

LICHAMELIJKE *opvoeding* MAGAZINE

NUMMER 1 Jaargang 103 | januari 2015



TOPIC

Jongens en meisjes in de gymles



OLYMPIC
MOVES

Schoolplein inrichten
voor mee bewegen

Ultimate frisbee

Nieuw
ontwerp!

kvlo.nl

 KVLO

Topic Jongens en meisjes in de gymles

Co-educatie is ingeburgerd. We zijn het vanzelfsprekend gaan vinden. Maar er zijn ook andere geluiden. Het is goed nog eens te bedenken waarom we gemengd lesgeven. Jan Janssens haalt een onderzoek aan waaruit blijkt dat een groot deel van de jongens en meisjes aangeeft liever apart te gymmen dan samen. Noortje van Amsterdam schrijft dat er ruimte moet zijn voor kritische zelfreflectie als beweging door leerlingen en reflectie op beeldvorming door leerling en docent. Hilde Bax beschouwt de geschiedenis van co-educatie. Maarten Massink constateert dat recente publicaties vraagtekens zetten bij de behaalde intensiteit en kwaliteit van bewegen vooral door meisjes, het gevaar van rolbevestiging en wat je dan wel kunt doen. Frisbee is een voorbeeld van een contactsport waar jongens en meisjes gemengd spelen. Mery Graal beziet de co-educatie vanuit het perspectief van de successen van de Nederlandse vrouwenploegen.

22


Topic

- 04** Jongens en meisjes apart of samen les?
door Hilde Bax
- 07** Stereotiepe ideeën over sekseverschillen in de gymles
door Noortje van Amsterdam
- 10** Co-educatie in de praktijk van het bewegingsonderwijs (1)
door Maarten Massink
- 13** Gemengde of apart gymmen?
door Jan Janssens
- 17** Co-educatie in de praktijk van het bewegingsonderwijs (2)
door Maarten Massink
- 20** Ultimate frisbee in het voortgezet onderwijs?
door Daan Remmers
- 45** Mery Graal

En verder

- 28** Vmbo-school 't Venster wint veel met Olympic Moves - Schoolsport
- 34** Het NILO Nederlandsch Instituut voor Lichamelijke Opvoeding (1)
door Frans Kaandorp en Kees van Tilborg
- 37** Gezond gedrag stimuleren op school
door Tanja Krieger
- 38** Terugkijken op een bewogen jaar
door Hans Dijkhoff
- 40** Quantified Self (2)
door Jan-Willem Bruining en Patrick van de Ven
- 43** Schoolplein inrichten voor mee bewegen
door Redactie
- 44** De cao-mbo wat betekent deze in de praktijk?
door Jilles Veenstra


10

4


Praktijk

- 17** Co-educatie in de praktijk van het bewegingsonderwijs (2)
door Maarten Massink
- 20** Ultimate frisbee in het voortgezet onderwijs?
door Daan Remmers
- 22** Gezonde School een kijkje in de keuken (3)
door Tilly de Jong e.a.
- 24** Het begint bij kijken
door Annematt Collot D'escury, Roel van Beusekom en Ivo Dokman
- 31** Coachen van een stagiaire tijdens de les: het LoLuLe-blad
door Chris Hazelebach



Rubriek

- 05 Voorwoord
- 16 Recht
- 33 Onderwijspagina
- 42 Boeken
- 45 Mery Graal
- 46 Scholing
- 47 (KV)LO-nieuws

Colofon Redactie: Hans Dijkhoff (hoofdredacteur) Maarten Massink (praktijkredacteur) Jacqueline Tangelder (redactiemedewerkster) **Redactieraad:** Hilde Bax, Peter Barendse, Jan Faber, Frank Jacobs, Liesbeth Jans, Mark Jan Mulder, Berend Brouwer (VZ), Jorg Radstake en Sebastiaan Platvoet. **Redactieadres:** KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, Tel.: 030 69 20 847, e-mail: redactie@kvlo.nl. **Abonnementen:** Jaarabonnement € 60,- (buitenland € 80,-) Losse nummers € 5,- (excl. verzendkosten). Iedere week verschijnt er een digitale nieuwsbrief. Aanmelden via www.kvlo.nl. **Verschijningsdata:** zie www.kvlo.nl **Handelsadvertenties:** Bureau Van Vliet BV, Passage 13-21, Postbus 20, 2040 AA Zandvoort, fax: 023 571 7680 e-mail: zandvoort@bureauvanvliet.com www.bureauvanvliet.com. **Druk:** Drukkerij Ten Brink, Meppel. **Vormgeving en opmaak:** FIZZ Marketing en communicatie, Meppel. 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. Wij hebben dit magazine met uiterste zorg samengesteld. Wij hebben daarbij steeds getracht mogelijke rechthebbenden te achterhalen. Indien u onverhoopt meent rechten te kunnen doen gelden, dan verzoeken wij u dit kenbaar te maken bij de redactie.

VOORWOORD



Louis

Eind december is het de tijd dat er veel wordt teruggekeken op het voorbije jaar. De sport is ruim aan bod gekomen, met name het WK-voetbal in Brazilië. Een persoon springt er voor mij ver boven uit en dat is onze collega Louis van Gaal, ook een inwoner van Noordwijk, maar dat terzijde. Louis laat zien waarom het lesgeven ook aan profs nodig is. Zijn technische en tactische kennis weet hij op een perfectionistische wijze, methodisch-didactisch over te brengen. De uitvoering is vervolgens zoals hij dat wil. Dat is de leraar ten voeten uit en daarom zijn die vakleraren zo van belang, evenals de vaktrainers en de vakcoaches.

Interessant is het na te gaan wat de aanpak van Louis nu precies inhoudt. Iedereen heeft het over de briljante keeperswissel, zeker als je het resultaat bekijkt. Max Christern, sportliefhebber, journalist en voormalig chef economie van NRC Handelsblad en oud-hoofdklas-se hockeyer, kroop in de huid van Louis van Gaal en kwam tot de zeven lessen van Louis, gebaseerd op zijn basiswaarden: vertrouwen, intrinsieke motivatie en een gedeeld doel. Ik wil er een paar van noemen die de vakleraar lichamelijke opvoeding naadloos kan bewerken en kan toepassen in zijn of haar lessen of vereniging.

Ga uit van de totale mens. Alle mensen zijn gelijk, maar ieder mens, iedere speler in een team is anders. Dat vraagt om een unieke behandeling van iedere speler. Geef mensen een veilige omgeving waarin ze meer over zichzelf kunnen vertellen. Discipline is de basis voor alle succes. Hoe duidelijk de noodzaak van discipline om een bepaald doel te bereiken wordt geschetst, hoe makkelijker de acceptatie. Laat discipline niet als een straf worden ervaren. Verras door te veranderen. Wie wil verrassen door het anders te doen, moet zijn team intensief betrekken bij het veranderingsproces. Wie goed kan luisteren, krijgt gemakkelijk veranderingen voor elkaar. In tijden van stress en spanning: blijf rustig. Want als de baas rustig blijft bij tegenslag, blijven de spelers dat ook. Zie optimisme als een morele plicht.

