief 1b (buiten)

periode 1

• Lopen in vierkanten • Slagbal slaan en vangen • Slagbal partij



LOPEN IN VIERKANTEN

- Speelse loopvorm met 3 steeds groter wordende vierkanten.
- De leerlingen rennen de eerste (3)ronden in één groep achter de leraar aan, zonder inhalen.
- De tweede (3) ronden rennen de leerlingen in groepjes van 5 á 6.
- De derde (3) ronden rennen de leerlingen in tweetallen.
- De laatste ronde rennen de leerlingen alleen en mag je proberen in te halen.

Aanwijzingen:

- Blijf met je tweetal/groepje bij elkaar.
- Verdeel je krachten goed.
- Niet binnendoor.



SLAGBAL SLAAN EN VANGEN

- In tweetallen slaan en vangen.
- Ongeveer 10 meter uit elkaar.
- Na 3 keer slaan wisselen.

Aanwijzingen:

- Onderhands slaan.
- Blijf goed naar de bal kijken.



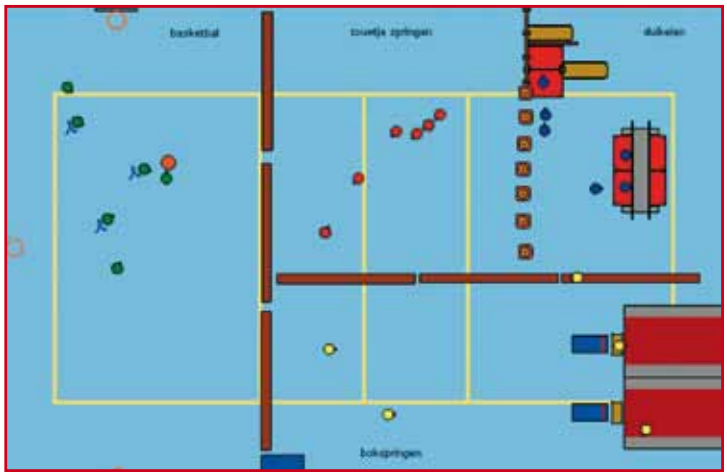
Vakwerkplan bewegingsonderwijs "De Lesbrieven"
© Harry van der Meer & Dennis Louter www.gymlessenbasisonderwijs.nl

Figuur 7: buitenles na de zomervakantie

Lesbrief 2a

periode 1

• Bokspringen • Duikelen • Touwtje springen • Basketbal



INLEIDING
- **Commando pinkelen.**
- **Alles waar de leraar commando voor zegt moet je doen 'commando pinkelen', 'commando op 1 been staan','commando zitten'. Als de leraar geen commando zegt moet je doorgaan met de voorgaande oefening. Als je de laatste bent of als je gefopt bent heb je een strafpunt. "Wie heeft straks de minste strafpunten?"**
- **Als het leuk gaat, kan ook een leerling de "legerofficier" zijn.**

BOKSPRINGEN
- Zelfstandig bokspringen.
- Na het bokspringen via de banken terug.
- Groep 3 en 4: reuterplank op banken.
- Als je bokspringen te moeilijk vind (groep 3 en 4) mag je op de hoogste bok klimmen en met strekssprong afspringen.



Aanwijzingen
- Harde aanloop en afzet met twee voeten.
- Druk je handen van de bok af.
- Kijk naar de muur.
- Leerkracht helpt de leerlingen die bokspringen nog moeilijk vinden.
- Leerkracht bepaalt wie naar de hoogste bok mag.
- Leerlingen die de boksprong goed doen mogen: Boksprong 1 hand en/of hurksprong over bok.

Vakwerkplan bewegingsonderwijs **"De Lesbrieven"**
© Harry van der Meer & Dennis Louter www.gymlessenbasisonderwijs.nl

SPRINGEN
- 5x springen op de trampoline (zo hoog mogelijk).
- Landen op de landingsmat.
- Ren omhoog de schuine bank op.
- Spring op het eerste of tweede matje.

Aanwijzingen:
- Altijd landen zonder vallen (alleen voeten op de mat).
- Doe na 5x springen een truc (skisprong, halve draai, skatesprong, hurksprong).
- Spring in de cirkel op de eerste mat. Als dat goed gaat (niet vallen op knieën of handen), dan mag je in de cirkel op de 2e mat springen.

SCHOMMELEN
- De voorste leerling zit of staat op de trapezestok.
- De 2e leerling duwt.

Groep 3 en 4: zittend.
Groep 5 en 6: staand.
Groep 7 en 8: staand (alleen of tweetal).

Aanwijzingen:
- 10 keer duwen/zwaaien wisselen.
- Leerlingen die zitten, mogen steeds geduwd worden. Als je staat, mag je 1 keer geduwd worden. Daarna zelf vaart maken.
- Houdt de touwen op hoofdhoogte vast.
- Afremmen door met twee handen de trapezestok vast te pakken.
- Afremmen bij staand schommelen: eerst zitten, daarna wachten tot er genoeg afgeremd is, daarna afremmen door slepen.
- Afremmen bij schommelen met tweetallen: Eerst zitten daarna met voeten over de grondslepen als je naar achteren gaat.

TOUWZWAAIEN
- 3 leerlingen kunnen tegelijk touwzwaaien.
- Als je bent geweest wacht je even tot ieder een weer klaarstaat en zwaai je het touw terug.
- Om de pylon en over de banken terug.

Aanwijzingen:
- Hoofdhoogte vastpakken.
- Achteruit springen en armen gebogen.
- Aan het eind van de zwaai met halve draai op de mat landen.
- Als het goed gaat mag je een touw hoger.
- Op de kast maximaal 2 leerlingen.







Figuur 8: voorbeeld een complete lesbrief

Op één dubbelzijdig A4 is een complete les beschreven.

ADVERTENTE







Springen op de luchtgevulde tumblingbaan in het bewegingsonderwijs (2)

In het eerste artikel lag het accent op gewenning aan de verende werking van de tumblingbaan via rechtstandige sprongen en eenvoudige steunsprongen. In dit artikel worden de moeilijkere steunsprongen (via wendspringen naar arabier en handstandoverslag) beschreven. Het springen van salto's voor- en achterover zal centraal staan in het laatste artikel. Nota bene: in de cursief getypte tekst staan de ervaringen van Christa met haar leerlingen. *Door: Peter van Brunschot en Christa Krijgsman*

Peter van Brunschot is als opleidingsdocent aan Fontys Sporthogeschool verbonden en geeft workshops en nascholingscursussen op het gebied van turnen. Peter heeft een workshop tumblingbaanspringen verzorgd voor de sectie LO op het Sint-Janslyceum in 's-Hertogenbosch. Christa Krijgsman is vakdocent LO op het Sint-Janslyceum in 's-Hertogenbosch en is altijd op zoek naar nieuwe uitdagingen. De inhoud van de workshop en de praktijkervaringen van het springen op de tumblingbaan met leerlingen hebben geleid tot een artikelenserie.

Van wendsprong tot arabier

De arabier als steunsprong is in de vakwereld bekend. Vanuit het springen met de minitrampoline maakt de leerling een steunsprong door handstand met een halve draai om de lengte-as. Deze draai om de lengte-as kan zowel voor een deel in de eerste als in de tweede zweeffase worden gemaakt. Een uitvoering van de volledige halve draai om de lengte-as in de eerste zweeffase is voor de meer getalenteerde leerlingen mogelijk.









De wendsprong

De aard van deze sprong met zijn rotaties om zowel de lengte- als de breedte-as is vergelijkbaar met de arabier. De relatief eenvoudige wendsprong is een goede basis om uiteindelijk tot de arabier te komen.

In het vorige artikel werd al gesproken over het gebruik van de tumblingbaan in de breedte. Deze toestelopstelling is ideaal voor het aanleren van de wendsprong. De leerlingen springen dan vanaf een verhoogd vlak op de tumblingbaan en springen met een rechtstandige sprong naar de afzetplaats voor de wendsprong over de breedtekast en landen op een dikke mat (zie foto 1, 2, 3 en 4).

Deze toestelopstelling heeft een aantal grote voordelen:

- de voorwaartse snelheid is goed te controleren (zeker als in voorgaande lessen de leerlingen het repeterend rechtstandige springen reeds onder de knie hebben gekregen)

- de afzetimpuls van de tumblingbaan is kleiner dan die van de minitrampoline, waardoor de controle groter wordt
- de doorstroomsnelheid is heel groot.

Het hulpverlenen is door de leerlingen onderling zeer goed toe te passen, want een klemgreep rond de dichtstbijzijnde bovenarm is eenvoudig aan te leggen. De springende leerling is er verantwoordelijk voor dat de hulpverlener aan de goede zijde (=de rugzijde van de wendkant, zie foto 4) staat hulp te verlenen. Op deze manier delen alle partijen de verantwoordelijkheid om de activiteit veilig te laten verlopen. Dit is door de leerlingen heel goed te reguleren.

De wendsprong is zeer toegankelijk voor alle leerlingen. Een enkele leerling heeft moeite om ineens de stap te maken naar 'spring, spring, wendsprong' (zie foto 1, 2, 3 en 4). Deze leerlingen kunnen hun angst overwinnen door te beginnen met hun handen op de kast. De hulpverlener laat voelen dat er niets kan gebeuren, doordat de klemgreep goed is aangelegd. Vervolgens zet de leerling drie maal af, waarna deze een wendsprong maakt. Heeft deze gewenning eenmaal plaatsgevonden, dan is de stap naar 'spring, spring, wendsprong' beter haalbaar.
Het delen van verantwoordelijkheid bij het hulpverlenen, maakt het groepsgevoel sterker. Hulpverleners zijn bewust bezig met het verzetten van obstakels (zie foto 6) en het veranderen van hun eigen positie (afhankelijk van de springer). Leerlingen gaan elkaar ook aanmoedigen om een stap verder te komen, wat ervoor zorgt dat het niveau van de vaardigheid en de intensiteit van het springen wordt verhoogd!

Bewegingsproblemen

Een veel voorkomend probleem, zeker in de beginfase van het leerproces, is een matige steunfase. De combinatie van rotatie om breedte- en lengte-as, die deze sprong kenmerkt, is voor een aantal leerlingen heel complex. Dit kan voor steunproblemen zorgen, zoals in foto 5 duidelijk te zien is.
Vanuit dit gegeven is het raadzaam om aan het begin van het leerproces bij alle leerlingen hulp te verlenen met een klemgreep rond de bovenarm .

Daarnaast vindt een aantal leerlingen het moeilijk om de wendsprong goed recht door het sagittale vlak te springen. Na de gewenningsfase kunnen hindernissen (bij voorkeur zachte schuimblokken of één of meer kegels) geplaatst worden op de kast, aan de kant waar de voeten passeren (zie foto 6). Hierdoor worden deze leerlingen gestimuleerd na de afzet eerst hoogte te winnen (met de heupen) en pas later de draai om de lengte-as in te zetten.


5


6

De arabier

Als de leerlingen de wendsprong goed onder de knie hebben, is de stap naar de arabier niet zo groot. Met de aanwijzing dat ze de heupen en knieën moeten proberen te strekken, zijn veel leerlingen al snel geholpen. Een goed voorbeeld doet natuurlijk ook wonderen.

Dezelfde fouten als beschreven bij de wendsprong zijn hier terug te vinden. Ook de eerder beschreven oplossingen zijn hier te gebruiken.

Bij deze sprong is het heel belangrijk, dat de leerling met voldoende afstand (minimaal 40 centimeter) van het steunvlak op de tumblingbaan afzet. Indien een leerling te dicht bij het steunvlak afzet, heeft deze niet de ruimte om voldoende hoogte te maken. Het gevolg is, dat er een ongecontroleerde sprong ontstaat.

Deze activiteit leent zich uitstekend om te differentiëren. Een leerling, die er nog niet aan toe is om over te stappen naar de arabier, kan het wendspringen in dezelfde situatie blijven oefenen. Voor de betere leerlingen blijkt al snel dat verlenen van hulp overbodig is. Resteert hooguit een leerling, die aan de zijkant van de mat staat om balansverstoring bij de landing te corrigeren.

Leerlingen die aan het zoeken zijn naar de juiste beweging, verwarren vaak de verschillende gegeven tips. Als ze eenmaal de heupen hoog hebben en de aanwijzing krijgen om de 'heupen te strekken', vergeten sommige leerlingen dat ze de heupen hoog moeten houden. Hierdoor bewegen ze dan niet meer in het sagittale vlak, maar in het horizontale vlak. Eerder genoemde obstakels als bijvoorbeeld een kegel kunnen dan nogmaals gebruikt worden.

Ook de felheid (of juist niet-felheid) van de afzet is bepalend voor de uitvoering van de sprong. Eerder werd al beschreven dat de afzetimpuls van de tumblingbaan kleiner is dan de afzetimpuls van de trampoline. Dit betekent dat sommige leerlingen niet verder komen dan een wendsprong, omdat ze niet explosief genoeg kunnen afzetten (terwijl de tumblingbaan juist een grote felheid vereist).
Door het regelmatig oefenen krijgen de leerlingen de benodigde afzet wel beter onder de knie, maar de vooruitgang hierin gaat heel geleidelijk.

De plaats van afzet is bij dit onderdeel iets wat de aandacht verdient. Bij een trampoline is dit een vast gegeven, bij de tumblingbaan is dit echter niet zo. Om recht door het sagittale vlak te kunnen bewegen, dient de afzet niet te dicht bij het steunvlak gemaakt te worden. Leerlingen moeten leren hier zelf op letten. Veel leerlingen zullen de plaats van insprong en afzet bewust moeten oefenen.

