

T



BETER DEELNEMEN AAN BEWEGINGSCULTUUR

Het basisdocument bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs wil vaksecties bewegingsonderwijs houvast bieden bij de inrichting van hun onderwijs. Het wil bovendien buitenschoolse partners duidelijk maken wat er wel en niet van het bewegingsonderwijs mag worden verwacht. Dat vraagt om een heldere formulering van de uitgangspunten die eraan ten grondslag liggen.

Het vakconcept, in kort bestek. *Door: Harry Stegeman*

In het bewegingsonderwijs gaat het erom leerlingen (meer) bekwaam te maken voor deelname aan de bewegingscultuur. Ik ga hieronder heel kort in op het belang van die deelname. Voor een wat uitgebreider exposé verwijs ik graag naar mijn bijdrage in de vorige *Lichamelijke Opvoeding (no 1)*. Vervolgens is er aandacht voor een ook niet onbelangrijke kwestie: gaat het in het bewegingsonderwijs eigenlijk niet om meer dan bekwaam maken voor deelname aan de bewegingscultuur alleen? En ten slotte: omdat het hier om leerlingen in de onderbouw van het voortgezet onderwijs gaat, zullen er specifieke accenten moeten worden gelegd. Welke?

DEELNAME AAN DE BEWEGINGSCULTUUR
Meer bekwaam maken voor deelname aan de bewegingscultuur vraagt om een paar heldere standpunten.

Wat is de bewegingscultuur?

We willen onze leerlingen (nader) inleiden in de bewegingscultuur. Heel globaal zou je kunnen zeggen dat het in de bewegingscultuur handelt om activiteiten waarbij het bewegen dominant is, of waarin het bewegen gethematiseerd wordt. Deelnemen aan de bewegingscultuur is niet alleen iets 'voor later'. De leerlingen nemen al deel op school en daarbuiten en leren via die deelname een zelfstandige bijdrage te leveren.

Waarom deelnemen?

Er wordt doorgaans een onderscheid gemaakt tussen de betekenis voor het indivi-

du en die voor de samenleving. De individuele drijfveren om sport te beoefenen of fysiek actief te zijn, verschillen: plezier hebben, de bekwaamheid vergroten, een prestatie leveren, de gezondheid en/of fitheid verbeteren, contacten leggen.

Een mogelijke maatschappelijke betekenis van deelname aan bewegingscultuur: helpen 'de boel bij elkaar te houden'. Een onmiskenbare is het effect op de volksgezondheid: als je de gezondheidsrisico's (blessures) en de gezondheidsbijdragen van sport tegen elkaar afweegt, blijkt dat sport - ook in economische termen - een positieve gezondheidswaarde voor de samenleving heeft.

Hoe deelnemen?

Wat willen we met elkaar bereiken?

Deelnemers aan de bewegingscultuur moeten, willen ze *blijvend* deelnemen, over een breed en wendbaar bewegingsrepertoire beschikken en grondprincipes kennen, die in een reeks van overeenkomstige bewegingssituaties toepasbaar zijn. *Plezier* hebben in bewegen is voorwaarde voor *blijvende* deelname op eigen wijze en samen met anderen. Maar de ervaring van het kunnen en het gevoel voldoende competent te zijn, zijn bepalend voor het plezier op langere termijn. Dit competent zijn wordt bepaald door aandacht voor een *perspectiefrijke* (afgestemd op persoonlijke sportvraag), *zelfstandige* (meervoudige deelname bekwaamheid) en *verantwoorde* (qua gezondheid en normen en waarden) deelname aan de bewegingscultuur.

Wanneer bekwaam?

Wie aan bewegingssituaties deelneemt, komt verschillende typen 'uitdagingen' tegen.

Om te beginnen zijn er de uitdagingen die met de bewegingsopgave op zich te maken hebben: de bal moet worden afgespeeld, de helling moet worden afgedaald, de lat moet worden gepasseerd... Deelnemen aan bewegingssituaties vraagt om een zekere *bewegingsbekwaamheid*.