Het zijn slechts enkele passages uit het boek *De Keeperswissel* maar ik kan jullie het boek van harte aanbevelen. Je gaat op een andere manier naar mensen kijken, het belang van goed leren bewegen straalt ervan af en het geeft veel energie. Dat wens ik jullie van harte voor dit jaar toe!

Jan Rijpstra

Jongens en meisjes apart of samen les?

Vanaf de invoering van de Basisvorming in de onderbouw van het voortgezet onderwijs (BAVO) is het gebruikelijk dat jongens en meisjes in klassenverband deelnemen aan de les lichamelijke opvoeding (LO)¹ op school. Tegenwoordig worden er geregeld vraagtekens geplaatst bij deze vanzelfsprekendheid van de laatste 25 jaar. Welke argumenten speelden er toen en welke argumenten gelden nu als het gaat om onderwijs in bewegen en sport samen of apart?

TEKST HILDE BAX FOTO'S HANS DIJKHOFF

In de jaren zestig en zeventig van de vorige eeuw kregen de kinderen van de lagere school, voorloper van de basisschool, vaak met de hele klas les in LO. In het voortgezet onderwijs daarentegen waren de lessen LO voor jongens en meisjes gescheiden. De meisjes van twee klassen kregen les van een vrouwelijke docent en de jongens van twee klassen van een mannelijke leraar. Aan het einde van de jaren zeventig begon dit te veranderen. Soms vanuit ideologische achter-

naden op een rij te zetten (Loopstra, 1977). Als tegenargumenten worden genoemd dat de interesses van jongens en meisjes verschillen en dat jongens en meisjes anders omgaan met hun bewegingsomgeving. Onderwijskundige argumenten, zoals jongens en meisjes gaan vanzelfsprekend met elkaar om in onze moderne samenleving en het samen kunnen bewegen en spelen is voor sportieve recreatie van belang, pleiten voor lessen LO in klassenverband. Aangenomen wordt dat scholen en vaksecties, samen met andere betrokkenen, in staat zijn om op een verantwoorde wijze tot beslissingen te komen. Daarbij mogen rooster-technische zaken geen leidende rol spelen.

“Aan de lessen in de lichamelijke oefening dient uitsluitend door leerlingen van hetzelfde geslacht te worden deelgenomen”

gronden, maar vaak ook omwille van het rooster. Naar aanleiding van een vraag tijdens de Voorjaarsvergadering 1977 van de Koninklijke Nederlandse (tegenwoordig de KVLO) schrijft de toenmalige secretaris Loopstra het volgende: “Te veel wordt, zo is gebleken, op scholen tot co-instructie besloten, uitsluitend op grond van rooster-technische overwegingen. In het ‘Leerplan rijksscholen’ voor vwo/havo/mavo van november 1975 staat dat co-instructie niet toegestaan is. “Aan de lessen in de lichamelijke oefening dient uitsluitend door leerlingen van hetzelfde geslacht te worden deelgenomen” (blz 107)” (1977, p. 436).

Argumenten voor- en tegen lessen in klassenverband

Vanuit het hoofdbestuur wordt vervolgens een aanzet gegeven voor de discussie over samen of gescheiden les door enkele voor- en

Ontwikkelingen in de jaren tachtig

In de loop van de jaren tachtig blijft de discussie over lesgeven aan jongens en meisjes samen of apart in ons vakgebied. Dat kwam onder andere omdat het lesgeven aan jongens en meisjes samen soms wel, maar ook geregeld niet gebeurde vanuit onderwijskundige motieven. In deze tijd werd er onderscheid gemaakt tussen co-instructie, functionele co-educatie en intentionele co-educatie (Crum, 1981). Men sprak van co-instructie als jongens en meisjes samen les kregen zonder educatieve bedoelingen. Hiervan is sprake als jongens en meisjes samen les krijgen omdat dit in verband met allerlei randvoorwaarden, meestal personeel en rooster, beter uitkomt. Er werd gesproken van co-educatie als men voor les in klassenverband koos vanuit pedagogische doelstellingen. Men vond het belangrijk dat jeugdigen leerden omgaan met verschillen en leerden om rekening met elkaar te houden. Vervolgens werd daarbinnen onderscheid gemaakt tussen

¹ In de BAVO wordt het vak als ‘lichamelijke opvoeding’ aangeduid.

Met de invoering van de vernieuwde onderbouw voor het voortgezet onderwijs wordt de naam voor het leergebied ‘bewegen en sport’. De naam ‘bewegingsonderwijs’ wordt gebruikt bij een citaat of het aanhalen van een auteur.



▲
*Stoeien voor
beide seksen en
zelfverdediging
gescheiden?*

functionele en intentionele co-educatie. Bij functionele co-educatie werd geen expliciete aandacht besteed aan het leren omgaan in bewegingssituaties met elkaar en bij de intentionele variant werd daarop wel expliciet geanticipeerd. Bij de functionele co-educatie gingen men van de veronderstelling uit dat 'jongens en meisjes samen' voldoende was om gedragsveranderingen bij kinderen te realiseren. Bij intentionele co-educatie kwamen emancipatoire onderwijsdoelen nadrukkelijk aan de orde binnen de lessen. Meestal was er sprake van co-instructie als de schoolleiding deze verplichting tegen de wil van de vaksectie oplegde en van co-educatie als de vaksectie zelf had gekozen voor les aan jongens en meisjes samen.

Invoering van de BAVO in 1993

In de plannen voor de Basisvorming onderbouw voortgezet onderwijs (BAVO) is er veel aandacht voor gelijke kansen van kinderen en zijn de kerndoelen van alle vakken voor jongens en meisjes gelijk¹. Voor ons vak geldt dat alle kinderen een brede introductie krijgen in de bewegingscultuur. Dat betreft naast de verenigingssport ook andere bewegingsactiviteiten. "Meisjes en vrouwen kunnen tegenwoordig zonder bezwaren deelnemen aan activiteiten die voorheen slechts aan mannen voorbehouden waren. Voetballen, zelfverdedigingssporten en lange afstandsnummers

¹ Het bewegingsdomein zelfverdediging vormt hierop een uitzondering. Er kan gekozen worden voor 'zelfverdediging voor meisjes' naast of in plaats van stoeien en trefspelen.

kennen steeds meer deelnemers." (Mooij, 1991, p.201). Gemengd lesgeven is een logisch vervolg vanuit het basisonderwijs, vrouwelijke leerkrachten vinden het prettig om aan jongens les te kunnen geven, de sfeer in de les wordt positief beïnvloed, meisjes leren zich ook in bewegingssituaties geëmancipeerder op te stellen ten opzichte van de jongens, hierdoor kan de achterstand wat betreft het vervullen van kaderfuncties in de sport verminderen, weliswaar zien sommige vrouwelijke docenten op tegen het lesgeven aan jongens, ze hebben het namelijk niet gehad in hun opleiding, echter de docenten die ervaring hebben met lesgeven in klassenverband willen niet meer terug (Mooij, 1991). In de Basisvorming wordt aansluiting gezocht bij maatschappelijke ontwikkelingen. 'Hoofd, hart en handen' moeten geïntegreerd aan bod komen. In alle vakken moet aandacht zijn voor kennisaspecten, vaardigheden en het inzicht om hier iets mee te kunnen in de culturele omgeving. Voor ons vak is bovenstaande vertaald in het verwerven van een meervoudige handelingsbekwaamheid (Faber, 1989). Deze bestaat uit een diverse deelnamebekwaamheden zoals beter leren bewegen, beter leren samen bewegen, bewegen leren regelen en leren over bewegen (Stegeman, 2000; Bax, 2010). In het verlengde hiervan formuleert Stegeman de algemene vakdoelstelling als "het bewegingsonderwijs is erop gericht de leerlingen bekwaam te maken voor zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur" (2000, p.159).

