LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 1

LICHAMELIJKE OPVOEDING

KONINKLIJKE VERENIGING VAN LERAREN LICHAMELIJKE OPVOEDING

Topic: Opvoeding door sport

Afschaffing minimumlessentabel

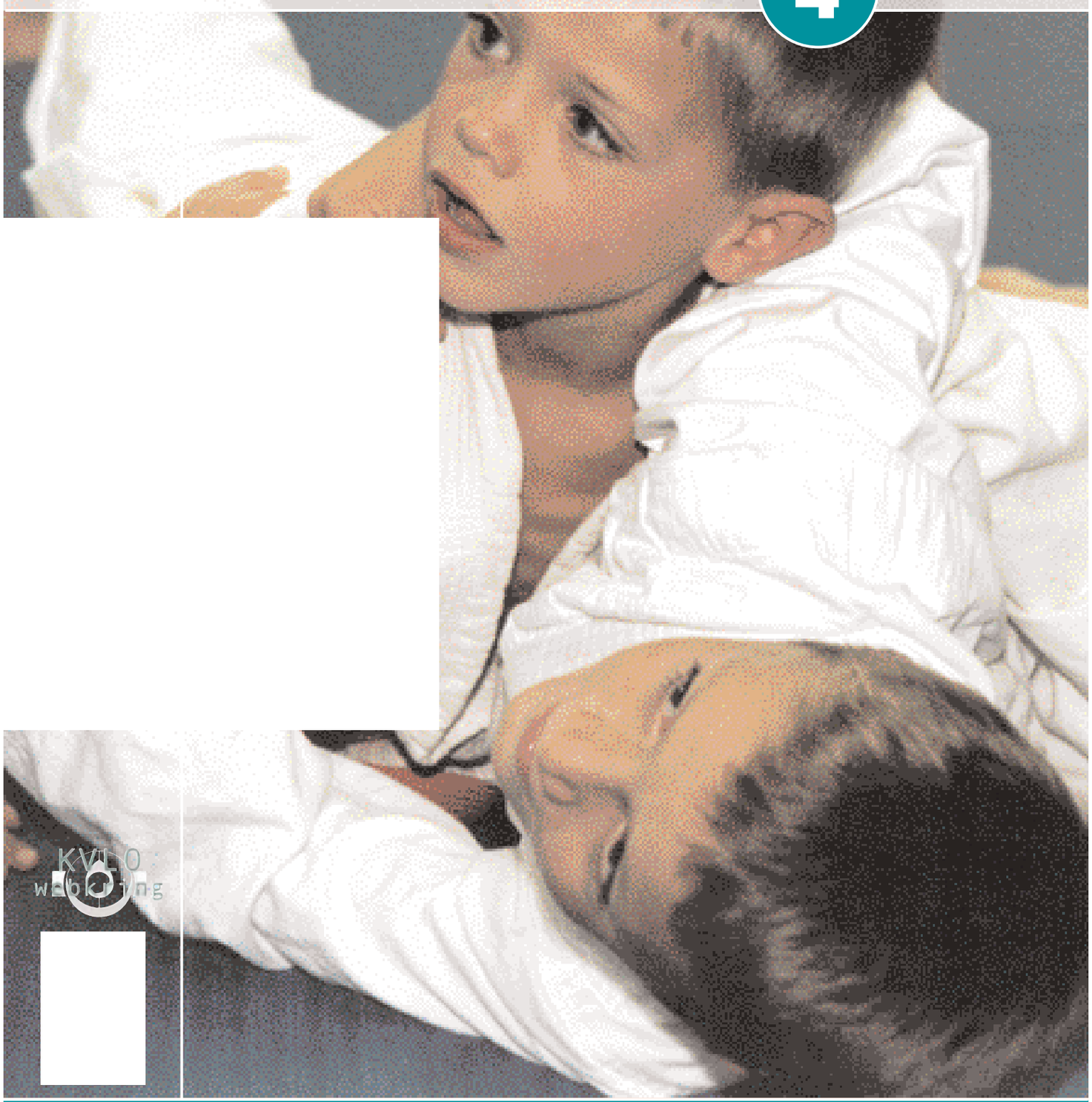
Inschrijven Golftrophy en triatlon

Hoe krijg je mensen in beweging?

Jaargang 93

1 april 2005

4



www.kvlo.nl



ENTRE PRISES
Climbing Walls

EEN KLIMWAND VOOR IEDEREEN

- Grootste leverancier ter wereld
- Ervaring in de bouw van meer dan 3000 klimwanden
- 3-dimensionale wanden, modulaire systemen, hout, kunststof, beton.... alles is mogelijk!
- Klimwanden conform EN 12572
- Klimgrepen conform EN 1176
- Vraag naar onze catalogi en een vrijblijvende offerte.

ENTRE-PRISES NL
Postbus 39 6343 ZG Klimmen

Tel. 043 - 450 6004 info@entre-prises.nl
Fax 043 - 450 6002 www.entre-prises.nl

TRENOMAT SCHEIDINGSWANDEN



De nieuwste generatie zaalscheidingen

Trenomat Acoustic ●

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

TRENOMAT

De Graaf en van Stijn B.V.
Postbus 32
2420 AA Nieuwkoop
Tel: (0172) 57 97 20
Fax: (0172) 57 26 78
www.trenomat.nl
info@trenomat.nl



Verkorte Opleiding Fysiotherapie

Informatieavond

Maandag 18 april 2005, aanvang 19.30 uur

De Hogeschool van Utrecht, afdeling Fysiotherapie, biedt de mogelijkheid aan kandidaten die hun opleiding hebben gestaakt om de studie Fysiotherapie te voltooien. Ook kandidaten met een afgeronde MBO- of Universitaire opleiding welke een duidelijk raakvlak heeft met Fysiotherapie, kunnen deze opleiding volgen.

De vooropleidingen die het best aansluiten zijn:
- propedeuse Fysiotherapie
- propedeuse Lichamelijke Opvoeding
- propedeuse Bewegingswetenschappen
- propedeuse Medicijnen
- diploma HBO-V
- diploma Cesar
- diploma Mensendieck
- propedeuse van een studie met raakvlakken Fysiotherapie (die hierboven niet vermeld staan).

Een groot deel van het compacte studieprogramma wordt gegeven in de avonduren. Het is mogelijk een beperkte verblijving aan te houden.

Faculteit Gezondheidszorg
Bolognalaan 101, 3584 CJ Utrecht

Hogeschool van Utrecht

Meer informatie?
030-236 80 40
www.hvu.nl/studievoorlichting





OMSLAGFOTO: ANITA RIEMERSMA





INHOUD

TOPIC: OPVOEDING DOOR SPORT

In december 2004 is op Papendal het jaar van Opvoeding door Sport afgesloten. Afgekort in het Engels was dat EYES. Ook is bij die gelegenheid een boek uitgegeven met 'best practices'; voorbeelden van hoe daadwerkelijk door sport opvoedende waarden worden overgebracht. In dit kader vindt u nog enkele artikelen in deze LO. Wederom staat de praktijk in het teken van het topic.

6 OPVOEDING DOOR SPORT
Jan Jansssens en Harry Stegeman

10 INLEIDEN IN SPORTCULTUREN
Ivo van Hilvoorde

14 ETHIEK IN BEWEGEN EN SPORT OP SCHOOL
Hilde Bax

21 PRAKTIJK

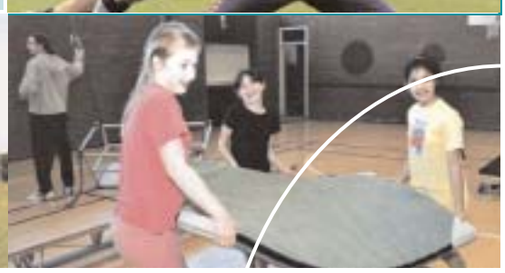
22 RUGBY VOOR DE BASISVORMING 1
Rogier Beliën

25 OPVOEDEN DOOR STOEIEN
Yos Lotens









18 HOE KRIJG JE MENSEN IN BEWEGING?
Vrijwel iedereen kent het belang van bewegen. Toch doen we het te weinig en zijn onder andere daardoor ook nog eens te dik. We kunnen actie ondernemen. In dit artikel wordt duidelijk gemaakt welke soorten actie er ondernomen kunnen worden en wat het meeste effect sorteert.
Lars Borghouts



30 BEWEGEND VAN IETS NAAR...
Als we het hebben over competentiegericht leren, dan kunnen we zeker niet om scholen heen die uitgaan van het Nieuwe Leren. In Amersfoort is dat 'De Amersfoortse Berg'. Een vervolg op het topic in LO 3.
Michel Spittje



OMSLAGFOTO: ANITA RIEMERSMA

RUBRIEKEN Eerste pagina 5/9 Tobsport 39 Afdelingen/Agenda 40 Ter discussie 42 Gelezen 43
Aan de bak in het vak 44 Laatste pagina 46

EN VERDER Doe mee aan de scholentriatlon / Maarten Massink 29 Verkort jaarverslag / Truus van der Gugten 34
De KVLO-NGF trophy / Servé Retera 40

Windesheim

BASISCURSUS MRT 2005-2006

Per september 2005, start opnieuw:

De Calo basiscursus MRT

Aansluitend op je eigen praktijk, wil de cursus ondersteuning bieden in het opzetten en/of uitbouwen van MRT op je eigen school.

Met één bijeenkomst per maand en opdrachten in de eigen praktijk bieden we je de kans om je kennis en ervaring met speciale leerlingenzorg in het bewegingsonderwijs uit te breiden.

Nieuwsgierig?

Werk je in het (S)BO of het (S)VO en is dit net wat je zoekt:
bel of mail voor een informatiepakket!!
Paul Schalkwijk: 038-4699037
Pm.Schalkwijk@Windesheim.nl



het gebeurt op windesheim

KVLO

Dat U veel geld kunt besparen met onze KVLO pakketpolis wist U al

Maar dat U via de pakketpolis ook op vakantie zou kunnen naar Brazilië, dat wist U vast nog niet!

Hoe? Kijk snel op onze vernieuwde website

www.kvlo-verzekeringen.nl

Financieel Advies Centrum verzorgt uw
- Privé verzekeringen
- Ziektekosten
- Hypotheken
- Pensioenen

Bel voor meer informatie: 020-4560088
Financieel Advies Centrum
Postbus 9030
1180 MA Amstelveen
Fax: 020-4412813
E-mail: info@fac.nl

AVÉRO | achmea

Financieel Advies Centrum viert met U het 5 jarig bestaan van de Pakket Polis

Voor alle klanten die aan het eind van dit jaar een Pakket Polis bij ons hebben bpen betekent dat dat U naast de al heel aantrekkelijke premie kortingen ook nog eens meedingt naar een volledig verzorgde vakantie reis naar Brazilië!!

http://www.rtl.nl/(/reizen/yorintravel/)/components/reizen/yorintravel/2002/12_december/stad/salvador.xml

SALVADOR de Bahia Brazilië

Yorin travel besteedde er al meer dan 2 keer aandacht aan Bahia het echte Brazilië, niet het op Spanje lijkende noorden (Forta Leza) of het zeer hektische zuiden (Rio – Sao Paolo).
Maar de ongerepte schoonheid van Bahia.

Kijk voor meer informatie maar eens op de Yorin site.

- De plek waar het Yorin team verblijft ligt zo'n 40 kilometer boven de grote stad Salvador.
- Wordt door een Nederlander geleid en heeft heel veel mogelijkheden naast zalig niets doen.
- Kijk gerust rond op de website.

In december wordt bij onze cliënten onder de bezitters van een pakket polis deze fantastische reis verloot.!



MINISTER WIL AF VAN URENBESCHERMING LO

EERSTE PAGINA

DOOR GERT VAN DRIEL

Uit: Rapport gezondheid en gedrag
'Stimuleer en subsidieer sport en bewegen in de buurt, op het werk en op school. Breid het gymnastiekonderwijs uit met tenminste één uur per week, maar zorg ook dat fysieke activiteit in het dagelijkse schoolritme een grotere plaats krijgt.'

Advies Raad voor de Volksgezondheid en Zorg, 2002

MINISTER WIL AF VAN URENBESCHERMING LO

Vanaf juni 2004 is de KVLO betrokken bij een ambtelijk overleg met het Ministerie van OCW in verband met het beleidsvoornemen van de Minister om in het kader van deregulering de bestaande urenbescherming voor lichamelijke opvoeding uit de wet te schrappen.
Het belangrijkste bezwaar tegen deze urenbescherming volgens het ministerie is dat, bij de huidige besturingsfilosofie, een dergelijk voorschrift niet past in het streven naar minder regels en een grotere autonomie van scholen. Ambtelijke bezwaren richten zich vooral op een vermeende ingewikkeldheid van de regels en op een ontkoppeling van wetgeving voor onderbouw VO en tweedefase. Na overleg met het ministerie leek en oplossing binnen bereik. De regelingen konden worden vereenvoudigd met meer beleidsvrijheid voor scholen en de beschermde status van lichamelijke opvoeding gehandhaafd.
Na bespreking van het resultaat met de Minister bleek deze toch niet bereid om dit op te nemen in voorliggende wetsvoorstellen. Zij blijft bij haar voornemen om bij de behandeling van de wetswijziging in de wet VO, naar aanleiding van de aanpassing van profielen in de tweede fase, artikel 22, derde lid in de Wet op het Voortgezet Onderwijs en artikel 23 in het Inrichtingsbesluit te schrappen. Wanneer de Tweede Kamer akkoord gaat is het aan de school om te bepalen hoeveel beweegtijd leerlingen nog krijgen aangeboden.

DE EFFECTEN

Het afschaffen van het inrichtingsbesluit zal op termijn zeker een aantal ongewenste effecten hebben.

a Laat duidelijk zijn: het vak of leergebied lichamelijke opvoeding wordt niet afgeschaft. Behalve de huidige garantie in uren is er ook sprake van een inhoudelijke borging in termen van kerndoelen en eindtermen. Wel moet worden opgemerkt dat zowel voor de onderbouw als voor de tweede fase ingrijpende globaliseringen zijn aangebracht, waardoor de voorschrijvende werking van deze doelen sterk is verminderd.

b Gezien de wijze waarop het schoolmanagement nu al omgaat met het huidige urenvoorschrift moet ernstig worden gevreesd voor een vermindering van uren lichamelijke opvoeding op veel scholen. Deze huidige pogingen tot urenvermindering worden vaak ingegeven door financiële overwegingen, gebrek aan accommodatie, algemene bezuinigingen op contacttijd of andere prioriteiten in het onderwijs.

c Vermindering van uren lichamelijke opvoeding op een deel van de scholen leidt tot een situatie waarbij de hoeveelheid beweegtijd die leerlingen zal worden aangeboden tussen scholen sterk zal gaan verschillen. Ook in de huidige situatie voldoen veel leerlingen in hun gedrag niet aan de beweegnorm voor gezond bewegen (52% van de leerlingen in het vmbo: onderzoek TNO). Bij een afnemende beweegtijd op school zal het aantal leerlingen dat niet voldoet aan de beweegnorm toenemen.

Vervolg op pagina 9

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

Redactie: Hans Dijkhoff *(eindredacteur)* Jacqueline Tangelder *(redactiemedewerkster)* **Redactieraad:** Harry Stegeman (vz), Hilde Bax, Marianne van Bussel-Schippers, Bert Boetes, Lars Borghouts, Danny van Dijk, Ernst Hart, Maarten Massink, Chris Mooij, Eric Pardon. **Redactieadres:** KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist tel.: 030 6920847, e-mail: redactie@kvlo.nl **Abonnement Lichamelijke Opvoeding:** Jaarabonnement € 55,- (buitenland € 80,-) Losse nummers € 3,- (excl. verzendkosten) **Handelsadvertenties:** Bureau Van Vliet BV, Passage 13-21, Postbus 20, 2040 AA Zandvoort. Tel.: 023 5714745, fax: 023 5717680 e-mail: zandvoort@bureauvanvliet.com www.bureauvanvliet.com **Verschijningsdata 2005:** 21 jan., 11 feb., 11 maart, 1 april, 29 april, 20 mei, 17 juni, 8 juli, 19 aug., 9 sep., 30 sept., 21 okt., 18 nov., 9 dec. **Druk:** Drukkerij Giethoorn Ten Brink, Postbus 41, 7940 AA Meppel. Tel.: 0522 855111. **Vormgeving:** FIZZ new media solutions, Stationsweg 29, 7941 HC Meppel. Tel.: 0522 246162. **DTP:** Jan Ottens, Drukkerij Giethoorn Ten Brink. 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-Schippers, penningmeester e-mail: bestuur@kvlo.nl **De afdeling rechtspositie is dagelijks bereikbaar van 12.30 tot 16.30 uur** Bezoekadres: Zinzendorflaan 9. e-mail: irp@kvlo.nl Ledenadministratie, abonnementen en personeelsadvertenties: KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist. tel.: 030 6920847, fax: 030 6937676 e-mail: ledenadm@kvlo.nl 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 (excl. afdelingscontributie): Op basis van bruto inkomen 2004 meer dan € 15.000, schaal 1: € 145,- € 8000 - € 15.000, schaal 2: € 95,- gepensioneerden, schaal 3: € 57,- minder dan € 8000, schaal 4: € 57,- kandidaatleden, schaal 5: € 30,- **Secretariaat Thomas Groepering:** Drs F. Huijboom, P. Potterstraat 26, 5143 GX Waalwijk, tel.: 0416 333022, e-mail: fred.huijboom@wxs.nl **ISSN-nummer: 0024-2810**

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 6

HANDBOEK GEEFT OVERZICHT VAN GOOD PRACTICES IN EUROPA

OPVOEDING DOOR SPORT

De betekenis van sport, zowel voor het individu als voor de samenleving als geheel, wordt steeds breder erkend. Het feit dat de Europese Unie het jaar 2004 tot *European Year of Education through Sport* uitriep, getuigt hiervan. Sport is meer dan een leuk spel, een spannende wedstrijd, een geslaagde oefening of een nieuw persoonlijk record. Sport is ook een opvoedingspraktijk. In en door de sport worden kennis en vaardigheden verworven en worden waarden en normen overgedragen. Vaak gebeurt dat 'impliciet' en wordt er door betrokkenen niet of nauwelijks bij stilgestaan. Maar soms wordt de sport heel instrumenteel ingezet en worden 'expliciet' bepaalde effecten nagestreefd. ***Door: Jan Janssens & Harry Stegeman***

De Ministeries van VWS en OCW hebben het W.J.H. Mulier Instituut in het kader van het Europese Jaar van Opvoeding door Sport (EYES, 2004) opdracht gegeven om in heel Europa good practices van opvoeding door sport te verzamelen en deze te verwerken in een Engelstalig handboek. Wij (de uitvoerders van deze opdracht) hebben ons ten doel gesteld een boek te maken dat beleidsmakers, en wellicht ook trainers, coaches en opleiders, zou kunnen inspireren om de educatieve waarden van de sport meer en beter te benutten. Daarom hebben we, met medewerking van de Vrije Universiteit Brussel, de NOC*NSF, de KVLO en de Hogeschool Windesheim, good practices verzameld uit zoveel mogelijk verschillende landen en vanuit zoveel mogelijk verschillende invalshoeken. We hebben ons daarbij geconcentreerd op die praktijkvoorbeelden die zich ook echt als good practice bewezen hebben.

OP IDEEËN BRENGEN

Omdat de omstandigheden waarbinnen de opvoedkundige waarden van sport benut en bevorderd kunnen worden binnen Europa sterk uiteenlopen, hebben we ervoor gekozen om de good practices niet in detail maar in grote lijnen te beschrijven. Het boek zou niet het karakter van een handleiding of stappenplan moeten krijgen, het moet de beleidsmakers in de verschillende Europese landen vooral op ideeën brengen. De context waarin de verzamelde kennis en informatie van pas kan komen wijkt immers al gauw te sterk af van de settings waaruit de good practices afkomstig zijn.

De oogst van de Europese inventarisatie is neergeslagen in een 260 pagina's tellende publicatie, die als titel *Education through Sport - An Overview of Good Practices in Europe* heeft meegekregen[1]. Het is op 3 december jl. tijdens de slotconferentie van het Europese Jaar gepresenteerd. In het boek passeert een bonte stoet aan praktijkvoorbeelden de revue: in totaal 43 auteurs, afkomstig uit 18 verschillende landen, beschrijven niet minder dan 37 zeer uiteenlopende good practices. Zij gaan in op de achtergronden en de aanpak, op de ervaringen en de resultaten, maar geven ook tips voor beleidsmakers die aan de slag willen om vergelijkbare projecten op te zetten.

EDUCATIEVE POTENTIE

Aan de beschrijving van de good practices gaat een meer beschouwende inleiding vooraf over het thema opvoeding door sport. Parallel aan de inventarisatie van good practices is namelijk ook een internationaal literatuuronderzoek verricht, waarin de effecten van de sport vanuit opvoedkundig perspectief in kaart zijn gebracht.
Het blijkt dat grofweg wordt onderscheiden tussen drie soorten effecten. Om te beginnen worden natuurlijk de fysieke effecten breed uitgemeten, die op fitheid en gezondheid. Daarnaast wordt gewezen op, noem het maar, de mogelijke mentale effecten, op bijvoorbeeld de persoonlijkheid, het zelfbeeld, het psychisch en sociaal welbevinden en de cognitieve ontwikkeling. En ten slotte is er, in toenemende mate, aandacht voor de mogelijke sociale, of sociaal-maatschappelijke effecten, in de sfeer van de overdracht van normen en waarden, de socio-morele ontwikkeling, het sociaal gedrag en de sociale integratie.
Het boek sluit af met een beknopte analytische slotbeschouwing waarin de theoretische inzichten en de empirische praktijkvoorbeelden met elkaar worden geconfronteerd. Tot slot worden aanbevelingen voor beleidsmakers geformuleerd.

Nadat we op grond van de literatuurstudie al hadden vastgesteld dat het boven elke twijfel verheven is dat de sport opvoedkundige c.q. educatieve mogelijkheden in zich heeft, hebben we deze conclusie na kennisname van de praktijkvoorbeelden nog eens vet onderstreept. De verschillende bijdragen illustreren dat sport een fenomeen is dat voor velerlei doelen inzetbaar is.

VOORBEELDEN

Sport kan worden ingezet in het kader van vredesopbouw in plaatsen die door oorlogsgeweld verscheurd zijn. Dat gebeurt bijvoorbeeld in het Deense project *Open Fun Football Schools* in de Balkan en de Kaukasus. Kinderen van verschillende etnische groepen voetballen daar in gemengde teams onder leiding van coaches en trainers, die elkaar tot voor kort aan de frontlinie beschoten. Sport kan ook veel

betekenen in gebieden waar spanningen bestaan tussen bevolkingsgroepen, zoals de Cypriotische *Trust Games* laten zien. Deze worden wekelijks op een strookje niemandsland in Nicosia gehouden. We zien dat kinderen uit het Griekse en Turkse deel van Cyprus al sportend met elkaar bevriend raken.

Sport kan een brug slaan tussen jongeren die door sociale scheidslijnen verdeeld worden. Dat zien we in het schoolsportproject *Reaching Higher - Bringing Schools Together* waarbij de leerlingen van twee meisjesscholen op Malta betrokken zijn. Dat ook verschillen in etnische herkomst in de sport kunnen worden overbrugd, blijkt bij de ijshockeyclub *Icehearts* in het Finse Vantaa. De coaches verbinden zich gedurende twaalf jaar aan een bepaalde groep kinderen en begeleiden deze sportief én maatschappelijk.

Kinderen met een fysieke en/of verstandelijke beperking kunnen door deelname aan sportactiviteiten met topvoetballers uit hun maatschappelijk isolement treden. Dat gebeurt in de Nederlandse *Sportief Tour*. Kinderen zonder beperkingen kunnen zich via sport inleven in de positie van mensen met fysieke beperkingen. Dat zien we in het Nederlandse *Klas op Wielen* project en het Vlaamse *Sport voor mensen met een beperking*.

Icehearts

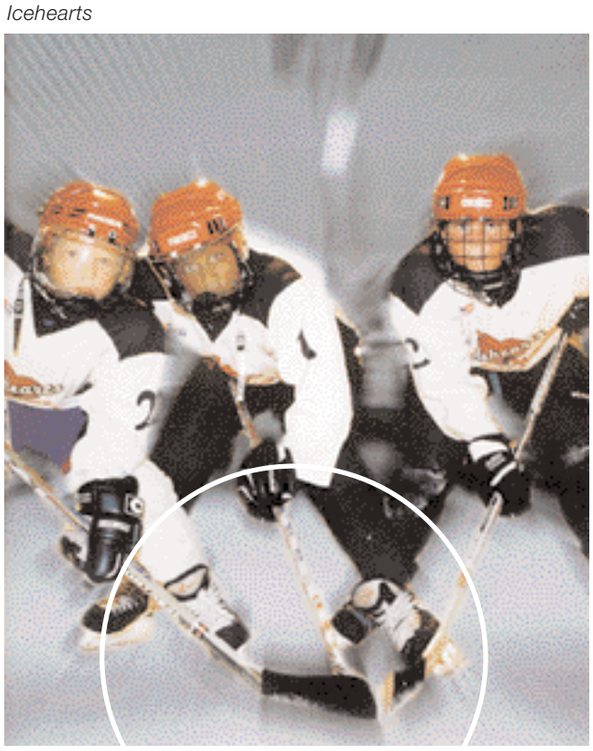


FOTO: EYES

Dat sport een heel probaat middel kan zijn tegen verveling en pestgedrag op het schoolplein, toont het Britse *Zoneparc* project: schoolpleinen worden opnieuw ingericht en kinderen worden gestimuleerd om voor elkaar sport- en spelactiviteiten te organiseren.
Sport kan heel gericht worden ingezet om leerprestaties in de klas te bevorderen. Dat gebeurt bijvoorbeeld in het Ierse *Learning through Soccer* project. Een groep kwetsbare middelbare scholieren krijgt daar naast de gewone vakken onderricht in voetbalgerelateerde vakken.
De uitstraling en entourage van topsport kunnen remedial teaching in buitenschoolse uren veraangenamen en zo de resultaten verbeteren. Dat laten de Britse *Playing for Success* programma's zien, die bij verschillende topclubs uit de Premier League worden opgezet.
Om onverdraagzaamheid, discriminatie en racisme in de samenleving aan de kaak te stellen, kan gebruik worden gemaakt van de status van sporthelden. Dat gebeurt in de educatieve materialen die ontwikkeld zijn in het Britse *Show Racism the Red Card*.

