

# T



# LEERLIJNEN SPORTORIËNTATIE

**In de afgelopen vijf jaar zijn verschillende sportstimuleringsmappen ontwikkeld, die gebruikt kunnen worden in het onderwijs, het naschoolse aanbod en op de sportvereniging. Deze mappen, waarover eerder artikelen zijn verschenen, zijn tot stand gekomen in een samenwerkingsverband tussen de betreffende sportbond, SLO en NOC\*NSF. In dit artikel wordt een overzicht gegeven van de beoogde doelstellingen, de contexten voor gebruik, de gekozen activiteiten, de werkvormen en de beschrijvingswijze. Door: Chris Hazelebach, Marco van Berkel en Chris Mooij**

## DOEL

De sportkennismakingsmap is gericht op kinderen van ongeveer tien jaar oud.

De opzet van alle mappen is hetzelfde:

- *lessenserie* voor binnenschools gebruik, in de les bewegingsonderwijs
- *oriëntatieserie* voor naschools aanbod
- *trainingsserie* voor op de sportvereniging.

Elke serie bestaat uit drie lessen van 45 tot 60 minuten, totaal negen lessen voor die kinderen die aan alle series willen deelnemen. Het gaat dus niet om een éénmalig kennismakingslesje maar om een langduriger traject, waarbij in drie fases de overgang van onderwijs naar sportvereniging wordt gemaakt.

De naschoolse oriëntatieserie is bedoeld voor kinderen die het leuk vinden om nog een paar extra lessen na schooltijd te volgen. De trainingsserie is gericht op kinderen die ook kennis willen maken met de vereniging en hoe daar de trainingen verlopen.

## VERSCHILLENDE CONTEXTEN

De context waarin de sportkennismaking plaatsvindt, bepaalt in grote mate de inhoud van het aanbod. Een klas met 30 kinderen met verschillende belangstellingen en bewegingsniveaus is een andere doelgroep dan 16 kinderen die voor een bepaalde sport hebben gekozen. Veel trainingsvormen gaan uit van zo'n kleine gemotiveerde groep. Voor een deskundige jeugdtrainer kan een groep van 30 schoolkinderen een

lastige groep zijn, terwijl een leerkracht daar met gemak de orde handhaaft. Voor een groepsleerkracht is het overigens vaak wel lastig om op een inspirerende wijze een introductie op een specifieke sport aan te bieden.

In dit traject is daarom een duidelijke scheiding gemaakt tussen de binnenschoolse lessenserie en de oriëntatie-/trainingsserie na schooltijd. In de eerste lessenserie gaan we uit van 30 kinderen en in de oriëntatie-/trainingsserie van 16 kinderen. Met een groep van 30 kinderen is het lastig om op een klassikale wijze alle kinderen goed aan het werk te laten gaan. Behalve het aantal kinderen is na schooltijd ook de motivatie anders. Binnen school doet de hele klas mee, ook degene die de sport misschien minder vindt. Voor deze kinderen moet het aanbod vooral uitnodigend zijn en leerzaam, zodat ze toch gemotiveerd meedoen. Dit vraagt een activiteitenaanbod dat nog niet op wedstrijdsport is gericht. De groep kinderen die zelf voor een vervolgfase kiezen, hebben een innerlijke motivatie waardoor de activiteiten meer sportgericht kunnen zijn. Waar we wel mee rekening hebben gehouden is de begeleider van het project.

De lessenserie is zo gemaakt dat ook de bevoegde groepsleerkracht de lessen kan geven. De eerste keer dat de lessenserie wordt aangeboden binnen een sportstimuleringsproject is het overigens verstandig dat iemand van het vervolgtraject aanwezig is. De sportbonden die de lesmappen uitgeven hopen echter dat de lessenserie zo praktisch en leuk is, dat de leerkracht de lessen later nog eens zal herhalen. De leskaarten zijn zo geschreven en vormgegeven dat ze ook door kinderen zelf bekeken kunnen worden.

Op veel basisscholen zijn kinderen gewend om in kleine groepen te werken en de activiteiten zelfstandig aan de gang te houden. De lessenserie sluit bij deze zelfstandigheid van kinderen aan en past in het onderwijscurriculum van de meeste basisscholen. Belangrijk is dat de lesgever in het vervolgtraject weet wat er in de eerste lessenserie is behandeld. De na-



schoolse oriëntatieserie wordt niet door een groepsleerkracht gegeven. Het kan wel een vakleerkracht zijn die daar extra tijd voor heeft gekregen. Maar meestal is het iemand van de vereniging (soms van de bond), een trainer of een vrijwilliger. Soms is het een stagiair van een hbo- of mbo-opleiding of een medewerker van een welzijnsorganisatie die de naschoolse opvang of brede school verzorgt. In ieder geval zal het iemand zijn met een bepaalde affiniteit met de sport en die de nodige sportieve vaardigheden bezit.