Onderwijs in de 21e eeuw

In het eerste decennium van deze eeuw krijgen jongens en meisjes zowel in het basisonderwijs als in het voortgezet onderwijs meestal samen les. Hoewel men probeert in te spelen op verschillen tussen leerlingen, lijkt dat niet in alle situaties te lukken. "Een groot deel van de leerlingen is gemotiveerd om te bewegen en te sporten. Echter meisjes, leerlingen met een laag sportief zelfbeeld en diverse leerlingen in hogere leerjaren gaan de lessen LO minder waarderen. Bovendien neemt hun

**Men vond het belangrijk
dat jeugdigen leerden
omgaan met verschillen**

motivatie voor bewegen en sporten af" (Van Ekdom & Van Mossel, 2014, p.12). Geven gescheiden lessen in bewegen en sport meer kansen voor jeugdigen dan lessen met jongens en meisjes samen? Voor het beantwoorden van deze vraag is het nodig om daarbij uitgangspunten en doelstellingen te betrekken. In beide situaties is ons streven toch dat



◀ Ringvangen: een typisch jongensonderdeel?

Contact

h.h.t.bax@hva.nl

Referenties

Bax H. (2010). *De samenleving over de kwaliteit van bewegen & sport op school*. Zeist: Jan Luiting Fonds.

Bax, H., Driel, G. van, Jansma, F. & Palen, H. van der (2010). *Beroepsprofiel leraar lichamelijke opvoeding*. Zeist: KVLO.

Brouwer, B., Aldershof, A., Bax, H., Berkel, M. van, Dokkum, G. van, Mulder, M.J. & Nienhuis, J. (2011). *Human movements and sports in 2028*. Enschede: SLO.

Crum, B. (1981). Co-educatie in de lichamelijke opvoeding, *Thomas*, 21 (8).

Eldom, H. van & Mossel, G. van (2014). Wat beweegt onze leerlingen? *Lichamelijke Opvoeding*, 102 (7), 8-13.

Faber, K. (1989, 2001). *Bewegingsonderwijs op maat*. Baarn: Bekadidakt, HB-uitgevers.

Loopstra, O. (1977). Co-instructie een doelstellingenprobleem, *Lichamelijke Opvoeding*, 65, 436-437.

Mooij, C. (1991). Lesgeven aan jongens en meisjes, *Lichamelijke Opvoeding*, 79 (4), 201.

Stegeman, H. (2000). *Belang van bewegingsonderwijs, over legitimatie en algemene doelstellingen van het schoolvak lichamelijke opvoeding*. Zeist: Jan Luiting Fonds.

Hilde Bax is als Hogeschoolhoofd docent verbonden aan de ALO van de HVA.

alle leerlingen hun bewegingsmogelijkheden ontplooiën en kunnen gebruiken in onze dynamische en pluriforme bewegingscultuur (Bax, 2010). Succeservaringen binnen het onderwijs maken de kans groter dat jeugdigen gaan kiezen om op een persoonlijke manier te participeren binnen de gevarieerde bewegingswereld. Het is de kunst voor de vakwereld om het onderwijs in bewegen en sport aan te laten sluiten bij de ervarings- en bewe-

Hoe zal het onderwijs er in 2028 eruit zien?

gingswereld van ieder kind. Inspelen op de mogelijkheden van, rekening houden met verschillen tussen leerlingen en hen kansen geven zich te bewakemen in diverse deelnamebekwaamheden is daarbij mijn devies. Maar wat gaat dat voor de toekomst betekenen? Hoe zal het onderwijs er in 2028 eruit zien? Waarschijnlijk heeft de technologie zich op een onvoorspelbare manier ontwikkeld en is de diversiteit verder toegenomen. De docent heeft

een verantwoordelijkheid om bij het begeleiden van leersituaties zowel in klassenverband als op individueel niveau rekening te houden met interesses van jongens en meisjes, kinderen met bewegings- en gedragsbeperkingen, culturele achtergronden, et cetera (Bax, Van Driel, Jansma, & Van der Palen, 2010). Het uitgangspunt voor onderwijs in bewegen en sport zal waarschijnlijk in 2028 nog steeds zijn: "dat jeugdigen op school, steeds vanuit een pedagogisch perspectief, (meer) bekwaam raken voor deelname aan sport en bewegings-situaties, als onderdeel van een gezonde en actieve leefstijl." (Brouwer e.a., 2011, p.39).

Conclusie

Sinds de jaren zeventig van de vorige eeuw is er veel veranderd maar zijn er ook veel zaken hetzelfde gebleven. Een belangrijk uitgangspunt was en is 'het kind centraal' en 'aandacht voor ieder kind'. Naar analogie van de slogan voor Passend Onderwijs: 'regulier waar het kan en speciaal waar het moet', wil ik afsluiten met: 'jongens en meisjes samen waar het kan en apart waar dat moet'. ■

Stereotiepe ideeën over sekseverschillen in de gymles



▲
Samen magnesium smeren ...

Verschillen tussen jongens en meisjes zijn er. Dat is een feit. Maar hoe zit het in de gymles? Zelf gymde ik vroeger niet met jongens: op mijn oude middelbare school waren de gymlessen gescheiden. Tegenwoordig is dit zeer ongebruikelijk, meisjes en jongen gymmen meestal samen. Hoe ervaren leerlingen dat eigenlijk? Hoe gaat een docent om met zo'n gemixte groep? En welke impact kan dit hebben op de ervaringen van leerlingen in LO?

TEKST NOORTJE VAN AMSTERDAM FOTO'S HANS DIJKHOFF

Het blijft een interessante discussie: verschillen tussen mannen en vrouwen, en tussen jongens en meisjes. Met name in de sport worden deze verschillen op scherp gezet. Als je als jongen hoort dat je gooit als een meisje, dan is dat een belediging (Drummond, 2003) "Who are obese, or who are considered unsuccessful in sport." Goed kunnen sporten is voor meiden een pluspunt, zo lang je er maar wel vrouwelijk uit blijft zien (Ross & Shinew, 2008) "Males potentially have the opportunity to experience social acceptance and learn what is expected of them to fulfill their social roles" (p. 41. In de sport wordt duidelijk verschil gemaakt tussen mannen en vrouwen en de eisen waaraan zij moeten voldoen. Dit werkt vaak stereotype beelden in de hand over mannelijkheid en vrouwelijkheid.