Inderdaad is dit een ideale bewegingsvorm, waarbij iedere leerling op zijn eigen niveau kan oefenen. Omdat deze vaardigheid op zelfstandige wijze erg veilig geoefend kan worden, kan hij ideaal gecombineerd worden met andere bewegingsvormen/stations waar eventueel meer hulp vereist is!

Handstandoverslag

Deze sprong is heel veel moeilijker dan de arabier, omdat de leerling bij het 'over-de-kop-gaan' het zicht op de landingsplaats kwijtraakt. Hierdoor gaat gevaar een grote rol spelen. Daarom is het raadzaam om in de eerste fase van het leerproces de leerlingen na de sprong door de handstand heen, rugwaarts te laten landen op een (al dan niet schuin aflopend) verhoogd zacht vlak (zie foto 7).

Handstandoverslag: 'platvallen' op een verhoogd vlak



Ook bij de handstandoverslag kiezen we voor de situatie, waarbij we de tumblingbaan in de breedte gebruiken, met een insprong vanuit stand op een verhoogd vlak (bijvoorbeeld drie delen van de kast). De voordelen van deze werksituatie zijn reeds besproken bij de arabier.

Op foto 7 is duidelijk te zien dat het verhoogde vlak niet al te hoog is (de bovenzijde tussen de 60-70 cm gerekend vanaf de tumblingbaan). De achtergrond hiervan is, dat we ervoor moeten zorgen de leerling in een situatie te laten springen, waarbij het zo eenvoudig mogelijk is om met een gestrekt lichaam zo snel mogelijk te roteren. De hoofdhouding speelt hierbij een heel dominante rol; met de kin op de borst zal de uitvoering al snel meer op een grove rolvorm dan op een mooi gesteunde handstandfase lijken.

Verder is het grote voordeel van het gebruik van een verhoogd vlak, dat leerlingen op een veilige manier intensief kunnen oefenen en veel bewegingservaring opdoen in het met voldoende snelheid gestrekt rugwaarts doorvallen, zonder dat er hulpverleners ingezet moeten worden. De minder getalenteerde leerlingen laten een sprong zien, die hoogstwaarschijnlijk in het begin meer op een rol zal lijken. Stimuleer deze leerlingen tot de gesteunde fase (leg daarvoor bijvoorbeeld een lintje aan de voorkant op de rand van de dikke mat waar ze naar moeten blijven kijken).

Zoals bij de arabier al is opgemerkt, geldt ook bij de handstandoverslag dat de afzet vanaf de tumblingbaan op minimaal 40 cm van het afzetvlak moet worden gemaakt, om voldoende ruimte te hebben voor de aanzweeffase.

Oefenen van de handstandoverslag is uitermate geschikt voor zelfstandige bovenbouwklassen. De opbouw zoals hierboven beschreven, mist echter nog één belangrijke stap: helaas mag men niet zomaar aannemen dat een bovenbouwleerling een handstand kan maken, met of zonder hulp.
Om dit op te lossen is een recht verhoogd vlak (ongeveer 40 cm hoger dan de tumblingbaan) ideaal om leerlingen tot handstand te laten komen vanuit het repeterend veren (waarbij ze elkaar hulpverlenen). Eenmaal in handstand, kunnen de leerlingen oefenen met gestrekt 'doorvallen'. De tips voor vormspanning blijven ook in de bovenbouw erg belangrijk! Bij het volgende verhoogde, schuine vlak (ongeveer 60 cm hoger dan de tumblingbaan) kunnen leerlingen zelfstandig oefenen om met repeterend veren tot handstand te komen. Als deze stap eenmaal gelukt is, kunnen leerlingen oefenen met 'spring, spring, handstand, doorvallen'. Belangrijk hierbij is dat leerlingen de hele hand op de dikke mat plaatsen (en niet de duimen over de rand van de mat naar beneden laten wijzen).

Handstandoverslag over de kast

Als we constateren dat de handstandfase nagenoeg gestrekt is en met voldoende snelheid wordt uitgevoerd, kunnen we vervolgen met het springen van een handstandoverslag over een aantal delen van de kast. De hoogte van de kast moet gelijk zijn aan de hoogte van het verhoogde vlak (ca 60-70 cm boven de tumblingbaan uit). Bij deze situatie moet er hulpverlening geboden worden. In eerste instantie geeft het de leerlingen een veilig gevoel als de docent samen met een vaardige leerling het hulpverlenen verzorgt (zie foto 8). Wanneer zowel de vaardigheid van de springers als de vaardigheid van de hulpverleners toeneemt, kan de hulpverlening volledig door leerlingen gerealiseerd worden.



Om leerlingen te laten voelen dat deze stap heel veilig is (indien de leerling een goede vormspanning in eerdere stappen heeft laten zien), plaatsen ze eerst de handen op de kast, om zo met repeterend veren tot handstand te komen. Lukt dit niet, landen ze weer op de tumblingbaan (=veilig). Kunnen ze wel doorvallen, staan er twee hulpverleners die de handstandoverslag begeleiden (=ook veilig). Omdat de springer zijn oriëntatie kwijt kan raken, plaatsen we een derde hulpverlener aan het einde van de dikke mat om de gevolgen van overrotatie op te vangen. Eenmaal het gevoel gekregen van de nieuwe situatie, konden leerlingen makkelijker de vertaling maken naar 'spring, spring, handstand, doorvallen'. Hierbij zijn leerlingen makkelijk te motiveren tot hulpverlenen. Het gevoel van 'samen tot een beter resultaat komen' groeit hier ontzettend door.

De uitbouw is te vinden in het verhogen van het steunvlak of het verlengen van de aanzweeffase (de afzet verder van het steunvlak maken).

Tenslotte

Het werken met deze moeilijke sprongen in een relatief veilige situatie heeft volop mogelijkheden om tot een positief pedagogisch klimaat in de klas te komen. Leerlingen kunnen zelfstandig de diverse beweegsituaties in stand houden. Het werken in kleine groepen heeft volop differentiatiemogelijkheden (alle leerlingen kunnen voldoende uitdaging vinden). Daarnaast kunnen leerlingen in zo'n omgeving veel zelfvertrouwen opdoen. Dit tumblingspringen heeft ideale mogelijkheden om modern turnonderwijs in te richten.

Door deze methodische opbouw worden leerlingen motorisch en sociaal enorm uitgedaagd en daarmee ontstaat er een actief en motiverend klimaat. Op ieder niveau wordt er keihard gewerkt om het beste in zichzelf en in de ander naar boven te halen. Op deze manier lesgeven geeft enorm veel energie aan de leerlingen, maar ook aan de docent!

Foto's: Christa Krijgsman

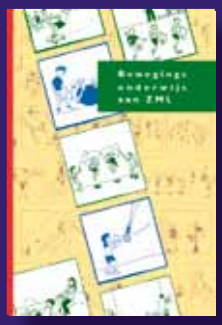
Correspondentie: c.krijgsman@sjl.nl en/of p.vanbrunschot@fontys.nl

De videobeelden zijn te zien op:
- YouTube: *www.youtube.com*. Zoek op 'tumblingspringen in het bewegingsonderwijs',
- KVLO: *www.kvlo.nl* Zoek op 'tumblingspringen in het bewegingsonderwijs'.

→ LEZEN OVER BEWEGINGSONDERWIJS AAN ZEER MOEILIJK LERENDEN



NIEUW



ISBN: 978-90-72335-45-6
Prijs: € **42,50** incl. BTW

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 daarbinnen activiteiten uitgewerkt naar vijf verschillende niveaus. Op deze wijze worden alle leraren in het ZML-onderwijs in staat gesteld om de juiste activiteiten te kiezen voor iedere groep met leerlingen tussen de 4 en 18 jaar. Zelfs waar het groepen betreft met een groot onderling niveauverschil. Als extra is er speciale aandacht voor leerlingen met geringe bewegingsmogelijkheden en leerlingen in een rolstoel.

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

Bestel uw exemplaar vandaag nog via **www.janluitingfonds.nl**

Jan Luiting Fonds
In samenwerking met Arko Sports Media

BSM toetsvoorbeelden

Begin februari 2010 ontvingen alle scholen die BSM aanbieden van SLO de publicatie *BSM toetsvoorbeelden*. De afgelopen twee jaar is er door de ontwikkelgroep hard gewerkt aan voorbeeldtoetsen voor theoretische en praktische opdrachten voor BSM. Hoe zijn deze toetsvoorbeelden tot stand gekomen? Wat is onze visie op deze toetsvoorbeelden? Hoe werkt het toetsen met deze voorbeelden in de praktijk? *Door: Eric Swinkels*

Interactieve leerplanontwikkeling

Toetsing is al een punt van discussie geweest vanaf het moment dat, nog onder de naam LO2, BSM voor havo/vwo van start ging. Docenten zochten naar oplossingen om hun lessen op een verantwoorde wijze af te sluiten en te beoordelen met een cijfer. In de BSM-netwerken stond en staat daarom verantwoorde toetsing, evaluatie en beoordeling nog steeds op de agenda van de bijeenkomsten. In het voorjaar van 2007 dienden, hieruit voortkomend, scholen uit de netwerken een veldaanvraag in bij SLO voor het ontwikkelen van toetsvoorbeelden. De bundel met toetsvoorbeelden voor BSM die daaruit ontstond is een typisch voorbeeld van interactieve leerplanontwikkeling: de samenwerking van leerplankundige experts van SLO met het veld heeft geresulteerd in solide, gevalideerde en goed uitgewerkte toetsvoorbeelden.

BSM gegroeid tot volwaardig examenvak

In 2007 zijn de eindtermen voor BSM globaler beschreven dan voorheen bij LO2 voor havo/vwo. Niet alleen kreeg LO2 een nieuwe naam, scholen kregen meer ruimte om, op basis van dezelfde inhoud, eigen keuzes in het programma te maken. Voor vwo werd het programma niet alleen uitgebreid met meer eindtermen over Bewegen regelen, ook werd de studielast flink uitgebreid. Het aantal scholen dat momenteel BSM aanbiedt, is vanaf 2007 verdubbeld naar 158. Dit is een kwart van de scholen in Nederland. Elf jaar na de invoering is BSM qua belangstelling uitgegroeid tot een volwaardig examenvak. Met de publicatie *BSM toetsvoorbeelden* proberen we scholen te stimuleren het programma van BSM nog beter te evalueren, toetsen en beoordelen.

Veldaanvraag bij SLO

De veldaanvraag werd door BSM in eerste instantie toegekend voor 2008. Al snel werd het de ontwikkelgroep echter duidelijk dat de doelstelling in tijd en omvang bijgesteld moest worden. Om docenten een breed palet te bieden was er meer tijd nodig om voorbeeldtoetsen te ontwikkelen en meer voorbeelden voor theoretische en praktische opdrachten te vervaardigen. De veldaanvraag werd met een jaar verlengd, met als aanvullende voorwaarde dat de toetsvoorbeelden ijkpunten voor het curriculum van BSM moesten worden.
In het tweede jaar werd ook duidelijk dat alle BSM-docenten op de hoogte moesten worden gebracht van de toetsvoorbeelden. SLO stelde extra budget beschikbaar voor het realiseren van een publicatie en verspreiding hiervan.

Toetsvoorbeelden

Na uitvoerig onderzoek naar de juiste vorm kon de ontwikkelgroep in november 2008 op de landelijke netwerkdag voor BSM de eerste serie van vijf toetsvoorbeelden presenteren: frisbee, badminton, softbal, bewegen op muziek en lesgeven. De vraag aan de scholen uit de netwerken was of deze voorbeelden voldeden aan de vier kwaliteitscriteria waaraan een leerplan - en dus ook toetsen - moeten voldoen: relevantie, consistentie, bruikbaarheid en effectiviteit (Nieveen, 2009).

In de publicatie *BSM Toetsvoorbeelden* zijn 22 voorbeelden uitgewerkt, passend bij de breedte van het curriculum van BSM:

- theoretische toetsen: bewegen en samenleving (geschiedenis en organisatie van sport en bewegen) en bewegen en gezondheid (gericht op blessurepreventie en behandeling)
- praktische opdrachten bewegen: spelen (badminton, basketbal, frisbee, volleybal en softbal), turnen (acrogym, klimmen, springen en trapezezwaaien), bewegen op muziek, atletiek (hoog- en verspringen, kogelstoten, speerwerpen en de tabel atletiekprestaties) en zelfverdediging (karate-do)
- bewegen regelen: lesgeven en organiseren
- trainingsprogramma als praktische opdracht waarin theorie uit bewegen en gezondheid wordt verwerkt
- onderzoeksopdracht specifiek voor vwo.

Deze toetsvoorbeelden zijn in drie series aan het werkveld van BSM gepresenteerd: de eerste serie op de BSM-netwerkdag in november 2008. Op de BSM-studiedag kregen alle deelnemers in korte theoretische workshops uitleg over de tweede serie toetsvoorbeelden. De laatste toetsvoorbeelden zijn uitgebreid besproken op de laatste BSM-netwerkdag in november 2009.



FOTO: ERIC SWINKELS

BSM netwerkdag 2009: uitwisselen van good practices en evaluatie toetsvoorbeelden

Handig en krachtig toetsen

In eerste instantie kregen we vooral veel vragen van scholen omdat ze nog wat onwennig en licht argwanend tegen het ontwikkelde model van de praktische toetsvoorbeelden aankeken. Een half jaar later, op de BSM-studiedag, werd meer kritiek geuit. Ook waren bij de verschillende workshops docenten aanwezig die nog niet eerder met deze vorm van toetsen in aanraking waren gekomen. De meeste collega's in de BSM-netwerken hadden daarentegen al wel verschillende voorbeelden gezien en bleken er op hun scholen al mee aan de slag te zijn gegaan. De laatste serie toetsvoorbeelden zijn aan de hand van de feedback op deze netwerkdag verbeterd zodat we nu een bundel toetsvoorbeelden kunnen presenteren waarmee handig en krachtig getoetst kan worden.