Sport kan fungeren als een instrument om het zelfvertrouwen van kinderen met een handicap op te krikken. Dat laat het Zweedse scholingsprogramma *Emil* zien, waar coaches en leraren LO worden gestimuleerd om hun activiteiten zo in te richten dat deelname ook mogelijk wordt voor kinderen met een handicap. Maar sport kan ook anderszins het zelfvertrouwen van kwetsbare jongeren vergroten, zoals blijkt in de Nederlandse projecten *Duziem* en *Sporthal voor een Toekomst.* Hier worden langdurig werkloze jongeren opgeleid en gestimuleerd om sportactiviteiten te organiseren voor daklozen, asielzoekers en andere zwakke groepen. Een vergelijkbare insteek kan worden gekozen voor alle bewoners uit achterstandwijken. Dat zien we in het project *Buurtsport Antwerpen* en dan in het bijzonder bij de zaalvoetbalvereniging Borgerhout, waar negen Marokkaanse spelers tevens buurtsportwerker zijn en als rolmodel voor de jeugd fungeren.

Sport kan helpen om jongeren met gedragsproblemen weer op het rechte spoor te krijgen. Binnen het project *M-Camps* in Estland wordt gebruikgemaakt van elementen uit de militaire opleiding. Sport kan ze ook terugleiden naar een opleiding of een baan, zoals dat al vele jaren gebeurt in *Opboxen*, het project van vader en zoon Schildkamp in Hoogvliet, en in de Belgische variant *Opboksen* in Genk.

De aantrekkingskracht van sport kan worden benut om aandacht te vragen voor milieuzorg. In Hongarije wordt in het project *Let us Paddle a Canoe on Clean Rivers* de waterkwaliteit van rivieren en beken in de gaten gehouden door jeugdige kanovaarders, mountainbikers en hardlopers.

De sport kan fungeren als een leerschool voor het latere leven. We zien dat bijvoorbeeld in het Duitse *Freiwilliges Soziales Jahr im Sport,* waar jongeren op vrijwillige basis een soort maatschappelijke dienst-

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 8



FOTO: EYES

plicht vervullen binnen de sportsector. In de Nederlandse *WhoZnext* activiteiten nemen jongeren het heft in eigen handen bij de organisatie van sport- en bewegingsactiviteiten. In de Finse *Operation Game Rules* maken coaches, trainers, ouders en jeugdige sporters eens per jaar afspraken en formuleren ze regels voor de omgang met elkaar.

De normen en waarden die in de sfeer van de sport worden ontwikkeld, kunnen ook daarbuiten een grote geldingskracht hebben. Dat blijkt uit effectmetingen voor en na de voorstelling *Kop of Munt,* die het Nederlandse interactieve theatergezelschap Formaat bij tal van voetbalclubs heeft gegeven. Hetzelfde geldt voor vaardigheden die in die setting worden aangeleerd, getuige de adequate reacties op uitingen van onverdraagzaamheid tijdens lessen, trainingen en wedstrijden, die zijn aangeleerd met behulp van de zogeheten 'Sprechbaukasten' van het Duitse project *Contradict*.

VOORWAARDEN

De ene good practice is overtuigender dan de andere. Maar alle genoemde beschrijvingen leveren een stukje bewijs voor de stelling dat sport een educatieve meerwaarde kan hebben. Kan hebben. Niet zonder reden werden de hierboven getelde zegeningen steeds in voorzichtige termen geformuleerd. Want het is allemaal mogelijk, maar het gebeurt niet vanzelf en vanzelfsprekend. Om de meerwaarde van de sport te kunnen realiseren, moet voldaan zijn aan een aantal belangrijke voorwaarden. Deze kunnen globaal onder drie noemers worden gebracht:

1 er wordt gebruik gemaakt van de intrinsieke kracht van de sport
2 de meerwaarde wordt bewust nagestreefd
3 er bestaat een gunstig sociaal-pedagogisch klimaat.

De beschreven good practices voldoen allemaal in meer of mindere mate aan deze voorwaarden. Hoe instrumenteel de sport ook wordt ingezet, er wordt effectief gebruik gemaakt van de intrinsieke kracht van de sport. De deelnemers ervaren plezier aan het sporten en scheppen voldoening uit hun deelname. In alle gevallen zijn de positieve effecten heel bewust nagestreefd: er zijn in deze sfeer doelstellingen geformuleerd en er zijn voorwaarden gecreëerd die het mogelijk maken om ze te realiseren, met name ook in de sociaal-pedagogische sfeer.

Jan Janssens is directeur van het W.J.H. Mulier Instituut, centrum voor sociaal-wetenschappelijk sportonderzoek in 's-Hertogenbosch Harry Stegeman is als senior onderzoeker aan hetzelfde instituut verbonden en is tevens lector aan de Hogeschool Windesheim in Zwolle.

1 Janssens, J. et al. (eds.) (2004). *Education through Sport. An Overview of Good Practices in Europe*. Nieuwegein: Arko Sports Media (tel. 030-600 4780). ISBN 90 77072 79 9

CORRESPONDENTIE: h.stegeman@mulierinstituut.nl

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 9

d Door de urenvermindering bij lichamelijke opvoeding zal de positie van de sectie LO binnen de scholen verzwakken. Initiatieven van de sectie in de richting van sportverenigingen in de schoolomgeving zullen afnemen. Samenwerking en afstemming van het bewegen in de school en daarbuiten(BOS-arrangementen), zo nadrukkelijk bepleit door alle partijen die zich bezig houden met jongeren en sport, zal stagneren.

e Vermindering van uren leidt ook tot een lagere bezetting van gymnastiekzalen en sporthallen.
Scholen zullen de vrijkomende zalen ombouwen tot ruimten met een andere functie misschien wel. De ontwikkelingen in de Bve-sector kunnen hierin als voorbeeld dienen.

Daarmee zijn deze bewegingsruimten niet meer beschikbaar tijdens de schooluren en is een onomkeerbare weg ingeslagen. Maar met het verdwijnen van deze accommodaties zijn deze ook voor naschools gebruik door sportverenigingen en andere groepen niet meer beschikbaar.

DE POLITIEKE SITUATIE

Politiek is er sprake van een heel merkwaardige situatie. Zo zien wij dat de Minister met de mond steun belijdt aan het grote belang van bewegen en sport voor jongeren (zie haar optreden bij het Europese jaar van Opvoeding door Sport (Eyes)), maar dat tegelijkertijd dezelfde Minister de beschermde status van bewegen en sport in het onderwijs afschaft.
Urenbescherming is een eenvoudige en goedkope manier om alle jongeren een minimum aan bewegen in hun wekelijks activiteitenpatroon te garanderen.
Nog enkele feiten:

a In 2002 verschijnt een advies van de Raad voor de Volksgezondheid en Zorg aan de minister van VWS met de titel ‘Gezondheid en gedrag’. In dat advies wordt bewegingsarmoede benoemd als het grote probleem voor de komende jaren.
Naast een belangrijk verlies aan kwaliteit van leven zullen de gezondheidseffecten van bewegingsarmoede zichtbaar worden in een toename van ouderdomssuikerziekte (op steeds lagere leeftijd), van bepaalde vormen van kanker en van hart- en vaatziekten.
Eén van de adviezen in het rapport is om het aantal uren lichamelijke opvoeding in het onderwijs met tenminste één uur uit te breiden.

b Het ministerie van VWS voert momenteel, uitgevoerd door het NISB, een grote campagne met als doel de norm voor gezond bewegen bij alle leeftijdsgroepen meer bekend te maken, FLASH. Hetzelfde Ministerie is bezig met de voorbereiding van een nieuwe Sportnota, waarin als een van de belangrijke beleidsdoelen wordt genoemd: een toename van het aantal personen dat voldoet aan de norm voor gezond bewegen (voor jongeren tot 18 jaar is dat één uur matig tot intensief bewegen per dag).

c In het project ‘School en Sport’ wordt samengewerkt door een aantal landelijke partners dat betrokken is bij sport en bewegen voor jongeren: NOC*NSF, LC, VNG, NISB en KVLO. Eén van de speerpunten binnen de samenwerking is het realiseren van vijf uur bewegen per week voor alle jongeren in school- en sportverband. Dit project wordt betaald en ondersteund door de ministeries van VWS en OCW.

d Bij de behandeling van de begroting van VWS in december 2004 is door het Tweede Kamerlid Jan Rijpstra een motie ingediend waarin de Regering gevraagd wordt om alle leerlingen in de leerplichtige leeftijd ten minste drie uur lichamelijke opvoeding per week aan te bieden. Deze motie is met een zeer brede steun in de kamer aangenomen.

Het beeld is duidelijk. Door vele partijen wordt het toenemende belang van bewegen onderkend en wordt aan de school een belangrijke rol toebedeeld bij het nastreven van het doel jongeren meer te laten bewegen. In dat licht is het een slecht signaal en een tegengestelde beweging om de beschermde status die de lichamelijke opvoeding nu nog heeft af te schaffen. Ook op het punt van beleidsafstemming en samenwerking tussen ministeries onderling en tussen de regering en landelijke partners is er sprake van tegengesteld beleid.

DE ACTIE

Gezien de al ondernomen acties in de richting van het Ministerie van OCW is moeilijk voorstelbaar dat de Minister uit eigen beweging nog terugkomt op haar voornemen. Dat betekent dat het wetsvoorstel voor de aanpassing in de tweede fase zal worden ingediend bij de Tweede Kamer (verwachting is dat dit eind april/begin mei zal gebeuren). Bij dit voorstel gaat het erom de beschermde status van lichamelijke opvoeding af te schaffen (artikel 22 in de WVO).
Wij roepen de Tweede Kamerfracties op om, in lijn met de aangenomen Motie Rijpstra, niet in te stemmen met bovenstaand wetsvoorstel.
Wij roepen de landelijke partners, die zich bezig houden met Sport en Bewegen in de meest brede zin, op om de regering schriftelijk te verzoeken af te zien van haar voornemen om de beschermde status van lichamelijke opvoeding af te schaffen.
Wij roepen onderzoeksinstellingen en wetenschappelijke onderzoekers op het terrein van Bewegen en Gezondheid en Bewegen en Sport op om de regering te verzoeken af te zien van haar ongezonde voornemen.
Wij roepen alle leden van de KVLO op om ouders en leerlingen te attenderen op de heiloze weg die deze regering inslaat door de beschermde status van de lichamelijke opvoeding op te heffen. En maak daarbij goed duidelijk dat Bewegen en Sport niet zo maar een vak is, maar een vak dat het verdient om beschermd te worden.

Zeist, 17 maart 2005

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 10

INLEIDEN IN SPORTCULTUREN

De Europese Unie heeft het jaar 2004 uitgeroepen tot het *Europees Jaar van Opvoeding door Sport.* Hoofddoelstelling van de campagne is het Europese publiek bewust te maken van de betekenis van de sport voor de opvoeding. Wat betekent dat eigenlijk, *opvoeding door sport?* Wat is het verschil met 'sport door opvoeding'? Het aanleren van 'sportieve vaardigheden' kan in veel gevallen al een hele pedagogische *tour de force* zijn. Waarom zijn we zo geneigd de sport dienstbaar te willen maken aan nog meer idealen en doelen? Moet sport bijdragen aan integratie, aan de gezondheid, aan solidariteit, *fair play* en verdraagzaamheid in een multiculturele context, voordat we kunnen spreken van een 'goede (sport)pedagogische praktijk'? Mijn antwoord zal zijn: nee, niet noodzakelijk. Naast de rol van sport als opvoedkundig *instrument* kan plezier in het beoefenen van sport worden gezien als een waardevol *doel* van de opvoeding. ***Door: Ivo van Hilvoorde***

In 1922 werd door Pierre de Coubertin al gesproken van *pedagogie sportive* (Naul, 1994). Het gebruik van een dergelijke term omvatte veelal een brede mix van sportspecifieke en maatschappelijke deugden. Het gaat bij 'sportieve opvoeding' bijvoorbeeld om optimale sportprestaties met behoud van plezier, een volwassen sportieve houding en de plaatsbepaling van sport in het totale leven, nu en in de toekomst (De Heer, 1970: 106/107). Het opvoeden tot een sportieve houding impliceert een overgang van de vrijblijvende speelsheid van het kind naar een gereguleerde context van de sport.
Het inleiden in een sportcultuur veronderstelt zaken als:

- het leren en accepteren van geschreven en ongeschreven regel
- de omgang met gezagsrelaties
- het maken van keuzen uit het aanbod van sporten
- selecteren op basis van talent en vaardigheden
- het accepteren van verlies en tegenslag.

Daarnaast is sport een domein waarin ook pedagogische thema's van meer maatschappelijke betekenis een rol (kunnen) spelen. We kunnen hierbij denken aan de volgende thema's:

- sport als democratisch model voor de maatschappij
- de functie van sport voor de morele opvoeding en gewetensvorming
- de omgang met (pedagogisch) delicate kwesties als afhankelijkheidsrelaties en de vroege selectie van jeugdig talent
- het inzetten van sport voor het reguleren van agressie.

SPORTPEDAGOGEN EN MUZIEKPEDAGOGEN

Het accent van veel onderzoek ligt vooral bij (pogingen tot) het aantonen van maatschappelijk urgente kwesties, zoals de eventuele bijdrage die sport kan leveren aan sociale integratie, gezondheid of morele vorming van de jeugd. Hoewel uit diverse onderzoeken blijkt dat grote voorzichtigheid is geboden waar het gaat om het vooronderstellen van dergelijke heilzame effecten van sport, blijft de politieke aandacht in het bijzonder gericht op deze thema's. Om niet te verzanden in politieke kretologie, zal een discussie over opvoeding door sport goed moeten differentiëren naar de beoogde doelen, binnen en buiten de sport.

Is het vanzelfsprekend dat er van trainers en lichamelijke opvoeders meer wordt verwacht dan verstand hebben van de inhoud van de leerstof en een vakkundig oog om te weten hoe deze inhouden kunnen worden overgedragen op kinderen? Niet geheel. Dat blijkt bijvoorbeeld wanneer we een korte vergelijking maken met een ander vrijetijdsdomein: het beoefenen van muziek. In de Nederlandse taal ontbreekt de term 'sportpedagogiek' (Van Dale, 13e uitgave, 1999). Dit in tegenstelling tot de term 'muziekpedagogiek', die wordt gedefinieerd als de 'leer van de muzikale opvoeding'. Ook achter het alledaagse gebruik van de termen 'muziekpedagoog' en 'sportpedagoog' gaat een opmerkelijk onderscheid schuil. De associatie bij de muziekpedagoog is die van de begaafde musicus die *masterclasses* geeft aan jonge talenten en de fijne details van het vak bijbrengt. Ook een zangpedagoog wordt gedefinieerd als iemand die zanglessen geeft. Of de muzikant of zangeres in opleiding daarbij ook in morele zin iets wordt bijgebracht is niet aan de orde. Als er op de vingers wordt getikt is dat slechts omdat de vingers in muzikale zin voor verbetering vatbaar zijn. Waar de nadruk bij de muziekpedagoog ligt op het overbrengen van vakinhoudelijke kennis en kunde, lijkt een sportpedagoog de sport te willen

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 11



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Aanpassingen doen

inzetten voor het ontwikkelen van deugdzame, karaktervolle jongeren en de trainers en ouders op de vingers te willen kijken of zij niet teveel hun eigen, mogelijk 'kindonvriendelijke' belangen najagen.

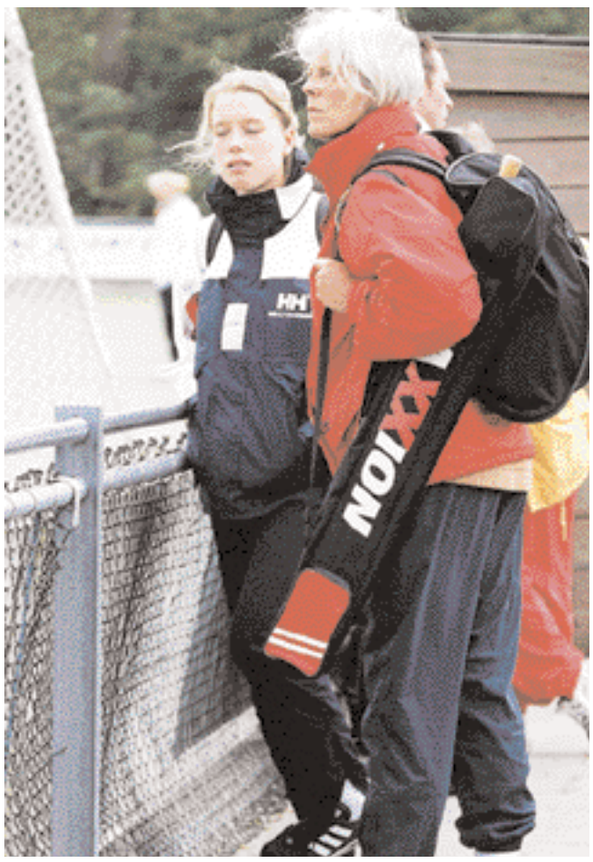
Sport vormt een belangrijke opvoedingspraktijk, ook wanneer ze daar niet expliciet voor wordt ingezet en ook ongeacht de vraag of de transferwaarde van sport kan worden aangetoond. Opvoeding impliceert cultuuroverdracht (vgl. Meijer e.a., 1992; 1999). Dat betekent geen eenrichtingsverkeer, noch een kwestie van reproductie van bestaande cultuurvormen. Opvoeding door sport impliceert echter meer dan alleen het overdragen van kennis of vaardigheden. Het gaat ook om het stimuleren van kritische distantie en reflexiviteit ten aanzien van de aangeboden cultuur. Er is slechts sprake van cultuuroverdracht indien het kind het aangebodene werkelijk eigen maakt op een reflexieve wijze. Dat geldt ook voor de sport als opvoedingspraktijk. Reflexiviteit impliceert de toename van zelfstandigheid en zelfredzaamheid. Iedere nieuwe generatie is kritisch ten aanzien van de aangeboden kennis en cultuur. Dat betekent ook dat jongeren een belangrijke bijdrage leveren aan het vernieuwen van sportpraktijken en het creëren van alternatieve sportculturen.

Verantwoording van keuzen uit het aanbod aan sporten kan niet volstaan met slechts een beroep op instrumentele waarden (zoals gezondheid of karaktervorming). Een discussie over sport en opvoeding hoeft niet te worden gereduceerd tot instrumentele waarden waaraan de opvoedende waarde van sport kan worden afgemeten. Eenvoudig gezegd: sport hoeft niet karaktervormend te zijn om toch sport te blijven en ook een opvoedkundige praktijk te zijn. Plezier in sport en het opbouwen van zelfstandig sportgedrag kan worden opgevat als een van de 'einddoelen' van de opvoeding. Opvoeden door sport impliceert dan ook opvoeden tot een zelfstandige vrijetijdsbesteding.

DOOR SPORT EEN BETER MENS?

Wanneer sportpedagogen spreken over een 'sportieve opvoeding' is het goed om een helder onderscheid te behouden tussen het *inleiden* in de sportpraktijk (het overdragen van kennis of vaardigheden) of het nastreven van pedagogische doelen die buiten de sport gelegen zijn (zoals morele vorming). Wanneer de trainer het kind apart neemt dat geen oog blijkt te hebben voor medespelers, hoeft een dergelijke corrigerende handeling niet noodzakelijk als pedagogische handeling te worden gekarakteriseerd, maar kan het ook als een

sportspecifieke aanwijzing zijn bedoeld (meer oog voor het spel van anderen komt het resultaat ten goede). Het accent van de pedagogische relatie kan ook liggen bij het aanleren van sportinhoudelijke vaardigheden.
Tegelijkertijd biedt het eigen karakter van sport wel degelijk allerlei pedagogische mogelijkheden, die op dit moment wellicht onbenut blijven. Het regelgeleide karakter van sport biedt veel vormende mogelijkheden. Kinderen leren regels gebruiken en accepteren. In een teamsport leren kinderen met elkaar rekening te houden. Kinderen leren met eigen talenten en beperkingen om te gaan. Kinderen leren zichzelf op een heel directe manier te spiegelen aan de prestaties van anderen. Sport kan in metaforische zin worden begrepen als een ideaaltypisch meritocratisch systeem. Dat betekent dat sport zowel een afspiegeling van als voorbereiding op een samenleving is die in hoge mate is gestructureerd en geordend op basis van prestaties die men kan toeschrijven aan de inspanningen van een individu.
De wijze waarop in sport prestaties worden gemeten en vergeleken doet een appèl op een scala aan vaardigheden die ook buiten de sport van pas kunnen komen. In de sport worden uiteenlopende waarden en deugden aangesproken, zoals bescheidenheid, moed, ruimhartigheid, sportiviteit, tact, empathie of zelfbeheersing (vgl. McNamee, 2002). Dat sport deze mogelijkheden biedt, impliceert vrijwel direct ook haar keerzijde. Waar bij de een bovengenoemde deugden worden aangesproken en gevoelens van competentie en eigenwaarde worden vergroot door sport, daar is altijd ook de ander, die niet zo goed is in sport, er minder plezier aan beleeft en als gevolg van de dominante positie van sport in de samenleving mogelijk zelfs gevoelens van minderwaardigheid ontwikkelt. Evengoed, en vandaar het benadrukken van bescheidenheid ten aanzien van deze discussie zelf, kan een opsomming worden gemaakt van ondeugden die in de sport een goede voedingsbodem vinden. Zelfvertrouwen sluit in de sport soms naadloos aan bij zelfverheerlijking. Trots is niet altijd duidelijk te onderscheiden van vernedering van de tegenstander. Wie een (spel)regel leert, leer per definitie wat het betekent om die regel te overtreden. In de sport bestaat meestal een vrij directe relatie tussen regelovertreding en sancties. Daarmee leert een kind ook calculeren. Het kind leert op vroege leeftijd wat een ‘professionele overtreding’ is: een overtreding die opweegt tegen de sanctie. Tegelijk bestaat hieruit ook een deel van de vormende waarde, het spelen met diverse regels, de spanning tussen de ‘regelloze’ speelsheid van het kind en de regelgeleide structuur van de sport. Tegelijkertijd wordt ook een beroep gedaan op het (morele) bewustzijn wanneer het vrijblijvende spel overgaat in ernst, wanneer de moraliteit van de sociale omgeving doordringt in die van het spel. Denk bijvoorbeeld aan het voetballende kind dat de bal over de zijlijn schiet als een ander voetballertje geblesseerd op de grond ligt. Reflexief leren betekent dat het kind dat niet doet louter omdat de coach het zegt of omdat het op televisie ook gebeurt, maar omdat het kind vanuit zichzelf de overtuiging heeft dat het kind met pijn op dat moment belangrijker is dan het spelen van de bal. De balans tussen spel en ernst geldt niet in de laatste plaats voor de toeschouwer voor wie de identificatie met winst en verlies een existentiële aangelegenheid wordt, voor wie de symbolische vijand een werkelijke vijand wordt.


FOTO: ANITA RIEMERSMA

Sport belangrijk voor vrije tijd

Sport vormt geen geïsoleerd eiland. Dat betekent dat in de sport ook maatschappelijke (sociale en economische) ongelijkheden worden bevestigd en gereproduceerd. Waar het gaat om de eventuele ‘ondeugdelijke’ vorming door sport is hier echter dezelfde kanttekening op zijn plaats als in de discussie over de morele vorming door sport. De cultivering van eventuele (on)deugden impliceert niet noodzakelijk dat het invloed heeft op de gehele persoonlijkheidsontwikkeling.
Een egoïstisch, grof, ruw en zeer fanatiek speler kan buiten de sfeer van het spel een veel zachtaardiger persoon blijken te zijn. Relaties tussen sportbeoefening en karaktervorming zijn niet eenvoudig weer te geven. Enerzijds is er sprake van voorselectie op basis van sociaal milieu, psychologische factoren en relevante omgevingsfactoren (wat doen vrienden, welke vereniging is in de buurt). Nog complexer is de vraag of bepaalde eigenschappen worden uitvergroot door sport. Biedt sport de introverte persoon juist de mogelijkheden ook uitbundig en extrovert te handelen? Inmiddels is er ook weer oog voor de catharsisfunctie van sport, het uitleven van agressie waar dat elders minder wordt geaccepteerd.

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 13

De potentiële functies en betekenissen van sport, waaronder karaktervormende invloeden, hangen niet slechts af van het type sport, maar zijn voor een groot deel ook afhankelijk van het sociale en pedagogische klimaat van de betreffende sportvereniging. Er is geen sport die een persoonlijkheid vormt, los van de sociale en pedagogische context waarbinnen de sport beoefend wordt.

TOT SLOT

Voor veel mensen maakt sport een belangrijk deel uit van de vrije tijd. Een verantwoorde en zinvolle besteding van deze vrije tijd maakt onderdeel uit van de opvoeding. Dit aspect van de opvoeding tot een zelfstandige besteding van de vrije tijd ontbreekt meestal binnen de hedendaagse legitimering van sport. Iedere functie die aan sport kan worden toegeschreven is uiteindelijk afhankelijk van het engagement, dat op haar beurt afhankelijk is van het plezier dat er aan wordt beleefd. Geen praktijk kan bijdragen aan bijvoorbeeld het integreren van 'kansarme' jongeren indien de instrumentele blik de overhand krijgt boven het plezier in de activiteit zelf. Plezier impliceert echter geen vrijblijvendheid. Een goede trainer toont zicht niet alleen een kenner van het kind (of: advocaat van het kind), maar ook een cultuurkennner, in dit geval in het bijzonder een kenner van de sport. Een opvoeder binnen de sport is bij voorkeur iemand die de regels, rituelen en tradities kent en waardeert, iemand die weloverwogen onderscheid kan maken tussen goede, minder goede of slechte sportpraktijken (zowel binnen de jeugdsport als volwassensport), bij voorkeur zelf een vaardig speler is en als consument, fan en toeschouwer iemand met onderscheidend vermogen (vgl. Parry, 2003).