►
Is zwaaien
voor meisjes?

Diversiteit

In mijn onderzoek heb ik veel leerlingen gesproken over hun ervaringen in LO op de middelbare school. Deze blijken heel divers te zijn. Sommigen vinden gym het allerleukste vak en staan te springen om de zaal in of het veld op te mogen. Er zijn echter ook leerlingen die het verschrikkelijk vinden om op school te moeten sporten en bewegen. Deze verschillen worden vaak toegeschreven aan sekseverschillen maar dat is naar mijn idee een misvatting. Er zijn genoeg meiden die erg genieten van sporten, zo hard mogelijk rennen, gooien, slingeren et cetera. Eén meisje zegt bijvoorbeeld tijdens een interview: *"Ik ben wel iemand die sowieso niet stil kan zitten. Dus ik moet wel altijd bewegen en met gym doe je dat. Ik turn fanatiek en dan beweeg ik ook veel. Ik vind het vooral leuk om te sporten en te bewegen. Gewoon dat ik mijn energie kwijt kan"*. Tegelijkertijd zijn er ook jongens die ervan gruwelen om hun fysieke vaardigheden in groepsverband te moeten tonen. *"Gym is niet echt mijn ding. En ik ben ook niet bepaald de beste [...] vooral hardlopen vind ik vervelend, zoals bij de shuttlerun test. Dat ligt niet binnen mijn conditie en dan ziet iedereen dat ik eerder afhaak"*. Wat betekent deze diversiteit in vaardigheden en interesses voor de manier waarop leerlingen de gymlessen beleven? En hoe beïnvloeden fysieke vaardigheden de sociale positie van leerlingen ten opzichte van hun klasgenoten?

Zichtbaarheid

Wat uit mijn onderzoek duidelijk naar voren komt, is dat de gymles functioneert als een plek om jezelf te laten zien. Het lichaam is erg zichtbaar in de gymles, waardoor zowel de vaardigheden als het uiterlijk van leerlingen in de schijnwerpers komen te staan. Voor leerlingen die het gevoel hebben niet aan de norm te voldoen is dit heel onprettig. Zij worden in de gymles pijnlijk geconfronteerd met hun 'tekortkomin-

Tieners willen dolgraag gezien worden als heteroseksueel aantrekkelijk.

gen' op een bepaald gebied. In de interviews werd bijvoorbeeld veel gesproken over de angst om bepaalde oefeningen voor te moeten doen: *"Iedereen kijkt dan mee als je iets voor moet doen. En als je dan valt of zo, dan ziet gelijk iedereen het. Dan is alle aandacht op jou gericht. Dat is wat ik er eng aan vind."* *"Er zijn ook mensen die in geen enkele sport goed zijn [...] In de gymles komt dat heel pijnlijk naar voren. Iedereen kijkt naar je. Je staat vaak te wachten op je beurt en dan zie je toch hoe de anderen het doen."*



Tegelijkertijd maakt de verhoogde zichtbaarheid van het lichaam de gymles een zeer geschikte plek voor leerlingen om hun mannelijkheid of vrouwelijkheid (hun gender) te benadrukken. De ontluikende seksualiteit van tieners speelt hierbij in het voortgezet onderwijs een rol. Tieners willen dolgraag gezien worden als heteroseksueel aantrekkelijk. Uit mijn observaties komt naar voren dat de stereotype gegenderde gedragingen die hierbij horen – zoals agressiviteit en competitiviteit voor jongens en passiviteit en afhankelijkheid voor meisjes – aangegrepen worden door leerlingen in de gymlessen om hun gender en seksualiteit te onderstrepen. *"Als jongen lijkt het me wel moeilijk als je echt heel erg onsportief bent. Het is toch wel het ideaal van een vrouw om een sterke, stoere man te hebben. En als iemand totaal faalt bij elke oefening bij gym, dan is het toch wel een afknapper lijkt mij. Bij meisjes maakt dat minder uit, omdat een jongen dat ook niet echt zoekt in een meisje."*

"Meisjes doen vaak niet actief mee, die gaan snel op de bank zitten"

De gymles vormt door de verhoogde zichtbaarheid van het lichaam dus ook een context waarin leerlingen die niet voldoen aan de fysieke gegenderde normen gepest of anderszins uitgesloten kunnen worden. Onderzoek toont bijvoorbeeld aan dat 'onhandige' jongens vaak doelwit worden van pestgedrag omdat



zij niet voldoen aan het beeld van gewenste mannelijkheid (Tischler & McCaughtry, 2011). Gymdocenten versterken deze in- en uitsluitingsprocessen vaak onbewust doordat hun lessen veelal gebaseerd zijn op de mogelijkheden en interesses van fysiek vaardige jongens (Larsson, Fagrell, & Redelius, 2009).

Biologisch bepaald?

Doordat leerlingen stereotype gedrag vertonen in de gymles om hun gender en seksualiteit te benadrukken kan de indruk ontstaan dat de verschillen in gedrag, vaardigheden en inzet tussen jongen en meisjes biologisch bepaald zijn. Een aantal gymdocenten die ik interviewde zei hierover het volgende: *“Het niveau verschilt ook. En dat is wat betreft vaardigheid, maar ook wat betreft de energie en de inzet en de werkhouding. Jongens zijn gewoon actiever. Meisjes zijn veel passiever. Dus dat merk je, maar dat is gewoon een gegeven.” “Ik zie jongens en meisjes niet als verschillende mensen, maar wel als verschillende lichamen. Dames hebben nou eenmaal een ander metabolisme, een andere spiergroei en eh, nou daar dien je rekening mee te houden.”*

Sommige gymdocenten benadrukten hierbij de diversiteit aan ervaringen en mogelijkheden van leerlingen die ik eerder in dit stuk al noemde. Een uitermate geschikt instrument om in de gymlessen met deze diversiteit om te gaan, blijkt gedifferentieerd lesgeven. Bijna alle docenten die ik sprak gaven aan veel belang te hechten aan gedifferentieerd lesgeven, omdat de mogelijkheden van leerlingen nou eenmaal verschillen terwijl ze allemaal mee moeten doen. Het gevaar dat hierbij op de loer ligt is dat de differentiatie gebaseerd is op de inschatting van docenten over de vaardigheden van leerlingen. Als deze inschatting gekleurd wordt door stereotype ideeën over sekseverschillen dan worden deze hiermee een ‘selffulfilling prophecy’ die schijnbare verschillen tussen jongens en meisjes bevestigt en een andere aanpak in de lessen voor jongens en meisjes legitimeert. Eerder onderzoek toonde al aan dat dit fenomeen zich voordoet bij exacte vakken zoals wiskunde (Tiedemann, 2000): van meisjes wordt een minder goede prestatie verwacht dan van jongens. De verwachting van de docent maakt dat meisjes minder uitgedaagd worden om te excelleren en vervolgens blijven hun prestaties achter ten opzichte van die van de jongens en dit wordt toegeschreven aan biologische verschillen tussen jongens en meisjes. Het is goed mogelijk dat eenzelfde principe zich ook voordoet in LO.