Het verzorgen van deze oriëntatieserie is niet eenvoudig, want de directe binding met de school of een vereniging wordt gemist. Ook is de sociale binding in deze doelgroep minder dan in een klas of in een echte training. Het begeleiden van de oriëntatieserie mag daarom niet onderschat worden en vraagt ook om zeer deskundige leiding.

De trainingsserie vindt meestal plaats in een bestaande trainingsgroep met een deskundige (betaalde) trainer. Voor goede trainers is zo'n trainingsserie niet nodig, zij weten nieuwe leden op een eigen veilige wijze goed op te vangen. Toch is er ook een trainingsserie uitgeschreven om trainers eventueel op nieuwe ideeën te brengen.

### VERSCHILLENDE ACCENTEN M.B.T. DE DOELSTELLINGEN

In het artikel 'Leren bewegen en sporten, hoe doe je dat?' elders in dit blad worden drie doelstellingen genoemd die in het binnen- én buitenschoolse aanbod leiden tot een 'meervoudige' bekwaamheid. Hierbij wordt een aantal overeenkomsten verzameld in drie leergebieden:

- het (beter) leren uitvoeren van sport- en bewegingsactiviteiten
- het (beter) leren participeren in een sport- en bewegingsorganisatie
- het (beter) leren waarderen van eigen ambities in sport- en bewegingsactiviteiten.

Hoewel in alle drie de lessenseries deze doelen aandacht krijgen zijn er wel accentverschillen. De binnenschoolse lessenserie accentueert vooral het waarderen van de persoonlijke ambities van een kind. Dat wil zeggen dat in de lessenserie elk kind de kans moet krijgen om zijn eigen bewegingsmogelijkheden (op zijn eigen wijze) verder te ontplooiën. De trainingsserie bij de vereniging legt het accent vooral op het verbeteren van de uitvoeringswijze van de specifieke sportactiviteit. De deelnemers krijgen bijvoorbeeld meer instructie over de tech-

niek van de sport. De naschoolse oriëntatieserie zit tussen onderwijs en sportvereniging in en richt zich vooral op het participeren in een sportgericht samenwerkingsverband. Deze oriëntatieserie sluit bijvoorbeeld meestal af met een klein toernooi tussen de deelnemers.

De kracht van een goed sportkennismakingsproject is dat de overgangen tussen de verschillende series geleidelijk verlopen. Dat wil zeggen dat ook in de binnenschoolse fase al aandacht moet zijn voor technische aspecten van de sport, bijvoorbeeld de valworp bij handbal. Maar ook dat bij de trainingsserie de zwakkere bewegers voldoende positieve succeservaringen meemaken.

### VERSCHILLENDE ACTIVITEITEN

Veel oude sportkennismakingslessen zijn samengesteld uit eenvoudige trainingsvormen die op de sportvereniging met bijvoorbeeld tienjarige sporters worden gedaan. Deze eenvoudige trainingsvormen zijn meestal niet geschikt voor de lessenserie, omdat ze voor de meeste bewegers te moeilijk zijn. Voor veel 'echte sporters' is dat weer lastig te begrijpen. Bijvoorbeeld het wegslaan van een badmintonshuttle is voor bepaalde kinderen al een spannend avontuur, terwijl de trainer er vaak van uit gaat dat iedereen dat wel kan. Het heeft daarom veel tijd gekost voordat er geschikte 'sportactiviteiten' voor de lessenserie waren gevonden.

Voor elke sport is daarom eerst gekeken naar de bewegingsactiviteiten die in het *Basisdocument bewegingsonderwijs* staan. In het *Basisdocument* zijn bewegingsactiviteiten geordend in leerlijnen. Deze leerlijnen zorgen voor een verantwoorde bewegingsontwikkeling van alle kinderen.

Trainingsvormen die goed in deze leerlijnen passen, vormen de basis voor de lessenserie. Bijvoorbeeld: het scoren op een korf of basket past goed in de leerlijn 'mikken'.

Een belangrijk verschil tussen de trainingsvorm en de onderwijsvorm is dat in het onderwijs de hoogte en grootte van het mikdoel is aangepast aan de zwakkere bewegers. De korf hangt bij tienjarigen dan op twee meter hoogte en de korf is groter dan bij het echte korfbal. Uitgangspunt bij een lessenserie is dat de activiteit lukt bij vrijwel alle kinderen. Het aanpassen van het materiaal en de afstanden kan er vaak voor zorgen dat het elk kind lukt de activiteit met succes uit te voeren.