Hoe zien de toetsvoorbeelden er uit?

Bij toetsvoorbeelden wordt vaak alleen gedacht aan voorbeelden van theoretische toetsen. Bij BSM heeft de theorie een weging van 30% in het PTA. Hierbij wordt vooral getoetst op de twee domeinen bewegen en samenleving en bewegen en gezondheid. Deze zijn dan ook verwerkt tot toetsvoorbeelden. De toetsvragen zijn te verdelen in drie vormen: reproductie-, toepassings- en productievragen. Deze drie vormen zijn gebaseerd op de herziene versie van de taxonomie van Bloom. Hierin worden vragen ingedeeld op moeilijkheid: kennisvragen, inzichtvragen, toepassingsgerichte vragen, analyserende vragen, evaluatieve vragen en vragen waarbij iets gecreëerd moet worden. De beide theoretische voorbeeldtoetsen die in de publicatie zijn opgenomen, moeten nog worden aangevuld met voorbeelden van andere onderdelen van beide domeinen.

De komende twee jaar gaat SLO in een apart netwerk Kwaliteitsborging Schoolexamens BSM meer voorbeelden van deze theoretische toetsen ontwikkelen. Op de website van de KVLO en SLO is daartoe een oproep gedaan. *http://www.slo.nl/nieuws/00231/*

Rubrics voor het toetsen van praktische vaardigheden

De praktische onderdelen vormen het belangrijkste deel van BSM, zowel in de beleving van leerlingen en alsook van veel docenten. In het *Basisdocument bewegingsonderwijs PO (2004) en Basisdocument bewegingsonderwijs onderbouw VO* (2007) werden alle kernactiviteiten in vier niveaus van deelname beschreven: basis, vervolg, gevorderd en zorgniveau. In de toetsvoorbeelden voor BSM hebben we op soortgelijke manier gebruik gemaakt van rubrics, waarbij vier niveaus worden beschreven van beginner tot expert om de prestaties te evalueren of te beoordelen. Leerlingen zijn daardoor op de hoogte van wat er van ze wordt verwacht. Bij het ontwikkelen van de rubrics zijn we steeds uitgegaan van wat de leerlingen minimaal bij BSM moeten laten zien om een 'voldoende' te kunnen halen.

Het bijzondere bij BSM als examenvak is dat het niveau ook in een cijfer moet worden weergegeven. Het eindcijfer komt op het diploma te staan. In het PTA zijn alle onderdelen opgenomen en is aangegeven hoe dat cijfer tot stand komt. Ieder afzonderlijk onderdeel moet dan wel op een verantwoorde wijze tot stand komen. Bij BSM hebben we bij alle toetsvoorbeelden van praktische opdrachten de niveaus zo gekozen dat als een leerling bij alle beoordelingscriteria een voldoende scoort, dat een cijfer oplevert tussen een 5,5 en een 7,0. Als niet aan deze eisen wordt

Toetsvoorbeeld lesgeven

	Onvoldoende (tot 5,5)	Voldoende (5,5 – 7,0)	Goed (7,0 – 8,5)	Uitstekend (8,5 – 10)
1. Voorbereiden (overleg, LVB + organisatietekening)	Lesvoorbereiding is onvolledig en slordig.	Benoemt activiteiten die aan bod komen in een logische volgorde en vermeldt enkele aandachtspunten en heeft overleg met de docent.	Beschrijft in logische volgorde wat hij gaat doen en noemt de tijd en de belangrijke aandachtspunten.	Beschrijft in logische volgorde wat hij gaat doen (inclusief tijd), hoe hij dat gaat doen en wat hij daarbij als lesgever doet en zegt.
2. Organiseren (incl. opstelling)	Weet welk materiaal hij nodig heeft.	Weet welk materiaal hij nodig heeft, hoe het bevestigd wordt en waar het staat en creëert daarbij een veilige situatie.	Regelt zonder oponthoud het klaarzetten van het materiaal.	Regelt zonder oponthoud dat materialen op tijd zijn, controleert duidelijk het klaarzetten en heeft klein materiaal direct voorhanden.
3. Opstarten van de activiteit/ les (praatje – plaatje – daadje)	Zoekt naar juiste woorden om leerlingen aan het werk te krijgen. Geeft geen voorbeeld.	Zet de leerlingen aan het werk met een uitleg en/of voorbeeld en behoudt daarbij het overzicht.	Gebruikt duidelijke volgorde in instructie (p-p-d) om leerlingen vlot aan het werk te zetten, heeft overzicht en grijpt in waar nodig.	Geeft duidelijke instructie (p-p-d) om activiteit vlot op te starten, controleert daarbij de uitkomst en corrigeert waar nodig.
4. Op gang houden van de activiteit/ les	Bevindt zich teveel tussen de leerlingen, geeft weinig aanwijzingen en/of zorgt voor weinig vaart in de les.	Stimuleert leerlingen, geeft eenvoudige aanwijzigen en houdt de vaart in de les.	Stimuleert leerlingen, geeft relevante aanwijzigen, controleert de uitkomst in een vlot tempo; bewaakt de intensiteit.	Stimuleert leerlingen, geeft relevante aanwijzigen gericht op het leerdoel en controleert de uitkomst; bewaakt intensiteit.
5. Presenteren (non-verbale communicatie en stemgebruik)	Staat ongemakkelijk voor de groep; kijkt de groep nauwelijks aan; spreekt te zacht en de stem blijft monotoon	Maakt contact met de groep of individuele leerlingen; staat nog wat ongemakkelijk voor de groep; spreekt niet altijd even luid genoeg, articuleert goed, maar nog te monotoon.	Maakt contact met de groep en individuele leerlingen, staat redelijk ontspannen voor de groep; spreekt luid genoeg, articuleert goed.	Maakt makkelijk contact met de groep en individuele leerlingen, staat ontspannen voor de groep; spreekt luid genoeg, brengt variatie in toonhoogte aan en articuleert goed.
6. Veiligheid en gedragscorrecties * (waardoor niet iedereen kan meedoen)	Signaleert onveilige situaties en spreekt leerlingen niet aan op onveilig gedrag	Signaleert en grijpt in bij (fysiek) onveilige situaties. Bijv. ook sieraden af, kauwgom uit	Signaleert fysieke en sociaal-emotioneel onveilige situaties* en corrigeert direct bij fysiek onveilige situaties	Signaleert en grijpt direct in bij fysiek en sociaal-emotioneel onveilige situaties*
7. Aansluiten bij de doelgroep (begeleiden in de les)	Kiest oefeningen die (veel) te moeilijk of te makkelijk zijn voor de doelgroep.	Kiest oefeningen en organisatievormen die passend zijn bij de doelgroep.	Kiest oefeningen en organisatievormen die passend zijn bij de doelgroep en stuurt daarop.	Kiest oefeningen en organisatievormen die goed aansluiten bij de doelgroep en kan ze aanpassen als het nodig is.
8. Evalueren (reflectie op rol van lesgever)	Herkent met hulp verbeterpunten.	Benoemt enkele (voornamelijk praktische) verbeterpunten.	Beschrijft duidelijke verbeterpunten en benoemt daarbij ook gedragsverandering.	Beschrijft duidelijke verbeterpunten; geeft daarbij samenhang tussen oorzaak en gevolg van zijn (lesgeef) gedrag.

voldaan dan kan een leerling een 'onvoldoende' halen, met een cijfer lager dan een 5,5. Het is aan de docent te bepalen in welke mate de leerling het gewenste niveau niet heeft gehaald. Uiteraard zal de docent in het leerproces de nodige zorg besteden aan slecht scorende leerlingen. Bij LO(1), dat naar behoren (voldoende of goed) moet worden afgesloten, komt het zelden voor dat dat niet gebeurt. Bij BSM ligt dat anders omdat leerlingen het als vak hebben gekozen en het een schoolexamenvak is. Daarbij moeten we, gebaseerd op de eindtermen, duidelijke en haalbare eisen stellen. Een onvoldoende voor een onderdeel kan voorkomen, maar kan ook weer gecompenseerd worden door andere onderdelen.
We zijn er van overtuigd dat door duidelijke eisen te stellen het niveau van de lessen BSM hoger zal worden. Uiteraard moet er ook voldoende uitdaging zijn voor leerlingen die beter presteren. De leerlingen die de gewenste vaardigheden beter beheersen, kunnen een 'goed' scoren (7,0 tot 8,5) of een 'uitstekend' niveau halen (8,5 t/m 10). De beoordelingscriteria bij deze praktische vaardigheden zijn gebaseerd op de voor dit onderdeel relevante eindtermen. Waar mogelijk hebben we relevante eindtermen uit Bewegen regelen betrokken bij ieder toetsvoorbeeld.

Beoordelingscriteria maken leerlingen bewust van niveau: van onbewust onbekwaam naar (on)bewust bekwaam

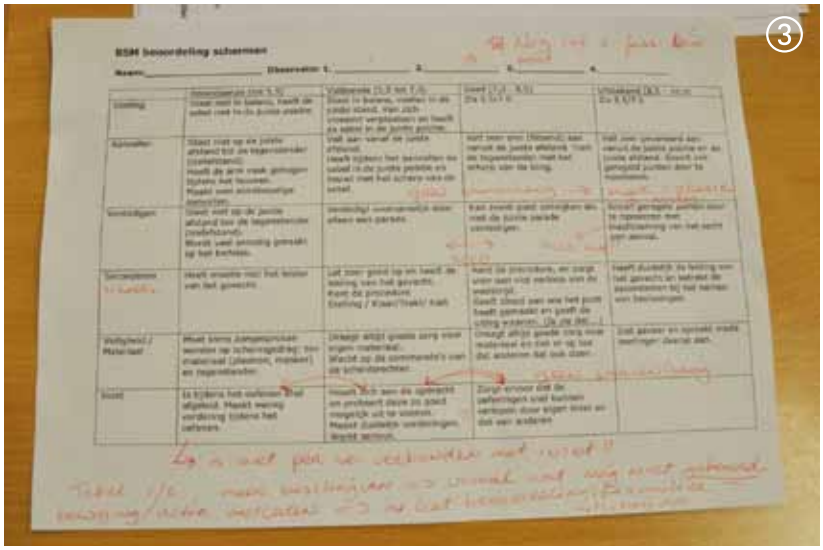
De beoordelingsformulieren zijn zo geschreven dat zowel de leerling zelf als medeleerlingen en de docenten hun beoordelingen op hetzelfde formulier kunnen geven. Deze formulieren worden na gebruik verzameld in het portfolio of sportdossier.
De beoordelingscriteria en de vier niveaus van deelname passen meestal op één pagina A4. Op de achterzijde staat de eindbeoordeling waar de docent het eindniveau kan weergeven. De leerlingen vullen bij elk van de beschreven beoordelingscriteria in het begin van het leerproces in hoe vaardig ze zichzelf vinden. Dat doen ze door hun initialen in te vullen in de daarvoor bestemde vakjes. Voorwaarde is dat de leerlingen weten wat er onder de beoordelingscriteria wordt verstaan. Gedurende het leerproces wordt hetzelfde formulier gebruikt om medeleerlingen te laten observeren. Zij vullen ook hun initialen in bij het niveau dat ze zien. Het kan zijn dat het niveau lager is dan de leerling in eerste instantie zelf had ingevuld. Leerlingen zijn in het begin nog niet zo vaardig of bekwaam, maar ze zijn zich vaak (nog) niet bewust wat er van ze wordt verwacht. Met de beschrijvingen van de niveaus en beoordelingscriteria, samen met de uitleg en het voorbeeld van de docent, worden ze zich bewust van hun eigen onbekwaamheid. Niet alleen zijn de leerlingen zich bewuster geworden van het gewenste niveau, ze weten zich ook te verbeteren, ze worden hopelijk 'bewust bekwaam'. Uiteindelijk hopen we dat de leerlingen de vaardigheden zo weten in te slijpen dat het vanzelf gaat, zodat ze bij bepaalde vaardigheden niet meer hoeven na te denken. Dat heet 'onbewust bekwaam', zoals je bij het fietsen bijvoorbeeld niet meer nadenkt over hoe je in evenwicht blijft.

Toetsvoorbeelden uitgeprobeerd

De publicatie *BSM toetsvoorbeelden* is bedoeld als een tussendocument. De afgelopen twee jaar hebben we veel verschillende voorbeelden ontwikkeld. We hebben geprobeerd de toetsvoorbeelden zoveel mogelijk in de BSM-netwerken te bespreken, gezamenlijk uit te voeren en docenten te stimuleren om ze in de praktijk uit te proberen.

Twee praktijkvoorbeelden om het ontwikkelproces te illustreren. In het najaar van 2008 was de eerste versie voor het lesgeven ontwikkeld. De jaren daarvoor hanteerden we het model waarbij we scoorden op basis van 15 punten, met een puntenverdeling per item. Dit model is destijds in het LO2-netwerk Noordoost uitvoerig besproken en ontwikkeld. Je telde vooral punten om tot een oordeel te komen dat dicht lag bij het cijfer dat je al voor ogen had. Je kon een beetje schuiven met de punten om tot een cijfer te komen dat gevoelsmatig paste bij het getoonde lesgeven. Een schijnobjectiviteit. In het najaar van 2008 werd wekelijks tijdens een les BSM door een tweetal een les spel gegeven aan de rest van de H4BSM-groep. Twee langdurig geblesseerde leerlingen beoordeelden met het model de lesgevers, waarbij de verbeterpunten en het eindoordeel overeenkwamen met het oordeel van de docent BSM. Toen hen een alternatief geboden werd, kwamen ze na het bestuderen en gebruiken bij het beoordelen tot de conclusie dat zij in het vervolg liever gebruik maakten van dit alternatieve formulier.