Gescheiden gymles de oplossing?

Dit roept allerlei vragen op. Worden verschillen tussen jongens en meisjes in de gymles mede veroorzaakt door stereotype verwachtingen

over sekseverschillen van docenten? Hoe zou je uitsluiting en marginalisering van bepaalde (groepen) leerlingen kunnen voorkomen? Moeten we misschien terug naar de gescheiden gymlessen uit mijn tijd, om zo de kansen en mogelijkheden van alle jongens en meisjes in gymlessen te bevorderen? Deze laatste mogelijkheid kwam soms ook ter sprake in de interviews met leerlingen. Zo zei één jongen: *“Ik vind het gewoon jammer dat ik niet met alleen jongens kan gymmen. En meisjes vinden het ook niet leuk om met jongens te gymmen [...] Ik moet me inhouden met gymlessen omdat we met meisjes zijn en die zijn toch iets meer kwetsbaar.”*

“Iedereen kijkt dan mee als je iets voor moet doen. En als je dan valt of zo, dan ziet gelijk iedereen het.”

Een meisje gaf daarentegen aan dat zij het juist wel leuk vind om samen met jongens te gymmen en gescheiden gymlessen niet ziet zitten: *“Ik vind dat stom [...] Ik kan ook prima gymmen. Ja sorry hoor!”* De verontwaardiging die uit dit citaat blijkt, geeft meteen ook weer wat het risico is van het invoeren van gescheiden gymlessen: hiermee kunnen de verschillen tussen jongens en meisjes gegeneraliseerd worden, wat kan leiden tot een vorm van hokjesdenken waar sommige meisjes en jongens zich niet in thuis voelen. Bovendien ondervang je pestgedrag niet door jongens en meisjes van elkaar te scheiden tijdens LO. Eerder onderzoek toont aan dat ‘onhandige’ jongens in gescheiden klassen evengoed bespot worden (Rønholt, 2010).

Kritische zelfreflectie

Mijn aanbeveling is om het onderwerp sekse- en genderverschillen bespreekbaar te maken, en leerlingen te leren kritisch te kijken naar hun eigen ideeën hierover. Dit kan zowel in de gymles als bijvoorbeeld tijdens maatschappijles, bijvoorbeeld door leerlingen te laten discussiëren over het onderwerp aan de hand van foto's van verschillende topsport atleten die veel in het nieuws zijn (geweest) zoals Michaëla Krajicek, Leroy Fer, Caster Semenya, en Epke Zonderland. Ook voor LO-docenten is het aan te bevelen om kritisch te kijken naar de eigen ideeën over sekseverschillen en sport. Welke stereotypen worden onderschreven? Hoe komen deze terug in hun lessen? En waar komen deze ideeën eigenlijk vandaan? Het bevorderen van kritische zelfreflectie bij leerlingen en docenten zou als effect kunnen hebben dat er meer ruimte komt voor diversiteit, zodat alle leerlingen – ongeacht hun gender en fysieke vaardigheden – genoeg mogelijkheden krijgen om plezier te beleven aan sporten en bewegen. ■

Contact

N.vanAmsterdam@uu.nl

Referenties

- Drummond, M. J. N. (2003). The meaning of boys' bodies in physical education. *The Journal of Men's Studies*, 11(2), 131–144.
- Larsson, Fagrell, & Redelius. (2009). Queering physical education. Between benevolence towards girls and a tribute to masculinity. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 14(1), 1–17.
- Rønholt, H. (2010). “It”s only the sissies ...’. Analysis of teaching and learning processes in physical education: A contribution to the hidden curriculum. *Sport, Education and Society*, 7(1), 25–36. doi:10.1080/13573320120113558
- Ross, S. R., & Shiner, K. J. (2008). Perspectives of Women College Athletes on Sport and Gender. *Sex Roles*, 58, 40–57.
- Tiedemann, J. (2000). Gender-related beliefs of teachers in elementary school mathematics. *Educational Studies in Mathematics*, 41, 191–207.
- Tischler, A., & McCaughtry, N. (2011). PE is not for me: when boys' masculinities are threatened. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 82(1), 37–48.



in de praktijk van het bewegingsonderwijs ⁽¹⁾

De discussie over de effecten van gemengd lesgeven aan jongens en meisjes in het bewegingsonderwijs is een terugkerende. De praktijk van alledag geeft meestal vorm aan het onderwijs. Deze praktijk wordt vooral gevoed door roostertechnische wensen en mogelijkheden van de school.

TEKST MAARTEN MASSINK FOTO ANITA RIEMERSMA

Met de komst van de Mammoetwet onderwijs in de jaren zestig van de vorige eeuw zijn seksegemengde scholen en -klassen gemeengoed geworden. Maar het is ook goed om jezelf af te vragen of gemengde lessen in bewegingsonderwijs stroken met jouw idealen en visie op bewegingsonderwijs. In dit artikel kijken we vanuit de praktijk naar co-educatie in het verleden en een mogelijke ontwikkeling qua co-educatie in het heden en de toekomst.

Vraagtekens

In publicaties worden de effecten van co-educatie onder de loep genomen. Lars Borghouts en Menno Slingerland (www.dso2010.nl/objects/

cms/files/451/Borghouts.pdf) geven in een artikel over intensiteit van de les LO in Nederland aan dat meisjes met name in het vmbo aanzienlijk minder bewegen in de les LO dan jongens. Vanuit het oogpunt van actieve levensstijl en het bijdragen aan de beweegnorm willen ze

Minder dan de helft van de LO-docenten staat achter co-educatie vanuit een eigen keuze.

een discussie op gang brengen over co-educatie vanuit het gezichtspunt van geringe beweegintensiteit van meisjes, vooral in het vmbo en bij teamsporten. Hoe is dit te ondervangen?



Bekwaam maken voor deelname aan bewegingscultuur

Stegeman formuleert de algemene doelstelling van het bewegingsonderwijs als: 'Het bewegingsonderwijs is erop gericht de leerlingen bekwaam te maken voor zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur' (Stegeman, 2000, p. 159). In zijn proefschrift, maar ook bijvoorbeeld in het Basisdocument *Bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs* (2007) en in zijn afscheidsrede *Bewegingsonderwijs op waarde geschat* (2008), wordt deze doelstelling beargumenteerd en verder uitgewerkt. Het gaat er uiteindelijk om dat jongeren blijvend betrokken raken bij sport en bewegen. Dat kan alleen als er op school voor iedereen perspectief is: iedereen moet zich 'kwijt' kunnen, iedereen moet succeservaringen op kunnen doen, iedereen moet met plezier kunnen deelnemen. Die deelname moet wel verantwoord zijn: er moet 'gezonder' en met inachtneming van aanvaarde waarden en normen worden geparticipeerd. De leerlingen moeten in hoge mate zelfstandig aan de slag kunnen, wat vraagt om een 'meervoudige deelname-bekwaamheid': ze moeten over bewegingsvaardigheden beschikken, het bewegen kunnen regelen, met elkaar kunnen bewegen en inzicht in bewegingssituaties hebben.