Sport vormt een betekenisrijke sociale praktijk, waarin mensen uiteenlopende waarden verwezenlijkt (willen) zien. Als deelnemer, toeschouwer, fan, trainer of ouder projecteren we eigen idealen en verlangens in de sport, waarbij niet altijd duidelijk is of dat in het belang van onszelf, dan wel van het eigen kind, het eigen team, de eigen club of het land van herkomst is. Dit relativeert ook het beeld van opvoeding als een welbewuste *vorming* van het kind. De term 'vorming' impliceert een onjuist beeld van opvoeding als eenrichtingsverkeer of het bestaan van opvoedkundige blauwdrukken.
Om te kunnen spreken van opvoeding door sport speelt naast een gunstig pedagogisch klimaat van sportpraktijken ook de sportinhoudelijke leerstof een zelfstandige rol. Anders gezegd: in een *goede opvoedkundige sportpraktijk* gaan pedagogische doelstellingen hand in hand met sportieve ambities. Van belang voor een zinvolle discussie over sport en opvoeding is helderheid over de beoogde doelen en realisme over de wijze waarop sport daarin een rol kan spelen.
Iedereen die wel eens langs een sportveld of in een sporthal staat weet dat opvoeden en corrigeren dagelijkse praktijk is in en rondom de sport. Het is zelfs verdedigbaar dat het onmogelijk is om in de sport *niet* opvoedkundig bezig te zijn, ook al wordt die intentie niet als zodanig ervaren of uitgesproken. Ondanks vele inspanningen vragen ouders, vrijwilligers en trainers zich niet elk weekend langs de sportvelden af wat al deze sportbeoefening voor heilzame effecten zal hebben op de ontwikkeling van de persoonlijkheid of de vorming van het geweten. Nee, men ziet voor een deel ook het resultaat van opvoeding voor ogen.
Opvoedkundige waarden van sport worden niet kritiekloos vooronderstelt, maar zullen op ieder moment, in iedere sportcontext telkens weer opnieuw moeten worden verwezenlijkt en waargemaakt. Naast alle betekennissen die aan sport kunnen worden toegekend verdienen opvoedkundige waarden extra aandacht. Sport vormt per definitie een pedagogische praktijk, waarmee nog niet is gezegd dat opvoedkundige waarden op maat kunnen worden gearrangeerd. De sport wordt kwetsbaar indien het een breed scala aan maatschappelijke functies krijgt toegewezen die het mogelijk niet allemaal kan waarmaken. Wel kan extra aandacht aanleiding geven tot meer bewustzijn bij betrokkenen in en rondom de sport over de opvoedkundige potentie van sport.

Literatuur

Haag, H. (1994). State-of-the-Art Review of Sport Pedagogy. *Sport Science Review,* 3(1), 1-10.

Heer, W. de (1970). *Jeugdsport in Nederland. Een poging tot het vaststellen van de kenmerken, de grenzen en de mogelijkheden van de jeugdsport en de sportieve opvoeding in de Nederlandse sportverenigingen.* Utrecht: Jan Luiting Fonds.

Hilvoorde, I. van (2002). *Grenswachters van de pedagogiek. Demarcatie en disciplinevorming in de ontwikkeling van de Nederlandse academische pedagogiek (1900-1970).* Baarn: HBuitgevers.

Janssens, J. et al. (2004). *Education through Sport. An Overview of Good Practices in Europe.* Nieuwegein: Arko Sports Media.

McNamee, M. (2002). Hubris, Humility and Humiliation; vice and virtue in sporting communities. *Journal of the Philosophy of Sport,* 29(1), 38-53.

Meijer, W., Ploeg, P. van der & Thoomes, D. (1999). *Pedagogiek als tijdrede.* Baarn: Intro.

Meijer, W., Benner, D. & Imelman, J.D. (1992). *Algemene pedagogiek en culturele diversiteit.* Baarn: Intro.

Naul, R. (1994). Historical perspectives of sport pedagogy. *Sport Science Review*, 3(1), 11-17.

Parry, J. (2003). *Towards an Olympic pedagogy*. Paper prepared for the Centre d'Estudis Olímpics, Universitat Autònoma de Barcelona (November 2003).

Ivo van Hilvoorde is postdoc aan de Universiteit Maastricht en als senior onderzoeker verbonden aan het W.J.H. Mulier Instituut te 's-Hertogenbosch.

CORRESPONDENTIE: i.vanhilvoorde@zw.unimaas.nl

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 14

ETHIEK IN BEWEGEN EN SPORT OP S CH

Het 'Europees Jaar van Opvoeding door Sport' heeft in 2004 plaatsgevonden. Veel van de geïnitieerde projecten krijgen een vervolg in 2005. Wat betekent dat voor het vak bewegingsonderwijs op school? Moeten we tijdens de lessen andere accenten gaan leggen of is er niets nieuws onder de zon en speelt opvoeding al decennia lang een belangrijke rol in ons vak? Al vaker is geconstateerd dat bewegingsonderwijs een waarde(n)vol vak is. Maar hoe zit het dan met die opvoedende waarde? ***Door: Hilde Bax***

Wat hebben bewegen, sport en ethiek met elkaar te maken? Als je iemand op straat vraagt naar de ethische waarde van bewegen, dan zul je waarschijnlijk nietszeggend aangestaard worden. Waarom? Omdat de voorbijganger niet eerder gereflecteerd heeft op bewegen en/of ethiek. Hij zal zich in de meeste gevallen niet verdiept hebben in ethiek met betrekking tot onderwijs, sport en/of gezondheid.
In de contexten van onderwijs, sport en de gezondheidssector hebben we te maken met het beïnvloeden van bewegen. Hoe doen we dat? Wat verstaan we onder bewegen? Hoe kijken we naar menselijk bewegen? Wat mag en wat mag niet? Anders gezegd, wat vinden we ethisch verantwoord en wat niet en waarom?
In dit artikel, dat sterk leunt op het boek *Ethiek in Beweging* waarvan in april de tweede druk verschijnt[1], wordt stilgestaan bij bewegen en sport op school en de waardevorming daarbinnen.
Bewegen is gevat in een kader van waarden. Hoe wordt gedacht over waarden en hoe kan waardevorming plaatsvinden? Hoe werken waarden door in specifieke bewegingssituaties en hoe komen ze daarin tot uitdrukking? Bij verschillende van de genoemde vragen zal stilgestaan worden.
Bezinning op waarden en normen in de handelingspraktijk van bewegen en bewegingsbeïnvloeding binnen de drie contexten van gezondheid, sport en onderwijs is belangrijk. De contexten van de sport en de gezondheidszorg worden slechts zijdelings genoemd, maar zijn daarom niet minder boeiend.

OPVATTINGEN OVER BEWEGEN EN SPORT OP SCHOOL

Globaal genomen zijn er voor het vak op school drie grote doelstellingen gebieden te onderscheiden. Deze zijn: leerlingen inleiden in de bewegings- en sportcultuur, een bijdrage leveren aan de persoonlijke en sociale ontwikkeling van leerlingen en/of bijdragen aan de gezondheid en een gezonde levensstijl voor nu en later.
Als het er vooral om gaat leerlingen beter te leren bewegen en sporten, dan gaat het om een intrinsiek belang. Beter leren bewegen en sporten is het doel.
Bij de andere twee doelgebieden (globaal: sociale ontwikkeling en gezondheid) wordt bewegen en sport als middel gebruikt om vakoverstijgende doelen te realiseren. Het belang is extrinsiek. Net zoals in de sport kan bij het schoolvak gesproken worden over een dubbelkarakter: in de lessen kunnen zowel intrinsieke als extrinsieke doelen nagestreefd worden.
Hoewel sport en bewegingsonderwijs zich niet zozeer onderscheiden door andere bewegingsactiviteiten, verschillen ze wel door hun legitimatie en de na te streven doelen.
In beide contexten kan het startpunt genomen worden in een relationele visie op menselijk bewegen. Hierbij wordt een onlosmakelijke verbondenheid mens en wereld verondersteld, die elkaar wederzijds betekenis geven. Bewegen van mensen is een bepaalde wijze van handelen en dat impliceert een intentionaliteit en een betekenisvolle omgeving *om te* … Bij bewegingshandelen is de primaire intentionaliteit op een bepaalde wijze van verplaatsen gericht in een voor sport en bewegen ingerichte context.
Kenmerkend voor school is dat alle jeugdigen bereikt worden. Ook de kinderen die geen lid zijn van een sportvereniging, bijvoorbeeld omdat ze niet zo gemakkelijk leren bewegen of omdat hun ouders sport niet belangrijk vinden in het kader van de opvoeding. Op school worden leerlingen geïntroduceerd in veel verschillende bewegings- en sportactiviteiten, wordt gewerkt in niveau- en interesseheterogene groepen en vaak in klassenverband met jongens en meisjes samen. Bovendien wordt het schoolvak gegeven door een leraar die zorgdraagt voor een pedagogisch en didactisch leerklimaat.
Maar wat betekenen deze karakteristieken voor opvoeden in waarden en normen? Is er een groot verschil of het vak meer intrinsiek, dan wel meer extrinsiek wordt gelegitimeerd?

WAARDEN IN BEWEGEN EN SPORT OP SCHOOL

De vraag waar het om gaat is: hoe maak je concreet werk van de moraliteit in bewegen en sport op school? Hoe laat je in bewegingsactiviteiten zien en ervaren dat er een 'ethiek in beweging' is? Hoe maak je zichtbaar dat bewegen en sport waardevormend zijn, juist omdat zij fundamentele waarden vertegenwoordigen en daaraan uitdrukking geven? Die waarden worden in de activiteit van bewegen zelf tot stand gebracht. Ze worden er niet van buitenaf aan toegevoegd. Door te bewegen ontdek je die waarden. Dat is bepalend voor het verstaan van de morele ervaring. Daarbij gaat het zowel om algemene waarden die het kader vormen voor bewegen en sport als om de concretisering daarvan in specifieke bewegingsactiviteiten.
Moraal gaat over waarden en normen in het handelen, over wat goed handelen is. Die waarden en normen kunnen specifiek zijn voor bewegen en sport, bijvoorbeeld omgaan met je eigen lichamelijkheid,

P S CHOOL



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Elkaar helpen

fair play, regelbesef, doorzettingsvermogen, teamspirit en omgaan met verlies en winst.
Bewegen en sport vertegenwoordigen eigen waarden, in bewegingssituaties leren leerlingen waarden verstaan. Bewegingsactiviteiten zijn in hun uitvoering waardevormend.
Ter illustratie wordt specifieker ingegaan op de waarden lichamelijkheid, regelbesef en omgaan met verlies en winst. Ze worden belicht binnen het thema 'samenwerken'.
Wat betekenen deze waarden voor de wijze van samenwerken? Hoe ga je om met anderen in bewegings- en sportactiviteiten? Wat zijn de rechten van anderen en van jezelf?

Het leren verstaan van de eigen lichamelijkheid

Hoe betrek je anderen bij een bewegingsactiviteit die je zelf heel erg ziet zitten en waar je anderen bij nodig hebt? Je kunt zo op anderen inspreken, dat je hen overtuigt in een vorm van dynamisch taalgebruik. Of heb je dan de ander slechts overdonderd en niet de mogelijkheid geboden zelf positie in te nemen?
Dit is een *morele vraag*: het spelen met de afhankelijkheid van de ander geeft aan de ander niet het volle gewicht.
Hoeveel kun je 'overlaten' aan anderen? De keuze die de ander gaat maken, moet zoveel mogelijk een vrije keuze zijn, niet bepaald door buiten de zaak liggende factoren. In die zin is er een duidelijke grens en de andere persoon moet een eigen verantwoordelijkheid kunnen dragen, juist als het om het verstaan van het eigen lijf gaat. Wel moet je zorgen voor de voorwaarden waarbinnen die keuze als een vrije keuze gemaakt kan worden.
We leven in een *markt-* of *transactiemaatschappij*. Het gaat om de overdracht van goederen en het maken van afspraken, die vanuit het perspectief van de handelaar zinnig zijn. Maar deze berekenende houding is niet de enige die van belang is. Er is in de samenleving steeds meer sprake van *participatie-arrangementen*: een nieuwe sfeer van gezamenlijkheid of burgerlijkheid waarin we elkaar tegenkomen en waarin we samen iets ondernemen op basis van vrije instemming.
In de sportwereld is steeds aandacht geweest voor deze arrangementen. En daarbij ook voor aspecten van *erkenningsethiek*, waarin je aandacht hebt voor de voorwaarden van menselijkheid. En daarin hoort ruimte voor de keuze van de afzonderlijke persoon die je in zijn uniciteit en lichamelijkheid erkent.

Het besef leren krijgen van waarden en regels

Bij het leren van de werking van regels die over samenwerking gaan, staat de verantwoordelijkheid van de afzonderlijke persoon voorop. Die waarde kun je niet ongedaan maken. Wel kun je door regelgeving de voorwaarden waaronder gesport wordt vaststellen, zodat de eigen waarde van die bewegingsactiviteit voor het voetlicht kan treden. Let daarbij op de regels van de context waarbinnen gesport wordt en op

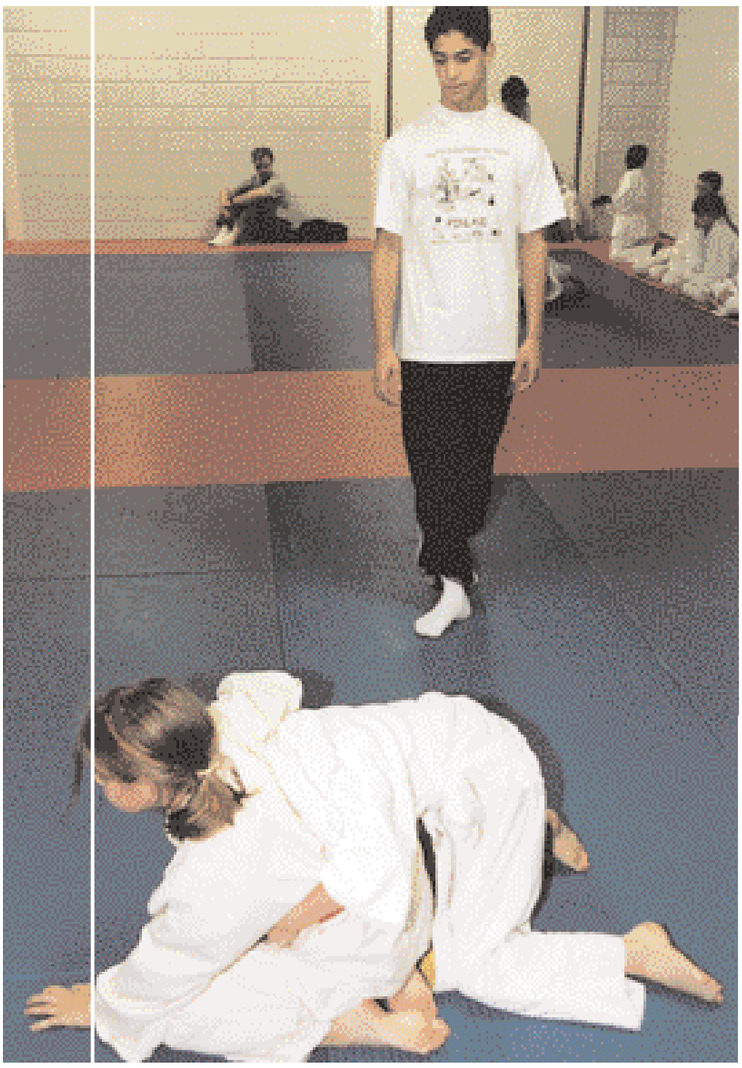


FOTO: ANITA RIEMERSMA

Omgaan met verlies/winst

de regels van de (team)sport zelf.
Vanuit de bewegingsactiviteit en de wijze waarop je die van de nodige voorwaarden en regels voorziet, kun je de waarden en normen voor het bewegen afleiden. De samenwerking is goed als je daardoor je eigen situatie, je eigen bijdrage beter leert verstaan.
Hoe sterk is het opgaan in het team, in de groep? Voorop staat steeds de nadruk op de verantwoordelijkheid van de persoon voor zichzelf volgens het devies van Socrates: 'Draag zorg voor jezelf'. En op de verantwoordelijkheid om de voorwaarden te realiseren, ook in teamsport, waarin die verantwoordelijkheid uitgeoefend kan worden.

Het leren verdragen van verlies en het omgaan met winst
De structuur van het samenwerken moet zo zijn dat een 'verlies' niet de inzet tot samenwerken en samenspel verlamt. De waarde van het spel en van de bewegingsactiviteit wordt erkend en die erkenning maakt het mogelijk om een eventuele tegenslag te doorzien als 'pech onderweg': een noodzakelijke relativering.
Bij verlies alleen maar concluderen 'dat het nu eenmaal zo is' duidt op een nogal gebrekkige wijze van kunnen omgaan met verlies, het is een aanzet om opnieuw verder te gaan met behoud van eigen waarde en plezier van het spel.

'Noah (bondscoach van de Franse tennisteams) heeft leren relativeren, omdat hij de afgelopen jaren een metamorfose heeft ondergaan. Voor hem was het tennis een glazen kooi, waaruit hij zich eindelijk heeft weten te bevrijden. Niet langer rust de vloek van de natie op zijn schouders als de speler Noah faalde op Roland Garros. Hij is zijn eigen gids geworden. 'Sport is slechts een excuus om elkaar te ontmoeten', meent hij nu. 'Ik begrijp niet waarom ik een ander mens zou moeten zijn als ik verlies. Ik huilde als speler vaak na een nederlaag, in de veronderstelling dat ik ook als mens had gefaald. Pas nadat ik zeven jaar geleden met tennis stopte, kwam ik tot de verbijsterende ontdekking dat ik al die tijd niets van het leven had begrepen. Mijn geluk bleek niet afhankelijk te zijn van de oordelen van anderen. De tennisser Noah leed onder slechte kritieken en zijn ego werd gevleid door lovende verhalen. Jonge spelers moeten leren zelf te beslissen over hun leven. Daar krijgen ze echter niet de tijd voor. Ik constateer dat al die kinderen in het vrouwencircuit niet zichzelf kunnen zijn.'(NRC 4-10-1997)

OOG VOOR WAARDEVOL KARAKTER BEWEGEN EN SPORT

Een extrinsieke legitimatie van bewegingsonderwijs is allerminst nodig om aandacht te hebben voor waardevorming. Toch lijkt het erop dat de overheid en allerlei andere maatschappelijke krachten, denk aan verzekeringsmaatschappijen, vooral waarde toekennen aan bewegingsonderwijs en sport in het algemeen als deze een aantoonbare bijdrage leveren aan de sociale en gezondheidsontwikkeling. Afhankelijk van de situatie worden ofwel de fysieke effecten breed uitgemeten, die bijdragen aan fitheid en gezondheid, dan wel ligt de nadruk op de mentale effecten, zoals persoonlijkheid, zelfbeeld, psychisch welbevinden en de cognitieve ontwikkeling. Of er is juist aandacht voor de sociaal-maatschappelijke effecten, in de sfeer van de overdracht van waarden en normen, sociaal gedrag en de sociale integratie.
Waardoor komt dit en hoe willen we daarmee omgaan?
Waarschijnlijk worden er vaak extrinsieke legitimaties gezocht omdat de opvattingen over bewegen en lichamelijkheid uit hun context worden gehaald.
Het vertrekpunt bij het relationele referentiekader is de *verbondenheid* mens wereld, zonder elkaar zijn ze niet voorstelbaar. In het leven van alledag is al het lichamelijke geestelijk en al het geestelijke uit zich lichamelijk, beide zijn met elkaar vergroeid. De mens staat in een onlosmakelijke relatie tot zijn omgeving, zijn wereld. Deze betrokkenheid wordt meestal met de term *intentionaliteit* aangeduid. In onze betrokkenheid op de wereld doet die wereld zich niet als een neutrale, een mensonafhankelijke wereld voor, maar als *een wereld om te*, als een betekenisvolle wereld. Ze lokt je uit om actie te ondernemen. Binnen een relationele bewegingsopvatting gaat het om bewegen als handelen, het verwerkelijken van betekenisrelaties. Men spreekt van *bewegingshandelingen* als betekenisrelaties primair gericht zijn op een specifieke wijze van verplaatsen in een daarvoor uitnodigende bewegingsomgeving.
Als de relationele verbondenheid wordt verlaten en niet langer uitgegaan wordt van betekenisrelaties, dan kan bewegen en sporten be-

schreven worden in inwendige dan wel uitwendige factoren. Het kan daarbij zowel gaan om inwendige factoren, zoals geest, emotie, cognitie, motorische grondeigenschappen, als om uitwendige factoren zoals de zwaartekracht en sociale regels van bijvoorbeeld de bewegingscultuur. Enerzijds is er oog voor bijvoorbeeld vergroting van spierkracht en het vergroten van de fysieke conditie. Anderzijds is er belangstelling voor waarneembare bewegingen, motorische vaardigheden.

Ook bij deze niet-relationele (instrumentele) benadering van bewegen en sport zijn er relaties met de omgeving. Het verschil met de relationele bewegingsopvatting betreft de *geaardheid* van die relaties. Bij de instrumentele visie gaat het om extrinsieke (causale) relaties. Zowel causale relaties als betekenisrelaties zijn empirisch. Beide visies op bewegen zijn op te vatten als transformaties van de werkelijkheid en verschillen relatief van elkaar. Bij de instrumentele visie past het dat bewegen als middel gezien wordt en ook heel goed bruikbaar voor persoonlijke en sociale ontwikkeling. Bewegen kan prima dienst doen in het kader van de waarde gezondheid en een vitale levensstijl.

BESLUIT

Omdat niet iedereen vanuit eenzelfde visie op bewegen en sport vertrekt, zullen er verschillende wegen blijven die leiden tot waardevorming in en/of door bewegen op school, de sport en binnen de gezondheidssector.

In een post-moderne samenleving mogen we verschillen van elkaar. En is het niet mooi, als de verschillen elkaar verrijken?





Ethiek in Beweging

H. Bax & A. van den Heuvel, *Ethiek in Beweging; bewegen en ethiek in onderwijs, sport en gezondheidssector*, Assen, Van Gorcum, april 2005, 2e herziene druk, ISBN 90 232 4064 2



Deze tweede herziene druk belicht vanuit meerdere invalshoeken het menselijk bewegen waarbij wordt aangesloten bij competentiegericht leren en opleiden. Studenten kunnen zelfstandig en in groepen aan de slag. Ieder hoofdstuk is voorzien van een casus, één of meer stellingen en diverse vragen. Het eerste deel gaat over opvattingen die ten grondslag liggen aan bewegingsconcepten. In het tweede deel laten de auteurs zien dat bewegen gevat is in een kader van waarden; moraal en ethiek. Ze geven aan hoe over waarden gedacht kan worden en hoe bepalend reglementen en instituties zijn voor het verstaan van waarden. Hoe werken waarden door in specifieke bewegingssituaties en hoe komen ze daarin tot uitdrukking? Vanuit deze waardeverheldering worden creatieve wijzen van omgaan met waarden en normen besproken. Hierbij krijgt de individuele verantwoordelijkheid van de beweger bijzondere nadruk.

In het derde deel tenslotte zijn een paar beroepscodes op een rij gezet. Helaas is het niet altijd vanzelfsprekend dat de leraar, trainer en werker in de gezondheidssector weten wat kan en wat nagelaten dient te worden. Bezinning op waarden en normen in de handelingspraktijk van bewegen en bewegingsbeïnvloeding binnen de drie contexten van gezondheid, sport en onderwijs gaat aan de codes vooraf. Codes zijn bakens voor de invulling van mogelijkheden, ter realisering van competenties maar ook kunnen codes misstanden en overtredingen proberen te voorkomen. Het is boeiend te zien hoe in de formulering van competenties en codes in het derde deel de termen van verantwoording en verantwoordelijkheid telkens hun betekenis en toepassing vinden.

'Ethiek in Beweging' is vooral als studieboek geschreven voor studenten van de ALO's, de Sport, Management en Gezondheidsopleidingen, de Leergang Vakbekwaam Bewegingsonderwijs van de Pabo en voor professionele trainers en coaches opleidingen. Daarnaast is het boek interessant voor professionals en andere geïnteresseerden die betrokken zijn bij waarde(n)vol bewegen in onderwijs, sport en de gezondheidssector. Daarbij denken we bijvoorbeeld aan de levensbeschouwelijke koepels, sportfysiotherapeuten en sportartsen.

CORRESPONDENTIE: H.H.T.Bax@hva.nl

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 18

ONDERZOEK

OVER DE RELATIE TUSSEN BEWEGEN (OP SCHOOL) EN GEZONDHEID

HOE KRIJG JE MENSEN IN BEWEGIN G?

Regelmatige fysieke activiteit is goed voor de gezondheid. Zo is vastgesteld dat er minder kans is op hart- en vaatziekten, hersenbloedingen, type 2 diabetes, darmkanker, botontkalking, depressie, en valgerelateerde verwondingen wanneer men voldoende beweging krijgt. Hoewel de meeste mensen het belang van lichaamsbeweging kennen, is een groot deel van de westerse bevolking inactief. ***Door: Lars Borghouts***

In ons land wordt aangeraden om minstens vijf maal per week, 30 minuten te bewegen op een matige intensiteit (de Nederlandse Norm Gezond Bewegen). Slechts 40% van de bevolking blijkt aan deze, toch niet al te strenge norm te voldoen[1]. Gezien de problemen die dit met zich meebrengt op het gebied van de volksgezondheid, is het van belang om grote groepen mensen zo ver te krijgen om meer te gaan bewegen. Op dit gebied zijn er de laatste jaren allerlei initiatieven, zoals de landelijke campagnes 'Nederland in Beweging' en 'Flash!', of het Groninger Sport Model (zie LO 13, 2004). In dit laatste initiatief wordt er onder andere naar gestreefd om basisschoolkinderen vier keer per week bewegingsonderwijs te bieden. Vaak wordt er door beleidsmakers vanuit gegaan dat dit soort interventies, mits goed uitgevoerd, vanzelf leiden tot meer bewegen en daarmee een betere gezondheid voor de beoogde doelgroep. Het is echter maar de vraag of dit altijd zo is. In 2002 verscheen in het *American Journal of Preventive Medicine* een systematisch opgezet overzichtsartikel dat alle wetenschappelijke informatie op dit gebied op een rijtje zette[2]. Aangezien ook de lichamelijke opvoeding deels (of in steeds sterkere mate?) haar bestaansrecht ontleent aan de veronderstelde gezondheidseffecten, is het interessant de belangrijkste bevindingen van dit overzichtsartikel eens op een rijtje te zetten.

Om een blijvend effect te hebben op de gezondheid, zullen interventies moeten leiden tot gezonder gedrag, in dit geval meer bewegen. Er worden drie soorten interventies onderscheiden die ingezet worden om dit te bereiken:

1. informatieverschaffing, om verandering te brengen in de kennis over en houding van mensen ten opzichte van lichaamsbeweging,
2. gedragsgerichte en sociale interventies, erop gericht om mensen op een op een succesvolle manier hun beweeggedrag (blijvend) te laten veranderen, en een sociale omgeving te creëren die hieraan meehelpt,
3. omgevingsgerichte interventies, waarbij men ervoor zorgt dat er veilige, aantrekkelijke, en toegankelijke mogelijkheden zijn om fysiek actief te zijn. De resultaten van onderzoeken die op deze drie gebieden gedaan zijn, zijn hieronder samengevat. Ook de effecten van meer lessen LO komen daarbij aan bod.