2


3





Foto's 2,3,4,5 BSM netwerk NO: groepsfoto, toetsvoorbeeld schermen praktijk, schermen in ontwikkeling tijdens een netwerkoverleg (Foto's gemaakt door Eric Swinkels en Jeanette Rijswijk)

Volgens hen beschreef het formulier beter en gedetailleerder waarop ze moesten letten en waarop ze moesten beoordelen. Het oude beoordelingsformulier lesgeven had afgedaan.

Een tweede recent voorbeeld komt uit een netwerkbijeenkomst. Een zeer ervaren collega gaf toe dat hij zijn aanvankelijke weerzin tegen het stramien van toetsen moest bijstellen nadat hij zelf geprobeerd had om samen met een jonge(re) collega beoordelingscriteria en niveaubeschrijvingen te formuleren voor schermen. Aanleiding voor deze exercitie was de uitdaging een beter beoordelingsformulier te maken voor een les schermen die tijdens een bijeenkomst georganiseerd werd. Dat bleek lastiger dan verwacht, maar al doende moesten ze concluderen dat de verwachtingen van docenten voor leerlingen veel duidelijker weergegeven worden dan met het oude formulier. De leerlingen krijgen eerder beter inzicht in wat ze moeten leren en ze kunnen groeien qua niveau omdat ze zich hiervan bewust zijn.

Toekomst?

De toetsvoorbeelden moeten in de praktijk nog op grotere schaal worden uitgeprobeerd en bijgesteld. Dat was in deze korte periode van ontwikkelen niet altijd even grondig mogelijk. Niet alleen docenten moeten met de toetsvoorbeelden kunnen werken, ook voor leerlingen moeten de toetsvoorbeelden een meerwaarde hebben. In de nabije toekomst lijkt het ontwikkelen van bijvoorbeeld videofilmpjes een toegevoegde waarde te hebben omdat deze filmpjes nog beter duidelijk kunnen maken wat er met de soms nog (te) uitgebreide beschrijvingen van die niveaus bedoeld wordt.

Al met al is geprobeerd het vak BSM een impuls te geven met krachtige en handige toetsen, die bruikbaar zijn in de praktijk. We doen nog steeds een beroep op docenten in de praktijk, niet alleen in de BSM-netwerken maar ook in scholen en opleidingen, om te helpen de toetsen te verbeteren. Vandaar dat SLO de publicatie verstuurt naar alle scholen die BSM aanbieden, opleidingen en de KVLO. Over twee jaar volgt een uitgebreide evaluatie, die ook als publicatie zal worden uitgegeven, waarin ook de kwaliteitsborging van het schoolexamen voor BSM beschreven zal worden. De ontwikkelde toetsvoorbeelden moeten dan vastgestelde ijkpunten voor het curriculum van BSM worden.
Op *www.bsm.slo.nl* is meer te vinden over de toetsvoorbeelden. Binnenkort volgen ook nieuwe voorbeelden zoals schermen. We hopen met dit document het werkveld van BSM een nieuwe succesvolle impuls te geven.

Eric Swinkels is leerplanontwikkelaar en coördinator BSM bij SLO en docent LO/BSM op Twickelcollege in Hengelo (e.swinkels@slo.nl).
De ontwikkelgroep bestaat uit de netwerkbegeleiders Koen Anthoni, Wessel van de Kamp, Els Schrik, Richard Veldboer, Dennis Witsiers en Eric Swinkels als projectleider.

Literatuur

Akker, J. van den (2009) Curriculaire spinnenweb. In A. Thijs, J. van den Akker (Eds) *Leerplan in ontwikkeling*. Enschede: SLO.
Brinke, G. ten, Brouwer, B., Houthoff, D., Massink, M., Mooij, C., Mossel, G. van, Swinkels, E., Zonnenberg, A. (2007). *Basisdocument bewegingsonderwijs onderbouw VO*. Zeist: Jan Luiting Fonds.
Nieveen, N. (2009). 'Formative evaluation in educational design research.' In Plomp, Tj. & Nieveen, N. (eds.), *An introduction to Educational Design Research* (pp. 89-101). Enschede: SLO.
Bloom's herziene taxonomie: *http://avanshogeschool.wetpaint.com/page/Bloom%27s+Taxonomy+of+Educational+Objectives*
Voor een volledige weergave van alle bronnen wordt verwezen naar de publicatie *BSM toetsvoorbeelden*.

Correspondentie:

e.swinkels@slo.nl

Over gym en alternatieve vormen van bewegen, met name Biodanza

Ontheemding en daarna 'thuiskomen'

Dit artikel toont met een reeks van statements en met een wetenschappelijk onderzoek aan dat Biodanza - en andere vormen van dans geschikt zijn om *alle* schoolkinderen binnen boord te houden en een goede plek van 'thuiskomen' te geven in het bewegingsonderwijs. *Door: Kees Kaldenbach*

Op de binnenmuur van een kleine danszaal aan de Lorenzkade in Haarlem staat de volgende tekst levensgroot geschilderd, als een beginselverklaring en lofzang op het volle leven:
'Work like you don't need the money.
Love like you've never been hurt.
Dance like you do when nobody is watching'.
Kijk, daar wil ik zijn. Dat is thuiskomen. Met een U-bochtconstructie van 40 jaar ben ik teruggekeerd naar dat soort dans- en gymzalen waar alternatief lichaamswerk wordt gedaan, en met name Biodanza (straks meer over wat Biodanza precies is).

Gymles, zo hoor ik van de redactieleden van de *Lichamelijke Opvoeding*, wordt tegenwoordig in de meeste gevallen leuk en didactisch verantwoord onderwezen. Het wordt draaglijk en aangenaam gemaakt voor de minderheid van schoolkinderen, die uit zichzelf niet zo heel erg goed kunnen meekomen tijdens de gymles.
Gymleraren van de huidige generatie hoeven zich door dit kritische artikel *niet* in de kuif gepikt te voelen, want we spreken hier over de resultaten van gymlesdidactiek zoals die werd bedreven in de jaren 1960-1975. Zelf ben ik van het bouwjaar 1953 en heb alles wat gym betreft uit kwaadheid en zelfbescherming gedurende ruim 30 jaar op ruim een kilometer afstand gehouden.

In dit artikel ga ik - met als startpunt mijn eigen negatieve ervaring - op onderzoek naar cijfermateriaal en *statements* (= persoonlijke verklaringen) over hoe de gymles ervaren is - voor enerzijds de kinderen die goed waren in sport en anderzijds voor die kleine minderheid van schoolkinderen die tijdens hun schoolcarrière in de standaard gymles behoorlijk buiten de boot zijn gevallen, niet goed konden meekomen.
In gesprekken met deelnemers aan Biodanza (ja, straks leg ik even uit wat dat is) valt het me op dat er een vrij stevige scheiding is tussen enerzijds deelnemers die gym geweldig vonden (en dus altijd graag aan sport en spel hebben gedaan) en Biodanza-deelnemers voor wie het in veel gevallen voor het eerst in hun leven leuk en prettig is om in een dans- of gymzaal te zijn.

Alternatief bewegen

Onder alternatief lichaamswerk versta ik hier onder andere: expressieve dans, vrije Latina-ritme-dansen, rebirthing, ademwerk, tribal dance, het aangepaste bewegingsonderwijs in kringen van Vrije Scholen (Rudolf Steiner), tantrische werkvormen, vrije beweging met muziek en percussie, creatieve bewegingen. Dit zijn in het algemeen holistische stromingen (holos is het Griekse woord voor geheel, heelheid). Ook Biodanza hoort tot die groep van alternatief lichaamswerk. Wat is Biodanza precies?

Biodanza als vorm van alternatief bewegen

Biodanza is een dansvorm gericht op de beleving van het hier en nu, een ervaring van intens voelen en levend zijn, in het contact met jezelf, de ander, de groep. De beweging begint naar buiten, ritmisch, actief en speels, en is uitnodigend om jezelf te laten zien, je ruimte in te nemen.

Stellingen vooraf

Alle stellingen zijn vooraf, dus op basis van een inschatting.

Stelling 1
De overgrote meerderheid, tegen de 90% van schoolkinderen heeft de standaard gymles met veel competitie als heerlijk ervaren.
Om die stelling te onderzoeken heb ik random straatinterviews gehouden in Amsterdam (zie onder en zie noot 1).

Stelling 2
Een minderheid van naar schatting 10% van schoolkinderen heeft de gymles ervaren als een straf, als vernedering en ontheemding.
Om die stelling te onderzoeken heb ik in random straatinterviews gehouden in Amsterdam en in een kring van Biodanza een aantal interviews gehouden (noot 2).

Stelling 3
Biodanza en andere vormen van alternatief lichaamswerk hebben kwaliteiten in huis die bij die laatstgenoemde minderheidsgroep het gevoel van ontheemding kan transformeren in een gevoel van 'thuiskomen'.
Om die stelling te onderzoeken heb ik in een kring van Biodanza interviews gehouden (noot 3).

FOTO: KEES KALDENBACH



Biodanza-les op het strand in Zandvoort, 2009

Langzaam verstilt de dans in de zachtheid van een melodie en is de beweging meer naar binnen gericht. (Noot 4.)
Biodanza opent altijd in een kring van mensen die elkaars hand vasthouden en elkaar met de ogen verwelkomen. De docent geeft les en leidt de oefeningen in. De dansers zwijgen de hele les - om goed in het lichaam te gaan. Wat in de les gebeurt is een viering van het volle leven en het *"ervaren van de poëzie van het leven"*, in een systeem van dans en beweging dat de deelnemers uitnodigt tot twee schijnbaar tegengestelde bewegingen. Enerzijds werkt Biodanza met een beweging die naar binnen toe gericht is, die van binnen gevoel oproept, in de vorm van verstilling en *regressie* naar de periode van het vroege kind-zijn. Weggaan uit het hoofd naar het gevoel. Denk daarbij onder andere aan begeleiding met muziek van Enya, Keltische fluit, Indiaanse percussie.
Anderzijds kent Biodanza een dansvorm gericht op ontmoeting met de andere deelnemers, met oogcontact en bewegingscontact, met of zonder aanrakingen. Van daaruit weten de dansers zich uitgenodigd een eigen plaats in de groep en in wereld te ontdekken. Die aanpak geeft ruimte voor contact en groei met speelse, humane, creatieve mogelijkheden. Vele, vele soorten muziek zijn daarvoor bruikbaar, van Queen en Latijnse muziek tot Foxtrot, jaren 50-filmmuziek tot Klassiek.

Eigen ervaringen met Biodanza

Zoals ik zelf de laatste vijf jaar heb mogen meemaken: dansen zonder danspasjes, opbloeien in communicatie, *poëtisch* en speels worden, compassie ontwikkelen, lichaamstaal ontwikkelen, bewegingen laten spiegelen, zichzelf bespiegelen. Aantrekken, beleven en loslaten. Spelen als vrij spel te ervaren, empathie laten groeien, het eigen niveau leren accepteren en waarderen, voelen, gronden, ademen, mediteren in beweging. Van binnen duistere plekken tegenkomen en daarvoor niet weglopen. Om te ontluiken als completer mens. Omarmend. Met ontmoeten en insluiten, dus niet uitsluiten. Die alternatieve aanpak is gericht op liefdevol zijn en samenwerken zonder dat de ander een spel hoeft te winnen of verliezen. Compassie. De ander iets schenken. Inzicht, humaniteit.
Biodanza is in Latijns-Amerika ontwikkeld door de psycholoog Rolando Toro. Aanvankelijk is zijn systeem voor volwassenen ontwikkeld. De effecten van Biodanza bleken zo heilzaam en transformerend te zijn, dat de beweging wereldwijd explosief is gegroeid. (Noot 4.)
Aanvullend zijn er voor schoolkinderen de laatste tijd ook aangepaste vormen ontwikkeld.
Vanuit mijn eigen ervaring heb ik de drie eerder genoemde stellingen geformuleerd; de gegeven antwoorden staan hieronder.

Vraag 1

De vraag is letterlijk gesteld, dus zonder sturende woorden in de vraag. 'Hoe vond u de gymles vroeger op lagere school en middelbare school?'
Antwoorden uit *random* interviews gehouden in Amsterdam, november 2009. N= 43 personen, vrouwen en mannen in de leeftijdsgroep 40 - 70 jaar.

Totaal 43 personen	Leuk / heel leuk	Matig / neutraal	Overwegend slechte herinneringen	Weet niet / heb weinig gymles gehad
Man	15x = 34%	1x = 2,4%	1x = 2,4%	2x = 4,7%
Vrouw	19x = 44%	2x = 4,7%	2x = 4,7%	1x = 2,4%
Totaal	34x = 79%	3x = 6,8%	3x = 6,8%	3x = 6,8%

Vraag 2

Bij stelling 2, gesteld in kring van Biodanza: 'Hoe vond u de gymles vroeger op lagere school en middelbare school?'
13 deelnemers. De groep met **negatieve** ervaringen blijkt relatief sterk oververtegenwoordigd in deze Biodanza groep, namelijk 5 op de 14 = 36%.
De groep met **positieve** ervaringen over de gewone gymles is relatief kleiner in deze Biodanza-groep, namelijk 9 op de 14 = 64%.