Dan zijn er de uitdagingen die te maken hebben met het regelen van de bewegingssituaties: het veld moet worden uitgezet, de tijd opgenomen, de overtreding gefloten, de aanwijzingen gegeven... Deelnemen aan bewegingssituaties vraagt om enige *regelbekwaamheid*.

Een derde type uitdagingen heeft te maken met het gegeven dat er in de regel samen en/of onder het oog van anderen wordt bewogen. Deelname aan bewegingssituaties vraagt dus om bewegingsspecifieke *sociale bekwaamheid*.

Een vierde type uitdagingen gaat over kennis en inzicht: je moet weten waar je moet lopen, waar en hoe je de bal moet spelen, hoe je tot regelaanpassingen kunt komen, hoe lichamelijke inspanning en gezondheid samenhangen, hoe je uit het sportaanbod een verstandige keuze kunt maken... Deelname aan bewegingssituaties vraagt ook om *kennis over en inzicht in bewegingssituaties en zelfkennis*.

OPDRACHT VOOR DE SCHOOL

Er is ontegenzeggelijk ook een taak voor de school, meer in het bijzonder voor het bewegingsonderwijs, weggelegd. Immers, het bewegingsonderwijs:

- wordt door goed opgeleide leerkrachten verzorgd, die in staat zijn de voor adequate deelname aan de bewegingscultuur vereiste competenties bij te brengen
- stelt de sportervaringen die buiten de school worden opgedaan bij en vult deze aan
- leert jongeren een manier van omgaan met de eigen lichamelijke en bewegingscultuur te vinden, die ook op latere leeftijd van belang is
- bereikt alle jongeren en volgt ze tot minimaal het zestiende levensjaar in hun bewegingsontwikkeling
- mikt op actief en zelfstandig leren; de leerprocessen zijn gericht op het verwerven van bekwaamheden en kennis
- biedt een adequaat pedagogisch klimaat: het onderwijs vindt op een systematische wijze plaats, planmatig en aangepast aan individuele behoeften en mogelijkheden.

DOELSTELLING VAN BEWEGINGSONDERWIJS

Wat moet het vak uiteindelijk bewerkstelligen? Een breed aanvaarde omschrijving van de algemene doelstelling van het bewegingsonderwijs is de volgende:

het bewegingsonderwijs is erop gericht de leerlingen bekwaam te maken voor zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur.

De toelichting kan, na wat hierboven (en in mijn bijdrage in LO 1) is gezegd, kort zijn. We zagen daar dat er aan de bekwaamheid voor deelname vier aspecten kunnen worden onderscheiden: wie aan de bewegingscultuur deelneemt, moet kunnen bewegen, moet bewegen kunnen regelen, moet samen met anderen kunnen bewegen en moet kennis over en inzicht in bewegen en bewegingssituaties (en zichzelf) hebben. We constateerden ook dat het van belang is dat er zelfstandig en verantwoord wordt deelgenomen en dat er wordt beschikt over competenties die het mogelijk maken om blijvend en met perspectief te participeren. Het is aan de school om daarvoor zorg te dragen.

BEWEGINGSONDERWIJS EN ALGEMENE SCHOOLDOELESTELLINGEN

Gaat het in het bewegingsonderwijs niet om meer dan 'bekwaam maken voor deelname aan de bewegingscultuur' alleen? Reiken de effecten van bewegen en sport op school niet verder? Zonder enige twijfel. Het vak zal om te beginnen vast en zeker een bijdrage leveren aan de lichamelijke ontwikkeling en de gezondheid. Ook kan er vanuit het bewegingsonderwijs worden meegewerkt aan vakoverstijgende projecten en thema's voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs.

Het bewegingsonderwijs wordt verder geacht, net als alle andere vak- en leergebieden, bij te dragen aan het realiseren van algemene schooldoelstellingen. Je kunt daarbij denken aan het ontwikkelen van algemene sociale en communicatieve vaardigheden en van algemene leer- en ontwikkelbekwaamheid. En voorts aan het overdragen van algemeen aanvaarde normen en waarden, het adequaat leren omgaan met regels en procedures, het vergroten van het zelfvertrouwen en het ontwikkelen van een eigen identiteit of aan het realiseren van een gezonde leefstijl. Ook dat is van belang in de onderbouw van het voortgezet onderwijs.