INFORMATIEVERSCHAFFING

Op verschillende manieren is geprobeerd om mensen meer aan het bewegen te krijgen door middel van voorlichting of andere vormen van communicatie. Van massamedia voorlichtingscampagnes (tv, dagbladen, enz.) heeft men tot nu toe niet overtuigend kunnen aantonen dat ze mensen aanzetten tot meer fysieke activiteit. Wanneer deze campagnes echter worden aangevuld met meer 'persoonsgerichte' activiteiten, hebben ze vaak wel effect. Daarbij kan gedacht worden aan voorlichting aan groepen bij bedrijven of verenigingen, maar ook aan het screenen van mensen voor risicofactoren van hart- en vaatziekten, en het opstarten van zelfhulpgroepen. Zo'n gecombineerde aanpak leidt tot een hoger percentage actieve personen, maar het effect is niet erg groot: zo'n vier procent. Een andere aanpak is het geven van lessen gezondheidsvoorlichting op scholen (basisonderwijs of voortgezet onderwijs), waarbij het belang van fysieke activiteit wordt onderwezen. Hiernaar zijn zo'n tien goede wetenschappelijke onderzoeken gedaan, en de resultaten zijn variabel: zowel verhoging als verlaging van de fysieke activiteit is gevonden, hoewel de leerlingen wel meer kennis over een gezonde leefstijl bleken te hebben. Maar er is dus geen bewijs om dit een werkzame methode te kunnen noemen.

Vaak wordt gezegd dat mensen vooral in het dagelijkse leven meer actief zouden moeten zijn (minder met de auto, meer met de fiets, en de trap nemen in plaats van de lift). In de Verenigde Staten heeft men om mensen hierin te stimuleren een heel directe aanpak toegepast: de zogenaamde 'point-of-decision' (beslissingspunt) aanpak.

Dit komt erop neer dat men op het punt dat mensen moeten beslissen of ze de roltrap of de trap nemen, een bord neerzet om ze ervan bewust te maken dat de trap een gezondere keuze is. Het blijkt dat het aantal mensen die dan voor de trap kiest, met zo'n vijftig procent toeneemt. De 'point-of-decision'-aanpak lijkt dus van alle strategieën gericht op communicatie, nog het meeste succes te hebben.

GEDRAGSGERICHTE EN SOCIALE INTERVENTIES

Om jeugd te beïnvloeden in de richting van gezond gedrag, is in wetenschappelijk onderzoek lichamelijke opvoeding als instrument ingezet bij zowel jeugd in de basisschoolleeftijd als het voortgezet onderwijs. Daarbij zijn 'Groningse' methoden toegepast, waarbij er dus meer gymlessen werden gegeven, maar ook langere gymlessen, of gymlessen waarbij er door de leerlingen een groter deel van de tijd intensief wordt ingespannen. Bij dit laatste kunnen we bijvoorbeeld denken aan het aanbieden van andere activiteiten (voetbal in plaats van softbal), of het aanpassen van regels (het hele team laten lopen wanneer de slagman de bal raakt). Deze aanpak blijkt te leiden tot, logischerwijze, meer fysieke activiteit (zo'n vijftig procent gemiddeld), en

IN G?

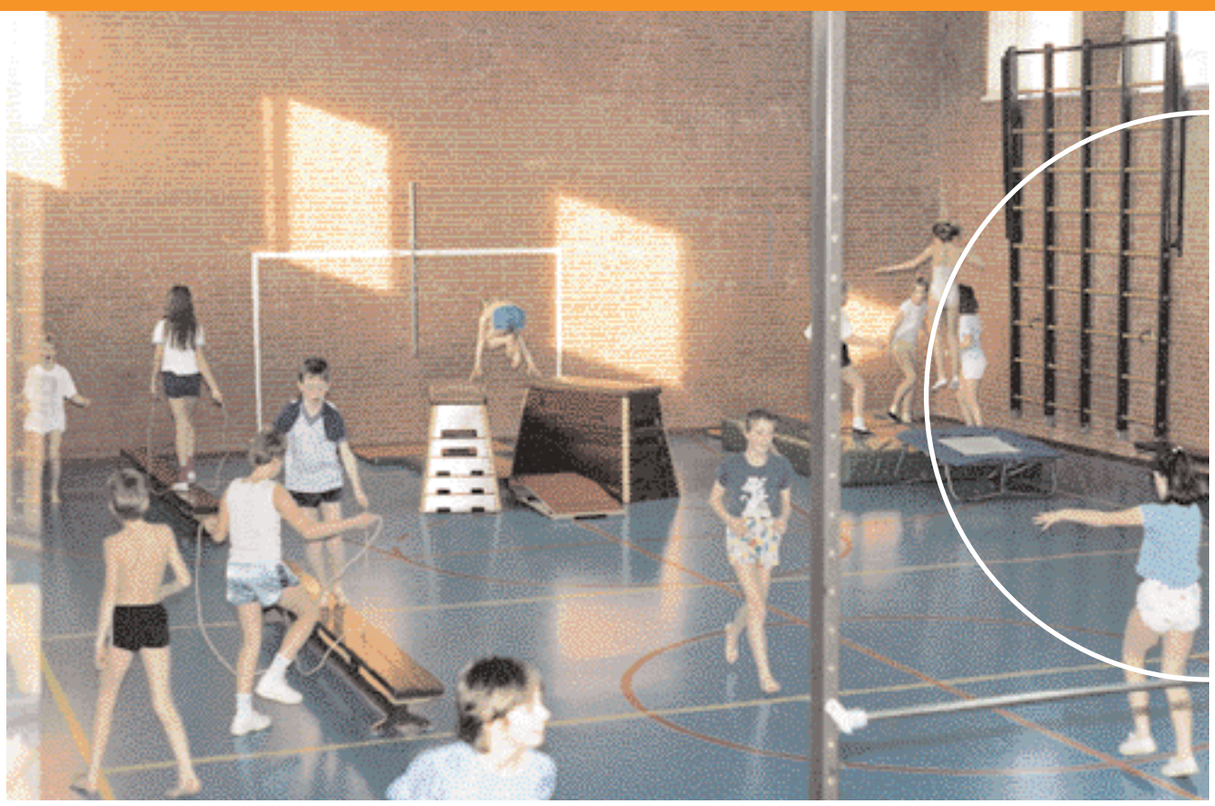


FOTO: HERMAN VAN DEN BERG

Stimulerende omgeving

een hoger energieverbruik bij de leerlingen. Er is echter geen duidelijk bewijs voor een afname van de vetmassa. Het inzetten van meer gymlessen met als reden het overgewicht bij kinderen terug te dringen is dus (nog) niet te onderbouwen met wetenschappelijk bewijs. Wel neemt de aërobe capaciteit toe met zo'n acht procent gemiddeld. De angst dat meer tijd voor lichamelijke opvoeding ten koste zou gaan van de prestatie op andere vakken is al eerder ongegrond gebleken[3].

Ook aan het hoger onderwijs heeft men enkele studies gedaan, waarbij lichamelijke opvoeding meestal werd gecombineerd met gezondheidsvoorlichting en het opstellen van een activiteitenplan door de studenten voor zichzelf. Hoewel dit op korte termijn een positief effect bleek te hebben, blijkt er op langere termijn (twee jaar) geen verbetering meer waar te nemen.

De bovenstaande methoden zijn erop gericht de leerlingen of studenten aan het bewegen te krijgen door ze te laten sporten. Een andere aanpak is echter het ontmoedigen van inactiviteit: tv kijken en het spelen van computerspelletjes bijvoorbeeld. Hoewel er uit verschillende onderzoeken blijkt dat het mogelijk is om deze bezigheden terug te dringen, komt daarvoor niet automatisch meer lichamelijke inspanning in de plaats. De kinderen in de betreffende onderzoeken bleken op langere termijn echter wel een gezonder gewicht te krijgen. Men speculeert dat dit samen zou kunnen hangen met minder snackconsumptie, doordat dit vaak samengaat met tv kijken.

De sociale omgeving blijkt van groot belang te kunnen zijn in het veranderen van iemands beweeggedrag. Wanneer er in onderzoek trainingsgroepen worden geformeerd met een grote sociale controle, en liefst ook nog duidelijke, op het individu gerichte doelen worden gesteld, dan blijken toenames in fysieke activiteit van zo'n 35% mogelijk. Daarbij moet wel opgemerkt worden dat het in dergelijke studies altijd gaat om vrijwilligers, zodat de resultaten niet toepasbaar zijn op de gehele bevolking.

OMGEVINGSGERICHTE INTERVENTIES

Bij omgevingsgerichte interventies moeten we denken aan het makkelijker toegankelijk maken van sportfaciliteiten, of het aantrekkelijker maken ervan. Veel mensen gaan nu eenmaal eerder naar een gezellig fitnesscentrum om de hoek, dan naar een winderige atletiekbaan aan de rand van de stad. Wetenschappelijke studies hiernaar worden bijna altijd gecombineerd met voorlichtingsprogramma's of trainingsinterventies, zodat het pure effect moeilijk is vast te stellen. De effecten die gevonden worden zijn echter wel positief: men meet een betere aërobe capaciteit, een toegenomen fysieke activiteit (48%), en een afname van vetmassa en gewicht.

CONCLUSIE

Er kan dus worden geconcludeerd dat lang niet alle interventies die erop gericht zijn mensen meer te laten bewegen, ook werkelijk (veel)

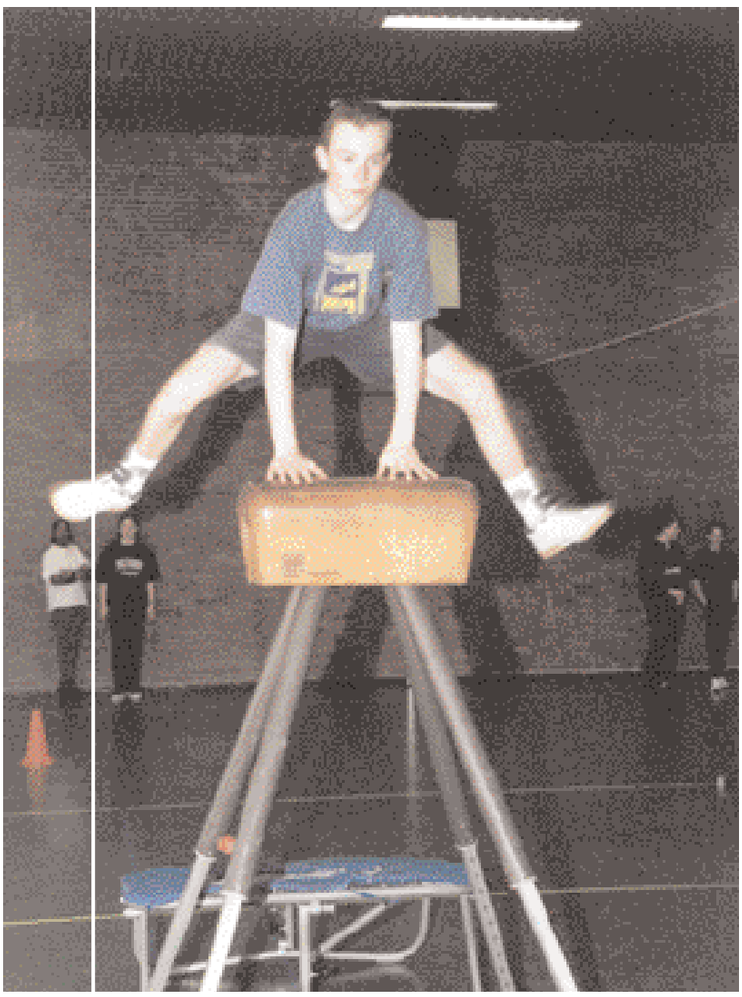


FOTO: ANITA RIEMERSMA

ook dit stimuleert

effect hebben. Positieve uitschieters zijn echter het creëren van een gunstige (stimulerende) sociale omgeving, en een gunstige 'fysieke' omgeving (sportfaciliteiten). Ook het aanbieden van meer (of intensievere) lichamelijke opvoeding aan basisschoolkinderen en scholieren heeft enig effect. Er blijven echter op dit gebied nog enkele interessante onderzoeksvragen onbeantwoord. Bijvoorbeeld: leidt meer fysieke activiteit onder schooltijd tot meer activiteit buiten schooltijd, of gaan leerlingen (ter compensatie) misschien juist minder doen? Maakt het uit voor het gezondheidseffect of er een vakleerkracht voor de klas staat? Wat is het effect op de fysieke activiteit en de gezondheid op langere termijn, wanneer men van school af is? Zijn er lesmethoden te ontwerpen die meetbaar effect hebben op overgewicht? Allemaal onderzoeksvragen die de lichamelijke opvoeding zal moeten gaan beantwoorden, wil men de gezondheidsclaim kunnen gebruiken om de positie van het vak te verantwoorden.

LITERATUUR

1 Hildebrandt V.H., W.T.M. Ooijendijk, M. Stiggelbout, M. Hopman-Rock. Trendrapport Bewegen en Gezondheid 2002/2003; *TNO Arbeid*, 2004.

2 Kahn E.B., L.T. Ramsey, R.C. Brownson, G.W. Heath et al. The effectiveness of interventions to increase physical activity. A systematic review; *Am J Prev Med* 22(4S): 73-107, 2002.

3 Borghouts L.B. De relatie tussen fysieke activiteit en cognitieve functie bij kinderen. *Lichamelijke Opvoeding* 10: 27, 2004.

Correctie

Op pagina 42 in LO 3 in het artikel 'Bewegingsonderwijs als zorgverbreding' van Karel Verweij is een storende fout geslopen.
Er staat onder het kopje HET VERSCHIL MAKEN een tweedeling in de observatie, terwijl er een driedeling bedoeld was.
De tekst behoort te zijn:
Om de acties van de deelnemers te peilen dienen lesgevers vervolgens zelf op verschillende manieren deel te nemen:

- Observeren - het systematisch registreren van gedrag in bewegingssituaties
- Participerend observeren - het lesgevend registreren van gedrag in bewegingssituaties
- Participeren - het meedoend registreren van gedrag in bewegingssituaties.

Onze excuses aan de auteur

De redactie



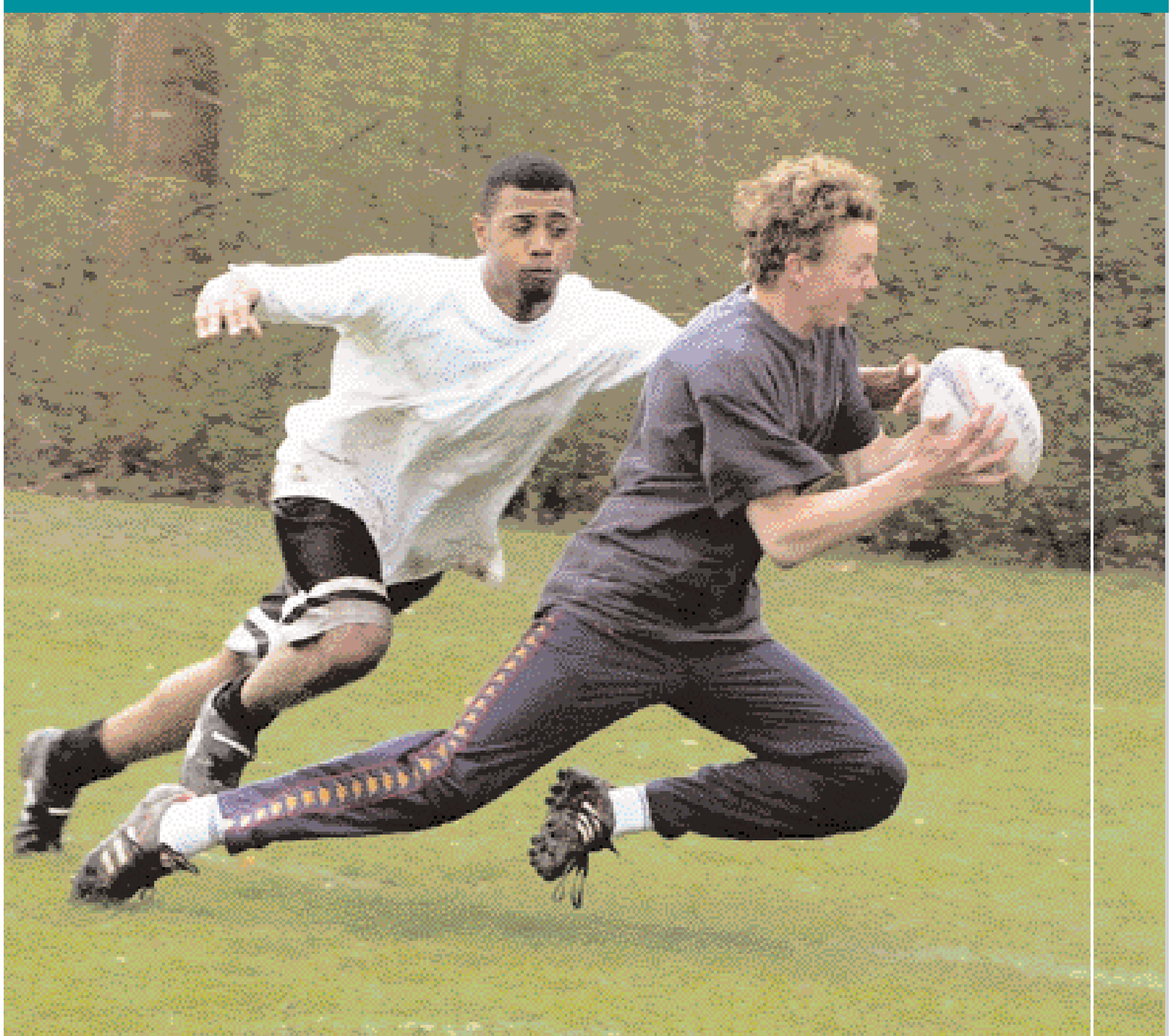


LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 21

PRAKTIJKKATERN BEHORENDE BIJ LICHAMELIJKE OPVOEDING 4 - 2005

PRAKTIJKKATERN

OPVOEDING DOOR SPORT



PRAKTIJK BASIS- EN VOORTGEZET ONDERWIJS

22 RUGBY VOOR DE BASISVORMING *Rogier Beliën*

25 OPVOEDEN DOOR STOEIEN *Yos Lotens*

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 22

COMPETENT ZIJN VOOR FAIR PLAY

RUGBY VOOR DE BASISVORMING (1)

In een vorig nummer schreven we over competenties. Wil je rugby op school kunnen spelen, dan dienen kinderen in staat te zijn met elkaar te kunnen spelen, elkaar aan te raken. Dit is in eerdere lessen behandeld en heeft zijn plaats gevonden. Sociale competenties zijn zeer belangrijk en dit artikel zou zo een plaats kunnen hebben gehad in dat topic. En hoe zit het met incasseren, omgaan met winst en verlies. Kortom ook bij het topic van dit nummer sluit rugby goed aan.

Door Rogier Beliën

Rugby is een relatief onbekend contactspel in ons land. Zeker wanneer je dit afzet tegen contactspelen als basketbal, voetbal en hockey. Het spel maakt om verscheidene redenen op veel scholen nog geen onderdeel uit van het programma lichamelijke opvoeding. Veel gehoorde redenen daarvoor zijn:

- 'Daar weet ik niets van af, daar ben ik niet in geschoold.' (Onbekend maakt onbemind?)
- 'Ik vind het een te ruw spel voor het gebruik op school.'
- 'Wij hebben daar het materiaal niet voor.'

De laatste reden lijkt mij het minst onoverkomelijk. Pilonnen en hesjes/lintjes zijn er, alleen nu een aantal ballen kopen of lenen. Voor de eerste twee redenen is deze reeks geschreven. Het is bedoeld om lesgevers in het voortgezet onderwijs te helpen een spel als rugby een (structurele) plaats te geven in het onderwijs. In dit eerste deel treft u suggesties aan met betrekking tot de methodische lijn, spelregels en de organisatie. In het volgende deel wordt het één en ander uitgewerkt naar vier voorbeeldlessen.

RUGBY

Rugby neemt een aparte plaats in in de categorie contactspelen. Het gaat namelijk om écht lichamelijk, toegestaan contact! Een vraag voor ons als lesgever is of dat in iedere klas haalbaar en/of wenselijk is. Heeft de klas de discipline daarvoor? Kunnen de meisjes en de jongens dit gemengd spelen? Speelt u met de tackle, een aangepaste tackle of met tikken? U wilt ze snel laten spelen, maar hoe kunt u dit aanpakken in de toch al gebrekkige tijd?
Rugby is op zich een heel overzichtelijk spel. Je moet gewoon 'landje veroveren' richting de eindlijn van de tegenstander en daar de bal op de grond drukken. Echter, we dienen het spel wel 'uit te kleden' om het geschikt te maken voor schoolgebruik, net zoals we dat gewend zijn wanneer we hockey of volleybal aanbieden. De officiële sportvorm is binnen de beperkte tijd die er op school is voor rugby niet haalbaar. Bij de ontwikkeling en invoering van de basisvorming voor het vak lichamelijke opvoeding is heel bewust rekening gehouden met de scholing van 'meervoudige deelnamebekwaamheid' van leerlingen. Ook in de lessen rugby voor de basisvorming houden we daar rekening mee. Dat betekent dat leerlingen naast het leren van bewegen, ook iets dienen te leren óver bewegen. Het functioneren in andere rollen als die van beweger (o.a. coach, scheidsrechter, organisator en observator) is bij uitstek geschikt om deze doelstelling te bereiken.

Line-out



LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 23

(1)

Doelstellingen

Als rode draad in het (spel)onderwijs in de basisvorming (hier: rugby) kunnen er twee doelstellingen onderscheiden worden:

1 Het gaat om scholing voor wat betreft de eigen vaardigheid. Dit blijft een kern van ons vak. Leerlingen beter leren basketballen, ringzwaaien óf rugby spelen. Tegen leerlingen hebben we het over 'beter worden'. Bij rugby ligt dan het accent op trainen van technieken (rennen en dragen, passing, scoren, passeren en verdedigingstechniek) en tactieken (aanval en verdediging). Het ondersteunende gebruik van videobeelden van spelers, of beelden van een topwedstrijd, kunnen daarbij waarde(n)vol zijn. (Overigens is een dergelijke doelstelling uiteraard niet specifiek voor de basisvorming, maar geldt evenzo voor LO in de tweede fase en het vmbo.)
2 Ten tweede gaat het altijd om een persoonlijk leerproces, om sociaal-interactieve doelen. Bij teamsporten, zoals rugby, is dat geënt op het het functioneren in teamverband of in een groep. Tegen leerlingen hebben we het dan over 'naar jezelf en een ander kunnen kijken en luisteren'. Coaching van elkaar, rollen en taken vervullen in een team, communicatie en discipline is dan een aantal aspecten dat aan de orde (kan) komen. Eenzelfde doelstelling geldt voor de lessen rugby in de tweede fase en het vmbo, maar verschilt op accenten en of diepgang.



FOTO: ANITA RIEMERSMA

METHODISCH/DIDACTISCHE UITGANGSPUNTEN

Techniek en tactiek

Rugby in de basisvorming heeft zowel een accent op de techniek als op de tactiek. 'Wie de techniek beheerst, heeft de toekomst!'. Basistechnieken zoals rennen en dragen van de bal, passen en scoren worden veel getraind en geoefend, maar vinden immer hun waarde in de toepassing van het spel. Een met name tactische verdieping in het spelonderdeel rugby lijkt zeer zinvol en aantrekkelijk in de basisvorming. De leerlingen willen een bal in de handen, spelen en scoren! Als eindvorm wordt steeds 4-4 tot 6-6 gespeeld. Gebruik van grotere spelersaantallen wordt erg complex en onoverzichtelijk. Een partij van 4-4 biedt speelruimte en speeltijd om waar te nemen en keuzes te maken. Het is al heel moeilijk om een afspeellijn, een essentieel tactisch principe, te herkennen in het spel 4-4 wanneer de verdediger zo dicht bij je in de buurt is en je wellicht mag tackelen (als het niveau het toelaat, kan natuurlijk met grotere aantallen gespeeld worden). Daarnaast is de techniek van passing met een ovale bal ook niet erg gemakkelijk! Een andere positieve consequentie is, dat door het kleine aantal spelers, het balcontact per leerling sterk vergroot wordt. De dynamiek in het spel is hoog. Overeenkomstige technische en tactische principes tussen verschillende spelen (voetbal/hockey/basketbal/handbal) kunnen aan het licht gebracht en geoefend worden (transfer). Dit vergroot het spelinzicht van leerlingen.

Spelregels

Zoals we gewend zijn in de lessen, passen we niet alle spelregels toe zoals we die kennen in de wedstrijdsport. We variëren (voortdurend) met aspecten als spelregels, spelverloop, materiaal, aantal spelers en scoremogelijkheden. Dit met als doel een mooie balans te verkrijgen tussen beide partijen en het spel dus speelbaar te maken! Daarnaast zijn de omstandigheden erg bepalend voor welke aanpassingen men toepast. Hoeveel vierkante meter gras heb ik? Wat is het niveau (bewegend/sociaal/disciplinair/interesse) of de samenstelling van mijn klas? Hoe veilig of onveilig wordt het spel als ik een volledige tackle invoer? Ik heb (uiteraard) geen palen op het veld; wat blijft er dan nog over van de doelmogelijkheden? Al met al hier toch een suggestie voor tien belangrijke regels/spelbeginselen voor het eindspel op school, afgeleid van de 'echte regels'.

1 Het veld is rechthoekig, bij voorkeur 20 x 30 meter, verdeeld in drie vakken van tien meter. We spelen 4-4.
2 Het spel wordt begonnen en hervat na een score (kick off) door de bal (placekick of dropkick) vanaf de eigen 10-meterlijn richting de doellijn van de tegenstander te schoppen. De bal moet daarbij minimaal 10 meter naar voren gaan (tenzij de tegenstander de bal eerder onderschept) en beide partijen starten vanachter de eigen 10-meterlijn.
3 De spelers mogen rennen met de bal in de handen. Schijnbewegingen en snelheid zijn je wapen.
4 De bal mag alleen achterwaarts gegooid worden.
5 Alleen de speler met de bal mag door één tegenstander getackeld (of getikt?) worden. Tackelen alleen met de armen en niet hoog. In het geval van tikken altijd met de hand, nooit duwen of een slaande beweging maken. Je mag nooit op een getackelde

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 24

speler duiken. De balbezitter dient de bal bij een tackle los te laten of te passen voordat met iets anders dan de voeten de grond geraakt wordt. In dat geval is het spel dood en wordt het spel hervat zoals bij een bal die uit is gegaan (zie 9).

6 Lichte overtredingen zoals het voorwaarts gooien of voorwaarts laten vallen van de bal worden bestraft met een scrum (de twee teams staan in een bepaalde formatie tegenover elkaar en strijden om de bal die in het midden wordt ingebracht). Zware overtredingen zoals tackleovertredingen worden bestraft met een penalty (dropkick of placekick) op/door/tussen/over iets vanaf de 10-meterlijn van de tegenstander. Dit is drie punten waard.

