

EN VERDER



STUDENT SPORTHOGESCHOOL ZET VMBO-PROJECT OP

In het vierde studiejaar van de opleiding 'docent lichamelijke opvoeding' van Fontys Sporthogeschool te Tilburg dienen studenten een project te realiseren, waarin kennis en vaardigheden opgedaan in de studie worden geïntegreerd.

In dit artikel volgt een beschrijving van een project waarbij de maatschappelijk relevante thema's Beweging, Gezondheid, Voeding en Fitheid centraal stonden. Mogelijk levert het ideeën of aanknopingspunten voor vergelijkbare projecten.

Door: Maartje Pecht

INLEIDING

De omvang van zo'n project is naar keuze 7 of 14 studiepunten en de student is eveneens vrij in de onderwerpskeuze (onder voorwaarde dat het projectidee wordt goedgekeurd door de opleiding). Op het einde van het project dient er een rapport te worden gemaakt en een presentatie te worden gehouden. Een project moet voor de student uiteraard voor 'leerwinst' zorgen, maar voor de opdrachtgever (de instelling waar het project wordt uitgevoerd) ook concreet iets opleveren.

De doelstelling van dit project was jongeren (derdeklas vmbo-bbl) meer bewust te maken van de begrippen: calorie-inname (voeding en drank) en calorieverbruik (bewegen en sporten). Voorop stond bovendien dat deze doelstelling multidisciplinair moest worden benaderd door middel van het integreren van verschillende schoolvakken. Hiertoe werd een project opgezet op het Hub van Doorne College, deelschool van de Instelling Voortgezet Onderwijs Deurne. Als concrete producten moesten worden opgeleverd een schriftelijk rapport, een draaiboek en een presentatie van workshops op cd-rom.

DOELSTELLINGEN

De doelstellingen van het project werden als volgt geconcretiseerd:

Hoofddoelstelling

- Jongeren bewust maken van gezonde voeding en lichamelijke fitheid. Het op een zelfstandige manier laten werken bij verschillende schoolvakken die de thema's fitheid, gezondheid, voeding, BMI en bewegen behandelen (vakintegratie).

Subdoelstellingen

- Leerlingen uit klas 3 per tweetal, zelfstandig laten werken aan de opdrachten die te maken hebben met het project.
- Leerlingen uit klas 3 aan de hand van de opdrachten meer bewust laten worden van hun eigen gezondheid en lichamelijke fitheid.
- Leerlingen uit klas 3 leren hoe ze hun calorie-inname (voe-

In deze ruimte vond het project plaats



FOTO: MAARTJE PECHT

FOTO: MAARTJE PECHT





FOTO: MAARTJE PECHT

Verwerken gegevens



FOTO: MAARTJE PECHT

Actief op de stepper

ding en drank) en calorieverbruik (bewegen/sporten) op elkaar kunnen afstemmen.

HET PROJECT

In januari 2006 is vanuit de vaksectie LO van het Hub van Doorne College te Deurne het voorstel gedaan om een project op te zetten dat te maken had met de vakken lichamelijke opvoeding en wiskunde. In november 2006 is in overleg met docenten van de vakken handel & verkoop en biologie afgesproken dat ook deze vakken deelnemen aan het project.

Vervolgens zijn in overleg met de docenten van de genoemde vakken opdrachten gemaakt voor de leerlingen die het project gaan doorlopen. Ook heeft een aantal leerlingen meegeholpen aan de realisatie van het project. Zij hebben het speciaal hiervoor beschikbaar gestelde projectlokaal aangekleed en ingericht. Ook hebben zij een logo, folders en gebruikerspasjes ontworpen, en de naam voor het project bedacht, namelijk 'Project Hub's Steps'.

In het projectlokaal zijn twee stepapparaten neergezet. Rondom deze stepapparaten moesten de leerlingen die het project doorliepen een aantal opdrachten uitvoeren. Zij deden dit in tweetallen, zonder hulp van een docent. Op de stepapparaten moesten de leerlingen twee keer zes minuten steppen. Om de minuut moesten de leerlingen hartslag, calorieverbruik, de afstand en het niveau van de inspanning opschrijven.

De eerste keer stepten de leerlingen daarbij de hele tijd op niveau 6. Als ze voor de tweede keer gingen steppen, begonnen ze de eerste minuut op niveau 6 en mochten ze daarna elke minuut het niveau verhogen. Als beide leerlingen twee keer hadden gestept, konden ze verdergaan met de vervolgoopdrachten, zoals het uitrekenen van hun BMI en van de calorie-inname van het ontbijt dat ze die dag hadden genuttigd. Deze gegevens moesten de leerlingen onder andere verwerken in grafieken en tabellen voor het vak wiskunde.

De gebruikerpasjes, die speciaal waren ontworpen voor het

project, werden gebruikt als toegangsbewijs voor het projectlokaal. Doordat elke leerling een gebruikerspasje meekreeg, konden bijvoorbeeld willekeurige docenten controleren of een leerling zich daadwerkelijk in het projectlokaal mocht bevinden. Tevens kregen leerlingen met de pasjes toegang tot de voor het project benodigde computer, televisie, dvd en de stepapparaten.

Als het project helemaal door de leerlingen was doorlopen, werd het beoordeeld met een individueel cijfer.

ERVARINGEN

Over het project 'Vakintegratie en zelfstandig werken' waren zowel de betrokken docenten als leerlingen van het Hub van Doorne College te Deurne zeer positief. De verwachting is dat steeds meer vakken zullen integreren in het project met de bestaande vakken lichamelijke opvoeding, wiskunde, handel & verkoop en biologie. Het PTA van het vak wiskunde gaat in de toekomst het project als onderdeel opnemen. De leerlingen kunnen dan vervolgens het project gebruiken als onderdeel van een schoolexamen. Om dit te vergemakkelijken zal er een Excel-programma komen waarin de wiskundeopdrachten worden uitgelegd en worden beschreven. Het project bleek in deze vorm een krachtige leeromgeving voor het zelfontdekkend leren.

Maartje Pecht is vierdejaars studente op de Fontys Sporthogeschool

Correspondenten: m.pecht@student.fontys.nl