Ger van Mossel heeft in een onderzoek naar het behalen van de deelnameniveaus binnen kernactiviteiten voor onderbouw voortgezet onderwijs als aangegeven in het basisdocument bewegingsonderwijs geconcludeerd dat meisjes in het voortgezet onderwijs beduidend lager scoren in de deelnameniveaus. Zie *Lichamelijke Opvoeding nr.8* (2014): 'Doen meisjes het slechter dan jongens?'. Hij stelt daarbij de vraag of we in de niveauiduiding bij spel niet een onderscheid moeten maken qua niveaubeschrijving tussen jongens en meisjes zodat meisjes gelijke kansen krijgen op een hoger deelnameniveau. Of moeten wij ons onderwijs anders inrichten?

Mineke van Essen schetst in haar proefschrift/artikel 'Gemengde gymnastiekles voldoet niet aan ideaal' (redes.eldoc.ub.rug.nl/FILES/root/1999/m.van.essen/vanessen.pdf) de opkomst van co-educatie in het bewegingsonderwijs in de vorige eeuw en de daaraan gekoppelde idealen. In de jaren zestig komt de emancipatiegolf die de gelijkheid van de seksen wil benadrukken op gelijke kansen. Dit leidt tot een accepteren/stimuleren van co-educatie ook in het bewegingsonderwijs. Zij haalt een voorbeeld van een SLO-lesplan aan waarin co-educatie aan de orde komt op een manier die volgens haar niet strookt met het ideaal van gelijke kansen en mogelijkheden. In dat voorbeeld wordt volgens haar vooral gefocust op de versterking van de karikaturen van typisch jongensgedrag en meisjesgedrag in de gemengde gymles, terwijl de kracht zou moeten liggen in de aandacht en mogelijkheden geven voor de uitzondering. Hoe kunnen we dit realiseren? Al met al drie recente beschouwingen die vraagtekens stellen bij co-educatie. Reden om daar vanuit de praktijk op te reflecteren.

Geschiedenis

Mineke van Essen geeft aan dat in het interbellum (de jaren twintig en dertig van de vorige eeuw) er nog sprake was van het idealiseren van het typisch mannelijk en vrouwelijk bewegen. Dit moest in het bewegingsonderwijs vorm krijgen door gescheiden lessen LO. Daarbij was het belangrijk dat een vrouwelijke docent les gaf aan de meisjes. In de praktijk bleken dit vaak vrouwelijke docenten met een belangstelling en talent voor competitie sport die in opkomst was, zodat de typisch mannelijke competitie gerichte vorm van lessen LO vaker aan de orde was, ook in meisjes groepen dan het toen der tijd geschatte ideaaltypische vrouwelijke bewegen.

In de jaren zestig met komst van de emancipatiebeweging en de Mammoetwet en later de basisvorming kwam het accent te liggen op gelijke kansen voor mannen en vrouwen. Geen onderscheid meer. Dit werd aangegrepen

om ook in LO lessen jongens en meisjes samen les te geven. Zeker ook vanuit roostertechnische redenen een goede uitkomst. Hier kan de vraag gesteld worden of het rooster prioriteit had of het opvoedingsideaal bij het invoeren van de gemengde LO-klassen. Een terechte vraag gezien ook het artikel van Oene Loopstra in een artikel uit 1977 met de titel: 'Co-instructie een doelstellingen probleem'. Met de opkomst van 'co-instructie' (die in 1975 nog verboden was op rijksscholen) waarschuwde de toenmalige secretaris van de KVLO voor

De andere speldocent gaf gescheiden les en wilde dat zo houden.

het invoeren van co-instructie op basis van roostertechnische motieven. De keuze voor of tegen co-instructie is de vraag stellen wat men wil met het vak; de vraag naar de doelstelling.

Hoe dan ook, LO-docenten gingen (moesten?) er mee aan de slag in de praktijk, al dan niet vanuit eigen overtuiging. Mineke van Essen geeft in haar onderzoek aan dat 25 procent van de LO-docenten tegenstander is van co-educatie en een derde neutraal staat. Minder dan de helft van de LO-docenten staat achter co-educatie vanuit een eigen keuze. Het blijkt een controversieel onderwerp waarbij de keuze voor groepering vooral vanwege het roostergemak gemaakt worden.

Veranderingen

Ik wil graag vanuit mijn eigen praktijkervaring schetsen hoe ik tegen co-educatie aankijk. Zelf heb ik les gehad op de basisschool en het voortgezet onderwijs in gescheiden groepen. Daarna op de ALO Amsterdam (1976-1980) waren de praktijklessen ook strikt gescheiden. Maar op mijn stagescholen waren de groepen inmiddels gemixt. Interessant is dat de docent waar ik stage liep, mijn oude LO docent was die inmiddels zelf de switch had gemaakt naar co-educatie. Meer onder dwang van de omstandigheden dan vanuit vrije keuze. Ook op mijn werkplek van het eerste uur (OSG de Meergronden) was co-educatie een vanzelfsprekendheid. Op de ALO Groningen heb ik een jaar (2000-2001) spellessen gegeven aan studenten. Hier was het gescheiden lesgeven aan studenten een punt van discussie. Of eigenlijk was er geen discussie. Ik mocht aangeven hoe ik het wilde. De andere speldocent gaf gescheiden les en wilde dat zo houden. Mijn voorkeur ging uit naar gemengde lessen vanuit de overweging dat de meeste studenten in de praktijk straks ook met gemengde groepen te maken krijgen. Ik vind het belangrijk dat in de methodiek

daar aandacht aan wordt gegeven. De vraag is of ik, als ik nu terugkijk en reflecteer op mijn praktijk, co-educatie belangrijk vind.

Als je kijkt naar de doelstelling van ons vak (citaat Canon LO) is co-educatie niet echt nodig.

De bewegingscultuur waar we leerlingen op voorbereiden is wat de geregementeerde sport betreft vooral gericht op gescheiden competitie voor jongens en meiden apart. Er zijn wel aanwijzingen dat bij clubs en verenigingen gemengd sporten steeds meer mogelijk wordt. Wellicht wordt dit meer mogelijk gemaakt nu er steeds meer leerlingen de ervaring van school inbrengen dat gemengd sporten mogelijk en plezierig is. Ik heb voetbalteams gezien op competitieniveau waar meisjes in een jongensteam zijn opgenomen.

Contact:

m.massink1@upcmail.nl

In deel 2 (in het praktijkdeel van dit nummer) staat beschreven hoe hiermee in de gymzaal om te gaan.