7 Een try wordt gescoord door de bal over de achterlijn van de tegenstander op de grond neer te leggen. Dit levert vijf punten op. Daarna mag er op/door/over iets geschoten worden voor twee extra punten (conversion).

8 Je mag de bal voorwaarts schoppen. Dit leidt overigens meestal tot balverlies.

9 Wanneer de bal uitgaat over een zijlijn of vastgehouden wordt na een correcte tackle, dan wordt de bal ingenomen middels een achterwaartse rol van de bal onder de voet door, waarbij de tegenstanders minimaal vijf meter afstand nemen van de nemer hiervan.

10 Teamgenoten blijven achter de ballijn c.q. balbezitter. Zo staan ze niet buitenspel.

De niet-rugbyers onder u zullen dit wellicht al wat veel vinden of moeilijk vinden voor bepaalde groepen. De rugbyers zullen wellicht veel aanpassingen in regels, veld en doelmogelijkheden van mijn kant aantreffen in bovenstaande tien punten ten opzichte van de wedstrijdsport. Ik daag u uit uw ideale spel te ontwerpen in uw praktijksituatie.

OPZET VAN DE LESSEN RUGBY

We gaan uit van een reeks die uit vier buitenlessen van 100 minuten bruto lestijd (twee lesuren) bestaat. De vierde les wordt bijna geheel aan het toernooi gewijd (zie later). Ongeveer 60% van de tijd zal besteed worden aan thema's met betrekking tot 'eigen vaardigheid en persoonlijke leerprocessen'. In 40% van de lestijd zal een klassencompetitie worden afgewerkt. Er zal continue gewerkt worden in gemengde teams van vier personen (acht teams, uitgaande van 32 leerlingen). Aan het einde van het blok rugby komt er één winnaar uit de bus! Welke leerling/speler uit deze klas is het sterkste gebleken in de lessen rugby?
Er kan op verschillende momenten tijdens lessen gebruik worden gemaakt van videobeelden. Leerlingen kunnen veelvuldig ingezet worden in de organisatie, als spelleider en als beoordelaar. Het zijn allemaal organisatorische, methodische en didactische 'instrumenten' om te kunnen werken aan meervoudige deelnamebekwaamheid!

THEMA'S IN DE ONTWORPEN LESSEN

Deze lessen zijn in stationvorm georganiseerd. Zo ontstaat er veel variatie. Als docent verdeel je de aandacht over die stations.
Ongeveer 60% van de lestijd wordt hieraan besteed. Er ligt overigens niets in de weg om de lessen klassikaal te organiseren. Het is aan u(w) groep en situatie!

De stations hebben iedere les te maken met:
- rennen met de bal en duel 1-1 (ontwijken en verdedigen)
- passing, aannemen, plaatsen en oppakken van een bal (balbehandeling)
- partij-, positie- en spelvormen (o.a. support lopen = balbezitter ondersteunen)
- kicks en scrums.

Bij de vormen staan, zoals gebruikelijk, variaties en uitbouwmogelijkheden genoemd. De leerlingen kunnen in overleg met de docent bepalen of één of meerdere daarvan worden uitgevoerd.

ORGANISATIE KLASSENTOERNOOI 4-4

Uitgaande van 32 leerlingen hebben we vier velden nodig van bij voorkeur 20 bij 30 meter. Er is een (school)bord nodig om de volgende zaken op aan te geven:

1 het speelschema voor die les, zodat de leerlingen weten welke ronde zij op welk veld moeten spelen

2 een klassenlijst/uitslagenformulier waar de punten van iedere leerling op kan worden bijgehouden na elke ronde

3 een tekening van de organisatie van de velden.

Alle leerlingen worden per speelronde willekeurig ingedeeld over de acht teams. Zo wordt elke ronde in een ander team gespeeld en kan een individuele competitie ontstaan. Winnen levert 20 punten op, gelijkspel 10 punten, verlies 0. Het aantal gemaakte doelpunten van het team in de wedstrijd, wordt daarbij opgeteld voor elk teamlid. Dus speler 23 wint met 15-5. Dat betekent dat speler 23 die ronde 15 + 20 = 35 punten achter zijn naam krijgt.
Na elke ronde moet het puntenaantal voor elke leerling worden aangegeven. Begin en einde van wedstrijden worden aangegeven met een fluitsignaal. Geblesseerde spelers kunnen ingezet worden als scheidsrechter, toernooicommissie, materiaalman… Van team A tegen B draagt team A de hesjes/lintjes. Van team C tegen D team C, enzovoort. Een wedstrijd duurt tien minuten. Per les kunnen waarschijnlijk drie ronden gespeeld worden. Einde les vier wordt de winnaar bekend!

Wordt vervolgd

Over de auteur
Rogier Beliën is docent Spel aan de ALO te Amsterdam en docent lichamelijke opvoeding op het Bonhoeffer College te Castricum.

CORRESPONDENTIE: R.H.Belien@hva.nl

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 25

LEERLINGEN GEVEN VOLDOENDE STOF VOOR EEN BOEK

OPVOEDEN DOOR STOEIEN

De spelsuggesties die in dit artikel worden beschreven, zijn voor het grootste gedeelte door mijn leerlingen bedacht of uitgebouwd. Zij hadden de fantasie, ik gaf ze de ruimte. Soms vroegen zij tijdens een spel zelf om ruimte voor een spelregelaanpassing, soms vroeg ik naar hun ideeën hierover. Aanpassingen waar ik regelmatig mijn twijfels over had: de spanningsboog tussen uitdaging en veiligheid. Ik moet toegeven dat dit in de meeste gevallen heeft geleid tot een zeer uitdagend en intensief bewegingsspel. In elk geval werd het hun spel en leidde dit tot ons boek Opvoeden door Stoeien. Ik weet zeker dat er ook een boek in uw leerlingen zit!

Door: Yos Lotens

STOEIEN: WAAROM?

- Het staat garant voor veelzijdig en intensief bewegen. Je komt bovendien tegemoet aan de gezonde, spontane drang tot fysiek dollen. Stoeien gaat vooral om het stoeien zelf. De prestatie ligt vooral in het plezier hebben met elkaar en in het uitbundig ravotten. Als tijdens een spelsuggestie of bewegingsopdracht een handeling aangereikt of uitvergroot moet worden, moet niet lang daarna weer vrijelijk gestoeid worden volgens diezelfde opdracht. Hoe meer interactie en spel, hoe meer emotie en hoe meer er (mede daardoor) bewogen en geleerd wordt.
- Stoeien is vrijwel het enige bewegingsspel, waarbij lichamelijk contact is toegestaan en zelfs noodzakelijk is. Bij veel andere spelen en sporten is lichamelijk contact onmogelijk (volleybal) of zelfs verboden (korfbal), óf de sport wordt moeilijk geaccepteerd (kickboksen). Bij stoeien echter, vormen aanraking en beweging zo'n belangrijk onderdeel, dat je daar niet omheen kunt ... je móet er doorheen! Het directe lichamelijk contact kan niet ontlopen worden; je moet er mee leren omgaan. Gelet op het ontwikkelen van sociale competenties, biedt het stoeien daarom veel pedagogische handvatten. Weliswaar is gedrag en sociaal contact ook met andere spelen en sporten te ontwikkelen, maar daar kan meestal aanrakings- en/of bewegingsangst veelal wat makkelijker verbloemd worden.
- De integratie van een leerling kan eenvoudig gestimuleerd worden door regelmatig van stoeipartner te laten wisselen. Het wisselend met elkaar oefenen kan kinderen uitlokken tot (ander) contact en een andere, wellicht betere, verhouding met de ander(en).

Het is snel en makkelijk te organiseren in elke bewegingsles.

STOEIEN: HOE?

1 Als leiding let je vooral goed op je woordkeuze. Door niet over vechten, maar over stoeien en over partners in plaats van over tegenstanders te praten, bepaal je op voorhand de lading van het spel.

2 Winnen doe je samen. Als er intensief en veilig wordt gestoeid, ben je in principe samen winnaar. Het rivaliseren, het elkaar proberen te overtreffen, is een spannend onderdeel maar mag niet expliciet op de voorgrond staan. Het met en voor elkaar stoeien is belangrijker dan het tegen elkaar stoeien. Prestaties liggen niet in het overwinnen van de ander, maar in zelfbeheersing, gedisciplineerd handelen en een goede samenwerking met de ander. Als je 'af' bent of bij een krachtmeting het onderspit delft, mag je altijd blijven meedoen aan het spel. De wijze waarop wordt door de groep bepaald, terwijl een time-out voor iedereen mogelijk moet zijn.

3 Laat leerlingen zélf een oefenpartner uitkiezen. Dit, om het aanraken en het vertrouwen in elkaar geen struikelblok te laten worden. overleg met de spelers hoe het spel uitgebouwd of aangepast moet worden, zodat het hún spel wordt. Zo raken zij meer bij het spel betrokken en conformeren zij zich makkelijker aan de spelafspraken en -regels.



Ballenroof

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 26



Spel 1: altijd vast

4 Alles wat normaliter pijn kan doen, mag niet: 'Alleen zónder pijn is het fijn!' Laat leerlingen hierover zelf meedenken, in overleg beslissingen nemen en spelafspraken bewaken.

5 Spreek een duidelijk start- en stopteken af.

6 Geen toeschouwers; iedereen heeft een actieve rol in het stoeispel.

7 Van tweetallen naar meertallen.

8 Van minimaal naar meer lichamelijk contact: het aanraken van een voet of aantikken van de schouder wordt bijvoorbeeld als minder bedreigend ervaren, dan een aanraking bij nek, polsen of middel of een totale lichaamscontrole. Een voorwerp afpakken is minder bedreigend voor de ander, dan zelf vastgepakt te worden. Het zal minder bedreigend zijn als je sok of een bal afgepakt wordt, dan dat iemand bovenop je ligt en je onder controle houdt.

9 Van meewerken naar tegenwerken en van gepland naar onverwacht. Het is veilig en overzichtelijk oefenen als je op voorhand afspraken maakt over wie welke acties moet uitvoeren en wanneer. Je moet elkaar de kans geven om te leren wat er wordt aangereikt. Geregisseerd oefenen en gepland meewerken dus. Je biedt aanvankelijk geen of weinig weerstand. Je moet ervan op aan kunnen dat de ander zal handelen zoals van tevoren afgesproken of aangegeven is en niet anders. Voor het expliciet uitproberen wie de slimste, snelste en/of de sterkste is, is in een ander lesgedeelte of in een later stadium nog voldoende ruimte.

10 Van laag naar hoog, van liggend/zittend naar staand. Een mens zoekt van nature beschutting bij de grond. Wie in open veld door onweer overvallen wordt, gaat op de grond liggen. Stoeien op de grond is technisch gezien makkelijker en veiliger dan in staande positie. Het goed kunnen vallen is dan nog niet zo belangrijk. Belangrijk te weten dat grondstoeien contactintensiever is dan staand stoeien. Toch is het goed mogelijk om een volgorde op te stellen van staande stoeispelen waarin lichamelijk contact in meerdere mate opgevoerd kan worden. Zij die niet bekend zijn met stoeien en aanvangen met stoeivormen in staande positie, worden snel moe, verliezen coördinatiegevoel. Overbodig te vermelden dat blessurekansen hierbij toenemen.

11 Schoon en veilig. Je stoeit op matten en je draagt kleding met lange mouwen en lange broekspijpen. Je draagt geen sieraden en je hebt korte nagels. Lichamelijke hygiëne is extra belangrijk, want je zit er met je neus dichtbij.

DE SPELEN

Spel 1: Altijd vast

Aantal spelers
Tweetallen.

Materiaal
- kleding zonder ritsen en knopen en bij voorkeur met lange mouwen en broekspijpen
- matten.

Doel van het spel
Geknield, elkaar (om de beurt) in zijwaartse richting uit balans brengen of omduwen.

Speelruimte
Zaal met aaneengeschoven judomatten of een schone grasmat.

Organisatie
- verwijder obstakels rond de mat
- maak tweetallen en zet deze op veilige afstand van elkaar
- verboden handelingen voorkomen, spelregels bewaken.

Uitleg
- ga rechtop op je knieën op de mat zitten, tegenover elkaar (niet met je billen op je hielen)
- houd elkaar stevig met beide handen aan de mouwen vast
- stuur elkaar om de beurt afwisselend en zo ver mogelijk naar rechts en naar links uit balans en tenslotte weer terug in balans.

Regels
- blijf rechtop op je knieën zitten
- werk samen
- niemand mag met het hoofd de mat raken
- alles wat pijn kan doen, mag niet: voorzichtig dus!
- 'stop is stop!': als een speler wil stoppen, moet de ander dat respecteren
- voorkom verboden handelingen en bewaak de spelregels.

Makkelijker
- laat de spelers bewegen zonder elkaar daarbij los te laten: beide liggen op commando en in sneltempo op de rug, op de buik, op de zij, gaan zitten op de hurken of gaan staan
- werk mee, bied geen weerstand.

Moeilijker
- laat de spelers elkaar helemaal uit balans duwen, mét omvallen van de partner en blijf elkaar aan de mouwen vasthouden
- probeer elkaar helemaal uit balans te krijgen of te controleren, je partner geeft hierbij weerstand.

Tips
- laat kinderen zélf een oefenpartner kiezen en van partner wisselen.
- spreek af hoeveel keer of hoe lang er samen wordt geoefend.
- betrek kinderen actief bij het spel:
  - hoe kan het spannender of leuker?



Spel 3

- wat spreken we met elkaar af?
- oefenen in 3-ritme: naar rechts, naar links en omver naar rechts en van links naar rechts en omver naar links

Spel 2: Ballenroof
Aantal spelers
Minimaal twee.

Materiaal
- kleding: zie spel 1
- minimaal één bal per tweetal.

Doel van het spel
- samen een eerlijke manier vinden om de bal van je partner (bewaker van de bal) af te pakken
- hetzelfde geldt om een bal te kunnen afschermen van de rover.

Speelruimte
Zie spel 1 of op een dikke valmat.

Organisatie
Zie spel 1.

Uitleg
- één van de twee spelers beschermt de bal(len)
- ontdek samen een eerlijke manier om een bal af te pakken
- ontdek samen een eerlijke manier om die bal af te schermen als je partner hem probeert af te pakken.

Regels
Zie spel 1.

Makkelijker
- laat de bewaker meewerken, geen of weinig weerstand bieden
- laat drie grote ballen vasthouden, er hoeft er maar één afgepakt te worden
- zet twee spelers in om de bal af te pakken.

Moeilijker
- bouw de weerstand op, speel tenslotte in competitie met elkaar
- speel met twee spelers die de bal(len) beschermen, tegen één speler die probeert om de bal(len) af te pakken.

Tips
- laat kinderen zélf een oefenpartner kiezen en zo mogelijk ook eens van partner wisselen
- spreek af hoe lang er samen wordt geoefend
- in plaats van ballen kun je kussens of doeken gebruiken
- speel het spel met meertallen of groep tegen groep
- betrek kinderen actief bij het spel:
  - hoe kan het spannender of leuker?
  - wat spreken we met elkaar af?
  - bij twijfel over spelregels geldt: dat wat je samen afspreekt is bindend, totdat een nieuwe afspraak gemaakt wordt.

Wedstrijd
- laat winnaars tegen elkaar spelen; wie wordt kampioen?
- welke groep heeft na vijf minuten de meeste ballen in bezit?

Spel 3: Klokje rond
Aantal spelers
Minimaal twee.

Materiaal
Zie spel 1.

Doel van het spel
- spelenderwijs (vast-)houdgrepen oefenen
- leren de bewegingen van een onderpartner te controleren
- leren de controle van een bovenpartner te verstoren of over te nemen.

Speelruimte
Zie spel 1.

Organisatie
Zie spel 1.

Uitleg:
- één van het tweetal ligt op de rug, die noemen we 'onderpartner'
- de ander is 'bovenpartner' en ligt met zijn borst op de borst of schoudergordel van de onderpartner
- de bovenpartner probeert op het bovenlichaam van de onderpartner rond te draaien, zonder controle te verliezen of naast de partner op de mat te belanden.

Regels
Zie spel 1.

Makkelijker
- geef aan dat de onderpartner moet meewerken en daarbij geen of weinig weerstand biedt.

Moeilijker
- laat de onderpartner de weerstand opvoeren en tenslotte, als spel, de controle.

Tips
- laat kinderen zélf een oefenpartner kiezen en zo mogelijk van partner wisselen
- spreek af hoe lang er samen wordt geoefend
- de onderpartner kan weerstand opvoeren door:
  1 te spelen met de handen aan de eigen broekspijpen vast of
  2 de handen te gebruiken om zich daarmee op de mat te kunnen afzetten of
  3 de handen te gebruiken om de bovenpartner weg te duwen.

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 28

Spel 4: Kom op, sta op!
Aantal spelers
Minimaal twee.

Materiaal
Zie spel 1.

Doel van het spel
- samen leren om het bewegen van de onderpartner te kunnen controleren
- leren om het controleren door de bovenpartner te verstoren en zelf de controle over te nemen.

Speelruimte
Zie spel 1.

Organisatie
Zie spel 1.

Uitleg
- één van het tweetal ligt op de rug, op de buik of zit op onderarmen en knieën: dit is de onderpartner
- de ander is bovenpartner en die houdt de onderpartner stevig vast
- de onderpartner probeert rechtop op de knieën te gaan zitten of te gaan staan
- ontdek samen om als onderpartner op een eerlijke manier vrij te komen uit de controlegreep van de bovenpartner.

Regels
- alles wat pijn kan doen, mag niet: voorzichtig dus!
- 'stop is stop!': als een speler wil stoppen, is dat bindend
- het hoofd van je partner mag niet worden omklemd.

Makkelijker
Laat de onderpartner weinig weerstand bieden.

Moeilijker
Probeer als onderpartner de weerstand op te voeren en tenslotte, in competitievorm, overeind te komen of de controle over te nemen.

Tips
- laat kinderen zélf een oefenpartner kiezen en zo mogelijk van partner wisselen
- spreek af hoe lang een controle maximaal mag duren (25 seconden)
- de onderpartner kan weerstand opvoeren door:
  1 te spelen met de handen aan de eigen broekspijpen vast of
  2 de handen te gebruiken en de bovenpartner daarmee van het lichaam weg te duwen
- neem een time-out naar behoefte.

Spel 5: Van de mat af
Aantal spelers
Minimaal twee.

Materiaal
- zie spel 1
- dikke valmat met kleinere matten daaromheen.

Doel van het spel
- proberen op de valmat te blijven en
- je partner(s) helemaal van de valmat af te stoeien.

Speelruimte
Een zaal met aaneengeschoven (judo)matten of een dikke valmat met daaromheen matjes of een schone grasmat.

Organisatie
- verwijder obstakels rond de mat
- zet maximaal drie tweetallen op de dikke valmat
- houd de spelers in tweetallen op de valmat en op veilige afstand van elkaar.

Uitleg
- ga op je knieën op de valmat zitten, niet staan
- probeer samen een eerlijke manier te ontdekken om je partner(s) van de mat te stoeien
- houd contact met de bovenkant van de dikke valmat om mee te blijven doen in het spel
- wanneer alle contact met de bovenkant van de valmat is verloren, krijg je een strafpunt en doe je gewoon weer mee.

Regels
- zie spel 4
- je mag niet gaan staan op de dikke valmat
- je bent nooit 'af', je mag altijd weer meedoen
- bewaak de spel- en veiligheidsregels goed.

Makkelijker
- speel met één tweetal op de mat, de aanval is dan minder onverwacht
- laat samenwerken in tweetallen, twee tegen twee.

Moeilijker
- laat met een groep stoeien, bijvoorbeeld met zes personen per valmat dus met drie tegen drie over een ieder voor zich; de aanval kan dan van alle kanten komen
- laat spelers die van de valmat zijn gestoeid, zittend op de knieën of staand naast de valmat proberen om een speler van de valmat te krijgen, als dat lukt mag je weer meedoen.

Tips
- laat kinderen zélf een plaats en een partner kiezen
- spreek af hoe lang er wordt gespeeld
- neem een time-out naar behoefte, stoeien is erg inspannend
- overleg met de spelers hoe het spel leuker kan worden gemaakt en probeer dat uit: bedenk nieuwe regels met de spelers, dan wordt het hún spel.

De beschreven spel- en lessuggesties staan ook in het activiteitenboek voor groepsleiding *Aan de slag met sporten in de BSO* (Buitenschoolse opvang) van het NISB (Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen). Ze zijn gebaseerd op het boek *Opvoeden door stoeien*, geschreven door Yos Lotens en uitgegeven door Elmar, isbn 903891562-4, € 16,95.

Yos Lotens is judoleraar, remedial teacher psychomotoriek en leraar in het onderwijs. Hij heeft al verscheidene artikelen en boeken over jeugdjudo gepubliceerd.

Foto's: Patrick Kool, www.fotoline.nl

CORRESPONDENTIE: yoslotens@hetnet.nl

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 29

AANKONDIGING

VRIJDAG 26 AUGUSTUS 2005!

DOE MEE AAN DE SCHOLENTRIATLON

Dit kalenderjaar is er weer een scholentriathlon op 26 augustus 2005. De start zal zijn om 15.30 uur. Het wordt de derde keer dat dit scholenevenement wordt gehouden, de dag voor de grote Holland Triatlon in Almere Haven. Scholieren mogen gebruikmaken van dit officiële parcours. Natuurlijk zijn de afstanden aangepast zodat het voor scholieren uit het voortgezet onderwijs een leuke uitdaging is om mee te doen.



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Fietshelmen zijn verplicht

De afstanden zijn; 400 m zwemmen in buitenwater (de havenkom in Almere Haven), 18 km fietsen en 4 km hardlopen op een veilig parcours (Gooimeerdijk). Het parcours is volledig beveiligd door duikers en posten van de organisatie van de grote Holland Triatlon die de volgende dag wordt gehouden.

GRATIS DEELNAME

De deelname is gratis! De Holland Triatlon kent vele sponsoren, daarom is het mogelijk scholieren gratis te laten deelnemen en prijsjes te geven. Voorwaarde is wel dat de deelnemers zijn ingeschreven in het schooljaar 2005-2006 bij de betreffende school, en dat een contactpersoon van de school de inschrijving regelt. Dit i.v.m. de verzekering. Er dient een begeleider van de school mee te gaan die de contactpersoon is met de organisatie en het aanspreekpunt voor de school op de dag van de scholentriathlon. Een leuke uitdaging voor een docent LO om zijn leerlingen hiervoor enthousiast te maken en te begeleiden. De scholen dienen uiteraard wel zelf voor vervoer en materiaal te zorgen. Fietshelm zijn verplicht maar worden door de organisatie beschikbaar gesteld.

MOTIVATIE

De motivatie om mee te doen kan zijn om te strijden met de snelsten. Maar het volhouden en een persoonlijk record neerzetten kan ook de uitdaging zijn. Hoe dan ook er is voor iedere deelnemer na afloop een medaille en een t-shirt en een uitnodiging 's avonds voor een gratis atletenbuffet op de boot die in de havenkom ligt.
Voor de allersnelsten zijn er bekers te winnen in de volgende categorieën;

1. jongens t/m 14 (15) jaar (geboortedatum vanaf 1 januari 1990)
2. meisjes t/m 14 (15) jaar
3. jongens 15 t/m 18 (geboortedatum voor 1 januari 1990 en vanaf 1 januari 1987)
4. meisjes 15 t/m 18 jaar.

Voor deelnemers ouder dan 18 jaar (geboren voor 1 januari 1987) is er nog een aparte categorie omdat ook ROC's deel mogen nemen. Als grens van de geboortedatum wordt 1 januari aangehouden.

Verder is er voor de scholen een prijs te verdienen voor de school met de tien snelste deelnemers uit de verschillende categorieën. Wil je als school strijden voor deze enorme wisselbeker dan is het zaak met leerlingen uit alle categorieën in te schrijven, want uit iedere categorie worden de twee snelste deelnemers gerekend voor de snelste schooltijd, plus de twee snelste overall tijden. Deze schooltijd (tien keer de tijd van een 1/10^{e} triathlon) is leuk om te vergelijken met de tijden van de grote triathlon een dag later. Maar het is ook mogelijk met slechts enkele leerlingen in te schrijven in het individuele klassement.

GROEIENDE BELANGSTELLING

De belangstelling voor dit zomerspektakel groeit. Er zijn steeds meer scholen die inschrijven. Op de site *www.scholentriathlon.nl* is informatie te lezen over deze triathlon zoals hij in 2004 heeft plaatsgevonden, inclusief trainings- en voedingadviezen van Rob Barel voor de jeugdige deelnemers. Bovendien geven de vele foto's een goede indruk van de sfeer en het parcours. Ondanks het slechte weer heeft die dag toen heel wat leuke plaatjes opgeleverd.

Heeft u met uw school belangstelling dan kunt u een inschrijfformulier aanvragen per e-mail via onderstaand adres. Verder kunt u flyers en posters gratis bestellen die deze scholentriathlon aankondigen via het besteladres op de website *www.scholentriathlon.nl* als deze weer up to date is voor 2005, zodat u op uw school bekendheid kan geven aan dit uitdagende evenement.

CORRESPONDENTIE:

m.massink1@chello.nl

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 30

BEWEGEND VAN NIETS NAAR ...

In januari 2004 is een projectgroep gestart met het schrijven van een projectplan voor een nieuwe school. In september van dit jaar beginnen de eerste leerlingen in een noodvoorziening aan hun middelbare schoolcarrière. Een nieuw begin, in een nieuwe wijk met het nieuwe leren. Voor het vak Bewegen en Sport biedt een nieuwe school onbegrensde mogelijkheden. Alhoewel, onbegrensd? Een overzicht van de keuzes, de grenzen, van de ontwikkeling van Bewegen en Sport. ***Door Michel Spittje***

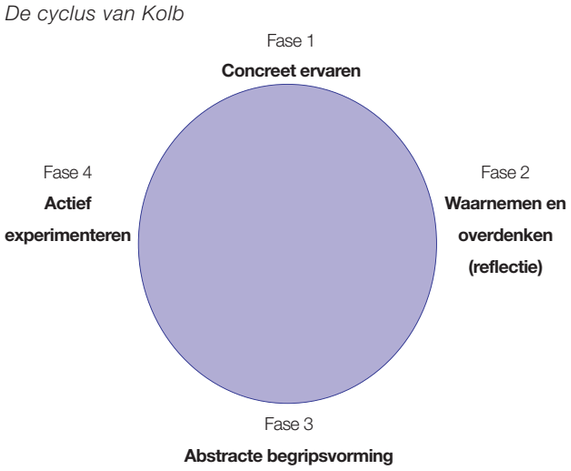
In maart 2004 was het eerste projectplan gereed. Er is gekozen voor een ander soort onderwijs. In plaats van klassen zijn er leertuinen, vakken staan niet meer centraal, maar er wordt gewerkt aan thema's. In plaats van docenten zijn er straks onderwijsassistenten, studiebegeleiders, begeleidende docenten en experts. Bovendien neemt de nieuwe school deel aan een samenwerkingsverband met een kunsteducatieve instelling (deze instelling verzorgt cursussen en activiteiten theater, muziek, dans, schrijven en beeldende vakken in de stad) de bibliotheek, een artotheek en de mediatheek.