Het aanpassen van trainingsvormen aan de uitgangspunten van een leerlijn is van belang om de samenhang tussen alle sportkennismakingsprojecten binnen het onderwijs te garanderen. Bijvoorbeeld bij basketbal en korfbal leren de kinderen beter met een bal te mikken. Maar ook bij volleybal en badminton zijn activiteiten die met mikken te maken hebben. << illustratie volleybalmap , Spel emmerbal >> Door deze sportkennismakingsprojecten leren kinderen niet alleen een sport kennen, maar ze worden ook beter in 'het mikken' zelf. Vanuit het ontwerpen door leerlijnen, ontstaan er ook nieuwe bewegingsactiviteiten, bijvoorbeeld bij basketbal een tikspel waarbij de lopers dribbelend met de bal de tikker leren ontwij-



Korfbalspel	Leerlijn doelspelen
Scoren (zonder verdediger)	Leerlijn mikken
Scoren (met verdediger)	Leerlijn doelspelen
Samenspelen (zonder verdediger)	Leerlijn jongleren
Samenspelen (met verdediger)	Leerlijn doelspelen
Onderscheppen (zonder doel)	Leerlijn doelspelen
Onderscheppen (met doel, 1 verdediger)	Leerlijn doelspelen
Onderscheppen (met doel en meer verdedigers)	Leerlijn doelspelen

*Een vergelijking tussen trainingssituaties van korfbal en het Basisdocument*

ken. In de lessenserie is gezocht naar goede bewegingsonderwijsleersituaties met een duidelijk sportaccent, zodat de kinderen wel een verwijzing ervaren naar de echte sport.

Binnen de naschoolse oriëntatieserie wordt gezocht naar meer sportspecifieke activiteiten. Bijvoorbeeld bij basketbal wordt dan de lay-up aangeboden. Door de kleinere groep is het voor de begeleider makkelijker om een moeilijke activiteit aan te bieden. Toch moet goed worden bekeken of alle kinderen deze leerstap al hebben gemaakt in de eerste drie lessen. De kinderen hebben bij judo al wel veel met elkaar gestoeid, maar in drie lessen van 45 minuten in een groep van 30 kinderen zijn de leerresultaten nog niet zo groot. Daarom zullen in de oriëntatieserie ook de sportspecifieke activiteiten eerst op een zeer eenvoudige wijze aangeboden moeten worden, zodat elk kind met succes mee kan doen.

Het verschil zit niet zozeer in de moeilijkheidsgraad van de oefening, maar vooral in de aanbestedingswijze en de organisatievorm. De deelnemer krijgt zo een perspectief hoe de oefening in de sport uiteindelijk uitgevoerd 'moet' worden. In de oriëntatieserie zijn drie lessen beschikbaar om beter te worden. De oriëntatieserie sluit meestal af met een toernooivorm waarbij de kinderen een 'eindspel' spelen. De vraag is of dit 'eindspel' hetzelfde spel moet zijn als op de vereniging. Omdat niet alle kinderen daarna doorgaan naar de trainingsserie, is het nog niet echt nodig dat ze hier al kennismaken met de

*Emmervolleybal*



FOTO: UIT DE KENNISMAKINGSMAP

jeugdwedstrijdsport. Voor deze kinderen is het boeiender wanneer een spel wordt gespeeld dat beter past bij hun bewegingsmogelijkheden. Bijvoorbeeld korfbal: vier aanvallers tegen drie verdedigers, waarbij de aanvallers op twee vergrote korven mogen scoren.

Voor de oriëntatieserie zouden aparte basisschoolsportspelen ontwikkeld kunnen worden, die ook voor minder getalenteerde kinderen speelbaar zijn. Volleybal heeft hier het goede voorbeeld voor gegeven met het ontwikkelen van circulatievolleybal.

De stap naar de echte sport kan het beste gemaakt worden tijdens de trainingsserie. In drie trainingen worden de kinderen voorbereid op het deelnemen aan een echte wedstrijd. De keuze van activiteiten voor deze serie wordt mede bepaald door de beoogde doelgroep. Vaak stromen de kinderen in bij een bepaalde trainingsgroep en moeten zich aanpassen aan de groepstraining. Beter is het wanneer voor drie trainingen een aparte groep wordt samengesteld met allemaal nieuwe leden. Dan kan het trainingsaanbod helemaal worden afgestemd op deze groep. De verwachting is dan dat de kinderen zo gegrepen worden door de actie in de sport, de sfeer van de vereniging en de hulp van de trainer dat de kinderen zich willen binden aan de club.