Die bijdragen worden vanuit alle vakken 'werkende weg' geleverd. Het gaat hier in essentie om taken die aan het leraar-

HET VAKCONCEPT VAN HET BASISDOCUMENT ONDERBOUW VOORTGEZET ONDERWIJS

schap als zodanig zijn gekoppeld. Ze zijn niet specifiek voor één vak, hoewel het bewegingsonderwijs op onderdelen veel en betere kansen en mogelijkheden biedt, bijvoorbeeld als het gaat om het ontwikkelen van samenwerkingsvaardigheden of een gezonde leefstijl. Het bewegingsonderwijs heeft die bijzondere mogelijkheden met zekerheid ook als het om het creëren van een goed schoolklimaat gaat.

ONDERBOUW

Het betoog hierboven geldt voor het bewegingsonderwijs in zijn algemeenheid. Maar we hebben hier te maken met de onderbouw van het voortgezet onderwijs en dat betekent dat er specifieke accenten moeten worden gelegd.

Karakteristiek van het onderwijs in de onderbouw

De onderbouw combineert het funderende karakter van het basisonderwijs met het oriënterende karakter van de eerste fase van het voortgezet onderwijs. Inhoudelijk gaat het om basiskennis en -bekwaamheden die de samenleving voor alle leerlingen van belang acht voor adequaat maatschappelijk functioneren, nu en later. Die inhoud is vastgelegd in de kerndoelen voor de onderbouw.

Het onderwijs in de onderbouw wil recht doen aan de ontwikkelingsfase van kinderen in de leeftijd van 12 tot 14 jaar, door hen te helpen hun wereld te begrijpen en uit te breiden, hen te

leren omgaan met verschillen tussen individuen en groepen mensen, en door hen in staat te stellen in toenemende mate zelf sturing te geven aan hun leren en zelf verantwoordelijkheid te nemen. Dat leidt tot de volgende algemene karakteristiek van het onderwijs in de onderbouw¹.

De leerling leert actief en in toenemende mate zelfstandig

Recente inzichten in hoe kinderen leren, maken duidelijk dat actief en zelfstandig leren een hoger rendement oplevert dan passief en 'consumptief' leren. Daarnaast komt het tegemoet aan de behoefte aan zelfstandigheid van kinderen in deze ontwikkelingsfase. Om actief en zelfstandig leren mogelijk te maken, is 'leren leren' een wezenlijk onderdeel van het onderwijs.

De leerling leert samen met anderen

Ook hier speelt de rendementsgedachte een rol, maar het samen leren en werken biedt tevens mogelijkheden tot het ontwikkelen en uitbreiden van sociale en communicatieve vaardigheden. Daarnaast kan het leiden tot reële oefensituaties in het leren erkennen van en leren omgaan met verschillen tussen mensen.



De leerling oriënteert zich

Het oriënterende karakter van de onderbouw betekent onder andere dat leerlingen zicht krijgen op de mogelijkheden voor hun verdere (school)loopbaan, op de kenmerken van verschillende soorten arbeid en op de samenleving waarin zij leven. Daartoe hoort ook de oriëntatie op waarden, normen en opvattingen in onze maatschappij. Onderwijs met een oriënterend karakter impliceert dat leerlingen leren keuzes te maken uit de mogelijkheden die zij door hun oriëntatie ontdekken. Zij toetsen deze mogelijkheden aan de eigen interesses en ambities.

De leerling leert in een uitdagende, veilige en gezonde leeromgeving

Leerlingen van 12 tot 14 jaar verkennen mogelijkheden en grenzen van zichzelf en anderen. Ze zoeken daarin ook uitdagingen en risico's. Hun leeromgeving moet daaraan tegemoetkomen en tegelijkertijd voor veiligheid zorgen: een klimaat dat prikkelt tot leren; contexten die realistisch en herkenbaar zijn; een sfeer waarin fouten gemaakt mogen worden; conflicten die opgelost worden door met elkaar te praten en naar elkaar te luisteren, en waarin gezond en verantwoordelijk gedrag wordt gestimuleerd.