Wetenschappelijk onderzoek

Dr. Marcus Stuck onderzocht in Leipzig de langetermijneffecten van Biodanza op de deelnemers op gebied van gezondheid en geluk, met als controlegroep een aerobicsgroep, en die effecten werden statistisch bewerkt. Het resultaat staat op internet, in het Duits. Er blijken zeer positieve resultaten te zijn op korte termijn maar ook op lange termijn. (Noot 6.)
Eigenlijk ben ik nog steeds van grrr. De serie gymlessen die ik zelf tussen 1960 en 1975 heb meegemaakt bestonden voor in mijn herinnering voor 99% uit competitiestrijd en 1% compassie. Wat ik meemaakte was *'survival of the fittest'*, achtereenvolgens op de lagere school, ulo, havo en pedagogische academie (daar overigens in beperkte mate want er werd daar ook een beetje aan volksdansen gedaan).
Uiteraard waren er andere kinderen en scholieren en studenten in mijn schoolleerjaren die de gymles elke keer weer heerlijk vonden en echt genoten hebben.
De gymles van toen (let op, ik spreek niet over het hier en nu) is in mijn eigen lange schoolervaring zelden uitgestegen boven het niveau van blote strijd, domme competitie en vormde dus in het slechtste geval een trainingskamp waarin de latent aanwezige sterke-jongens-pikorde in de klas door slecht onderwijs en slecht voorbeeld kon gedijen en ontsporen.
Het gedrag van mens tot mens werd er verwrongen tot een karikatuur van wat het is waarlijk mens te zijn. In die 'foute' gymles ontstond steeds een hernieuwde pikorde en die heeft daarop in de volgende schooldagen een bepalende invloed op de verhoudingen en op het groepsgedrag op de speelplaats.
Aan het einde van de middelbare school was ik 19 jaar, een zachtaardige man, en had ik de idealistische en hooggestemde gedachte een *betere* onderwijzer te willen zijn voor de komende generatie kinderen dan ik zelf ooit had gehad. Dus ging ik in 1972 naar de pedagogische academie in Bergen, Noord-Holland. Onderdeel van het lespakket waren de gymlessen van het actieve en macho docententeam 'Hiep en Huik'. Een breed pakket met zaaloefeningen, balspelen, veldsport en een beetje theorie.

	Leeft. m/v	Over gymles	Over Biodanza
Giovanna	46, vr	Gym, dat was een probleem. Ik was onzeker, niet geaard.	Vrijer bewegen, gevoel en contact, luisteren naar je lichaam.
Marjolein	46, vr	Mwa. Vreselijk die klimrekapparaten. Balsport wel OK.	Ik vind mezelf en iedereen prachtig. Hartje gaat open.
Kees (auteur)	56, m	Strafkamp. 99% competitiestrijd en 1% compassie.	Heerlijkheid. Speeltuin. Emotie.
Suzanne	48, vr	Prestatiedwang als negatief ervaren. Verder neutrale gevoelens over gymles.	Zijn wie je bent.
Wieke	51, vr	Niet zo leuk, met name ellende bij oefeningen op ringen, bok, brug. Balspelen wel leuk.	Aanlokkelijk, bewegen op een vrije manier.

De groep met positieve ervaringen over de gewone gymles is relatief kleiner in deze Biodanza-groep, namelijk 9 op de 14 = 64%.

Susan	Ca 40, vr	Ik was een van de captains bij sport. Altijd heerlijk.	Ben nu bijna afgestudeerd als lerares Biodanza.
Dorien	46, vr	Neutraal, maar niet geweldig.	Blij, creatief, vrijheid, alles mag. Samen het pad bewandelen in feedback.
Jeroen	61, m	Leuk bewegen.	Vooral genieten van stilte. Intimiteit, warmte, contact.
Paul	56, m	Positief, plezier, rennen.	Bewegen vanuit het gevoel van het lichaam, het laten bewegen in contact.
Leo	49, m	Heel erg leuk. Genieten. Ik was er goed in.	Contact maken. Volledig genieten. Opgaan in muziek en dans.
Rina	57, vr	Leuk, ik was goed in gym, atletiek en zwemmen.	Bewegen vanuit gevoel, in vrijheid, contact met de ander.
Roel	44, m	Gym was leuk. Ik was een groot sportman.	Complete expressie, muziek en. contact.
Sjaak	45, vr	Gym was wel leuk. Minder was dat je werd afgerekend op prestaties. Nooit gekozen bij teamsporten.	Vrij bewegen, gelijkwaardig, in contact met jezelf en met anderen.
Wim	44, m	Regels waren fijn. Wisselend succes met verschillende leraren.	Afstemmen op groepsgevoel. Ontwikkelingen zien.

FOTO: KEES KALDENBACH



Biodanza-les in de danszaal Haarlem, 2009

In 1976 kwam ik voor de klas te staan als onderwijzer-invaller in Amsterdam-Centrum en Amsterdam-West. Twee dagen hier, twee weken daar - en zo ging het een jaar lang door. Zelden ben ik zo op mijn bek gegaan. Een vol jaar lang was het een strijd om orde te houden met het krijtje in de hand en met stemverheffing. De meest zichtbare en sprekende wanorde ontstond, jawel, u raad het al, in de gymlessen. Als het voor de klas uit de hand loopt, dan is dat wel zeer beeldend zichtbaar in de gymles. Na een vol jaar stopte ik met het onderwijzerschap. Een wijs besluit. Zeer realistische en enge gymlesdromen achtervolgden mij nog jarenlang.

Wat is het leermoment?

1 Er zat een ernstige weeffout in de gymdidactiek in de jaren 1960-1970. Voor de generatie mensen die nu 40-70 jaar oud is was de gymles voor ca 90% positief of neutraal en voor ca 10% een crime.
2 Biodanza geeft nu mogelijkheden om ook die 10% mensen te bereiken die het niet 'maken' in de gewone gymles. Ook bestaat er Biodanza voor kinderen.
3 Mensen die vroeger in de gymles uit de boot zijn gevallen vinden nu met een U-bochtconstructie via Biodanza de weg terug naar de gymzaal en danszaal.

Noten

1 Antwoorden uit *random* interviews gehouden in Amsterdam, november 2009. N= 43 personen, in een exit poll bij het halen van de griepprik in Amsterdam. Leeftijdsgroep is gekozen wegens aansluiting bij de geïnterviewde leeftijdsgroep binnen Biodanza.
2 Zie noot 1. Antwoorden uit *random* interviews ook gehouden in een groep in Haarlem, november 2009. N= 13 personen.
3 Antwoorden uit random interviews gehouden in Haarlem (13 personen), Amsterdam (2 personen) en per e-mail (5 personen), in november 2009.
4 Zojuist is verschenen: Rolando Toro, *Biodanza. Muziek, beweging en expressieve communicatie voor een harmonieuze ontwikkeling van de persoonlijkheid*, Uitg. De Zaak, Groningen, 2009. Rolando Toro is de stichter van de beweging en geeft zelf deze definitie op p. 25: 'Biodanza is een systeem van *menselijke integratie en vernieuwing van het organisme, van affectieve heropvoeding en het opnieuw leren van de oorspronkelijke functies van het leven.* Haar methodologie (de leer van de te volgen methodes) bestaat uit het opwekken van integrerende vivenc'
5 Zie Frans de Waal, '*Chimpanzee politics*', 1982. *'Politicians are vociferous about their ideals and promises but are careful not to disclose personal aspirations for power. Chimpanzees on the other hand, are quite blatant about their baser motives. Their interest in power is not greater than that of humans; it is just more obvious.'* Zijn nieuwste boek, 2009 heet: *Een tijd voor empathie*. Over aanhankelijkheid, waarbij in het brein van mensapen precies dezelfde gebieden actief worden als bij de mens.
6 Dr. Marcus Stuck uit Berlijn onderzocht in Leipzig de langetermijneffecten van Biodanza op de deelnemers, statistisch onderzocht met een Aerobics groep als controlegroep. Het resultaat staat (zie ook Google: Marcus Stuck Biodanza) *http://www.Biodanzametyvonne.nl/bladzijden/Biodanza/Samenvatting%20resultaten%20Leipzig.pdf*

Over de auteur
Drs. Kees Kaldenbach werd geboren 1953. Momenteel o.a. schrijver, kunsthistoricus en holistisch masseur. Tevens actief in Tantra en Biodanza.

Op de site vindt u het complete artikel met alle interviews en uitkomsten van de enquête onder de Biodanzadocenten.

Correspondentie:

kalden@xs4all.nl





Voorkom:
Hoofdpijn - vermoeidheid - oorsuizingen
stemproblemen en gehoorschade

Bel: 0497-387005 of kijk op
www.stille-sportzaal.nl

Acour Lawaaibestrijding b.v.
info@acour.com
www.acour.com

TRENOMAT SCHEIDINGSWANDEN



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

TRENOMAT
DE GRAAF EN VAN STIJN BV

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

Al 40 jaar gespecialiseerd in nieuwbouw & onderhoud

(KV)LO nieuwsberichten

- **3+2 een fit idee!** De KVLO wil voor iedere leerling drie uur gym op school (door een vakleraar) én een naschools sportaanbod van twee uur (voor PO, VO en mbo) zodat elk kind van 6 tot 18 jaar iedere dag een uur onder deskundige begeleiding kan sporten en bewegen. Om dit te bereiken start de KVLO deze campagne en de website *www.3plus2.nl*. Steun deze actie en laat op de site weten wat je van ons (en hopelijk ook jullie) streven vindt. Hoe meer reacties, hoe groter de kans dat 3+2 ook echt lukt! Voeg dus je bericht toe en doe mee met **3+2 een fit idee!**
- **Enquête taakbeleid voortgezet onderwijs: Laat uw stem horen!** Net zoals alle leraren in het voortgezet onderwijs heb je inmiddels op je huisadres de brief met de inlogcode voor de enquête ontvangen. Deze enquête gaat over het taakbeleid in de nieuwe cao die per 1 augustus 2010 moet ingaan. Op basis van de tekst in de preambule van de cao 2008-2010 kan elke leraar kiezen uit drie mogelijkheden: A) Expliciet vastleggen van de lessentaak in de cao B) Via de cao toekennen van een individueel trekkingsrecht C) Op schoolniveau met de PMR regelingen afspreken. De uitslag is het uitgangspunt voor de nieuwe cao.
- **Wachtwoord vergeten?** Het is nu ook mogelijk **zelf** je wachtwoord voor de website te resetten naar het standaard-wachtwoord. Je moet dan op de homepage op 'wachtwoord vergeten?' (oningelogd rechterzijde) klikken en de rest wijst zichzelf!
- **Oproep: Geef extra gym- of sportles in Nationale Sportweek** Er moeten niet alleen meer gymleraren komen: het is ook hard nodig dat er meer gymlessen op school komen. Te beginnen in de Nationale Sportweek. Daarom roept de KVLO gymleraren op om in die week een keer extra gym te geven of bijvoorbeeld na schooltijd een sportactiviteit te organiseren.
- **Prins: "gymleraar op elke basisschool"** Voor betere sportprestaties in de toekomst, pleit kroonprins Willem-Alexander voor de aanstelling van een gymleraar op elke basisschool. "Op die manier kan Nederland weer een echt sportland worden", zei het IOC-lid in Vancouver.
- **Reactie KVLO n.a.v. uitspraken prins** De uitspraak van kroonprins Willem-Alexander dat er meer gymleraren moeten komen, is de KVLO uit het hart gegrepen. De KVLO pleit al jaren voor het invoeren van meer vakleerkrachten gym op de basisschool. Om te leren bewegen is een deskundige gymleraar nodig, die alle kinderen – ook de minder getalenteerde of gemotiveerde – kan begeleiden.

KVLO kalender

Voorjaar 2010: Netwerkbijeenkomsten speciaal onderwijs
31 maart: BVLO navorming dans
1 april: Studiedag Bewegen, Sport en Maatschappij (6) (inschrijving gesloten)
6 april: Gevorderden golfcursus afdeling Oost-Brabant
7 april: Studiedag mbo in Groningen (6) (inschrijving geopend)
7 april: Studiedag Rijk van Nijmegen (3)
7 april: Softballclinic KVLO Oost-Brabant
9 april Docentenvolleybaltoernooi (NW-Veluwe)
10 april: Docentenvolleybaltoernooi van de afdeling Leiden
15+16 april: Twentedagen (12)
16 april NK minitramp in Deurne
19 april: Studiedag SO in Den Haag (6)
21 april: Verkiezingen sportiefste VO-school
24 april: Golfwedstrijd LOB-CUP afdeling Limburg en Oost-Brabant
28 mei: Voetbaldag speciaal onderwijs in Zeist
28 mei: Voorjaarsvergadering (Haarlem)
31 juni: Oranjesponsorloop 2010
4 juni: Mission Olympic in Amsterdam
5+6 juni: Oxfam Novib Trailwalker
12 juni: KVLO Golftrophy 2010
16 juni: Studiedag VO in Zwolle (6) (Inschrijving geopend)
30 juni: Second International Congress of Physical and Health Education Teachers

Vacatures

- Consulent Sportontwikkeling (0,7 fte/Arnhem)
- Sport en Recreatie Rotterdam zoekt voor meerdere basisscholen, voor het project 'Lekker Fit!', gymleraren nieuwe stijl!

De laatste nieuwsberichten en meest recent bijgewerkte kalender zijn te vinden op *www.kvlo.nl.*

Leden kunnen ook lid worden van de *digitale nieuwsbrief* (en nog regelmatiger een update krijgen) via de nieuwsbrief-link onderaan de homepage!
Het getal ( ) staat voor het aantal te behalen punten voor het KVLO beroepsregister. (zie tabblad 'beroepsregistratie' op de homepage). Inloginformatie (voor leden) is te vinden op het adresbriefje in de omslagfolie van dit blad!

Correspondentie:

webredactie@kvlo.nl

Uitnodiging KVLO Golf Trophy

Op zaterdag 12 juni vindt de elfde editie van de KVLO Golftrophy plaats op de golfbaan Delfland in Schipluiden. Wij nodigen alle golfende leden van de KVLO, die minimaal in het bezit zijn van het Golfvaardigheidsbewijs, uit om hieraan deel te nemen. Er zijn prijzen in verschillende categorieën en er wordt binnen deze wedstrijd nog een speciale strijd gestreden om de 'afdelingsbokaal'. De inschrijving is geopend en loopt tot 15 mei 2010. Inschrijven kan alleen via de website *www.schoolensport.nl.* Voor vragen of meer informatie: *ton.winkels@kvlo.nl.*

Nascholingsdag NGF-KVLO golf

De jaarlijkse nascholingsdag die wij samen met de NGF organiseren is komend jaar gepland op woensdag 15 september. Noteer deze datum alvast in uw agenda. Meer informatie volgt.