Werken aan co-educatie

Meervoudige bewegingsbekwaamheid kan nog steeds ingevuld worden zonder co-educatie. Maar er zijn wel meer kansen en mogelijkheden op leerzame ervaringen in gemengd bewegingsonderwijs, *mits er voldaan wordt aan bepaal-*

de voorwaarden. In het citaat hierboven staat dat het er in ons vak uiteindelijk om gaat dat jongeren betrokken raken bij sport en bewegen. Dat kan alleen als er op school voor iedereen perspectief is. Dat is iets dat je als docent goed

Meervoudige bewegingsbekwaamheid kan nog steeds ingevuld worden zonder co-educatie.

moet bewaken. Als co-educatie er toe leidt dat leerlingen zich minder kwijt kunnen, zich schamen, zich inhouden, minder succeservaringen beleven en minder plezier opdoen, dan streeft co-educatie zijn doel voorbij.

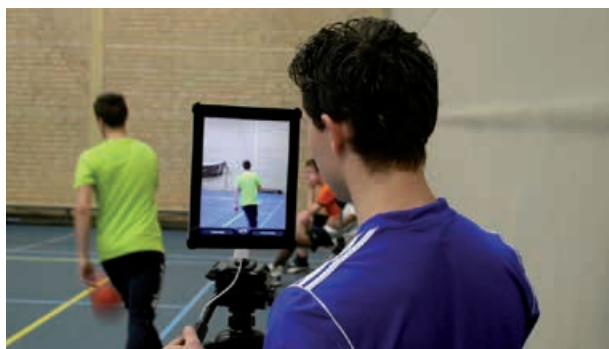
Maar co-educatie kan ook bijdragen aan meer plezier, succeservaringen en betrokkenheid bij sport en bewegen. Daarmee is co-educatie een middel geworden dat bijdraagt aan de doelstellingen van het vak. Maar dat is niet vanzelfsprekend. Daar moet aan gewerkt worden door docenten en door leerlingen. ■

Advertenties

Windesheim zet kennis in werking

SYMPOSIUM

‘Van tikken naar taggen 2015’



DIGITALISERING VAN BEWEGINGSONDERWIJS EN SPORT

Kom op 25 maart naar het symposium ‘Van tikken naar taggen 2015’ en verdiep u in recente ontwikkelingen en onderzoeksresultaten op het gebied van ICT en bewegingsonderwijs, videofeedback en digitale instructie bij het leren bewegen. Op het symposium krijgt u als primeur de beschikking over speciaal voor bewegingsonderwijs en sport ontwikkelde apps en multimediale leskaarten.

Het lectoraat Bewegen, School en Sport en de Calo organiseren deze dag. Er zijn keynotes, onderzoekspresentaties en (praktijk)workshops.

Datum: woensdag 25 maart 2015

Tijd: 9.30 tot 16.30 uur

Locatie: Windesheim in Zwolle

Meld u aan op windesheim.nl/vantikkennaartaggen

Windesheim

TRENOMAT SCHEIDINGSWANDEN



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

TRENOMAT
DE GRAAF EN VAN STIJN BV

De Graaf en van Stijn BV
Postbus 32
2420 AA Nieuwkoop
Tel: (0172) 57 97 20
Fax: (0172) 57 26 70
www.trenomat.nl
info@trenomat.nl

Al 40 jaar gespecialiseerd in nieuwbouw & onderhoud

Gemengd of apart gymmen?

Sekseverschillen en hoe ermee om te gaan vroeger en nu. De auteur van dit artikel verbindt de inzichten van vroeger met die van nu en komt tot een 'verrassende' conclusie.

TEKST JAN JANSSENS

Snuffelend in een klein antiquariaat kreeg ik ooit een interessant boekje in handen met de titel *Moderne sport en lichaamscultuur*. Het bleek het vierde deel uit een *Opvoedkundige brochurenreeks* die in de jaren twintig van de vorige eeuw, getuige de flaptekst werd uitgegeven "in verbinding met het zoo gunstig bekende tijdschrift voor praktische Roomsche opvoeding *Ons Eigen Blad*". Het was een reeks die volgens diezelfde flaptekst zeer de moeite waard was: "Men abonneere zich terstond!". Op de titelpagina zag ik dat het boekje van de persen was gerold bij de drukkerij van het R.K. Jongensweeshuis in Tilburg en dat een zekere frater M. Thomas verantwoordelijk was voor de inhoud.

Sport en lichamelijke opvoeding kregen veel te veel aandacht en de heilzame werking ervan werd sterk overdreven.

Hoewel beslist geen verzamelaar kon ik het boekje niet laten liggen. Maar zoals dat vaker gaat. Het geschrift kwam in mijn boekenkast terecht en nooit meer nam ik het ter hand. Totdat ik op zoek ging naar inspiratie voor een bijdrage aan een liber amicorum ter gelegen-

heid van het afscheid van Harry Stegeman als lector bij Windesheim. Dit artikel is een bewerking van mijn bijdrage aan dat vriendenboek (Janssens, in: Bax & van Mossel, 2008).

Zedenverwildering

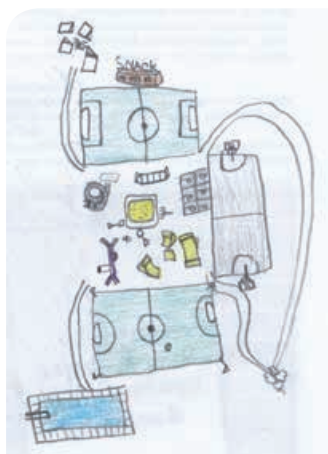
Toen ik er eens goed voor ging zitten en mij verdiepte in de stichtelijke woorden van frater Thomas, viel me op dat hij een scherp oog had voor de seksuele aspecten van de lichamelijke oefening. Hij waarschuwde voor "de gruwelijkste zedenverwildering" die "in naam der Lichaamscultuur" werd bevorderd. Hij wees op de "onderminning der zedelijkheid" door het spelen "in de meest ongeganeerde kleedij". Sport en lichamelijke opvoeding kregen veel te veel aandacht en de heilzame werking ervan werd sterk overdreven. Dat 'mens sana in corpore sano' werd echt verkeerd uitgelegd. Al die aandacht voor het lichamelijke ging onherroepelijk ten koste van het spirituele. En "dat 't turnen, 't mastklimmen en afglijden voor vele kinderen een wellustige gewoonte ten gevolge heeft, schijnt menig leider zelfs niet te bevroeden of van belang te vinden", aldus de frater. Boven alles wond hij zich op over de "gemeenschappelijke gymnastische oefeningen en opvoeringen van jongens en meisjes" want het was hem opgevallen dat de meisjes "zich vrij wat meer interesseerden voor de lichamen dan voor de lichaamsoefeningen der gymnasten..." Kortom, "scheiding der seksen bij lichaamsoefening en spel", was het parool. "Weg met alles in spel en sport, wat het schaamtegevoel, die machtige schutse der reinheid, ook maar in iets verzwakt!"

Aparte gymlessen?

Vandaag de dag kunnen we ons natuurlijk vrolijk maken over deze preutse benepenheid. En wie nu pleit voor aparte gymlessen voor jongens en meisjes heeft iets uit te leggen. Toch verdient deze kwestie serieuze aandacht. Niet uit zedelijk oogpunt, maar omdat de praktijk leert dat jongens en meisjes voorkeur hebben voor verschillende vormen van sport en bewegen en ook uiteenlopende motieven hebben om daaraan deel te nemen.

