



# ACTIEF LEREN DOOR ROLWISSE- LEND BEWEGINGSONDERWIJS

Langzamerhand krijgen de 'gymuurtjes' binnen het algehele basisonderwijscurriculum een prominentere plek. Dit komt niet alleen door een groeiende vraag naar meer bewegingsvolle onderwijsmomenten, maar ook doordat wij steeds beter in de vingers krijgen hoe betekenisvolle onderwijsleersituaties te ontwerpen. Inmiddels wordt op steeds meer scholen gestreefd naar het vergroten van een meervoudige, life-time bewegings- en sportbekwaamheid, waarbij de persoonlijke vorming meer naast de lichamelijke ontplooiing is komen te staan. Het voor u liggend artikel biedt de beschrijving van een sociaal en cognitief activerend lesprogramma om deze tendens door te trekken.

**Door: Roelof Dolfijn**

## WIE WEET HET BESTE WAT EEN KLAS BEWEEGT?

Onderwijsgeevenden binnen ons werkveld hebben voor ogen dat kinderen nu en later, óók zonder 'stok achter de deur', in beweging komen. Dit streven heeft de grootste kans van slagen wanneer kinderen goede en dus blijvende herinneringen hebben aan hun gymlessen. Voorwaarde om bij kinderen een plezierig gymverleden te realiseren is om de inhoud van de lessen nauwgezet aan te laten sluiten op de belevingswereld van het kind en met een gevarieerd en verdiepend lesaanbod te werken. Kortom, kinderen moeten binnen een, op hun lijf

## ACTIEF LEREN

'Onderwijs dat leerlingen weet te motiveren is activerend. Leerlingen motiveren tot leren is onderwijs, waarin de docent grote interesse toont in 'wat, hoe en waarom' een leerling leert. Het onderwijs vereist op de persoon gericht maatwerk en is in dat geval (leer)procesgericht' (Timmers, 2005). De twee belangrijkste mikpunten van actief leren zijn: (1) een breder, motorisch, sociaal en cognitief leren én (2) een meer gewild en zelfgestuurd leren, ontwikkelen. De leerling is daarbij (weer) meer centraal komen te staan. Leerlingen krijgen,

## To teach is to learn twice (Bell, 1797)

geschreven, afwisselend lesprogramma het gevoel hebben écht iets te leren. In dit artikel is een globaal lesprogramma uiteengezet waarvan de inhoud grotendeels wordt ingevuld door de leerling zelf. Immers, wie weten beter wat een klas leuk vindt, dan de kinderen uit deze klas. Op die manier kun je vanuit de kern op de gedachtewereld van kinderen aansluiten en brengt het vrijwel vanzelf variatie met zich mee. Echter, om tot volwaardig leren te komen zul je er als leerkracht in de meeste gevallen nog wel een inzichtverruimende draai moeten geven.

binnen bepaalde kaders, de ruimte om zelf gemotiveerd kennis, inzicht en vaardigheden te verwerven.

De volgende voorwaarden, die in het praktijkdeel als leidraad zijn gebruikt, maken dat bewegingsonderwijs activerend wordt:

- 1 de bewegingsactiviteiten zijn attractief en variabel gekozen
- 2 reeds aanwezige kennis kan door de leerlingen worden ingepast
- 3 de leerlingen ervaren dat ze ruimte krijgen om keuzes te maken

- 4 ze krijgen de tijd om successen te beleven  
5 het is mogelijk om van en met elkaar te leren.

Bij het realiseren van bovenstaande voorwaarden is een uitgelezen rol weggelegd voor de leerkracht. Hij/zij dient bij voortduring te zigzaggen tussen frontaal onderwijs, begeleidend onderwijs en coachend onderwijs, waarbij gaandeweg een geleidelijke overheveling van de verantwoordelijkheden plaatsvindt van de leerkracht naar de leerling.