LANDELIJKE OPLEIDING TOT TACOYOTRAINER

Tacoyo
anti-stress training

Training
Ademhaling
Conditie
Ontspanning
Yoga
Omgaan met stress

METHODE

TACOYO staat voor **T**raining, **A**demhaling, **C**onditie, **O**ntspanning, **Y**oga en **O**mgaan met stress. Tijdens een les Tacoyo worden gedurende vijf kwartier dynamische totaaloefeningen voortdurend afgewisseld met oefeningen gericht op bewustwording, ademhaling, spanning en houding. Het laatste kwartier van de les bestaat uit een ontspanningsoefening.

WIE KAN TACOYO TRAINER WORDEN

Een ieder die zich wil toeleggen op het starten van een eigen Tacoyoregio, om met succes en op zelfstandige wijze een eigen onderneming te drijven. Ondersteunt door Tacoyo Nederland als franchiseorganisatie, werft u zelf cursisten en verzorgt men zelfstandig de Tacoyotrainingen.

VERDIENSTEN

Veel Tacoyotrainers werken als docent lichamelijke opvoeding of geven anderzijds (sport)les aan groepen en zien hun Tacoyo ondernemerschap als welkome bijverdienste naast hun huidige baan. Het is geen uitzondering dat Tacoyotrainers een extra bruto jaarsalaris tussen de 15.000 en 20.000 euro genereren uit hun Tacoyo onderneming.

TOELATINGSEISEN

1. Voldoende motorische vaardigheid.
2. Voldoende verbondenheid/affectie met stressreductie.
3. Voldoende ervaring in het lesgeven aan groepen volwassenen.
4. Minimumleeftijd van 21 jaar bij het afleggen van het praktijkexamen.

WANNEER

Start opleiding: zaterdag 15 mei
Einde opleiding: zaterdag 03 juli
Lestijden: 13:00 – 18:30 uur
(exclusief praktijkbezoeken)

Adres: Dr. Meurerlaan 8
1067 SM Amsterdam
(Hogeschool van Amsterdam)

PRIJS

Centrale opleiding: € 599,00 inclusief studiemateriaal en certificaat.

INSCHRIJVEN EN INFORMATIE

U kunt zich inschrijven door een e-mail met motivatie + CV te sturen naar:

Tacoyo Nederland
t.a.v.: Dhr R. Szepesi
szepesi@tacoyo.nl
020 771 7088 / 06 418 61 865
of u kijkt op www.tacoyo.nl





KOI
KEUZE OPLEIDINGS INSTITUUT

www.keuze.org
leokeuvelaar@keuze.org

JEZELF DE BAAS

'Jezelf de baas' is een praktische agressie beheersings training voor jongeren met gedragsproblemen.
Aan de hand van oosterse verdedigingssporten wordt er gewerkt aan het gedrag van de jongeren.

AGRESSIE BEHEERSINGS TRAINING

Dit programma is ideaal voor (gym)docenten en leerling begeleiders die aan de slag willen met jongeren op school of bij een instelling. Het programma draait momenteel al op meerdere scholen en instellingen in de regio Rotterdam-Rijnmond.

ZTOP rotterdam

www.ztop-rotterdam.nl
ztoprotterdam@gmail.com



De ontwikkeling van het (beter) leren bewegen en sporten op school van 1970 tot 2010
Auteur: Dr. Edwin Timmers
2009 Arko Sports Media, Nieuwegein
ISBN: 978-90-5472-123-9

Het boek heeft als ondertitel: over lijnen en relaties in de vakdidactiek-ontwikkeling van de lichamelijke opvoeding in Nederland vanuit een bewegingsonderwijskundig perspectief. De geschiedenis van de lichamelijke opvoeding (LO) van laatste 40 jaar wordt door de bril van de schrijver onder de loep genomen. Daarvoor heeft Timmers degelijk onderzoek verricht en op systematische wijze gaat hij achtereenvolgens in op: (1) ontwikkelingen in het onderwijs, (2) ontwikkelingen in de (jeugd)sport, (3) LO-praktijk, (4) ontwikkeling van een vakdidactiek, (5) beleid van opleidingen, (6) beleid van vakverenigingen, (7) vakontwikkeling en onderzoek en (8) wensen.
In ieder hoofdstuk worden de ontwikkelingen en opvattingen binnen de onderwijs- en vakwereld vanuit een tweetal perspectieven beschreven. Bij het 'hoe'-perspectief wordt een onderscheid gemaakt tussen begeleidend en ontwikkelend onderwijs. Vanuit de 'wat'-kant worden een bewegingsgerichte en een sportgerichte aanpak onderscheiden. Verder wordt ieder hoofdstuk geïllustreerd met aandachtspunten en krijgt de samenvatting vorm in zorg- en juichpunten.
De eerste hoofdstukken over onderwijs en (jeugd)sport zijn veelzijdig en informatief. Veel ontwikkelingen worden aangehaald en in hoog tempo beschreven. Daardoor kan het komen dat er 'foutjes' insluipen. De invoering van de basisschool wordt op pagina 19 gesitueerd in de jaren zestig (op pagina 54 vindt correctie plaats naar de jaren tachtig) en op pagina 33 wordt de sportnota 'Tijd voor sport' uit 2005 vermoedelijk verwisseld met de Beleidsbrief Sport van VWS uit 2007. Ook in de volgende hoofdstukken blijkt dat bronnen niet altijd zorgvuldig en correct worden weergegeven. Dat is jammer, maar gezien de enorme hoeveelheid aangehaalde personen, instanties, boeken, beleidsnota's en ontwikkelingen ook heel goed voorstelbaar.
In het derde hoofdstuk staat de LO-praktijk centraal. Er wordt gestart met een uitvoerige beschrijving van een bewegingsgerichte en een meer sportgerichte benadering van het vak. Met behulp van diverse aandachtspunten wordt de lezer tot denken aangezet en geïnspireerd zijn eigen benadering van het vak te beschouwen. Vervolgens worden de ontwikkelingen en de ondersteunende methoden en materialen in de verschillende schooltypen (BO, SO, VO, mbo en hbo) beschreven. Regelmatig wordt de tekst verleven-digd met een persoonlijk profiel van een voortrekker op het gebied van vakontwikkeling.
De schrijver probeert een neutrale toonzetting te hanteren bij de beschrijving van de diverse lesmaterialen en ontwikkelingen zoals 'weer samen naar school', 'coëducatie in het voortgezet onderwijs', 'vernieuwingen in de Tweede Fase voor LO' en de plaats van ons vak in het mbo en het hoger onderwijs.
In hoofdstuk 4 staan vakdidactieken en achterliggende concepten centraal. Na een uiteenzetting over pedagogische opvattingen en onderwijs- en leeropvattingen worden de vakbeelden en praktijktheorieën van de kringen Zwolle, Groningen en Leuven gedetailleerd toegelicht. Daarbij kan de schrijver niet verbloemen dat zijn hart door Groningen is gestolen. De opleidingen komen in hoofdstuk 5 aan bod. De beschrijving van de ontwikkelingen in het algemeen en van ieder afzonderlijk opleidingsinstituut is interessant om te lezen en daarvoor heeft Timmers wis en waarachtig veel veldwerk gedaan.
De vakverenigingen en hun beleid komen in het volgende hoofdstuk aan bod. Uitgebreid wordt aandacht besteed aan het samengaan van de KNVLO en Thomas van Aquino naar de KVLO. Er worden diverse voorbeelden van vakinhoudelijk beleid genoemd. Als trouw lid van 't Web-Netwerk rondom Bewegen, voorheen de Werkgroep Bewegingsonderwijs, stoorde het mij dat deze vakinhoudelijke vereniging niet wordt genoemd. Alleen het tijdschrift 't Web wordt vermeld. Het mag toch als bekend worden verondersteld dat binnen deze vereniging veel aan vakontwikkeling werd en wordt gedaan, dat zij een eigen publicatiefonds heeft en dat studie- en boomavonden kunnen bogen op een jarenlange traditie.
In hoofdstuk 7 gaat het om de vaktheorieontwikkeling. De laatste jaren is het aantal universiteiten en onderzoeksbureaus dat zich verdiept in sport en bewegen enorm gestegen. Het is een goede ontwikkeling dat er meer onderzoek komt naar sport en bewegen. De SLO is belangrijk als het gaat om vakontwikkelingsprojecten. Dat geldt voor het verplichte vak LO, maar zeker ook voor LO2 in het vmbo en BSM (voorheen LO2) in havo en vwo. Maar natuurlijk blijft er nog veel te wensen over. In het slothoofdstuk worden die wensen op een rij gezet. Timmers vindt dat in afgelopen decennia in ons vakgebied al veel verbeteringen plaatsvonden, maar er blijft ook nog veel te ondernemen.
Voor dit boek was veel documentenanalyse nodig, het betreft een breed terrein en toch is de omvang binnen de 150 pagina's gebleven. Dat is een compliment waard. Het is een aanrader voor studenten met een historische, didactische en/of een brede maatschappelijke interesse en ook voor vakgenoten die de laatste 40 jaar zijn opgeleid. Het is boeiend om te lezen over de vakontwikkeling die je zelf bewust hebt ervaren, maar soms anders beleefde dan de schrijver.
Hilde Bax

ADVERTENTE



Beroepsregister, ja natuurlijk!

De KVLO blijft koploper! Uit het tevredenheidonderzoek van 2009 bleek dat 75% van de leden jaarlijks studiedagen en andere vormen van scholing volgt. Dat is een hoog percentage en het is dan ook niet verwonderlijk dat ondertussen meer dan 1100 leden ingeschreven staan in het Initiële Register. Met dit aantal heeft de KVLO een voorsprong op de andere vakinhoudelijke verenigingen.

Door: Hilde Bax

Het is mooi dat een grote meerderheid van de leraren bewegen & sport (b&s) wil bijblijven in zijn beroep, zowel vakspecifiek als algemeen onderwijskundig. De KVLO neemt daarin haar verantwoordelijkheid door het publiceren van diverse scholingen op de site/in het vakblad en ook door zelf te participeren in scholingsactiviteiten. De jeugd heeft recht op goed onderwijs en op b&s met kwaliteit, liefst elke dag. Docenten die zich aanmelden voor inschrijving in het Beroepsregister tonen aan dat ze de afgelopen twee jaar systematisch gewerkt hebben aan het vergroten van hun deskundigheid.

Aanmelden voor het Beroepsregister

Tot op heden heeft slechts een beperkt aantal docenten, ongeveer 60, zijn portfolio opgestuurd naar de Commissie Registratie voor toetsing. Het is kennelijk nog niet vanzelfsprekend dat leraren b&s hun portfolio bijhouden. Waarschijnlijk zijn er ondertussen zeker 300 tot 400 leden uit het Initiële Register die voor inschrijving in het Beroepsregister in aanmerking komen. Het digitale KVLO-portfolio, zie daarvoor *www.kvloregistratie.nl*, is gebruiksvriendelijk en veel sneller in het gebruik geworden. Inloggen kan met het lidmaatschapsnummer en het zelfgekozen wachtwoord. Met de handleiding erbij, is het invullen een fluitje van een cent. De evenementen (scholingen, studiedagen, workshops etc.) kunnen ook voor de jaren 2008 en 2009 nog worden ingevuld en dat moet lukken



Mini-interview met een jonge collega uit het Beroepsregister

Wie ben je, hoe lang werk je, op wat voor type school?
"Ik ben Jasper van Beek, 24 jaar oud en in oktober 2008 afgestudeerd aan de Fontys Sporthogeschool in Tilburg. Vanaf september 2008 werk ik in het project 'Lekker Fit!' van de dienst Sport en Recreatie van de Gemeente Rotterdam, waarbij ik tijdens en naschools lessen bewegingsonderwijs geef op een school in het primair onderwijs. Daarnaast breng ik op allerlei manieren de thema's gezonde voeding en beweging onder de aandacht van de kinderen en hun ouders. Het project draait nu op 88 scholen in Rotterdam en richt zich met name op de achterstandswijken."
Hoe wordt er door de leerlingen en collega's gedacht over het vak bewegingsonderwijs? Wat vind je zelf belangrijk?
"Ik merk vooral aan collega's dat het vak bewegingsonderwijs niet altijd even serieus genomen wordt. Zo worden gymlessen bijvoorbeeld bij afwezigheid van de vakdocent soms ingeruild voor een inhaalles rekenen. Maar ook leerlingen vinden bijvoorbeeld een minder cijfer voor bewegingsonderwijs vaak minder erg dan een onvoldoende voor taal. Ikzelf vind juist dat bewegingsonderwijs belangrijker is dan welk ander vak ook. Want hoe moet een kind bijvoorbeeld goed leren schrijven zonder goede fijne motoriek?"
Wat heb je het afgelopen jaar ondernomen om je bekwaamheid als leraar te vergroten? Wil je je vooral vakspecifiek ontwikkelen of zijn je interesses meer algemeen van aard?
"Vanuit 'Lekker Fit!' heb ik veel mogelijkheden om mijn bekwaamheid te vergroten. Zo heb ik diverse workshops op de door hen georganiseerde themadagen gevolgd en heb ik zojuist succesvol een interne cursus Motorische Remedial Teaching afgerond. Mijn interesses liggen vooral bij het ontwikkelen van mijn vakspecifieke bekwaamheden."
Wat vind je van de invoering van een lerarenregister?
"Erg goed. Het is naar mijn mening belangrijk dat een docent altijd up-to-date is met de nieuwste ontwikkelingen in zijn of haar vakgebied. Alleen een papiertje voor docent LO wil niet zeggen dat je je hele carrière lang bekwaam bent in het geven van bewegingsonderwijs."
Wat zijn volgens jou goede manieren om de bekwaamheid van een leraar (steeds opnieuw) te verbeteren?"
"Zoals ik eerder al aangaf, hebben wij bij 'Lekker Fit!' een aantal keer per jaar themadagen met verschillende workshops. Ik denk dat het volgen van deze workshops enorm goed is om je bekwaamheid te verbeteren. Je ziet en leert daar soms dingen waar je zelf nooit bij stilgestaan hebt en je kunt jezelf daar dan in verdiepen. Verder is het ook nooit verkeerd om je kennis te verbreden door middel van cursussen."
Wil je nog iets kwijt voor (aankomende) leraren bewegingsonderwijs?
"Pak iedere kans om je bekwaamheid steeds weer te verbeteren, want zonder bekwame docenten LO stelt ons vak ook niets meer voor!"

met een oude agenda erbij. Als het vereiste puntenaantal (60 over maximaal twee jaar in een bepaalde verdeling) is behaald dan kan het portfolio met een druk op de knop digitaal verstuurd worden naar de Commissie Registratie. Soms vraagt de Commissie om nadere informatie, maar vaker is het portfolio direct in orde. Als invullen onverhoopt niet lukt dan gewoon een mail sturen naar *registratie@kvlo.nl*.