Door de samenwerking heeft de school de mogelijkheid om echt anders te zijn dan een reguliere school voor het voortgezet onderwijs. Cultuur is één van de drie pijlers voor het onderwijs op deze school. Naast 'cultuur' zijn 'innovatie' en 'samen' de elementen die het onderscheidende karakter van de school gestalte moeten gaan geven.

KEUZES MAKEN

Tijdens het gehele proces van theorie naar praktijk, van projectplan naar thema's, heeft de projectgroep keuzes, aannames moeten maken. Dit gehele proces van keuzes maken, van schrappen, van aanvullen, van brainstormen is noodzakelijk. Het maakt duidelijk om welke redenen de keuzes worden gemaakt. Enkele keuzes die directe gevolgen hebben voor het vak Bewegen en Sport staan hieronder vermeld.

De cyclus van Kolb



- We willen weg van het eenrichtingsverkeer van het huidige onderwijs. Leerlingen moeten zelf kunnen kiezen hoe, en welke, leerstof zij tot zich willen nemen. Dit kunnen zij doen door te luisteren of door zelf op te zoeken in boeken of via het Internet of door zelf eerst te ervaren (leerfasen van Kolb zie tekening). Deze mogelijkheden moeten wij onze leerlingen bieden.
- Er is een bepaalde nieuwsgierigheid om ervaringen op te doen, om dingen te leren. Wij willen aansluiten bij de beginnersgeest en daarom moeten we weten wat leerlingen willen leren, ervaren. Daarnaast beseffen we terdege dat bepaalde zaken ook domweg geleerd moeten worden. Je moet de Engelse taal machtig zijn. Je moet de pythagorasstelling weten. Expliciet leren hoort er ook bij.
- Daarnaast is het van belang dat elke docent inzicht krijgt in de andere vakken. Zo is het mogelijk om de samenhang te zien tussen de vakken. Wat heeft een spelletje volleybal met de pythagorasstelling te maken?

Bewegen en Sport is bij uitstek een vakgebied waar een leerling betekenis kan geven aan leerstof, ervaringen op kan doen, zijn vaardigheden kan benutten en ontwikkelen en kan oefenen in een bepaalde context. De leerling kan door Bewegen en Sport schakelen tussen expliciet leren en impliciet leren en andersom. Leerlingen leren met emotie.

COMPETENTIEMATRIX

Ik, als lid van de projectgroep, had de behoefte om niet alleen aan te geven dat leerlingen leren basketballen tijdens de les Bewegen en Sport, maar dat het nog om zoveel zaken meer gaat. Samenwerken, elkaar coachen, creativiteit, strategisch denken, etc. Het gaat dus om competenties. Deze competenties zijn het bindmiddel met andere vakken en door deze samenhang met andere vakken kunnen leerlingen betekenis geven aan hun leren.

Om inzicht te verschaffen in het vak Bewegen en Sport heb ik een competentiematrix gemaakt. Deze matrix is een uitwerking van een competentielijst die Hogeschool INHOLLAND gebruikt. De competenties zijn aangepast naar het vak Bewegen en Sport en toegespitst op de situatie voor een middelbare school. Deze matrix bestaat uit 22 competenties. (strategisch denken, creativiteit, samenwerken, leidinggeven, etc.).

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 31



FOTO: MICHIEL SPITTJE

Leerlingen zijn op eigen niveau bezig

Elke competentie is beschreven en uitgewerkt naar gedragingen. Deze competenties en gedragingen zijn weer verdeeld over 6 leerjaren (zie strategisch denken op pag. 32).

In het eerste leerjaar is het vooral aanreiken van kennis en vaardigheden. In het tweede leerjaar staat de bewustwording centraal van competenties en in het derdeleerjaar worden competenties toegepast in een eenvoudige situatie. Naarmate het schooljaar vordert worden de situatie van eenvoudig naar steeds complexer en dit loopt door tot aan het einde van het vierde leerjaar. In het vijfde leerjaar ontwikkelen leerlingen hun competenties in een groter relationeel verband, maar nog steeds binnen de veilige ommuring van het schoolgebouw. Gedurende het zesde leerjaar is de ontwikkeling vooral naar buiten (samenleving) gericht.

Daar stond dan die matrix met 22 competenties, met zes leerjaren en met 250 gedragingen. Als een leerling al deze competenties tot in de finesse zou beheersen dan is dat een superleerling. Hij kan elke HBO- of universitaire opleiding overslaan en hij zou zo bij een multinational aan de slag kunnen. Met andere woorden: het is teveel!

ORDENEN

Nadat ik de conclusie had getrokken dat 250 gedragingen teveel zijn, heb ik direct een pen gepakt en ben gaan zitten strepen. Dit heeft uit-

Wedstrijd kunnen leiden

1e jaar

Onderhandelen

Is in staat om een standpunt in te nemen.

\- -/+ +/- + met hulp zonder hulp

Coachen en ontwikkelen van anderen

Is in staat om feedback te geven op eenvoudige bewegingen van een individu.

\- -/+ +/- + met hulp zonder hulp

Resultaatgerichtheid

Voert werkzaamheden conform instructies uit.

\- -/+ +/- + met hulp zonder hulp

Heeft inzicht in de eigen taak en verantwoordelijkheden.

\- -/+ +/- + met hulp zonder hulp

Houdt zich bezig met de gestelde prioriteiten en laat zich niet afleiden.

\- -/+ +/- + met hulp zonder hulp

Houdt zich aan gemaakte afspraken.

\- -/+ +/- + met hulp zonder hulp

Samenwerken

Reageert actief op anderen.

\- -/+ +/- + met hulp zonder hulp

Sensitiviteit

Toont respect voor verschillende zienswijzen.

\- -/+ +/- + met hulp zonder hulp

eindelijk tot het volgende onderscheid geleid:

- competenties gerelateerd aan Bewegen en Sport
- competenties gerelateerd aan algemene vaardigheden
- competenties gerelateerd aan thematische vaardigheden.

Competenties gerelateerd aan Bewegen en Sport

In deze categorie zijn er uiteindelijk maar drie hoofdcompetenties overgebleven. Deze zijn al eerder in het projectplan genoemd. Dat zijn: Samenwerken, Innovatief handelen en (bewegings)Cultuur. Enkele andere competenties zijn ondersteunend. Het is namelijk nog steeds de bedoeling dat kinderen bezig zijn met spel, turnen, etc. Bewegen staat nog steeds voorop!

Competenties gerelateerd aan algemene competenties

Elke leerling werkt tijdens zijn verblijf aan algemene competenties. Dit zijn competenties die een maatschappelijk belang hebben voor de leerling. Denk daarbij aan: presenteren, debatteren, rollenspel, vergaderen, notuleren, rapporteren, controleren, coachen, instrueren, onderhandelen, etc.

Competenties gerelateerd aan thematische vaardigheden

Wij vinden het van groot belang dat leerlingen betekenis kunnen geven aan leerstof. Er moet een verbinding gemaakt worden van leerstof in een boek naar competent zijn. Het beheersen van kennis en vaardigheden. Wij doen daarbij een beroep op de beginnersgeest van leerlingen. Elke leerling is “getriggerd”om iets te leren. Als je een vakantieliefde in Frankrijk hebt, dan ben je eerder geneigd om Franse woordjes te leren.

Het vak Bewegen en Sport is een uitstekend middel om betekenis te kunnen geven aan leerstof, aan competenties. B.v.: bij wiskunde komt de pythagorasstelling ter sprake. De leerlingen krijgen bij sport en bewegen ’Leg met lint drie volleybalvelden uit. Elk veld heeft rechte hoeken. De leerlingen beschikken over een touw van 5, 4 en 3 meter, lint, netten en palen.’ Door kennis van pythagoras (3-4-5 driehoek) zijn de leerlingen in staat om het juiste speelveld uit te leggen.

REFLECTIE

In het geheel van competentiegericht leren op het Vathorst College gaat de (zelf)reflectie op eigen handelen een grote rol spelen. Wij zijn ervan overtuigd dat leerlingen in staat zijn om verantwoorde keuzes te maken, eigen competenties te ontwikkelen zolang de basis maar goed is. Vergelijk het met een schoen. De schoenzool is de basis van hun ontwikkeling en wat ze er van gaan maken, een sandaal, een skischoen, een hoge pump of een sportschoen, is afhankelijk van de context. Dat is de competentie van de leerling.

Bij elk onderdeel, bijvoorbeeld: wedstrijd kunnen leiden of organiseren of een turnonderdeel, dat in een les Bewegen en Sport voorkomt is een kaart gemaakt. Deze kaart bestaat uit vijf competenties met een aantal gedragingen. Leerlingen scoren zichzelf op deze kaart. – (ik kan het nog niet) -/+ (ik kan het nog niet helemaal) +/- (ik kan het, maar sommige dingen nog niet) + (ik kan het) . Uit gesprekken met leerlingen is naar voren gekomen dat deze werkwijze het prettigst werkt. Leerlingen maken een keuze uit de vier waarderingen. Daarnaast kunnen leerlingen ook aangeven of het ‘met hulp’ of ‘zonder hulp’ bereikt is. Naar aanleiding van deze kaart gaat de begeleidend docent een kort gesprek aan met de leerling. In dat gesprek geeft de leerling door middel van argumenten aan welke punten hij nog wil/moet ontwikkelen.

PRAKTIJK

Soms is het nog koffiedik kijken. Je maakt een inschatting, je creëert een beeld van hoe de lessen gaan lopen. Het is de bedoeling dat de praktijksituatie er als volgt uit gaat zien:
Er zijn meerdere momenten Bewegen en Sport gepland in de week. Leerlingen schrijven zich in voor een les. Er is een maximum gesteld aan het aantal leerlingen per les. Tijdens de les zijn leerlingen bezig

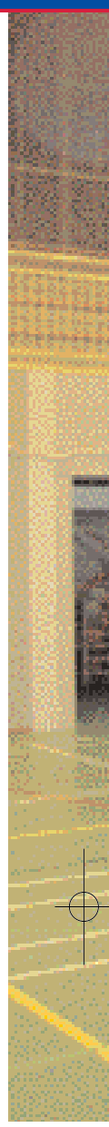


FOTO: MICHIEL SPITTJE

1. Strategisch denken:

Het vermogen om de wijdere school-, klas-, groepsomgeving te analyseren en de kritische, strategische zaken te herkennen die de school, de klas of de groep kunnen beïnvloeden en op basis daarvan een kort of lange termijn plan ontwikkelen. Laat blijken (goed) geïnformeerd te zijn over organisatorische en maatschappelijke ontwikkelingen en kan deze kennis effectief benutten om een gedragslijn uit te stippelen voor de eigen groep of klas of voor zichzelf.

1e jaar	2e jaar	3e jaar	4e jaar	5e jaar	6e jaar
Kan door middel van eenvoudige observaties (eventueel met behulp van een observatieformulier) een leerling, een groep en of klas analyseren. Kan aangeven welke leerling de verschillende activiteiten beter of slechter uitvoert. Kan zijn keuze motiveren. Is in staat om zelfstandig aan een oefening te beginnen..	Is in staat om gelijkwaardige teams samen te stellen. Kan geheel zelfstandig of met anderen een oefening starten, continueren, aanpassen en afsluiten. Weet de verschillende organisatievormen binnen een les te benoemen. Kan een sterkte-zwakte analyse maken van zijn eigen team of activiteit.	Kan anderen beter laten spelen. Is in staat om zijn eigen gedrag af te stemmen op het gedrag van anderen zodat de anderen zich kunnen ontwikkelen. Is in staat om een training te maken en uit te voeren. Is op de hoogte van de verschillende toernooivormen en kan deze in de praktijk ten uitvoer brengen. Kan zijn eigen leerplan ontwikkelen.	Is in staat om instructie te geven aan medeleerlingen. Kan complexe bewegingssituatie ontwikkelen en begeleiden. Kent de grenzen van zijn eigen mogelijkheden en die van anderen. Kan het belang van sporten voor de samenleving aangeven.	Kan op basis van een inventarisatie van sportverenigingen in de omgeving een buitenschools sportprogramma samenstellen. Kan redenen en gevolgen aangeven van zijn eigen sportmotieven.	Organiseert en begeleidt een projectweek voor andere scholieren. Kan een lessenreeks verzorgen voor medescholieren. Ontwikkelt en brengt een bewegingsactiviteit voor ouderen (65+) ten uitvoer.

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 33



FOTO: MICHIEL SPITTJE

Leerlingen coachen elkaar

met het werken aan hun competenties. Lesdoelen worden dus gesteld door de leerling. Uit elk leerjaar kunnen leerlingen zich inschrijven. Leerlingen uit leerjaar 1, 2 en 3 hebben tegelijkertijd les. Door deze heterogene groep leren leerlingen niet alleen van de docent, maar ook van elkaar. De docent geeft 'just in time' informatie. Met deze informatie kunnen de leerlingen de volgende stap maken in hun ontwikkeling.Tevens komen er ook lessen met een vooropgezet doel. De te ontwikkelen competentie en de inhoud van de les zijn van te voren aangekondigd. Leerlingen die de aangeboden competentie willen ontwikkelen schrijven zich in voor deze les.

SLOT

Er is al veel gedaan. In de toekomst is er nog veel te doen. Leerlingen veranderen, de samenleving verandert, competenties veranderen en het onderwijs verandert. Competentiegericht leren is een continu proces van observeren, signaleren, verzamelen, rubriceren, overleggen, brainstormen, conclusie trekken, strategisch handelen, met andere woorden: van competenties ontwikkelen.

Met dank aan:
Els van Noorduyn
Yolanda Willems
Marit van Daal
Maarten Massink

CORRESPONDENTIE: Michel Spittje
Docent LO 'De Amersfoortse Berg'
m.spittje@amersfoortseberg.nl

VAN HET HOOFDBESTUUR

DE KVLO IN 2004

VERKORT JAARVERSLAG

Door: Truus van der Gugten

Het jaar 2004 is een zeer bewogen jaar geweest voor de KVLO met vele hoogtepunten:

- de start van de certificering sportactieve scholen
- de verkiezing van de Sportiefste School van Nederland
- de omvangrijke organisatie van de sluitingsceremonie van het EU-jaar 'Opvoeding door sport': de verkiezing van de Sportiefste School van Europa
- vele geslaagde landelijke studiedagen (PO, SO, Praktijkonderwijs, VO, BVE, LO2 havo/vwo, LO2 vmbo)
- de schoolsportfinales in 'Mission Olympic' met 4000 deelnemers
- geslaagde studiedagen van de afdelingen
- de opzet van een kwaliteitsproject met zelfevaluatie en collegiale visitatie
- de publicatie van het nieuwe beroepscompetentieprofiel
- De eerste steenlegging van de nieuwbouw was op 18 juni 2004 door erevoorzitter Oene Loopstra.

Er waren ook dieptepunten:

- terwijl de KVLO er alles aan doet om het vak boeiend, vernieuwend en van hoge kwaliteit te houden en een bewegingsvriendelijk klimaat te scheppen op scholen voor de jeugd van Nederland waren op het departement van OCW ambtenaren bezig om (de bescherming van) het vak af te breken
- tot een dieptepunt kan ook gerekend worden de voorgenomen maatregelen van het kabinet aangaande prepensioenen en WAO. Dankzij de grote opkomst op zaterdag 2 oktober konden stakingsacties in het onderwijs achterwege blijven.

Tevens vonden in 2004 belangrijke personele wisselingen plaats. In december is algemeen secretaris mw. G.W. van der Gugten afgetreden. Het afscheid is feestelijk gevierd in Slot Zeist met vele aanwezigen.
Op 11 december is mw. drs. B. Zandstra benoemd als algemeen secretaris van de KVLO en mw. L. Westerbeek als manager bureauzaken. Ook de webmaster van *www.kvlo.nl*, de heer S. Retera, heeft afscheid genomen van het hoofdbestuur. Als nieuwe webmaster is de heer A. Gutker de Geus aangetrokken.

ONDERWIJS

Primair onderwijs

Vanuit de KVLO en met name vanuit het bureau onderwijskundige zaken ging veel aandacht uit naar advisering, voorlichting, lezingen en workshops voor directeuren en beleidsambtenaren omtrent de bevoegdheidswijziging Pabo, de inzet van vakleraren en gespecialiseerde groepsleraren en de positie van de LOBOS.
Er waren drie studiedagen gericht op PO: op 31 maart speciaal onderwijs, 2 juni netwerkbijeenkomst, 10 november jaarlijkse studiedag.
Het *Basisdocument* is in vernieuwde vorm verschenen.

Voortgezet onderwijs

In het voortgezet onderwijs vonden veel ontwikkelingen plaats.
De onderbouw zal met ingang van 2007 worden vernieuwd.
De KVLO zal daartoe samen met de SLO een basisdocument LO voor de onderbouw ontwikkelen. Op het departement van OCW lagen voorstellen om de bescherming van LO af te bouwen. De KVLO heeft zich daartegen sterk verzet. Dit betreft met name de omvang van LO1. Wat betreft LO2 voor havo/vwo is er sprake van om LO2 als profielkeuzevak aan te wijzen in profiel N&G. Een besluit daarover moet nog volgen.
Netwerken LO1 floreren. In het vmbo zijn 21 pilotscholen gestart met LO2 vmbo.
50 Scholen hopen in 2005 van start te mogen gaan. (Toevoeging redactie: helaas is het verzoek te mogen starten niet gehonoreerd.)
'Kwaliteitsmeting op de sportvloer' is gestart op drie scholen. De formule lijkt succesvol; tien scholen zullen aan de vervolgmeting deelnemen.
Diverse studiedagen gericht op het VO zijn gehouden ondermeer: landelijke studiedag VO op 30 januari, LO2 studiedag 23 april, LO in het praktijkonderwijs op 24 november.

Bve

De activiteiten van de KVLO binnen het Bve-veld (Beroepsonderwijs en volwassenen educatie) kunnen worden onderscheiden in drie onderdelen:
a. Servicepunt Bewegen en Sport Bve
b. Platform Bewegen en sport Bve
c. Veldadviesgroep Bve.
De onderdelen a. en b. worden uitgevoerd in samenwerking met het project Aantrekkelijk bewegen dat de Bve-raad uitvoert in opdracht van het Ministerie van OCW.

ARBEIDSVOORWAARDEN EN INDIVIDUELE RECHTSPOSITIE

Individuele rechtspositie

Leden bleven ook in 2004 veelvuldig een beroep doen op advies en hulp van de afdelingen individuele rechtspositie.
De sociale onrust over wijzigingen in bijvoorbeeld WAO, WW en prepensioen, met gevolgen voor het onderwijs, was merkbaar in het soort vragen. Ook is er duidelijk meer belangstelling over beroepsaansprakelijkheid nu 'anders' opgeleiden toegang tot het vak LO krijgen. De e-mail mogelijkheid om contact te hebben met de afdeling IRP is drempelverlagend maar door de vaak summiere vraagstelling voor de secretaresse en de juristen van de afdeling IRP verzwarend. Wel is er hierdoor een geringe vermindering van het aantal telefonische consulten.

Georganiseeerd Overleg

In 2004 is het overleg tussen overheid en werknemersorganisaties moeizamer verlopen dan ooit. Kwade voornemens en een halsstarrige opstelling van het kabinet leidden tot massale acties. Uiteindelijk resulteerde een en ander toch in een sociaal akkoord.

Sector-CAO's

In de onderscheiden sectoren in het onderwijs zijn CAO's afgesloten met een looptijd tot 1 januari 2005.



FOTO: HANS DIJKHOFF

Winnaars Europese verkiezing

Decentraal Georganiseerd Overleg
In de CAO zijn de onderwerpen waarover dit overleg bijeengeroepen moet worden vastgelegd. Uitkomsten van de CAO-onderhandelingen kunnen dus invloed uitoefenen op de hoeveelheid en aard van de onderwerpen die in het DGO worden besproken. Een duidelijke trend is op dit moment waarneembaar, zaken die tot voor kort aan het DGO waren voorbehouden zijn inmiddels voorbehouden aan het overleg tussen schoolleiding en (P)(G)MR.

EXTERNE CONTACTEN

CMHF
De CMHF is de Centrale waarbij de KVLO is aangesloten. Het is een Centrale van verenigingen. Dankzij deze aansluiting bij de CMHF is de KVLO betrokken bij het georganiseerd overleg en kan de KVLO een rol van betekenis spelen in de belangenbehartiging van haar leden.
De CMHF zelf speelt een rol in het overleg op centraal niveau onder meer over pensioenaangelegenheden, werkgebied en sociale zekerheid.
Verder heeft de CMHF een coördinerende rol in het sectorale CAO-overleg.

Voorlichting, Advisering en Scholing (VAS)
De KVLO heeft binnen de CMHF onderwijsbonden de organisatie van de voorlichting en scholing op zich genomen op het terrein van de arbeidsvoorwaarden.
VAS heeft in 2004 verspreid over het land één- en meerdaagse cursussen georganiseerd. Ook verzorgde VAS cursussen die specifiek op een school toegesneden zijn.
VAS/KVLO verzorgde tevens vakinhoudelijke scholingen. Het aantal cursisten dat voorlichting en scholing ontving in 2004 bedroeg bijna 1500.

Steunpunt MR
Een groot aantal vragen betrof in het VO de invoering van Fuwa-VO 2002.
Door deze steunpunten kan een eerstelijns ondersteuning geboden worden in verschillende vormen.
Naarmate de bevoegdheden van het DGO teruglopen kan de rol van de MR-steunpunten in combinatie met het scholingsaanbod een belangrijke rol gaan spelen in het aanbod van ondersteunende diensten aan de leden.

Fuwa-VO
In de CAO-VO 2003-2005 is bepaald dat Fuwa-VO 2002 het systeem is waarmee de functies in het VO dienen te worden beschreven en gewaardeerd. Afhankelijk van de afspraken op basis van de CAO geldt dat de werkgever of per 1 augustus 2004 of uiterlijk per 1 augustus 2005 alle functies op basis van Fuwa-VO moeten hebben beschreven en gewaardeerd.

Bestuur NISB
Op voordracht van het hoofdbestuur maakt Gert van Driel deel uit van het bestuur van het Nederlands Instituut van Sport en Bewegen.

Een zestal bestuursvergaderingen konden worden bijgewoond.

Platform LO
Het Platform bestaat uit vertegenwoordigers van KVLO, vijf ALO's, Pabo-netwerk en Inspectie. De onderwerpen waren:
- Leergang LO via Pabo
- Studiedag PO, 10 november Tilburg
- Studiedag SO, 31 maart Amsterdam
- Studiedag VO (19 januari 2005)
- LO in de onderbouw (advies Taakgroep basisvorming)
- SLO producten
- LO2 in vmbo
- Studiedag LO2
- Herziening tweede fase VO
- LO in Bve
- Studiedag praktijkonderwijs
- Onbevoegd lesgeven
- EYES
- Huisvestingszaken.

Turnplatform
Het Turnplatform is op 4 november 1989 opgericht met de bedoeling de deskundigheid omtrent het turnen in school en vereniging te bundelen in een inhoudelijk platform, om daardoor de kwaliteit van het turnaanbod in de meest brede zin te verbeteren. Dit platform bestaat uit vertegenwoordigers van de KVLO, de KNGU, de NFWS/NVWIG, de NCS, de NKS, de ALO's en de roc's (Opleidingen voor Sport en Bewegen). Het platform organiseert regelmatig onder voorzitterschap van de KVLO een landelijke studiedag.

Motorische Remedial Teaching
De MRT-cursus, die de KVLO samen met Fontys Sporthogeschool en OSO in Tilburg verzorgt, loopt goed. De cursus is een tweejarige deeltijdstudie. Tevens is er een één-jarige voltijdstudie voor studenten die nog één jaar studiefinanciering over hebben.

Werkgroep School en Sport
Het project School en Sport heeft als hoofddoelstelling: de kwaliteit en kwantiteit van sport- en bewegingsgedrag onder de schoolgaande jeugd toe te laten nemen waardoor er meer bagage wordt meegegeven voor de volgende levensfasen op het gebied van gezond en plezierig sport- en bewegingsgedrag.

Programmadoelstelling 2002-2005:
1 bescheiden maatschappelijke verandering in de richting van de hoofddoelstelling
2 ontwikkeling instrumenten, draagvlak, expertise als randvoorwaarde om programmadoelstelling programma (2005 –2008) mogelijk te maken.

Programmadoelstelling 2005-2008:
1 brede verspreiding door het hele land in de richting van de hoofddoelstelling.

Schakeldag
Op 25 november was de landelijke schakeldag school en sport. Doelstelling was de deelnemers meer te informeren over de mogelijkheden van school en sport. De methodiek School en Sport werd gepresenteerd.

Verkiezing Sportiefste School
Als sportiefste school van Nederland in 2004 is op 16 april uitgeroepen het Echnaton College in Almere. Bij de verkiezing van de sportiefste school van Europa op 3 december werd het Echnaton tweede. De school uit Engeland verwierf de begeerde titel van sportiefste school van Europa.

Certificering Sportactieve Scholen
In 2004 hebben elf scholen het vignet sportactieve school 2004-2005 van KVLO en NOC*NSF ontvangen.

Nationale Sportweek
De Nationale Sportweek 2004 is gehouden van 9 tot 18 april. Deze week is voor de tweede maal gehouden en het aantal activiteiten is groeiend.

Onderzoek 'Kwaliteit van lichamelijke opvoeding'
Binnen het W.J.H. Mulier Instituut wordt onder meer onderzoek gedaan naar de kwaliteit van de lichamelijke opvoeding. Het onderzoek wordt geleid en gecoördineerd door respectievelijk prof. dr. Paul De Knop en dr. H. Stegeman. De vijf academies voor lichamelijke opvoeding participeren in de uitvoering.

Platform VVVO
Platform VVVO is een overkoepelende vereniging van de *vakinhoudelijke verenigingen* in het voortgezet onderwijs en fungeert als gezamenlijke spreekbuis en aanspreekpunt. De invloed van de vakverenigingen versterken, daar gaat het om.

Het afgelopen jaar werden de *activiteiten* van het Platform en de aangesloten verenigingen vooral bepaald door de geplande onderwijsvernieuwingen: de herziening van de basisvorming, de maatregelen voor de tweede fase (profielcommissies) en invoering van de leerwegen in het vmbo (platform beroepsgerichte vakken). Daarnaast is er aandacht voor leergebieden, examens en het kwaliteitsonderzoek lichamelijke opvoeding.