De leerling leert in een doorlopende leerlijn

Onderwijs in de onderbouw wordt gekenmerkt door de zorg

voor een doorlopende leerlijn, over de breuken binnen het stelsel heen: van primair naar voortgezet onderwijs en van onderbouw naar bovenbouw. Dat hoeft niet altijd te betekenen dat de verschillen zo klein mogelijk worden gemaakt. Duidelijke overgangen bieden de leerling ook sterke mogelijkheden tot bewust ervaren van groei. Onderwijs en begeleiding moeten erop gericht zijn de leerling zo goed mogelijk over de breuklijnen heen te helpen en de groei-ervaring voor elke leerling tot een positieve te maken.

Ieder op zijn eigen manier

De hierboven geschetste karakteristiek geldt onverkort voor het leergebied Bewegen en sport, vanzelfsprekend met een specifieke inkleuring. Typisch voor Bewegen en sport is wel, dat de prestaties daar voor iedereen direct zichtbaar zijn. Dat maakt leerlingen kwetsbaar. Het is daarom in deze leeftijdsfase belangrijk dat ze kansen krijgen hun mogelijkheden in een veilige omgeving te verkennen en leren hun zelfvertrouwen aangaande hun bewegingsmogelijkheden verder te ontwikkelen en te benutten. Respectvol omgaan met verschillen in belangstelling, begaafdheid en tempo vraagt voortdurend om flexibiliteit en om uitdagende en aansprekende bewegingsituaties.

Aansluiten bij de bewegingservaringen uit de basisschoolperiode is daarbij essentieel. Je zou kunnen zeggen dat kinderen en jongeren in relatie tot bewegen en deelname aan de bewegingscultuur gedurende hun schoolloopbaan grofweg de volgende leerroute afleggen: (1) de basisvormen van bewegen leren, (2) verbreden en verdiepen van bewegingsmogelijkheden, (3) verwerven van deelnamemogelijkheden in bestaande bewegingsculturele activiteiten en verbanden, (4) in toenemende mate eigen verantwoordelijkheid nemen voor het bewegingsleven, (5) vinden van eigen bewegingsvoorkeuren en van een eigen weg in het ruime aanbod.

De leerlingen van de onderbouw bevinden zich in hoofdzaak in fase 3 en 4: de onderbouw vormt in wezen het scharnierpunt tussen het leren van de basisvormen van bewegen en het uitbouwen van de eigen bewegingsmogelijkheden (fase 1 en 2) en het uiteindelijk vinden van een eigen voorkeur in het ruime aanbod van sport en bewegen (fase 5).

Kerdoelen

Voor Bewegen en sport zijn daartoe zes kerndoelen vastgesteld. In de eerste drie gaat het om een brede oriëntatie op verschillende soorten bewegingsactiviteiten en daarbinnen om het verkennen en uitbreiden van de eigen mogelijkheden. Omdat leren bij Bewegen en sport bij uitstek samenwerking vereist, zijn daarvoor twee afzonderlijke kerndoelen opgenomen. Het laatste kerndoel legt de relatie met gezondheid en welzijn.

Kerdoelen Bewegen en sport

1. De leerling leert zich mede met het oog op buitenschoolse beoefening te oriënteren op veel verschillende bewegingsactiviteiten uit gevarieerde gebieden als spel, turnen, atletiek, bewegen op muziek, zelfverdediging en actuele ont-

wikkelingen in de bewegingscultuur, en daarin de eigen mogelijkheden te verkennen.