Afgestudeerd en aan de slag met professionaliseren

Inschrijven in het Initiële Register mag met het behalen van de bevoegdheid om b&s op school te geven. Natuurlijk kan de enthousiaste leraar direct aan de slag gaan met het vergroten van zijn deskundigheid. Er zijn werkgevers die dat actief stimuleren en zo kan het voorkomen dat de vereiste 60 punten zelfs binnen twee jaar worden behaald. Maar ook als dat niet zo is, dan zal een leergierige leraar zeker mogelijkheden krijgen van zijn schoolleider. Een POP (persoonlijk ontwikkelingsplan) of een functioneringsgesprek biedt ruimte om ambities te uiten. Deskundige en inspirerende leraren kunnen de jeugd op school net iets extra's bieden.

Investeren in kwaliteit docenten loont!

Het is evident dat de politiek moet investeren in de kwaliteit van docenten. De aanbevelingen uit het rapport *Leerkracht!* (Commissie Leraren, 2007), verbetering van de beloning, versterking van het beroep en professionalisering van de school, zijn nog steeds actueel. Het invoeren van een beroepsregister was één van de voorstellen. Onder regie van de SBL (Stichting Beroeps Kwaliteit Leraren) worden momenteel lerarenregisters ontwikkeld voor het primair, voortgezet en het middelbaar beroepsonderwijs.
Natuurlijk blijft de KVLO gaan voor bevoegde en bekwame docenten die de kinderen enthousiast maken voor sport en bewegen, een leven lang.

'Opmerkelijk is de situatie bij het vak lichamelijke oefening. Dit vak wordt nauwelijks gegeven door onbevoegde docenten. Wellicht komt dit omdat gymnastiekleraren van oudsher een krachtige beroepsvereniging hebben die zich sterk maakt voor bevoegde docenten en voor goede opleidingen. Bij dit vak speelt verder ook het aspect veiligheid een belangrijke rol: als er een ongeluk gebeurt, is de school aansprakelijk.' (Inspectie van het onderwijs, 2007, p. 67)

Commissie Leraren (2007), *Leerkracht!*. Den Haag: Deltahage.

Correspondentie:

hilde.bax@kvlo.nl

BOEKEN

De lesbrieven

Auteurs vakleerkracht Harry van der Meer en eindstagestudent ALO Dennis Louter
Dit praktische *vakwerkplan* voor bewegingsonderwijs groep 3 tot en met 8 wordt in eigen beheer uitgegeven. Te bestellen voor de introductieprijs van € 79,00.
Voor meer info zie *www.gymlessenbasisonderwijs.nl*

Harry van der Meer is een enthousiaste en gewaardeerde vakcollega, werkzaam op drie verschillende basisscholen in de gemeente Bloemendaal, Bennebroek.
Hij beschikt over een ruime ervaring en begeleidt al vele jaren zorgvuldig studenten van de docentenopleiding ALO te Amsterdam.
De Sparrenbosschool, waar veel opnames gemaakt zijn, is een bezoekje waard.
Een bezoekje om geïnspireerd te raken voor het vak of om kennis te maken met de school en vooral de sportaccommodatie, met zijn zaal, ruime berging en buitensportveld, kortom een fijne volwaardige werkplek voor het geven van bewegingsonderwijs.

Het vakwerkplan *De lesbrieven* is een losbladige methode voor het bewegingsonderwijs. Is eclectisch samengesteld en gaat uit van de twaalf te ontwikkelen leerlijnen.
Het plan is bedoeld voor vakdocenten LO, groepsleerkrachten primair onderwijs en voor studenten cios, pabo, ALO.
Het is te gebruiken als vakwerkplan, inspiratiebron of naslagwerk.
De map kent een logische opbouw van verantwoording, bewegingsconcept, jaarplanning en registratie van de bewegingsactiviteiten en aansluitend de 80 lesbrieven.
Deze lesbrieven bevatten een rijkdom aan spannende, actuele bewegingsactiviteiten.
Iedere lesbrief kent een duidelijke plattegrond, uitleg van de oefenstof, diverse aanwijzingen en foto's ter verduidelijking.
Dit alles steeds beschreven op twee A4tjes.
Er wordt gebruikt gemaakt van drie soorten lessen: de combinatieles (werken in drie-vijf groepjes), de klassikale les en de stroomvormles (werken in bewegingsbanen).

De map geeft veel zinvolle tips; is duidelijk voor starters in de beroepspraktijk.
Denk hierbij aan het inschakelen van klaarzetters (kinderen die helpen met opbouwen en afbouwen buiten de schooltijden om), de regels en afspraken die gelden gedurende de lessen en de directe aanwijzingen die gegeven kunnen worden.
In de periodisering wordt ook rekening gehouden met buitenlessen, binnenlessen, sporttoernooien etc.
De ALO Amsterdam werkt met vier zogenaamde opleidingslijnen, praktijk, theorie, reflectie en stage. De methode *De lesbrieven* is één van de methodes die wij graag onder de aandacht brengen van onze eerste- en tweedejaars studenten. De methode heeft een aantrekkelijke prijs en kan voor onze studenten een bron van informatie en inspiratie zijn. Vooral ter ondersteuning van de opleidingslijn Stage is de methode *De lesbrieven* een waardevolle bron. Kortom na lang schuren en schaven heeft een vakcollega een mooi, bruikbaar product afgeleverd.

Ton de Ruijter,
opleidingsdocent ALO Amsterdam
(domein DBSV)

Voor het overzicht van scholingen en andere evenementen zie de kalender op de pagina van de webredacteur.

Scholingen april tot en met juni!

Studiedag mbo in Groningen (6)

Op 7 april 2010 organiseert het Platform Bewegen en Sport MBO van de MBORaad samen met de KVLO, Hanze Hogeschool Instituut voor Sportstudies en het Alfa College van 9.30-17.00 uur de tweejaarlijkse landelijke studiedag voor het middelbaar beroepsonderwijs.
Vanuit het thema: *gezondheid en vitaliteit voor studenten van beroepsopleidingen*, wordt een groot aantal workshops aangeboden. Enkele daarvan zijn: Gezondheid en Test je leefstijl, Bedrijfsport BRAVO, Convenant gezond gewicht, Methodiek Actieve leefstijl school & sport en Bewegen in het curriculum en de gezonde school op Alfa college. Daarnaast zijn er twee workshops voor managers en aan het eind van de dag zal traditiegetrouw een sport-BN'er de deelnemers uitdagen om in de eigen school aan de slag te gaan met de nieuw verworven kennis en ervaringen.
Informatie over het programma en de inschrijving staan op de site.

Studiedag SO in Den Haag (6)

Op 19 april is de jaarlijkse studiedag voor het SO van 9.00-17.00 uur op de Haagse Hogeschool voor Sportstudies (HHS) te Den Haag.
Het thema voor deze studiedag is: *'(Net) werken in het speciaal onderwijs' met de subtitel*
'Wie in dit kind het wonder ziet, is de leerkracht die geniet.'
Tijdens deze studiedag SO wordt het belang van *'netwerken'* benadrukt. Voor ieder cluster in het speciaal onderwijs zijn er specifieke workshops die ingaan op vakwerkplanontwikkeling. Daarnaast zijn er veel boeiende, inspirerende praktijkworkshops. De workshops zijn niet bedoeld om te shoppen, maar juist om kennis, ideeën en ervaringen te delen. De kern en de kracht van netwerken is: *'halen en brengen'*.
Het hele programma en het inschrijfformulier staan op de website.



FOTO: HANS DIJKHOFF

Impressie studiedag VO Tilburg

Studiedag VO in Zwolle (6)

Op 16 juni is de studiedag VO op de Christelijke Hogeschool Windesheim, de Calo, te Zwolle. Het thema van dit jaar is: '*Vak(leerkracht) in beweging', persoonlijke ambities zorgen voor vakontwikkeling.*
De afgelopen jaren is het onderwijs ingrijpend veranderd. Ook binnen en rondom het bewegingsonderwijs zijn ingrijpende ontwikkelingen nog steeds gaande. Ons vak is in beweging! De vakleerkracht is in beweging! Ook doordat persoonlijke ambities nagestreefd worden is er een enorme impuls in vakontwikkeling! In het kader van het brede scala aan ontwikkeling in het werkveld van Bewegen en Sport zullen we een viertal thema's aanbieden, waarin deze verschillende 'vernieuwende' perspectieven de revue zullen passeren. Het gaat daarbij om *(A) persoonlijke ontwikkeling van de vakleerkracht, (B) passend bewegingsonderwijs; het staat en valt met de ontwikkelingskracht van de vakleerkracht, (C) LO is een vak in ontwikkeling, zowel voor de leerlingen als binnen de school en (D) de vakwereld in beweging door afstemming en samenwerking tussen School en Sport.* De workshops zijn

Uitgebreide informatie over alle scholingen/ evenementen? Zie de kalender op *www.kvlo.nl* Inschrijving of een verwijzing daarvoor via *www.kvloscholing.nl* en ook via de kalender op *www.kvlo.nl*

vernieuwend, afwisselend en sluiten aan bij één van de vier thema's. Uitgebreide informatie over het programma staat op de website. Ook de inschrijving gaat via de site.

site van de KVLO. Het is echt de moeite waard om wekelijks naar de site te gaan en informatie over nieuw aangeboden scholingen te lezen. Nog handiger is om lid te worden van de bijna wekelijkse

de afdeling Gelre. Er worden fantastische programma's aangeboden!!

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

Scholingen van afdelingen en opleidingsorganisaties

Er worden veel relevante scholingen georganiseerd en de informatie hierover wordt zo mogelijk geplaatst op de web-

nieuwsbrief! Zomaar een paar bijzondere scholingen. Op 7 april organiseert het Rijk van Nijmegen een studiedag, de Twentedagen zijn op 15 en 16 april en begin juni zijn er weer de traditionele Papendaldagen van

Digitale KVLO-portfolio

Meer dan 1000 KVLO-leden zijn lid van het Initiële Register en waarschijnlijk hebben velen voldoende punten gehaald voor toelating in het Beroepsregister. Daarom zal tijdens de studiedagen het digitale KVLO-portfolio worden gedemonstreerd. Op *www.kvloregistratie.nl* is veel informatie over het Register en het portfolio te vinden.

Zie voor alle scholingen de kalender

op *www.kvlo.nl, www.kvloscholing.nl,* de pagina scholing en de websites van de afdelingen.

COLUMN

De te weinig actieve vmbo'er



FOTO: HANS DIJKHOFF

Verbaast het je als ik zeg dat onderzoek heeft uitgewezen dat minder dan veertig procent van de vmbo'ers voldoet aan de beweegnorm van twee keer dertig minuten bewegen per dag? Dat zijn dus ruim zestig procent jongeren uit het vmbo die te weinig bewegen! Dat inactiviteit diverse gezondheidsrisico's met zich mee kan brengen, zijn we het tegenwoordig daarover wel met elkaar eens. Ook de zegswijze 'jong geleerd is oud gedaan' gaat in deze gevallen vaak op. Het is de hoogste tijd om eens goed aandacht te besteden aan deze risicogroep van de te weinig actieve vmbo'ers!

Met deze gedachte hebben afgelopen week de eerste netwerkbijeenkomsten van regio Noord (de provincies Friesland en Groningen) en regio Oost (Overijssel en Drenthe) plaatsgevonden. Hiermee is het landelijke project 'vmbo in beweging' van de NISB, KVLO en VO-raad echt van start gegaan. In totaal zullen tachtig vmbo-scholen uit heel Nederland, gedurende drie jaar aan de slag gaan om de te weinig actieve leerlingen uit het vmbo in beweging te krijgen. Elke deelnemende school heeft hiervoor een sport- en beweegcoördinator aangesteld, deze zal een dagdeel in de week met dit project in de weer gaan. Gelukkig staan ze er niet alleen voor en zijn zij aangesloten bij een regionetwerk met andere coördinatoren van participerende scholen uit de omgeving. Tevens worden zij ondersteund door een van de vijf regiocoaches, die voor dit project zijn aangesteld. De eerste opgave in het project is het uitvoeren en organiseren van de 0-meting. Omdat deze al snel voor de deur staat, is hier tijdens de bijeenkomst alvast op vooruit gelopen door een brainstorm over de vraag: Hoe ziet de doelgroep de te weinig actieve leerling eruit? Zijn deze leerlingen allemaal te dik? Allochtone meisjes wellicht? Zijn ze lui? Hebben ze geen tijd om te sporten? Lage sociale economische status misschien? Faalangst dan? Of zijn het juist hele populaire leerlingen die te weinig bewegen? Waarschijnlijk is de doelgroep niet onder een van de bovenstaande factoren te plaatsen en zouden deze oorzaken allemaal wel eens rol kunnen spelen. Waar de coördinatoren verschillende oorzaken aandragen zijn er ook vele verschillende oplossingen te verzinnen. Is motorische remedial teaching de oplossing om deze doelgroep in beweging te krijgen? Of schoolsportverenigingen? Jeugdsportfonds? Een stappenteller? Een fietsplan voor leerlingen? Je hoort het al, er zijn diverse mogelijke oorzaken en daarbij net zoveel mogelijke oplossingen. Ik ben erg benieuwd welke verschillende interventies dit project gaat opleveren. De komende tijd doen wij verslag van de voortgang van dit project, dus we houden je op de hoogte!