### ROLWISSELEND BEWEGINGSONDERWIJS

'... rolwisselend onderwijzen, ook wel elkaar onderwijzen genoemd, is een vorm van onderwijs waarin het strategisch leren en het samenwerkend leren centraal staan.' (Aarnoutse, 2000). Binnen ons werkveld en gerelateerd aan het onderhavige thema kenmerkt strategisch leren zich doordat kinderen leren hoe ze bepaalde taken uitvoeren of problemen oplossen. Bij samenwerkend leren wordt uitgegaan van het principe dat leren een sociaal proces is.

Rolwisselend onderwijs is destijds bedacht om leerlingen, in een samenwerkingsvorm, een aantal cognitieve strategieën te leren om het begrijpend leesniveau te vergroten. Voor toepassing binnen de lichamelijke opvoeding is de oorspronkelijke inzet aangepast. Vrij vertaald wordt de definitie van rolwisselend bewegingsonderwijs dan: het van en met elkaar leren van motorische, sociale en cognitieve vaardigheden, met als doel beter zicht te krijgen op wat sporten en bewegen inhoudt.

Bij de methode rolwisselend bewegingsonderwijs neemt een aantal leerlingen, op een afgesproken moment, tijdelijk de plek in van de leerkracht. Meerdere tweetallen worden dan groepsleiders van vier á vijf medeleerlingen. Door de rolverandering kan de dialoog tussen de groepsleiders en de uitvoerende leerlingen, de uitvoerenden onderling en tussen de leerlingen en de leerkracht gericht worden opgestart en geoptimaliseerd. Om het strategisch en sociaal leren mogelijk te maken worden zogenaamde werkpatronen ingezet. Zie figuur 1 en 2.

### UITEENLOPENDE DOELEN

Bij het opzetten van een systeem voor rolwisselend bewegingsonderwijs kun je een groot aantal doelstellingen voor ogen hebben:

- 1 door de rolwisseling kan een verrassende doorbreking van de routine worden nagestreefd. Dit ontstaat onder meer doordat van leerlingen wordt gevraagd dat ze geen 'achteroverleunende', maar een initiatiefrijke rol aannemen.
- 2 samenwerkend leren kan een positieve uitwerking hebben op de sociale verhoudingen en het saamhorigheidsgevoel in de klas. Dit gebeurt doordat leerlingen ook intensief moeten samenwerken met leerlingen die ze normaal gesproken niet zouden 'kiezen'. Zo kunnen ze ervaren dat iedere klasgenoot beschikt over weer andere kennis en vaardigheden die mogelijk voor deze les weer interessant en relevant kunnen zijn.
- 3 je werkt, zij het toevalsgewijs, toe naar een opbouw van een

brede en gevarieerde bewegingservaring. De keuzevrijheid van de groepsleiders (de kinderen die voor het selecte groepje staan) bewerkstelligt namelijk een grote diversiteit in het aanbod. Allerlei sporten en spelen passeren de revue. Te denken valt aan: straatvoetbal, hockey, badminton, ballet, judo, taekwondo, boksen, breakdance, toestelslagbal, ringwerpen, water en vuur, zelfbedachte fantasiespelen, etc.