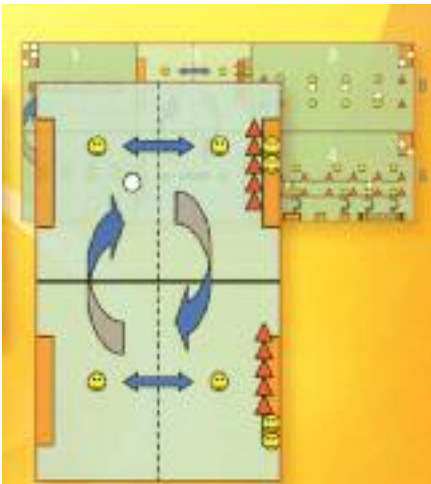
### VERSCHILLENDE WERKVORMEN

In de lessenserie wordt aangesloten bij de werkwijze die gebruikelijk is bij bewegingsonderwijs. Er wordt gewerkt in kleinere groepen. In de gymzaal zijn verschillende activiteiten uitgezet en elk groepje doet 10 minuten een bepaalde activiteit. Tijdens de les wordt twee of drie keer doorgedraaid. De volgende les worden de activiteiten weer herhaald.

Basketbal is meegegaan met deze opzet. Er zijn vijf leskaarten voor de lessenserie uitgewerkt. Deze vijf activiteiten worden in de drie lessen herhaald. Een van de vijf basketbal leskaarten bestaat weer uit zes 'truc'kaarten. Het groepje van zes kinderen mag bij de activiteit 'trucs' zelf kiezen uit deze verschillende truckaarten. Eigenlijk mogen de kinderen bij dit onderdeel eventjes 'vrij werken', omdat ze zelf mogen kiezen welke truckaart ze gaan uitproberen. Andere bonden hebben voor drie activiteiten gekozen, maar hebben zo'n activiteit dan verdubbeld, zodat er toch zes groepjes aan de gang zijn.

Het grote voordeel van deze werkwijze is dat kinderen veel beurten krijgen en dat ze zelf verantwoordelijk zijn voor 'fair play'. Een ervaren leerkracht die de kinderen goed kent heeft geen moeite om overzicht te houden over deze activiteiten. Voor een 'onbekende' trainer is het veel lastiger om dan overzicht te houden. Wanneer de trainer en leerkracht samen lesgeven ontstaat er een efficiënte samenwerking. Ook in de naschoolse oriëntatielessen wordt in groepjes gewerkt. Soms in twee of drie groepen, maar het aantal deelnemende kinderen is meestal kleiner. Bij de uitwerking is uitgegaan van zestien kinderen.

De trainingsserie bij de vereniging is soms nog klassikaal, omdat de meeste trainers dat zo gewend zijn. Toch is het streven dat ook binnen de vereniging meer in groepjes gewerkt gaat worden.



Situatieschets

De toegepaste werkvorm daar is afhankelijk van de mogelijkheden van de begeleider. Wanneer deze een bepaalde werkvorm niet ziet zitten dan is de kans op een geslaagd project klein. In de korfbalmap zijn verschillende werkwijzen uitgewerkt, waaruit de trainer een keuze kan maken geven.

### OVEREENKOMSTIGE BESCHRIJVINGSWIJZE

Hierboven zijn enkele accentverschillen tussen de drie series belicht. Maar er is uiteraard vooral gewerkt aan overeenkomsten. Die zijn behalve in de doelstellingen vooral te vinden in de doorgaande leerlijnen. Mikken is bij handbal uiteraard een belangrijke leerlijn, die in alle drie de lessenseries terugkomt. En het rijden van een 'cross' parcours komt in alle lessenseries van de wielersport terug. De overeenkomsten komen ook in het beschrijvingskader naar voren. De drie series lessen zijn hetzelfde opgebouwd. Op het eerste blad wordt zeer uitvoerig het arrangement beschreven, meestal geïllustreerd met een tekening of foto. Daarna volgt de activiteitsomschrijving (opdracht) en ten slotte de regels die er voor zorgen dat de kinderen zelfstandig kunnen werken. De activiteit is zo gekozen dat kinderen er onmiddellijk succesvol mee aan de slag kunnen. Maar na de eerste aanbieding, volgt uiteraard het vakmanschap van de leerkracht en de trainer. Deze moet het startaanbod op maat maken voor de kinderen. Welke aanpassingen noodzakelijk zijn kan pas in de concrete praktijk blijken. Op de achterkant van de leskaart staan suggesties voor aanpassingen.