2. De leerling leert door middel van uitdagende bewegingssituaties zijn bewegingsrepertoire uit te breiden.
3. De leerling leert de hoofdbeginselen van de bewegingsactiviteiten op eigen niveau toe te passen.
4. De leerling leert tijdens bewegingsactiviteiten sportief te zijn, rekening te houden met de mogelijkheden en voorkeuren van anderen, en respect en zorg te hebben voor elkaar.
5. De leerling leert eenvoudige regelende taken te vervullen die het mogelijk maken, zelfstandig en samen met andere leerlingen bewegingsactiviteiten te beoefenen.
6. De leerling leert de waarde van het bewegen voor gezondheid en welzijn kennen en ervaren.

VERTALING IN LEER- EN ONTWIKKELLIJNEN

In de onderbouw moet, samenvattend, een brede basis worden gelegd door een oriëntatie op een scala aan bestaande bewegingsculturele activiteiten, met uitdrukkelijke aandacht voor individuele verschillen, voor zelfstandig regelen, voor het leggen van een basis voor verantwoord en beargumenteerd leren kiezen en voor het ervaren van de gezondheidswaarde van bewegen en sport. Het karakter van het bewegingsonderwijs in de onderbouw van het voortgezet onderwijs is daarmee sterk oriënterend op wat nodig is voor deelname aan de bewegingscultuur.

Leerlingen ervaren wat ze kunnen en verbeteren zich, ze leren hoe de bewegingscultuur in elkaar steekt en hoe die geregeld kan worden, ze zien wat er komt kijken bij samen bewegen en bij beter leren bewegen en verantwoord bewegen en ze ervaren waar hun eigen voorkeuren en ambities liggen, als voorbereiding op het zelf actief kiezen in de tweede fase. In de onderbouw gaat het daarbij vooral nog om het 'openen' van het bewust ervaren en zeker ook om het 'beleven' van het bewegen (wat doet het met me, waar wil ik mee verder?).

VIER SLEUTELS

Er is in het basisdocument voor gekozen om leer- en ontwikkellijnen te ordenen in vier groepen, naar vier 'sleutels' die de leerlingen toegang moeten geven tot blijvende, perspectiefrijke, zelfstandige en verantwoorde deelname aan bewegingscultuur.

Bewegen verbeteren

De leerlingen moeten zich uit een breed scala aan bewegingsactiviteiten een zeker bewegingsrepertoire eigen maken. 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.

Er is aandacht voor de bekende activiteitsgebieden spelen, turnen, atletiek, bewegen op muziek, zelfverdediging, maar ook voor zwemmen en voor een aantal voorbeelden van nieuwere of extra activiteiten, zoals kanoën, schaatsen of golf. Uitgangspunt is steeds, dat leerlingen leren bewegend rekening te houden met de anderen en dat kennis en inzicht als noodzakelijke voorwaarden worden meegenomen.

Bewegen regelen

De leerlingen moeten zich ook oriënteren op een aantal regelende aspecten. We onderscheiden in dit basisdocument: inrichten, hulpverlening, coachen/begeleiden, scheidsrechteren/jurieren, organiseren en ontwerpen.

Gezond bewegen

De leerlingen moeten leren veilig te bewegen en plezier te hebben aan het zich inspannen bij bewegen. Ze moeten ook leren hoe ze door bewegen fitter kunnen worden.

Bewegen beleven

Bewegen beleven is een sleutel van een wat andere orde. 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 van uit. 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.

De leerlijnen binnen 'bewegen verbeteren' hebben *meer* het karakter van leerlijnen, die voor 'bewegen regelen' en 'gezond bewegen' *meer* van ontwikkellijnen, hoewel het eerder om een gradueel dan om een principiële verschil gaat. Bij 'bewegen beleven' gaat het om een ontwikkelings*resultaat*, meer dan om een ontwikkel*lijn*.

In het basisdocument worden geen aparte leerlijnen voor kennis en inzicht beschreven. Kennis en inzicht zijn 'gereedschappen'. Uit het handelen van leerlingen blijkt wel in welke mate zij kennis en inzicht hebben verworven.

Noot

¹ De Taakgroep Vernieuwing Basisvorming geeft in een bijlage bij haar eindrapport *Beweging in de onderbouw* (2004) een algemene karakteristiek. Het volgende tekstgedeelte is daarop gebaseerd.