- 4 kijkend naar de vervangende groepsleiding wordt deze lessenreeks meer een verlengstuk van de overkoepelende leervaardigheden die leerlingen op andere plaatsen binnen school opdoen. De volgende thema's, die de tussen de haakjes aangegeven vragen kunnen oproepen, staan dan voorop:
- voorbereiden en plannen (Wat ga ik doen? Welk materiaal heb ik nodig? Hoe kan ik het snel klaarzetten? Red ik het binnen de opgegeven tijd? etc.)
  - communiceren (Hoe zorg ik ervoor dat eenieder mij verstaat? Hoe leg ik iets uit? Hoe breng ik het zo dat ik eenieiders aandacht heb? etc.)
  - sociaal en emotioneel leren (Durf ik het aan om een gedeelte van de les te verzorgen? Hoe kan ik iemand helpen die het niet zo goed kan? Wat doe ik met iemand die niet oplet? etc.).
- 5 voor sommige leerlingen kan het een hele overwinning zijn om voor de groep een spel uit te leggen en voor te doen. Voor deze leerlingen zijn ook doelen als het vergroten van het zelfvertrouwen en de weerbaarheid van kracht.
- 6 de doelen voor de niet-lesgevers zijn niet veel anders dan bij 'standaard' lessen(reeksen). Het gaat dan om:
- motorisch vaardiger worden
  - sport- en spelkennis uitbreiden
  - het vasthouden of vergroten van het spelplezier en het verleggen van grenzen.
- 7 doelen die er, in tegenstelling tot de meer klassieke gymlessen, nog bijkomen zijn:
- het ontdekken van nieuwe spelen en vormen van bewegen,

### Rol van coach



FOTO: ROELOF DOLFIN

het meehelpen de les op gang te houden zonder al te veel inmenging van de leerkracht en het accepteren van tips en (gezags-)instructies van je klasgenoten.

### PRAKTISCHE INVULLING

#### Voorwaarden

Het praktijkdeel neemt circa vier achtereenvolgende lessen in beslag. De lessen duren een uur. Het is handig, afhankelijk van de groepsgrootte, om de beschikking te hebben over in ieder geval tweederde sporthal (twee aaneengeschakelde gymzalen). N.B.: met enige aanpassing, bijvoorbeeld minder vakken, zijn de lessen ook uit te voeren in een standaard gymzaal en in minder dan een uur. De lessen hebben een vaststaande en herkenbare structuur, namelijk:

- a groepsleiders voor deze les aanwijzen (zichtbaar door bijv. lintje)
- b de niet-lesgevers verdelen over de groepsleiders
- c de werkpatronen herhalen en eventueel groepsdoelen benoemen
- d de vakken startklaar maken
- e de les draaien
- f gezamenlijk opruimen
- g leergesprek.

De leerlingen moeten, het liefst over de jaren heen, al enige ervaring hebben opgedaan met rolwisselend onderwijs. Dit kan bijvoorbeeld door het geven van een warming-up aan een deel van de klas, teamleider zijn van een dansgroepje of de rol van scheidsrechter op zich nemen. Alleen leerlingen uit de groepen vijf, zes, zeven en acht hebben deelgenomen.

#### Vorbereiding

Drie weken voor aanvang van dit project worden de leerlingen ingeleid over de inhoud, doelen en mogelijkheden. De leerkracht vertelt wat van de leerlingen wordt verwacht, maar ook welke begeleiding ze van de leerkracht en klasgenoten kunnen verwachten.

Leerlingen uit één klas mogen zich twee weken voor de start inschrijven. Ze hebben de keuze uit vier vakken: spel, turnen, atletiek en overig. Wanneer vakken niet helemaal vol komen kunnen deze gaten met een volgende ronde inschrijvingen worden opgevuld. Het is in sommige gevallen raadzaam om bepaalde leerlingen niet of juist wel bij elkaar te plaatsen. Hoewel kinderen sterk de neiging hebben zelfstandig te willen opereren is het handig leerlingen als lesgeefduo's in te delen. De lesgeefduo's blijven de gehele les hun groepje (bege)leiden en kunnen dus niet zelf deelnemen aan de activiteiten.

In dezelfde les worden lesbrieven met de werkpatronen aangereikt. Deze handleidingen zorgen voor de nodige verduidelijking, verdieping en mogelijkheid tot controle. De werkpatronen van de groepsleiders en de uitvoerenden zijn van elkaar verschillend (zie resp. figuur 1 en 2). Het is voor beide groepen aan te raden om voor aanvang van de les de werkpatronen, als 'spiekbriefjes', paraat te hebben.