Onder het kopje 'Loopt het?' staan tips voor organisatorische aanpassingen. Onder het kopje 'Lukt het?' staan tips voor methodische aanpassingen om kinderen op maat leerhulp te bieden. Onder het kopje 'Leeft het?' staan tips voor belevingsaanpassingen voor als de kinderen een nieuwe stimulans nodig hebben. Deze driedeling wordt meer gehanteerd binnen het bewegingsonderwijs (Van Berkel e.a. 2005) en kan worden doorgetrokken naar het buitenschoolse sportkennismakingsaanbod. De verwantschap tussen de verschillende series komt door deze praktische uitwerking van de tipkaarten in handen van de begeleider zelf. Het aanbod is weliswaar voorgeschreven, maar de specifieke keuzes van de begeleider kunnen er voor zorgen dat de kinderen het als een eenheid zullen ervaren.

Bijvoorbeeld de didactische tips voor de goede bewegers verwijzen al naar activiteiten die in de volgende lessenserie aan de orde komen. Zo kan er door de begeleider een gedifferentieerd aanbod gecreëerd worden, waardoor de verschillen tussen de binnenschoolse lessenserie, de naschoolse oriëntatieserie en drie trainingslessen bij de club op den duur mogelijk verdwijnen. Daarmee kunnen de sportoriëntatielessen een goede brug slaan tussen het (bewegings)onderwijs en de jeugdsport.

In het praktijkkatern vindt u een uitgewerkt voorbeeld van de onlangs verschenen lessenmap softbal.

### LITERATUUR

*Binnenschools en buitenschools leren*, discussienota, C. Mooij, C. Hazelebach, E. Luijpers e.a. 2006), SLO, NOC\*NSF, KVLO, NISB. [www.slo.nl](http://www.slo.nl)

*Wat maakt sport en bewegingsonderwijs leuk*, Paul de Knop (LO 13 1998)

*Aan bewegingsonderwijs georiënteerde sport voor jonge beginners*, H. v.d. Palen (LO 4 1998)

*Leren bewegen en sporten in het basisonderwijs*, C. Mooij en C. Hazelebach (LO maart 2003)

*Perspectieven op bewegen*, (2005), M. v.Berkel e.a., uitgave 't Web

Overzicht van verschenen sportkennismakingsmappen:

SLO in samenwerking met sportbonden en NOC\*NSF

- *Kennismaken met korfbal*, incl. cd-rom; auteurs: K. Vlietstra, R. Lof, C. Hazelebach, C. Mooij, 2004; [www.knkv.nl](http://www.knkv.nl)
- *Kennismaken met handbal*, incl. cd-rom; auteurs: H. Groener, C. Hazelebach, G. Houdijk, C. Mooij, N. de Wit, 2005; [www.nhv.nl](http://www.nhv.nl)
- *Kennismaken met basketbal*, incl. cd-rom; auteurs: M. Gaddellaa, C. Hazelebach, C. Mooij, 2006; [www.basketball.nl](http://www.basketball.nl)
- *Kennismaken met judo*, incl. cd-rom; auteurs: B. van den Broek, C. Hazelebach, F. Rikkink, Y. Lotens, C. Mooij, 2007; [www.jbn.nl](http://www.jbn.nl)
- *Kennismaken met fietssport*, incl. dvd; auteurs: M. Honig, J. de Doelder, C. Hazelebach, N. Voogt, C. Mooij, 2007; [www.knww.nl](http://www.knww.nl)
- *Kennismaken met badminton*, incl. dvd; auteurs: P. Rip, M. van Tubergen Lotgering, C. Hazelebach, C. Mooij, 2007; [www.badminton.nl](http://www.badminton.nl)
- *Kennismaken met klimsport*, incl. cd-rom; auteurs: F. Melskens, D. Eisenga, J. Houben, C. Hazelebach, C. Mooij e.a., 2007; [www.knbv.nl](http://www.knbv.nl)
- *Kennismaken met volleybal*, incl. dvd; auteurs: W. Nijland, F. Kramer, C. Hazelebach, C. Mooij, 2008; [www.volleybal.nl](http://www.volleybal.nl)
- *Kennismaken met honkbal en softbal*, Incl. dvd; auteurs: J. Postma, C. Hazelebach, C. Mooij, 2008; [www.knbsb.nl](http://www.knbsb.nl)

In 2008 verschijnen nog lesmappen met sportkennismakingslessen over hockey en de Frisbeesport.

Correspondentie: [C.Mooij@slo.nl](mailto:C.Mooij@slo.nl)