NOC*NSF
Het aantal overlegsituaties en samenwerkingsverbonden tussen KVLO en NOC*NSF is ook dit jaar weer toegenomen, mede dankzij de enthousiaste inzet van voorzitter NOC*NSF mevrouw E. Terpstra. We noemen ondermeer: project School en Sport, Mission Olympic, Eyes 2004, verkiezing sportiefste school van Nederland, verkiezing sportiefste school van Europa, certificering sportactieve scholen, fairplay alsmede de actie voor vijf uur bewegen per week (drie uur onderwijs in school en twee uur sport buiten school).

European Physical Education Association (EuPEA)
De EuPEA is een Europese vakbond voor leraren lichamelijke opvoeding, georganiseerd als koepelorganisatie. De EuPEA behartigt het Europees vakbelang voor de LO, het lerarenbelang en de lerarenopleidingszaken. De Forumbijeenkomst waarbij 20 landen aanwezig waren werd gehouden in Ljubljana van 15 tot 17 oktober.

DE VERENIGING INTERN

Beleid KVLO
Het jaar 2004 is voor de vereniging een jaar waarin door alle medewerkers erg hard is gewerkt en met succes. Daarnaast is door de besturingsfilosofie van de overheid en de daarmee gepaard gaande deregulering de kwaliteit van de lichamelijke opvoeding op de scholen opnieuw onder druk komen te staan.
Het jaar 2004 was door de Europese Commissie uitgeroepen tot het jaar van 'Opvoeding door Sport' (Eyes). Met name de bijdrage die de KVLO heeft kunnen leveren bij de slotmanifestatie op 2 en 3 december op Papendal heeft veel waardering gekregen, zowel nationaal als internationaal.
Bij het JLF verscheen het vernieuwde 'Be-

roepscompetentieprofiel' voor leraren lichamelijke opvoeding.
Ook het project 'Kwaliteit van de vaksectie' is afgerond.
Tevens zijn afspraken gemaakt die het mogelijk moeten maken om aan de leden vanaf september 2005 de mogelijkheid te bieden zich te laten registreren als leraar LO.
Veel zorg baart het bestuur de inzet van leraarondersteuners in het onderwijs.
Vanuit de opleidingen S&B is er een grote druk op het werkveld om stagiaires vanuit het MBO op te nemen in het onderwijs.
Deze situatie roept veel ongenoegen op bij de leden en bij de HBO-opleidingsinstituten.
De KVLO heeft meerdere malen aandacht voor dit probleem gevraagd bij zowel het Ministerie van OCW als bij fracties van de Tweede Kamer.
In het voortgezet onderwijs is de KVLO met het Ministerie van OCW in gesprek geraakt over een tweetal wetswijzigingen, een voor de onderbouw en een voor de tweede fase, die beide maken dat de minimumlessentabel vanuit het ministerie weer onder vuur komt te liggen.

Ledenvergaderingen
In 2004 zijn er twee ledenvergaderingen gehouden.
1 De voorjaarsvergaderingen op 28 mei te Maastricht.
De jaarrede van voorzitter Gert van Driel had als titel:
'Sport, context en doel van de lichamelijke opvoeding; over vanzelfsprekende waarden van sportbeoefening'.
De presentatie van de heer Paul van Maanen, directeur VO van het ministerie van OCW behelst het belang van samenwerking in de BOS-driehoek en de doelstelling van het EU-jaar 2004.
De presentatie van mevrouw Erica Terpstra, voorzitter NOC*NSF, spreekt over de samenwerking tussen KVLO en NOC*NSF.
De presentatie van collega Robert van Westing, rector van OSG Echnaton, de sportiefste school van Nederland in 2004, geeft aan hoe de school de award heeft verdiend.
Het afscheid van de hoofdbestuursleden, de heer Servé Retera en de heer Dirk Speelman heeft hier plaatsgehad.
2. De wintervergadering is gehouden op zaterdag 11 december in het Slot Zeist.
Mw. Baukje Zandstra is benoemd tot algemeen secretaris en mw. Truus van der Gugten heeft afscheid genomen.

Kaderbijeenkomst
Op 30 maart is er een kaderbijeenkomst gehouden in de Jaarbeurs te Utrecht van 14.00-20.00 uur.
De thema's waren:
- Geweld en agressie binnen de school
- Kwaliteitszorg in de praktijk
- Problematiek met betrekking tot LOBOS.

19 Afdelingen waren vertegenwoordigd.

Financiële commissie
De financiële commissie is een adviescommissie voor hoofdbestuur en afdelingen.
De commissie is in 2004 tweemaal bijeen geweest en heeft de nodige bemoeiingen gehad met de jaarcijfers over 2003 en heeft op 3 november de begrotingsvoorstellen voor 2005 met de daarbij behorende contributievoorstellen besproken.

Schoolsport
Het KVLO schoolsportprogramma heeft een succesvol jaar achter de rug. De deelname van scholen aan de vele verschillende sporten was groot.
De finales van de meeste schoolsporttoernooien werden gehouden tijdens de Mission Olympic op 4 juni in het Olympisch Stadion te Amsterdam met ongeveer 4.000 deelnemers (80 bussen!).

Adviesraad School en Sport
Op 7 september is de Adviesraad 'School en Sport' geïnstalleerd. Zij adviseert het hoofdbestuur van de KVLO gevraagd en ongevraagd over aangelegenheden op het brede terrein van 'School en Sport'.

Commissie bewegingsonderwijs primair onderwijs
De commissie adviseerde het hoofdbestuur in 2004 over: LOBOS, strategie meer vakonderwijs, studiedagen BO en SO, functioneren duale vakleraar, studenten met arbeidscontracten in het onderwijs en Groninger Sport Model.

Netwerken Primair Onderwijs
Er is vanuit zes netwerken in samenwerking met de KVLO een SLO-veldaanvraag ingediend voor 2005 met als onderwerp: Het toepassen van kwaliteitszorgsystemen binnen bewegingsonderwijs op basis van zelfevaluatie. De veldaanvraag is gehonoreerd.

Huisvesting
Ook in 2004 richtten velen, zowel leden, gemeenten, directies, bouwers als architecten, zich tot de KVLO om advies inzake huisvestingsaangelegenheden.
Ook de KVLO website, die in augustus via een knop huisvesting met daarachter zeer veel informatie, zeer gebruiksvriendelijk is geworden, is zeer frequent bezocht.
Het rapport KVLO-normen voor gymzalen is in november ter goedkeuring voorgelegd aan alle afdelingen. Inhoudelijke afstemming heeft plaatsgevonden met de projectgroep inventarislijsten VO. De inventarislijsten staan vanaf november op *www.kvlo.nl*. Daarmee hebben beide projectgroepen hun opdracht beëindigd.

Bezoeken ALO's
Op alle vijf ALO's zijn voorlichtingsbijeenkomsten gehouden, veelal in tweede-, derde-, en vierdejaar.
De voorlichting betrof zaken betreffende de vakorganisatie, onderwijskundige thema's of arbeidsvoorwaardelijke thema's.

PR en Communicatie
Er zijn gedurende een verenigingsjaar continu momenten en activiteiten waarop de KVLO contacten onderhoudt met haar publieksgroepen. Anders gezegd, PR en Communicatie is een doorlopend proces. Tijdens Mission Olympic, tijdens diverse studiedagen en conferenties, tijdens de Nationale Sportweek, via de website *www.kvlo.nl*, via het blad *Lichamelijke Opvoeding*; het zijn slechts enkele voorbeelden van hoe de KVLO dit jaar 'in het nieuws' is gekomen. De grondslag voor het communicatieplan is te vinden in het beleidsplan 2002-2004 'KVLO voor meer en beter bewegen'. Dit beleidsplan is richtinggevend voor het communicatieplan.

Website
In het afgelopen jaar is de site bezocht door gemiddeld 12000 bezoekers per maand.
Het aantal hits (bekeken pagina's) is ongeveer het aantal bezoekers x 10. De gemiddelde bezoektijd per bezoeker is twee

minuten. De meest bekeken pagina's zijn: de homepage (uiteraard), publicaties & scholing. Op 1 november is de KVLO webkring opgericht.
www.schoolensport.nl
www.bureauvas.nl
www.gymleraren.nl
www.gymlessen.nl
www.janluitingfonds.nl
www.bewegenensportbve.nl

Deze sites staan onder beheer van de KVLO webredactie en zijn te herkennen aan het KVLO webkring logo. Met de webkring KVLO is duidelijk wat de herkomst is van de informatie op de bovenstaande sites.

Werkgroep ICT
De werkgroep ICT heeft als doel de diverse activiteiten op gebied van automatisering binnen de KVLO te stroomlijnen.

Nieuwbouw
Op 18 juni is de eerste steen gelegd door erevoorzitter Oene Loopstra.
In de loop van september was het pand glasdicht en onder de pannen waarna met het binnenwerk is gestart. Helaas bleef de kelder vochtigheidsproblemen geven waardoor de oplevering niet conform planning kon geschieden.
In overleg met de aannemer is het pand op maandag 22 november in gebruik genomen, dit terwijl de eerste oplevering pas op 9 december heeft plaatsgevonden.
Op 11 december zag onze nieuwbouw er als een plaatje uit.

Erelidmaatschap en erepenning
Het Erelidmaatschap is in 2004 toegekend aan: de heer S. Retera, de heer dr. B.J. Crum en mevrouw G.W. van der Gugten. De Erepenning is in 2004 uitgereikt aan de heer W. Wanrooy, de heer J. Postma, de heer E. Timmers en mevrouw H. Küpfer.

STICHTINGEN

Stichting Jan Luiting Fonds
Op 10 oktober 2004 was het precies 75 jaar geleden dat het Fonds werd opgericht door de toenmalige Vereniging van Leraren en Onderwijzers in de Lichamelijke Opvoeding in Nederland. Van het *Basisdocument Bewegingsonderwijs* verscheen een gecombineerde en bewerkte uitgave van de delen 1 en 2. Alle leden van de KVLO ontvingen het 'Beroepscompetentieprofiel'. Ook in de praktijkreeks 'Sportimpuls' verscheen een nieuwe publicatie. In 2004 werd *Schaatsen jong geleerd* van Henk Gemser uitgegeven.

Stichting voor de Wetenschap van de Lichamelijke Opvoeding en de Sport
Aan de Universiteit van Tilburg ontplooide prof.dr. Paul De Knop ook in 2004 vele activiteiten als bijzonder hoogleraar met betrekking tot maatschappelijke, beleidsmatige en didactische aspecten van sport en lichamelijke opvoeding. Het is van groot belang voor de toekomst van de sport en de lichamelijke opvoeding dat in dit jaar twee promoties plaatsvonden onder zijn begeleiding, namelijk die van Edwin Timmers en Johan Steenbergen. Speciale vermelding verdient dat onder zijn begeleiding in samenwerking met de academies voor lichamelijke opvoeding een omvangrijk onderzoek plaatsvindt naar de kwaliteit van de lichamelijke opvoeding. Dit onderzoek leidt bovendien waarschijnlijk tot enkele promoties.

Thomas van Aquino
Het jaar 2004 is het 54e verenigingsjaar van Thomas van Aquino en het 17e jaar als katholieke groepering binnen de KVLO.
De werkzaamheden van Thomas concentreerden zich zoals gebruikelijk rond de bekende activiteiten: de Algemene Leden Vergadering (ALV), de Jazzdansdagen en de Thomas-oriëntatiedag.
Het aantal leden van de KVLO dat ook lid is van Thomas schommelt al enige jaren tussen de 1500 en 1600 en is daarmee redelijk stabiel.

De afdelingen
In het volledige jaarverslag zijn ook de verslagen van alle 26 afdelingen opgenomen. Daaruit blijkt dat de afdelingsbesturen in het verslagjaar veel activiteiten hebben georganiseerd. Niet steeds was de respons van de leden bevredigend, zodat ook activiteiten afgelast moesten worden.
Voor een actieve en springlevende vereniging is het afdelingswerk van groot belang, daar vindt immers het contact met de leden plaats. Het is overigens bekend dat buiten de regie van de afdeling er wel degelijk veel contacten op de werkvloer zijn (netwerken e.d.). Bij een aantal afdelingen is het moeilijk om bestuursleden te vinden. Zo is het bestuur van de afdeling Rotterdam afgetreden en valt het beheer van de afdeling nu onder het hoofdbestuur.
De verwachting is dat de afdeling Utrecht binnenkort weer een bestuur kan benoemen.
Het volledige jaarverslag is geplaatst op *www.kvlo.nl*. Leden kunnen ook gratis een exemplaar aanvragen op het bureau. ◂◂



LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 39

Door Bob O

PEDAGOGUM

Sinds enige tijd loopt er een landelijk project, genaamd WhoZnext, dat ervoor gaat om jongeren actief te laten deelnemen aan sport- en bewegingsactiviteiten, bijvoorbeeld in de driehoek buurt, onderwijs en sport.
Niet alleen als sporter, maar ook als organisator, begeleider en/of initiator. Het motto 'niet spreken *over*, maar *met* de jeugd' wordt daarbij veelal gehanteerd. Een loffelijk streven en er worden resultaten geboekt. Prachtig toch?
Jongeren worden vaak overgeslagen wanneer het gaat om de voorbereiding, uitvoering en evaluatie van activiteiten. Het gevolg is, dat ze passief worden en dat willen wij volwassenen natuurlijk graag, want dan hebben wij alle recht om te zeggen dat het slappe jodoki (meervoud van jodokus) zijn en ze toch niets willen, kunnen of voelen.
Er schuilt overigens wel een gevaar in de redenering dat jeugd moet worden betrokken bij het reilen en zeilen in de buurt, bij de club en/of op school, namelijk dat hen steeds vroeger wordt gevraagd wat ze ervan vinden. Sommige smurfen geven zelfs ongevraagd hun ongezouten mening, voordat de oudere in de gelegenheid is geweest om een vraag te stellen.
De medezeggenschap daalt in, zogezegd. Ik heb zelfs geluiden gehoord, dat zesjarigen al bepalen waar de vakantie naar toegaat.
Wat nog kwalijker is, dat volwassenen over het hoofd van hun koters grote mensentaal bezigen, die ogenschijnlijk daar beneden niet doordringt, maar wanneer ik goed kijk gaan die koppies van negen jaar oud in razend tempo heen en weer, letterlijk en figuurlijk onder de ogen van de sprekers, en registreren feilloos waar het over gaat.
Het resultaat laat zich gemakkelijk raden: wanneer ik in de rij naar de gymzaal loop of op zaterdagmorgen met een stel koters op de achterbank onderweg ben naar een zalige activiteit, hoor ik flarden van gesprekken, waarvan ik u de details zal besparen.
Van enkele onderwerpen zal ik een tipje van de sluier oplichten:

- de salarisschaal van de 'bovenmeester' in relatie tot de werkzaamheden die hij verricht
- de handelwijze van de collega gymnastieker die kinderen na drie verspringbeurten een definitieve vier op het rapport heeft toegedicht
- het ontbreken van de stressbestendigheid van de coach van de F-pupillen na drie verliespartijen op rij
- de vader van Sjoerd die op zaterdagmorgen nooit op tijd is voor de bardienst, omdat hij te laat van z'n vriendin afkomt…

U begrijpt hopelijk naar aanleiding van deze voorbeelden - ik kan er moeiteloos nog tien noemen - dat kleine potjes nog steeds grote oren hebben.
Inspraak is leuk, maar er zijn grenzen. Bovengenoemde voorbeelden van best-practices zie ik nu niet direct een plek bemachtigen in de top 40, die in het jaar van Opvoeding door Sport in het leven is geroepen.
Voor het ouderschap heb ik geen enkel diploma hoeven halen, u trouwens ook niet. Voor ons beiden geldt de vakoverstijgende basiscompetentie: handel pedagogum!

Op voor de definitieve 4



FOTO: ANITA RIEMERSMA

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 40

KVLO

NIEUWE NAAM DOOR SAMENWERKING MET GOLFFEDERATIE

DE KVLO-NGF-TROPHY

Namens het hoofdbestuur van de KVLO is het mij een genoegen u te kunnen mededelen dat vanwege de groeiende belangstelling voor de golfsport en de vele collega's die de cursussen van de NGF (Nederlandse Golf Federatie) hebben gevolgd, de KVLO en de NGF gaan samenwerken bij de organisatie van de KVLO-Trophy. ***Door: Servé Retera***

Het verheugt mij dat een persoonlijk initiatief van zes jaar geleden voor de toekomst structureel kan worden uitgebouwd. Dit jaar draai ik nog mee in de organisatie. Vanwege mijn pensionering zullen volgende edities van de golftrophy's worden georganiseerd door collega Aernout Dorpmans, beleidsmedewerker schoolsport van de KVLO en collega Carlos Albertus in samenwerking met Ramón van Wingerden van de NGF.

SAMENWERKING

De samenwerking krijgt dit jaar gestalte in een uitbreiding van het wedstrijdaanbod. In verband met het steeds groeiend

Inschrijfformulier KVLO-NGF-Trophy

Voornaam: _____ Naam: _____

Adres: _____

Postcode: _____ Woonplaats: _____

E-mail: _____ Tel.: _____

Exact handicap _____ of GVB: _____

Inschrijving:
❏ schrijft in voor 4 juni te Nunspeet
❏ schrijft in voor 5 juni te Spaarnwoude
❏ inclusief diner
❏ exclusief diner
S.v.p. aankruisen wat van toepassing is.

Inschrijfgelden:
- exclusief diner € 55,-
- inclusief diner € 77,50.

Vóór 1 mei 2005 overmaken naar girorekening 13 70 045 van S. Retera te Herten onder vermelding van KVLO-NGF-Trophy

Formulier ondertekend opsturen naar:
KVLO
p.a. S. Retera
Hoofdstraat 17
6049 EA Herten

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 41

aantal deelnemers en de schaars beschikbare afslagtijden in het weekend is ervoor gekozen om op twee dagen, op twee banen en in twee categorieën te spelen. Vanwege het solidariteitsprincipe voor de deelnemers kiezen we ervoor één inschrijfprijs te hanteren, ondanks de verschillende prijsniveaus bij de banen. Wij verwachten spannende en gezellige wedstrijden en een grote deelname. Daarom nodigen wij u uit om *vóór 1 mei 2005* in te schrijven.

NIEUWE NAAM, TWEE LOCATIES

De zesde KVLO-Trophy gaat gespeeld worden onder de nieuwe naam KVLO-NGF-Trophy.

- Zaterdag 4 juni op de banen van de Nunspeetse Golf & Country Club voor spelers vanaf 37 exact handicap en GVB
- zondag 5 juni 2005 op de wedstrijdbanen E en D van de Openbare Golfbaan Spaarnwoude voor spelers met een NGF handicap tot en met exact 36.

DE SPELVORMEN

Uitgaande van de handicap bij inschrijving:

- tot en met NGF exact-handicap 18: strokeplay
- vanaf NGF exact-handicap 19 tot en met 36: stableford
- vanaf handicap 37 tot en met GVB: Stableford vanaf playing handicap 36.

Voor alle categorieën zijn mooie prijzen beschikbaar. De KVLO-NGF-Trophy wordt in Spaarnwoude uitgereikt aan de speler met de beste bruto score. De winnaar van de Trophy te Nunspeet wint de KVLO-NGF-Talent-Trophy en mag in een nader te bepalen categorie gratis meedoen aan de wedstrijd van zondag te Spaarnwoude.
De deadline is 1 mei. Tot drie dagen voor de wedstrijd kan een eventuele afmelding nog verwerkt worden. Startplaatsen zullen worden toegekend in volgorde van ontvangst van de inschrijfgelden.
Inclusief ontvangst met koffie en gebak, greenfee en borrelgarnituur bedragen de kosten € 55,-. U kunt apart inschrijven voor een standaarddiner. Alle informatie treft u ook vanaf 1 maart aan op *www.kvlo.nl* waar u ook de inschrijving kunt volgen.

AFDELINGEN

NW VELUWE

Docentenvolleybaltoernooi
Datum: vrijdag 8 april
Plaats: RSG Slingerbos, Eisenhowerlaan 59, Harderwijk
Tijd: 19.00 tot 22.00 uur, (18.30 uur zaal open)
Kosten: 15 euro per team
Opgeven: Jos Rijpert, e-mail: *j.rijpert@rsgslingerbos.nl*

FRIESLAND

Afdelingsvergadering
Datum: dinsdag 12 april
Plaats: Bewegingscentrum Drachten, Sportlaan 2, Drachten
Tijd: 19.30 tot 22.30 uur
20.30 uur: Conceptueel denken, het denken in concepten is van een hogere orde dan functioneel denken en is een belangrijke denkwijze geworden binnen sportorganisaties. Het gaat over detaillering van een geheel om vastlopen tijdens een proces te voorkomen. Joan Boelens, directeur Bewegingscentrum Drachten.
Van 21.15 tot 22.30 is er een rondleiding door het bewegingscentrum (mogelijke activiteiten spinning, fitness e.d.).

AMERSFOORT

Cursus klimwandbegeleider onderwijs
Voorwaarden voor deelname: een ALO opleiding en het gevolgd hebben van een instapcursus (welke wij u ook bieden)
De instapcursus wordt gegeven door Brigitte Muller van KAVE en de cursus klimwandbegeleider onderwijs wordt gegeven door Fran Melskens van Tendue sportklimmen.
Plaats: zaal van ROC midden Nederland, Disketteweg 10, Amersfoort
Vereiste kleding: Makkelijk zittende sportkleding en sportschoenen
Data instapcursus: zaterdag 2 april van 13.30 tot 18.30 uur
Data klimwandbegeleider onderwijs: dinsdag 5, 12 en 19 april, 10 mei, zaterdag 14 mei en dinsdag 17 mei.
Aan deze cursus zijn voor leden van de afdeling GEEN KOSTEN aan verboden.
Opgave: Ben Echten tel.: 033 480 5252, e-mail: *b.echten@rocmn.nl*

Voorjaar afdelingsvergadering
Datum: dinsdag 19 april
Plaats: ROC midden Nederland, Amersfoort
Tijd: 17.00 tot 18.30 uur
Er wordt voor een lichte maaltijd gezorgd, wilt u van deze maaltijd gebruik maken, laat het weten aan Ben Echten tel.: 033 480 5252, e-mail: *b.echten@rocmn.nl*

DELFT

Voorjaar afdelingsvergadering
Datum: dinsdag 19 april
Plaats: Laurentiusschool, Griegstraat 2 te Delft
Aanvang: 20.00 uur

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 42

In deze rubriek kunt u reageren op zaken die uw aandacht getrokken hebben. Dit kan iets zijn uit uw omgeving, het nieuws of over artikelen die in ons blad zijn verschenen.



FOTO: HANS DIJKHOFF

En denk erom: plezier is voorwaarde voor blijvende deelname

REACTIE OP INTERVIEW MET JAN RIJPSTRA

Waar komt het door, dat gymleraren zich meer moeten bewijzen dan andere docenten?
Deze vraag stelt Jan Rijpstra aan het einde van het artikel 'sportonderwijs moet op elke school basisvoorziening blijven' (LO 14, 2004).
Rijpstra vermoedt 'dat een aantal vakgenoten moeite heeft om het belang van het vak duidelijk en overtuigend naar buiten te brengen'.
Waarschijnlijk hoor ik bij die vakgenoten die dit heel moeilijk vinden.
Rijpstra geeft in het artikel een aantal suggesties om 'het belang van bewegingsonderwijs' te verhelderen. Maar juist zijn suggesties maken het voor mij nog moeilijker om het aan anderen uit te leggen.

Voorbeeld

Rijpstra pleit voor drie keer in de week gymnastiek en hoopt daarmee dat de kinderen gezonder worden. Er zijn maar weinig wetenschappers die deze relatie helder kunnen uitleggen, laat staan een gewone vakleerkracht. Natuurlijk zijn er 'belanghebbenden' die de relatie tussen drie keer gym en gezondheid wel kunnen vertellen, maar dat is meer gebaseerd op een geloof dan op feiten.
Als Rijpstra er voor pleit om 'strategische allianties' aan te gaan met gezondheidszorg, dan is het voorlopig ook nodig om maar te blijven geloven in de relatie tussen meer bewegen en gezondheid.
Maar dan blijft het lastig om een helder antwoord te geven op de vraag 'wat levert het (gym) op'.

VERONTRUSTEND

In dit kader vind ik de opmerking van Rijpstra verontrustend dat er een relatie zou kunnen liggen tussen matig intensief bewegen bij gecertificeerde begeleiders en een no-claimkorting op de ziekenfondspremie.
Stel dat op mijn basisschool bereikt is dat we drie keer in de week gym mogen geven, en dat de ouders dan vragen 'Gymmees wat levert deze gym nu eigenlijk op?'
En dan moet ik zeggen: 'Een behoorlijke no-claim korting op de ziekenfondspremie want uw kind zal veel minder vaak naar de dokter gaan'.
Ik ben bang dat ik dat niet waar kan maken, het tegenovergestelde is eerder het geval.
Met drie of vier keer gym in de week is de kans groter dat de ziektekosten zullen vergroten.
Hoe vaker kinderen bewegen, hoe groter de kans dat ze een keer vallen, struikelen, hun hoofd stoten, enkel verzwikken enzovoorts. Nu kan ik nog zeggen, 'als het pijn gaat doen, ga met je ouders nog even langs de huisdokter'.
Natuurlijk moet een gymleerkracht waken voor ongelukken, maar geen kind leert rekenen, zonder maken van fouten en geen kind leert bewegen zonder maken van fouten en dan val je wel eens.
Goed leren bewegen kan niet zonder kleine ongelukjes (hoe vaak valt een peuter niet bij zijn eerste stapjes) en is dus soms ongezond, maar dat mogen we niet hardop zeggen, want 'bewegen is gezond'.
Daarom is het legitimeren van ons vak zo moeilijk.

Dezelfde spagaat is in het artikel over Rijpstra te lezen met betrekking tot de relatie tussen sport en onderwijs.
Aan de ene kant moeten we strategische allianties aangaan met de sport en anderzijds zegt hij 'als het beleid wordt dat de jeugd zijn heil maar bij de sportclub moet gaan zoeken dan denk ik dat er heel veel jongeren tussen wal en schip raken en ongezond gaan leven'.
Het onderwijs moet zowel samenwerken met de sport, maar ook een alternatief ontwikkelen voor al die kinderen waar de sportclub geen aanbod voor heeft.
Het onderwijs legitimeren door een verwijzing naar de sport is even onhelder als het legitimeren naar gezondheid.