- 1 Hoeveel kinderen zitten er bij ons? 'Komen we nog goed/eerlijk uit voor dit spel?'
- 2 Waar zetten we ze neer? 'Ze moeten geen last hebben van elkaar tijdens de uitleg!'
- 3 Spel uitleggen:
  - a 'Dit spel heet ...'
  - b 'De bedoeling van het spel is dat je ...'
  - c 'Het spel wordt gestart door ...'
  - d 'Het spel stopt door ...'
  - e 'De belangrijkste regels zijn ...'
  - f 'We zullen even een voorbeeld geven ...'
  - g 'Zijn er nog vragen? Nee ... dan gaan we beginnen!'
- 4 Wat doen we als iemand het niet kan? 'Hoe kunnen we hem of haar helpen?'
- 5 Wat doen we als iemand niet luistert? 'Durven we er iets van te zeggen?'
- 6 Gaat de tijd zo snel om? 'We moeten er ook voor zorgen dat we niet te veel of te weinig doen'
- 7 Wat kunnen we doen als niet zo lekker loopt? 'Eerst naar een klasgenoot en dan naar de leraar!'

Figuur 1: werkpatroon groepsleiders

De week voor de aftrap geeft de leerkracht een voorbeeldles volgens het opgegeven werkpatroon. Hierdoor raken leerlingen enigszins bekend met de lesstructuur en de bijkomende opdrachten (elkaar bevragen bij onduidelijkheid, individueel inschatten hoe de activiteit wordt uitgevoerd, reflecteren).

- 1 Wat is het doel van dit spel? 'Op welke manier kan ik of kunnen we punten behalen?'
- 2 Wat zijn de regels? 'Wat mag allemaal niet in dit spel?'
- 3 Wat is er nodig om dit spel goed te spelen? 'Wat moet je goed kunnen wil je veel punten behalen?'
- 4 Waar moet ik op letten? 'Wat ging de vorige keer, toen we ongeveer hetzelfde spel deden, lastig?'
- 5 Wat kun je doen als je het te moeilijk vindt? 'Eerst naar een klasgenoot en dan naar de leraar!'

Figuur 2: werkpatroon deelnemers

#### Uitvoering

Als het goed is - de voorbereidingen zijn ter harte genomen - kun je na een korte inleiding en een slimme opdeling van de groepen en werkplekken, al snel een stap terug doen. Afhankelijk van de effectieve lesgeeftijd kan ervoor gekozen worden om een of meerdere keren van vak te wisselen.

#### Bijstaan

Als leerkracht ben je al snel geneigd om leerlingen te assisteren. Bijvoorbeeld als het gaat om het klaarzetten van het materiaal of op gang houden en uitbreiden van de lesstof. Probeer deze aandrang in te houden. Om de leerlingen op hun zelfstandigheid aan te spreken kun je ze in eerste instantie



verwijzen naar groepsgenoten, voordat ze met problemen naar de leerkracht stappen. Daar waar noodzakelijk kun je de lesgeefduo's, tijdens hun les even bij je roepen om door te nemen hoe het gaat en eventueel voorstellen te doen over hoe de les nog interessanter en spectaculairder te maken.

### Leergesprek

Op overgangsmomenten en/of aan het eind van de les vinden zogenaamde onderwijsleergesprekken plaats. Dit is een belangrijk ingrediënt voor een effectvolle en activerende lessenreeks. Tijdens deze gesprekken focust de leerkracht zich, door het stellen van vragen - bijvoorbeeld naar aanleiding van de lesbrieven - op het ontwikkelen van het denken over bewegen en de nodige randvoorwaarden. De centrale vraag hierbij is: hoe kunnen we een les voor iedereen nog leuker en waardevoller maken?