Regiocoach Noord en Oost: Arnold Bronkhorst

Correspondentie:

ABronkhorst@sportserviceoverijssel.nl



EXTRA BEWEGEN EN SPORT OP SCHOOL IN DE NATIONALE SPORTWEEK De KVLO roept docenten LO op om in de week van 17 tot en met 24 april meer bewegen en sport op school te organiseren. De KVLO is één van de founding fathers van de Nationale Sportweek. Meld je beweegactiviteit bij *info@kvlo.nl.* Denk hierbij ook aan de mogelijkheid om samen te werken met schoolactieve sportverenigingen. Zie: *www.nationalesportplatform.nl*

SCHOLIEREN DIE MEER BEWEGEN, PRESTEREN BETER OP SCHOOL Dat blijkt uit een onderzoek van de Universiteit van California in Los Angeles. Lichamelijk actieve scholieren scoorden hoger dan hun minder fitte studiegenoten. De fitheid van die studenten werd bepaald met behulp van een hardlooptest en vergeleken met een reken-, lees- en taaltoets. Uit het onderzoek kwam ook naar voren dat scholieren met een gezond gewicht beter presteerden op school dan hun klasgenoten met overgewicht. De onderzoekers concluderen hieruit dat zowel een goede conditie als een gezond gewicht bijdragen aan het optimaal functioneren van de hersenen. Als vervolgonderzoek het positieve effect van lichamelijke activiteit op schoolprestaties bevestigt, zullen scholen volgens de onderzoekers meer moeten investeren in gymlessen.

INVESTEREN IN ONDERWIJS LOONT, JUIST IN CRISISTIJD! Hoe hoger het onderwijspeil, hoe meer welvaart. Dat blijkt uit recent onderzoek van het Oeso naar de economische groei in de afgelopen 40 jaar en de relatie met het behaalde onderwijsniveau. In landen die fors investeerden zoals Taiwan, Korea, Japan, maar recent ook Polen, steeg het onderwijsniveau en groeide de economie en de welvaart. Nederland staat met het gemiddelde onderwijsniveau van 77 onderzochte landen op plaats 11. Niet slecht, maar Nederland zou beter moeten scoren en wordt ingelopen door landen die meer investeren in onderwijs. Wat in Nederland bovendien opvalt is dat het basisniveau hoog is (derde plaats, 97% leerlingen haalt dat) maar dat er relatief weinig toppers zijn (22ste plaats).
Als er in onderwijs geïnvesteerd wordt dan lijkt het zeer lonend om dat in bewegingsonderwijs te doen. Immers, bij actieve leerlingen met een gezond gewicht functioneren de hersenen beter, stijgen de reken- en taalprestaties en daardoor de welvaart. Het lijkt zo simpel!

VOORJAARSVERGADERING 2010

De 148ste Algemene Voorjaarsvergadering van de KVLO zal gehouden worden op vrijdag 28 mei in het Teylers Museum te Haarlem. De afdeling Haarlem e.o. die haar 100-jarig jubileum viert, heeft de organisatie op zich genomen.
Tijdens de openbare vergadering zal de gemeente Haarlem zich presenteren, zal Jan Rijpstra als nieuwe voorzitter zijn 'maiden speech' houden en zal afscheid genomen worden van scheidend voorzitter Gert van Driel. Harry Stegeman belicht de relatie tussen bewegingsonderwijs en sport. Tevens zetten we aantal bestuurders en een staflid in het zonnetje omdat zij de KVLO gaan verlaten of van functie veranderen.

DAGINDELING

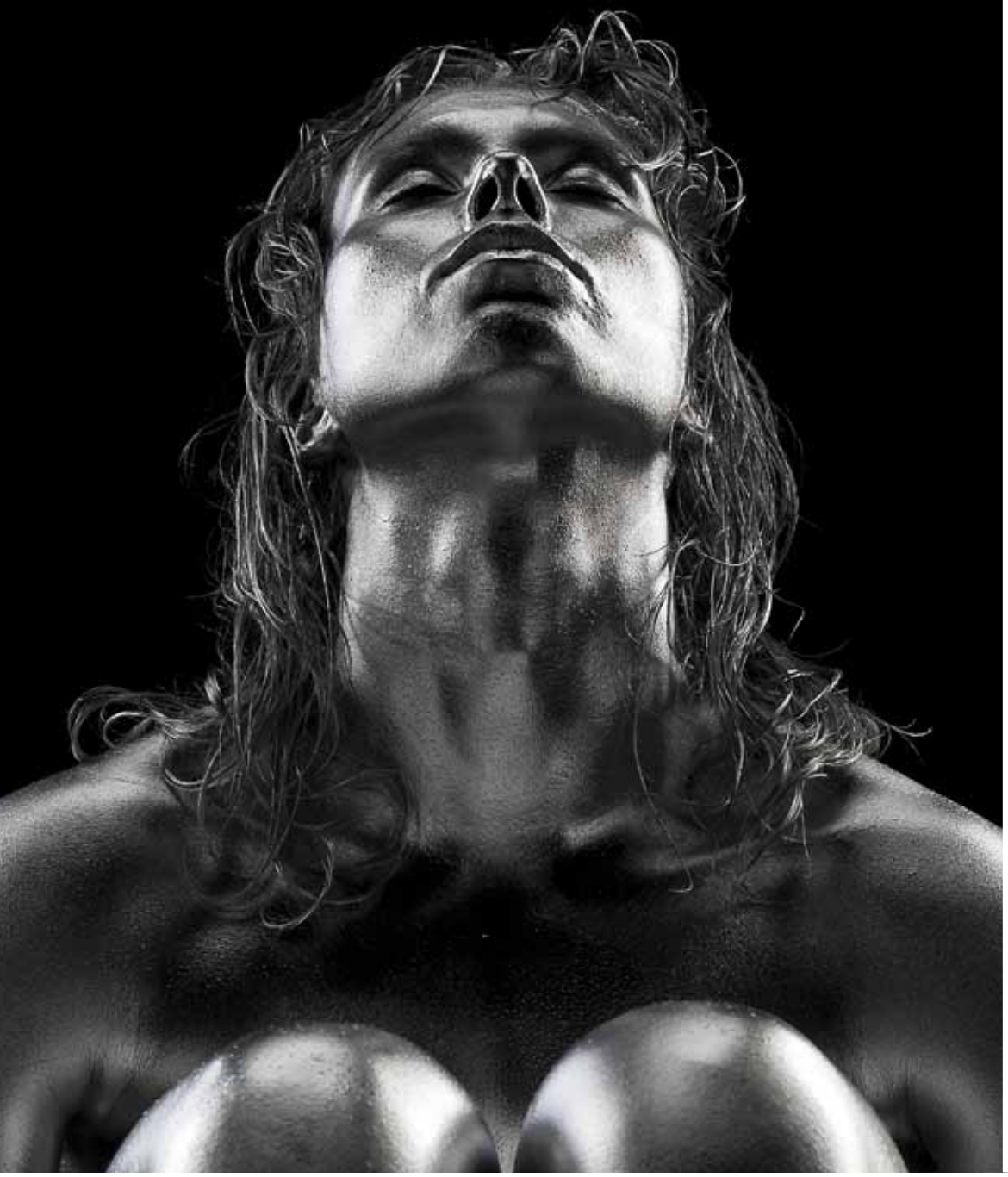
09.45 uur	Ontvangst.
10.15 - 11.30 uur	Huishoudelijke Vergadering.
11.30 - 12.00 uur	Afscheid van drie bestuursleden en een staflid.
12.15 - 13.45 uur	Aperitief en lunch in Grand Café Brinkmann.
14.00 - 16.00 uur	Openbare Vergadering: 1 Wethouder Onderwijs&Sport van Haarlem 2 Jan Rijpstra: Toespraak als nieuwe voorzitter 3 Harry Stegeman: Bewegingsonderwijs en sport 4 Afscheid van voorzitter Gert van Driel
16.00 - 17.30 uur	Receptie in verband met het afscheid van Gert van Driel, Bert Boetes, Oscar Erken, Guus Klein Lankhorst en staflid Hilde Bax.

Voorlopige agenda van de huishoudelijke vergadering

1 Opening en mededelingen.
2 Notulen Wintervergadering (LO 2, pag. 36 e.v.).
3 Voorstellen hoofdbestuur:
- inzake bestuurlijke vernieuwing (indien noodzakelijk)
- inzake ongevallenverzekering KVLO
4 Jaarrekening 2009.
a) Rekening en verantwoording 2009 (deze is in bezit van de afdelingsbesturen).
b) Decharge bestuur.
5 Jaarverslag 2009.
Het volledige jaarverslag is binnenkort in bezit van de afdelingsbesturen en verschijnt op *www.kvlo.nl* achter MijnKVLO. KVLO leden kunnen het volledige jaarverslag opvragen bij het bureau. Een verkorte versie verschijnt in LO 4.
6 Voorzitterswisseling.
7 Rondvraag.
Schriftelijke vragen zullen eerst worden behandeld.
8 GO-zaken.
9 Bespreekpunten.
10 Sluiting om 11.30 uur.
Als vertegenwoordiger van je afdeling krijg je eersteklas treinkosten vergoed en vrijstelling van je school.

UITBREIDING AANTAL LOOT-SCHOLEN

In een recent bijgestelde regeling biedt het ministerie van OCW de mogelijkheid om het aantal LOOT-scholen in Nederland uit te breiden van 29 naar 35, zodat er een betere landelijke dekking komt. Het Landelijk Overleg Onderwijs en Topsport bestaat sinds 1991 en biedt leerlingen met toptalenten een aangepast onderwijsprogramma. Zes sporters die Nederland vertegenwoordigden op de O.S. in Vancouver waren oud-leerlingen van LOOT-scholen. Een onderzoek uitgevoerd door de Rijksuniversiteit Groningen heeft uitgewezen dat van de LOOT-leerlingen 38% een vwo-diploma haalt tegenover 16% landelijk. De LOOT-scholieren blijken beter gemotiveerd en hebben meer zelfvertrouwen, waardoor ze beter kunnen organiseren en plannen.









Descol gaat voor eremetaal

Pulastic® sportvloeren van brons naar platina.

Uitdagingen aangaan, grenzen verleggen en in teamverband nog beter worden; het zijn de ambities van Descol die perfect passen bij de ambities van sporters. Deze topsportmentaliteit maakt Descol tot de succesvolle onderneming die zij al jaren is.

Descol gaat voor eremetaal met het Pulastic sportvloerprogramma en daarom zijn onze systemen ingedeeld in vier lijnen met elk hun eigen karakteristieken en kwaliteiten: Bronze, Silver, Gold en Platinum. Om tot een mooi samenhangend geheel te komen in uw accommodatie kunt u daarnaast kiezen voor oplossingen uit ons innovatieve Solidfloor programma; vloeren voor al uw gebruiksruimten. Bent u benieuwd naar het uitgebreide Pulastic® vloerprogramma waarin duurzaamheid centraal staat? Neem dan contact met ons op. Wij staan u met raad en daad terzijde met oplossingen die echt het verschil maken. Samen met u gaan wij de uitdaging graag aan!

Sika®

B.V. Descol Kunststof Chemie, Duurstedeweg 33007, Postbus 420, 7400 AK Deventer
Tel: 0570 62 07 44, Fax: 0570 60 84 93, Internet: www.descol.nl

De actuele algemene voorwaarden zijn van toepassing. Consulteer a.u.b. voor gebruik de meest recente locale Productinformatie-bladen.

PULASTIC®

huski reizen
Wintersport, outdoor & zeilkampen



… een begrip in groepsreizen voor wintersport, outdoor en zeilkampen.

Het deskundig samenstellen van aantrekkelijke reizen voor schoolgroepen vanaf 30 personen vormt een groot deel van ons werk. Onze reizen voldoen aan alle eisen. Meer dan twintig jaar ervaring en een gedegen bedrijfsstructuur staan borg voor kwaliteit.

Onze wintersportreizen zijn een begrip geworden in de Nederlandse onderwijswereld.

Wij hebben al wintersportreizen vanaf € 195,- p.p. Uiteraard is dan alles voor u geregeld, denk hierbij aan het vervoer, de skipas en de accommodatie op basis van half pension. Onze reisleiding reist mee vanuit Nederland en blijft de gehele week bij uw groep, extra ondersteuning voor u als docent! Tevens wordt het materiaal door ons geregeld. Doordat wij dit voorafgaand aan de reis bij u komen passen, staat u snel in de sneeuw!

Wij maken graag vrijblijvend een offerte voor u!

Post- en bezoekadres:
Lichtschip 67, 3991 CP Houten

Telefoon:
+31(0)30 8000 600

Fax:
+31(0)30 8000 601

Email:
info@huski.nl