Een goede legitimering van ons vak is door Harry Stegeman beschreven in zijn boek *Belang van bewegingsonderwijs*. Voor mij is één van de laatste zinnen uit dat boek de belangrijkste legitimering 'Het plezier hebben in bewegen is voorwaarde voor blijvende deelname'.
Geen zorgverzekeraar zal daar geld aan willen geven en ook de NOC*NSF zal daar niet warm voor lopen.
De enige die zo'n zin werkelijk begrijpt is het kind waar we aan lesgeven of zijn de mensen die zelf nog aan sport/bewegen doen.
Daarom zal het altijd voor vakleerkrachten moeilijk blijven om aan buitenstaanders uit te leggen wat bewegingsonderwijs daadwerkelijk opbrengt 'plezier in eigen kunnen (samen met anderen)'.
Cruijff zou zeggen: 'Je ziet het pas als je het door hebt', en veel politici en beleidmakers, zijn hun eigen kindertijd al vergeten en zullen het nooit meer zien.
Daarom is het beter om ons vak te legitimeren met 'gezondheid' en 'sport', omdat ze geloven dat wel te zien.
Laat de KVLO dat maar helder uitleggen, als ik maar met mijn kinderen mag bewegen.

M. Waal
(adres bij de redactie bekend)

De redactie heeft Jan Rijpstra om een weerwoord gevraagd.
Hij vond het niet nodig te reageren.

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 43

Door Hans Dijkhoff

GELEZEN

TRILPLAAT

In vele sportscholen is het laatste jaar een nieuw apparaat geïntroduceerd, de trilplaat. Er worden allerlei effecten aan toegeschreven, als zou het botontkalking (bij oudere vrouwen) tegengaan, het zou een spierversterkende werking hebben en je zou een trainingseffect kunnen versnellen.
Jos Geijsel, inspanningsfysioloog, schreef in 2003 in het tijdschrift *Sportmassage Internationaal* onder andere dat vibratietraining niet helpt waar het de coördinatie/propriocepsis aangaat. Dit in het kader van preventie en revalidatie.
Verkopers van trilplaten (Galileo, Nemes, Powerplate) schermen met allerlei 'wetenschappelijke' onderzoeken die het nut van hun apparaat aantonen. Op een ingezonden brief van een importeur van zo'n trilapparaat maakt Geijsel duidelijk dat aangehaalde onderzoeken, niet echt onderzoeken zijn en weerlegt hij 'uitkomsten'.
Zijn slotconclusie is dat dergelijke apparaten zouden moeten worden verboden door de arbeidsinspectie, alleen al vanwege de geluidsbelasting. Geen aanrader dus, zo'n trilgeval. (*Sportmassage internationaal*)

AGRESSIEVE OF ZEER BETROKKEN OUDERS?

Er is zorg om de toenemende agressie, ook in het onderwijs. Ouders komen op school verhaal halen omtrent het vermeende verkeerde optreden tegen hun kind. Hoe moet je daar adequaat mee omgaan? In dit artikel wordt het probleem behandeld. Onder het kopje opstappen, meeveren, ombuigen wordt uitgelegd hoe de leerkracht kan handelen ingeval van agressie. Er worden tips gegeven en er is een lijst van te verrichten handelingen. Welke signalen geven aan dat er iets mis is? Wat kan een school aan preventieve maatregelen invoeren.
Ouders die het idee hebben dat er naar hen wordt geluisterd, zijn over het algemeen tevreden over de school. Hoe je dat kunt bewerkstelligen, staat beschreven in een stappenplan. Mocht het toch misgaan dan moet er opvang zijn voor de getraumatiseerde leerkracht, maar ook voor kinderen. Tot slot wordt een aantal tips voor het schoolteam gegeven hoe te handelen.(*Het jonge kind*)

KWALITEITSONDERZOEK

In Nederland wordt onderzoek gedaan naar de kwaliteit van de lichamelijke opvoeding door o.a. Harry Stegeman en Paul De Knop. In België loopt zo'n zelfde onderzoek ook onder leiding van Paul De Knop. Nu blijkt in België dat de voorgestelde vakspecifieke eindtermen lichamelijke opvoeding grotendeels overeenkomen met de verwachtingen die de maatschappij stelt ten opzichte van dit vak. Ze kunnen echter maar moeilijk of helemaal niet worden gehaald. Naast organisatorische problemen en tijdgebrek speelt wellicht ook het grote aantal eindtermen een rol van betekenis.
Maarten Massink heeft er in ons eigen blad ook al enkele regels aan gewijd. Over de voortgang van het onderzoek in Nederland kon u in *Lichamelijke Opvoeding* 12 lezen. (*Lichamelijke Opvoeding* (België))

VERGELIJKEN

Vergelijken doen we allemaal. Je kijkt naar de auto van je vriend, of hoe slank de buurvrouw is. Ook op school wordt er vergeleken. De psycholoog Leon Festinger schreef zo'n vijftig jaar geleden een theorie over sociale vergelijkingsprocessen. Mensen doen dat om zodoende een beter beeld van zichzelf te krijgen. Nu blijken middelbare scholieren naast de cijfers ook nog op andere criteria op elkaar te letten. Het gaat ook om hoe ze eruit zien, hoe ze zich voelen en hoe goed ze zijn in sport (op de vierde plaats). Jongens doen trouwens dat vergelijken met sport liever dan meisjes. De resultaten zijn afkomstig uit een vragenlijst die in het derdejaar is afgenomen bij een deel van de leerlingen die behoren tot het VOCL'99 cohort. In dit cohort - een samenwerking tussen CBS en GION - worden ruim 19.000 leerlingen gevolgd. (*Didactief)*

SPORTEN GEEFT EEN BLIJ GEVOEL

Onderzoek heeft uitgewezen dat bewegen zorgt voor een blij gevoel. Bewegingswetenschapper en lector bij Hogeschool Windesheim, Ruud Bosscher heeft een aantal depressieve mensen een hardlooptherapie laten doen. Het bleek dat deze mensen er blij van werden. Er is ook een bijwerking; je krijgt er een betere conditie van!
Door bewegen komt in de hersenen de stof endorfine vrij. Dat is een natuurlijke pijnstiller die een prettig, high gevoel kan geven. Je moet echter wel lang genoeg bewegen om de stof vrij te maken. De rest van het blije gevoel komt door het voldane gevoel na de geleverde prestatie. Mensen die niet door de eerste periode van investeren heenkomen (het lopen is alleen maar zwaar en er is nog geen sprake van conditieverbetering) krijgen dat blije gevoel niet. (gewoon *bijzonder (VU))*

SMART MOVES

In een onderzoek in Engeland gehouden kregen zeven studenten gedurende 19 weken een extra programma van '*fundamental movement skills*', vrij vertaald 'fundamentele bewegingsvaardigheden' voorgeschoteld. In een nulmeting was ze onder andere gevraagd te vertellen hoe goed ze in gymnastiek waren. Het bleek dat alle studenten na het programma vonden dat ze beter waren geworden en dat was ook zo. Ook bleek dat de acceptatie van de student door anderen toenam. Dit had te maken met een toename van het zelfvertrouwen en het beter kunnen bewegen waardoor de studenten vaker met een glimlach op het gezicht rondliepen. Kortom bewegen moet! (*The British journal of teaching physical education)*

STUDIEHUIS ZWART/WIT

In een onderzoek naar het studiehuis is gebleken dat op een witte school de leerlingen consumptief, oppervlakkig en ik-gericht zijn. Dit komt door de sfeer in het studiehuis. Op een zwarte school valt in het studiehuis juist een taakgerichte en motiverende sfeer te ontdekken. Zoals het hoort neemt een gemengde school een tussenpositie in.
De nieuwe tweedefase-methodes bieden eenzijdig, onaantrekkelijk en weinig uitdagend onderwijs.
Het Nederlandse onderwijs slaagt er niet in de (taal)achterstand van kinderen van lageropgeleide ouders - allochtoon en autochtoon - te corrigeren vóór ze in havo- of vwo-4 belanden. Dat laatste hoeven wij ons als docent bewegingsonderwijs wat minder aan te trekken. Het eerste stukje des te meer. *(Nieuwsbrief onderwijspraktijk)*

LO 04 23-03-2005 18:08 Pagina 44

INTERVIEW MET REINOLD BOSMAN

Reinald Bosman is 31 jaar en in 1996 afgestudeerd aan de Calo. Inmiddels werkt hij vanaf 1997 op het Thomas à Kempis College (onderdeel van Landstede) in Zwolle. In die jaren heeft hij veel verschillende dingen gedaan. Nadat hij een aantal jaren de taak van topsportcoördinator (TAK is een LOOT-school) heeft gecombineerd met het dagelijks bestuur van de onderbouw, geeft hij nu meer lessen in de bovenbouw van havo/vwo en zet daar LO2 op.



Aan het langlaufen



Op de schaats

WAT MAAKT JOUW WERK LEUK?

'Het leukste wat ik als docent kan meemaken is het geluk & plezier (non-verbaal) dat leerlingen uitdrukken als iets lukt', vertelt Bosman enthousiast. 'Ik geniet er ook van wanneer leerlingen in staat zijn om bewegend samen te werken. Het sociale aspect in mijn lessen vind ik erg belangrijk en ik besteed daar dan ook veel aandacht aan.'

'Ook is het prachtig om les te geven aan leerlingen die in een voortraject naar S&B of de ALO gekozen hebben voor LO2. Het enthousiasme van deze leerlingen stimuleert mijzelf ook', vervolgt hij, 'evenals het organiseren van buitenschoolse activiteiten, zoals de interscholaire sporttoernooien, een schaatsdag, langlaufen, deelname aan de Athenespelen en de werkweek in Frankrijk. Ook het begeleiden van 'topsportleerlingen' is meer dan de moeite waard evenals vakontwikkeling LO in het project 'Ontdek je talent'.'

WAAR STOOR JE JE AAN? ZIE JE OPLOSSINGEN?

'Ik vind het belangrijk dat de randvoorwaarden oké zijn.' brengt Reinald in. 'Het is vervelend dat wij op de locatie Centrum maar één gymzaal hebben.' De school ligt in het centrum van Zwolle en er zijn daar 750 leerlingen. Veel leerlingen moeten naar andere locaties om bewegingsonderwijs te volgen. Minder leuk is ook het veranderen van je rol als LO-docent. Lesgeven in bewegingsvaardigheden wordt minder en het organiseren (SOK) en archiveren neemt toe. Ook vind hij het lastig om zeer ongemotiveerde leerlingen te motiveren voor het vak.

HOE ZOU JE GRAAG WILLEN DAT LEERLINGEN AAN JE TERUGDENKEN WANNEER ZE DE SCHOOL VERLATEN HEBBEN?

'Ik zou wel graag willen dat leerlingen naar mij terugzien als een eerlijk, oprecht docent die duidelijk is en aangeeft waar zijn grenzen liggen. Daarnaast hoop ik dat leerlingen het gevoel hebben dat ze van mij de ruimte hebben gekregen om zichzelf te ontwikkelen en hebben geleerd om plezier in bewegen te hebben. Ik hoop dat ik als onbevangen en vriendelijk, maar ook als eisend en enthousiast over ben gekomen.'

HEB JE EEN SUCCESNUMMER?

'Succesnummer?', kijkt Reinald de interviewer vragend aan. 'Mmmm…dat vind ik moeilijk. Wat maakt een les geslaagd? Trefbalspelen doen het meestal wel goed maar ik kan mij bijvoorbeeld ook nog goed herinneren dat leerlingen (bovenbouw) het prachtig vonden om 'reus wordt wakker', 'ballenregen' en 'apenkooi' te spelen!' vertelt hij lachend.

HOE ZIET ONDERWIJS IN BEWEGEN ER IN 2020 UIT?

'Als ik puur naar de ontwikkelingen van de afgelopen jaren kijk ben ik somber over het bewegingsonderwijs in 2020. Scholen kunnen dan zelf beslissen of er bewegingsonderwijs is of niet en op welke manier. De rol van buitenschoolse bewegingsactiviteiten is groter en de invloed van buurt en verenigingen zal sterker zijn. Deze ontwikkelingen staan natuurlijk in schril contrast met bewegingsarmoede en de nog steeds dikker wordende Nederlander. Ik ben hopelijk geen waarzegger!', besluit Reinald.

Wil je scoren met een opleiding ... in de sport?

Cursus / Opleiding 2005 - 2006

Scholingsprogramma Jeugdgolf
Cursusdata: 26 mei en 2 juni Golfclub Golfhorst
9, 16 en 23 juni les op een schoollocatie
Tijd: 15.00 - 19.00 uur
Kosten: € 425,- (incl. cursusmateriaal en certificaat)

Motorische Remedial Teaching
Locatie: Tilburg
Opleidingsdata: start september 2005
Jaar 1: 21 maandagen van 18.00-21.30 uur en 5 zaterdagen van 9.30 -15.00 uur;
Jaar 2: 12 maandagavonden en 3 zaterdagen. 2e half jaar is de afstudeerfase.
Kosten: € 950,- voor studiejaar 2005/2006, readers en boeken in totaal ong. € 160,-

Sportjournalistiek
Locatie: Amsterdam (De Bruijnvis)
Cursusdata: 12 september t/m 28 november 2005
10 maandagen van 14.00 tot 21.00 uur
Kosten: € 1.990,- (inclusief cursusmateriaal, gebruik van faciliteiten en diner)

Versnelde Opleiding docent Lichamelijke Opvoeding
Locatie: Tilburg
Opleidingsdata: september 2005 – december 2007
Vrijdagmiddag vanaf 15.00 uur en zaterdagochtend
Kosten: € 3630,- (1e jr)
€ 4270,- (2e jr)

Voor informatie, aanmelding en andere diensten ga naar www.fontys.nl/sporthogeschool menuknop *Zakelijke Dienstverlening*. Voor vragen: sportzakelijk@fontys.nl of tel.: 0877 - 87 75 22

... Fontys antwoordt ...

the learning community

Fontys sportenschool

ACTIE NIEUW bij SIDIJK

Heeft u iets te vieren ...?
Jubileum, Sportdag of Slotfeest





Wij helpen voor u de mooiste dag!
SUPERCOOL ... Click & Go !




AIRFUN

Huur nu onze
AIRFUN AANHANGER
met VIER artikelen
voor slechts € 250
CLICK & GO

Springkussen of Klimwand
Tumblingbaan of Airvlak
Flikflakker of Crashbus
Bobslee of Doelschietwand
Bel voor Info: 0348-444879
of bel SIDIJK. 0566-633700



Sidijk

ZWERFSPORT OUTDOOR

LET OP: Voor al uw sportieve werkweken

Nederland
Katwijk

België
Ardennen

Duitsland
Eifel

Frankrijk
Ardennen
Alpen
Vanoise
Ardèche

Italië
Dolomieten
Gardameer

Slovenië
Bled

Back to nature
Ervaar de stilte van de natuur vanaf ons kampeerterrein in de Franse Ardennen en Duitse Eifel. Eenvoudige outdoor activiteiten als abseilen, kanoën, vlotbouwen, tokkelen, bivak en volop kampvuur bouwen: perfekte samenwerkingsvormen!

Luxe survival, 2* luxe en cultuur
Het grootste aanbod van groepshutten en bungalowparken bieden wij in Belgische Ardennen. Locaties in het Ourthe- en Amblèvedal. Tal van mogelijkheden voor culturele excursies.

Outdoor Xtreme
De outdoor activiteiten in pouroits zijn van het woord beleven de leerlingen in Italiaanse Dolomieten en Franse Alpen: canyoning, raften, via ferrata, hydrospeed, tubing en kayak.

Samenstellen – Overnachten – Eigen kook – Natuur ervaren – Beleven – Groepsgevoel

www.zwerfsport.nl – info@zwerfsport.nl – Tel 020-6930370 Fax 020-6930369

LO 04 23-03-2005 18:09 Pagina 46



Voorjaarsvergadering 2005

De 143ste Algemene Voorjaarsledenvergadering van de KVLO zal gehouden worden op vrijdag 20 mei in De Waalse Kerk te Delft.
De Waalse Kerk maakt onderdeel uit van het Prinsenhofcomplex aan de Oude Delft en ligt op tien minuten lopen of twee tramhaltes van het NS-station. Op honderd meter ligt een overdekte parkeergarage aan de Phoenixstraat. De afdeling Delft heeft de organisatie op zich genomen. Het belooft inhoudelijk een interessante dag te worden met een politiek sausje. Het thema School en Sport wordt in twee lezingen toegelicht. Paul de Knop belicht het theoretische kader en Dick Rensen, als lokale politicus, de daadwerkelijke invulling in Delft. Vervolgens zullen voorzitter Gert van Driel en Jan Rijpstra commentaar geven op beide lezingen. Tevens zal worden stilgestaan bij het afscheid van Jan Rijpstra als lid van de Tweede Kamer vanwege zijn benoeming tot burgemeester van Tynaarlo.

Dagindeling

09.45 uur.	Ontvangst in de Waalse Kerk.
10.15 - 12.15 uur.	Huishoudelijke Vergadering.
12.15 - 13.45 uur.	Aperitief en lunch in Restaurant De Prinsenkelder.
14.00 - 16.00 uur.	Openbare Vergadering - Prof. dr. Paul de Knop, bijzonder hoogleraar Universiteit Tilburg: 'School en Sport: een win-win situatie?' - Dick Rensen, wethouder werk, zorg en onderwijs te Delft: Het Delftse beleid t.a.v. lichamelijke opvoeding en sport. - Gert van Driel en Jan Rijpstra. In een speelse vorm wordt ingegaan op beide lezingen.
16.00 - 17.00 uur.	Borrel in de Prinsenkelder.

Voorlopige agenda van de huishoudelijke vergadering

1 Opening.
2 Mededelingen.
3 Notulen Wintervergadering (LO 2, pag. 16 e.v.)
4 Voorstellen hoofdbestuur.
a) Het hoofdbestuur stelt voor: in te stemmen met de invoering van registratie per september 2005.
b) over te gaan tot het aanstellen van regiocoördinatoren

5 Jaarrekening 2004.
a) Rekening en verantwoording 2004.(Deze is in bezit van de afdelingsbesturen.)
b) Decharge bestuur.
6 Jaarverslag 2004.
De verkorte versie staat vermeld op pag. 34 e.v.
Het volledige jaarverslag is in bezit van de afdelingsbesturen en staat op www.kvlo.nl
KVLO leden kunnen het volledige jaarverslag opvragen bij het bureau.
7 Rondvraag.
Schriftelijke vragen zullen eerst worden behandeld.
8 GO-zaken.
9 Bespreekpunten.
a) Functioneren website
10 Sluiting

P.S. Als vertegenwoordiger van uw afdeling krijgt u eersteklas treinkosten vergoed en vrijstelling van school.

Omvang bewegingsonderwijs vogelvrij

Het is amper te geloven maar Minister van der Hoeven wil - na vele maanden onderhandelen - geen urenvoorschrift voor lichamelijke opvoeding. Deregulering telt in deze tijd kennelijk zwaarder dan het gereguleerde recht voor alle leerlingen, ongeacht school en sociaaleconomisch milieu, op voldoende uren bewegingsonderwijs. De KVLO zal alles in het werk stellen om dit nog te voorkomen. Via de Tweede Kamer kan het tij nog gekeerd worden. Ik verwijs u voor nadere informatie naar de Eerste pagina.

Succesvolle kadertweedaagse

Op 17 en 18 maart vond de tweejaarlijkse kadertweedaagse plaats te Elspeet. Met ongeveer 60 aanwezigen, waaronder bestuursleden van 21 afdelingen, hoofdbestuurders en stafleden is intensief, betrokken en in een goede sfeer gesproken over de rol van de docent in de BOS-driehoek, over de te voeren acties vanwege de geplande afschaffing van de minimumtabel voor LO, over de plaats van de leraarondersteuner bewegingsonderwijs, andere lidmaatschapsvormen van de KVLO en over de mogelijkheid van regionale ondersteuning voor afdelingen. Een vruchtbare tweedaagse met een hoge actiebereidheid en een oproep tot professionele inzet voor behoud van een urenaanduiding voor LO in het voortgezet onderwijs.

Bureau Voorlichting, Advisering en Scholing van de KVLO organiseert in 2005 de volgende cursussen.

Aansluiten op de sportieve omgeving
Doe meer met school en sport!
Ger van Mossel
Deelnemers: collega's die geïnteresseerd zijn in het maken van sportkeuzes door de leerling en de relatie tussen school en de sportieve omgeving (BOS-driehoek)
Aantal: minimaal 12 en maximaal 24
Duur: twee middagen van 13.00-16.00 uur
Deze cursus kan op school voor secties worden georganiseerd en staat in 2005-2006 landelijk open voor individuele inschrijvingen.

Activerend leren bij LO
Hoe kunnen leerlingen het beter zelf?
Dic Houthoff
Deelnemers: collega's die geïnteresseerd zijn in het stimuleren van zelfstandig leren en het geven van verantwoordelijkheid in het voortgezet onderwijs (onderbouw en bovenbouw)
Aantal: minimaal 12 en maximaal 28
Duur: twee middagen van 13.00-16.00 uur
Deze cursus kan op school voor secties worden georganiseerd en staat in 2005-2006 landelijk open voor individuele inschrijvingen.

De bewegingszwakke leerling in beweging
Hoe kan ik het uitvallen van leerlingen in de gewone les voorkomen?
Maarten Massink
Deelnemers: collega's die het aan het hart gaat dat leerlingen niet durven deelnemen en die daar wat aan willen veranderen, liefst in de setting van de gewone les LO
Aantal: minimaal 12 en maximaal 28
Duur: drie middagen van 13.30-16.30 uur
Deze cursus kan op school voor secties worden georganiseerd en staat in 2005-2006 landelijk open voor individuele inschrijvingen.

Coëducatie in de les LO
Een gegrepen kans of een roostertechnische oplossing?
Maarten Massink
Deelnemers: collega's die geïnteresseerd zijn in de mogelijkheden en grenzen van coëducatie in het voortgezet onderwijs (onderbouw en bovenbouw)
Aantal: minimaal 12 en maximaal 28
Duur: twee middagen van 13.30-16.30 uur
Deze cursus kan op school voor secties worden georganiseerd en staat in 2005-2006 landelijk open voor individuele inschrijvingen.

Competentiegericht leren in de LO
Eindelijk in de aandacht of oude wijn in nieuwe zakken?
Maarten Massink
Deelnemers: collega's die geïnteresseerd zijn in de betekenis van nieuwe leerontwikkelingen voor de LO in het voortgezet onderwijs (onderbouw en bovenbouw)
Aantal: minimaal 12 en maximaal 28
Duur: twee middagen van 13.30-16.30 uur
Data: 13 april en 11 mei

Omgaan met gedragsproblemen
Kunnen ze/we niet of willen ze/we niet?
Henk Breukelman
Deelnemers: collega's die geïnteresseerd zijn in het analyseren van gedragsproblematiek en dit binnen de les aan willen pakken of er al enige ervaring mee hebben
Aantal: minimaal 12 en maximaal 30
Duur: twee middagen van 13.30-16.30 uur
Deze cursus kan op school voor secties worden georganiseerd en staat in 2005-2006 landelijk open voor individuele inschrijvingen.

Omgaan met niveauverschillen
Niveauverschillen in de les: lastig of handig?
Henk Breukelman
Deelnemers: collega's die geïnteresseerd zijn in het differentiëren binnen de les in het voortgezet onderwijs (onderbouw en bovenbouw) of er al enige ervaring mee hebben
Aantal: minimaal 12 en maximaal 24
Duur: twee middagen van 13.30-16.30 uur
Deze cursus kan op school voor secties worden georganiseerd en staat in 2005-2006 landelijk open voor individuele inschrijvingen.

Omgaan met agressie en geweld
Inzicht, mentale voorbereiding en fysieke weerbaarheid in praktijk!
Anke Stevens en Don Koehorst
Deelnemers: collega's die inzicht willen krijgen in vormen van agressie en geweld, zich hierop mentaal willen leren voorbereiden en zich fysiek willen leren verweren
Aantal: in overleg
Duur: in overleg
Data: in overleg

EHBO voor leerkrachten LO
Leer systematisch eerste hulp verlenen!
KVLO i.s.m. First Responder NL
Deelnemers: vaksecties die een systematiek willen leren toepassen om acuut levensbedreigende situaties te kunnen onderzoeken en te behandelen
De KVLO organiseert deze cursus landelijk en exclusief voor leden. Aankondiging vindt plaats via de KVLO-website.

Teamtrainingssupport
Leer efficiënt te overleggen, samen te werken en te handelen!
KVLO i.s.m. PBN
Deelnemers: vaksecties die een outdoor teamtraining willen om beter te leren communiceren, efficiënter te leren handelen en hierdoor als sectie beter te gaan presteren
Aantal: in overleg
Duur: in overleg
Data: in overleg
Plaats: in Nederland of in de Ardennen

Alle cursussen worden op een voor de deelnemers centraal gelegen locatie gegeven.
Informatie over cursuskosten is verkrijgbaar bij Bureau VAS.

Vul voor meer informatie de bon in of neem contact op met:
KVLO - Bureau VAS
Postbus 398
3700 AJ Zeist
tel. 030-6937677
fax 030-6912810
vas@kvlo.nl
www.kvlo.nl

Naam:
Adres:
Postcode:
Woonplaats:
Telefoon:
E-mail:
Lid van KVLO: ■ ja ■ nee

Datum:

Handtekening:

Werkzaam in:
■ primair onderwijs ■ bve
■ voortgezet onderwijs

■ Geeft zich op voor de cursus:

■ Wil nadere informatie over de cursus:

Opsturen naar: KVLO - Bureau VAS, Antwoordnummer 6030, 3700 VB Zeist (postzegel is niet nodig)



Huski®

Een begrip in skireizen, groepsreizen en actieve reizen

Het deskundig samenstellen van goede en goedkope reizen voor schoolgroepen vormt een groot deel van ons werk. Onze reizen voldoen aan alle eisen. Meer dan twintig jaar ervaring en een gedegen bedrijfsinfrastructuur staan borg voor hoge kwaliteit. Onze wintersport-groepsreizen zijn een begrip geworden in de Nederlandse onderwijswereld.
Huski is dé onderwijs-specialist bij uitstek, met ondermeer in het outdoor-zomerprogramma een speciaal arrangement voor schoolgroepen: *Een supersurvival in de Ardennen heeft u - all in - voor ca. € 135,- p.p.*
Behalve in de Ardennen werken we met groepen door heel Nederland en in de Eifel, Vogezen, Cevennen, Alpen en Pyreneeën. We organiseren kampen en trekkings op gebied van zeilen, kajakken, bergsteigen, raften, sportklimmen en mountainbiken. Huski verzorgt het vervoer, verblijf, gidsen/ instructeurs en de gehele logistiek.
Voor uw komende buitensportweek maken wij graag een offerte.

Bel voor informatie en offerte: 0418 - 575090

Postbus 2040 5300 CA Zaltbommel Fax: 0418 - 575091 www.huski.nl