### Een aantal ervaringen

- De kracht van elkaar onderwijzen zit voor de lesgever hoofdzakelijk in de rolverandering van iemand die de les ondergaat naar iemand die de les inhoud en richting moet geven. Het spreekt kinderen uit de groepen vijf tot en met acht van het primair onderwijs ontzettend aan wanneer je ze medeverantwoordelijk maakt voor het doen slagen van de gymles. Al in de voorbereidingsfase laten leerlingen middels hun verhoogde aandachtigheid doorschemeren dat ze het spannend en interessant vinden.
- Ten opzichte van de bewegingslessen zonder onderling lesgeefstelsel, is opvallend hoe betrokken niet-lesgevers zijn. Het lijkt alsof deze onderwijsvorm ook bij de deelnemers verantwoording losmaakt, alhoewel de nieuwigheid en het feit dat de leerkracht meer tijd heeft gekregen om de klas sfeer en het gedrag van de leerlingen aan te sturen ook een belangrijke rol zal spelen.
- Rolwisselend bewegingsonderwijs brengt het sportverenigingsgebeuren dicht bij het vak lichamelijke opvoeding. Kinderen gaan bijvoorbeeld de warming-up die ze bij hun club aangeboden krijgen ook toepassen wanneer ze zelf voor de groep staan.
- Rolwisselend bewegingsonderwijs brengt ons vak dicht bij zaken die fysiek gezien op school plaatsvinden. Vooral kinderen die niet dagelijks bij elkaar over de vloer komen, gaan er op school mee bezig. Groepsleerkrachten kunnen hier op inspelen door, in de aanloopfase, lestijd in te richten om samen passende activiteiten op te stellen.
- Actief leren heeft inmiddels zijn sporen verdient binnen het (Voortgezet Middelbaar) Beroepsonderwijs. Ervaringen naar aanleiding van dit basisschoolproject laten zien dat op dit terrein veel mogelijk is. Er is een breed palet aan leer mogelijkheden aan te boren.

### Aandachtspunten

- Je kunt ervoor kiezen om elk kind op een eigen wijze voorbereidingen te laten treffen. De ene leerling zal laten merken gebaat te zijn bij een helpende hand, veel structuur en duidelijkheid. Voor deze kinderen is het plezierig om de les



FOTO: ROELOF DOLFJIN

### Overleggen

- brief dichtbij te hebben. Andere kinderen behoeven slechts een korte uitleg en laten ook in de praktijk zien flexibeler met belemmeringen om te gaan. Voor een enkeling geldt dat ze liever niet (alleen) voor de groep staan. Hierbij kan helpen dat ze zich opgeven in lesgeefparen. Geef de meer verlegen kinderen wel een vooraf besproken rol, anders doen ze tijdens de les alsnog een stap terug.
- Maak leerlingen vroegtijdig duidelijk dat ze niet te veel 'uit de kast trekken'. Er is slechts een beperkte hoeveelheid tijd beschikbaar om op te bouwen en klaar te zetten. Daarnaast dien je, ten gunste van de overzichtelijkheid, ook niet te veel activiteiten in een korte tijd te willen doen.
- Praktisch gezien is een klasgebonden lesgeefstelsel het meest geschikt. Hierbij geven kinderen uit één klas les aan elkaar. Desalniettemin zijn ook groepsdoorbrekende lesgeefsystemen denkbaar.

### Literatuur

- Aarnoutse, C., (2003). Lessen in begrijpend lezen in het speciaal onderwijs. *Tijdschrift voor Orthopedagogiek*, 42, 241-252.
- Bell, A. (1797). *An experiment in Education made at Male Asylum of Madras: suggesting a system by which a school or family may teach itself under superintendence of the master or parent*. London: Cadell & Davis.
- Timmers, E. (2005). *Actief leren onderwijs. Activerende didactiek voor gemotiveerd en ontwikkeld leren bewegen en sporten*. Haarlem: De Vrieseborgh.

Correspondentie: [r.dolfijn@vanderreeschool.nl](mailto:r.dolfijn@vanderreeschool.nl)