Sekse	Etniciteit	Als ik sport doe ik dat het liefst met...			
		Jongens	Meisjes	Gemengd	Totaal
Jongens	Autochtoon	51%	0%	49%	100%
	Allochtoon	63%	1%	37%	100%
Meisjes	Autochtoon	1%	32%	67%	100%
	Allochtoon	1%	37%	63%	100%

Wat kinderen vaker of minder vaak willen doen tijdens de gymles (N=939)



▲ *Tekeningen van de invulling van het speelplein door meisjes (boven) en door jongens*

Onderzoek sport- en beweeggedrag kinderen

De uitkomsten van een peiling onder een vele honderden scholieren uit de groepen 7 en 8 van 18 verschillende basisscholen in Emmen en Zwolle, die ik samen met enkele collega's van het Mulier instituut ongeveer acht jaar geleden voor het Nicis Institute uitvoerde (Frelief & Janssens, 2007), lieten daarover geen misverstand bestaan. Wij deden die peiling in het kader van een onderzoek naar factoren die het sport- en beweeggedrag van kinderen in de basisschoolleeftijd beïnvloeden. Dat onderzoek was breed van opzet. Verschillende onderzoeksmethoden werden toegepast. We bestudeerden de nodige literatuur en beleidsdocumenten. We hielden een grootschalig survey onder een kleine duizend scholieren, we spraken leerkrachten en we zochten twintig gezinnen thuis

op voor interviews met ouders en kinderen. We fietsten ook door de wijken om de ruimtelijke inrichting van de verschillende woonwijken, (speelplekken en schoolplein) te observeren. En we organiseerden een tekenwedstrijd waaraan ongeveer tweehonderd kinderen meededen.

Bewegingsonderwijs en beweeggedrag

Omdat we veronderstelden dat de kwantiteit en kwaliteit van bewegingsonderwijs en schoolsport (mede) van invloed waren op het beweeggedrag, hebben we ook daarop ingezoomd. Dat bleek tegen te vallen. Er werden grote verschillen geconstateerd in het beweeggedrag van de verschillende kinderen. Maar we vonden geen significant verband tussen de wijze waarop de kinderen bewegingsonderwijs kregen (al dan niet door een vakleerkracht) en bijvoorbeeld de lidmaatschappen van sportverenigingen of de scores op een beweegschaal. Ook het aanbod aan schoolsportactiviteiten (of de combinatie van vakleerkracht en schoolsportactiviteiten) bleek daarop geen invloed uit te oefenen.

Gymlessen

Hoewel de waardering voor de gymlessen over de gehele linie groot was, kwam naar voren dat meer afwisseling gewenst was. Dat het voor gymleraren moeilijk is om het iedereen naar de zin te maken, werd ook duidelijk. De voorkeuren die kinderen aangaven voor de invulling van het bewegingsonderwijs liepen sterk uiteen.

De nogal forse pleidooien voor meer balsport en minder vaak dansen en bewegen op muziek suggereert dat hieraan toentertijd weinig respectievelijk veel aandacht werd geschonken. Toch was dat waarschijnlijk niet zo. Uit de Periodieke Peiling van het Onderwijsniveau (Van Weerden, van der Schoot & Hemker, 2008, p.42) bleek in ieder geval dat landelijk gezien juist het omgekeerde het geval was. Het onderdeel dansen en bewegen op muziek kwam er in de gymlessen vaak heel bekaaid vanaf.

Wat zou je vaker / minder vaak willen doen tijdens de gymles?	Percentage vaker	Percentage Minder vaak
Balsport	50%	27%
Toesteloefeningen	36%	24%
Vecht en -verdedigingssporten	23%	27%
Dansen/bewegen op muziek	22%	42%
Atletiek	20%	17%
Iets anders	18%	12%

Met wie kinderen willen sporten naar sekse en etniciteit (N=939)



▲ De jongens ruimen op ...

Bij uitsplitsing van de cijfers naar sekse kwam naar voren dat het vrijwel uitsluitend meisjes waren die meer wilden dansen en bewegen op muziek, terwijl het uitsluitend jongens waren die daar minder aan wilden doen. Diezelfde tendens, maar dan iets zwakker, werd zichtbaar bij de andere onderdelen van de gymles. Jongens wilden meer bal-, vechten verdedigingssporten, meisjes juist minder. Meisjes wilden meer toestel oefeningen en dat wilden jongens weer minder graag. Alleen de voorkeur voor atletiek leek sekseneutraal. Het is aardig om te zien dat de verschillende voorkeuren van jongens en meisjes ook terug te zien zijn in de tekeningen die zij maakten van hun ideale schoolplein of speelplek.

Contact

j.w.janssens@hva.nl

Literatuur

Frelrier, M. & Janssens, J. (2007).

Wat beweegt kinderen? Een onderzoek naar het sport- en beweeggedrag van kinderen.
Den Haag: Nicis Institute.

Janssens, J. (2008). Over de kwaliteit die vroeger zo gewoon was en de strijd der seksen in het gymlokaal.

In H. Bax & G. van Mossel, *Bewegingsonderwijs op waarde geschat. Liber amicorum voor Harry Stegeman* (pp. 53- 55). Zeist: Jan Luiting Fonds.

Weerden, J. van, Schoot, F. van der & Hemker, B. (2008). Balans van het bewegingsonderwijs aan het einde van de basisschool 3. Uitkomsten van de derde peiling in 2006. *Periodieke Peiling van het Onderwijsniveau*. Arnhem: Cito.

Motieven om te sporten

De uiteenlopende voorkeuren weerspiegelden de motieven om aan sport te doen. De jongens waren aanmerkelijk competitiever ingesteld dan de meisjes. Jongens gaven ook veel vaker dan meisjes aan dat ze graag wedstrijdje deden, dat ze prijzen wilden winnen of zelfs droomden van een topsportcarrière. Daarover maakten de meisjes zich veel minder druk.

Gemengd of apart?

Gegeven het bovenstaande hoeft het niet te verbazen dat veel jongens en meisjes uit het onderzoek aangaven dat zij eigenlijk liever apart van elkaar gym zouden hebben dan gemengd. Bij de jongens sprak zelfs een meerderheid zich hiervoor uit. Onder allochtone kinderen was de voorkeur om te sporten met seksegenoten overigens wel iets, maar toch ook weer niet heel veel groter dan onder autochtone kinderen.

Hoewel het onderzoek in 2007 werd gedaan, en zich concentreerde in twee grote gemeenten in het Noordoosten van het land, geven de uitkomsten te denken. Gelet op de sterk verschillende voorkeuren is de vraag legitiem of de gangbare praktijk in de gymlessen van de bovenbouw van het primair onderwijs, waarbij jongens en meisjes in gemengde groepen les krijgen, wel zo voor de hand ligt. Hoewel daar praktische en ook pedagogische redenen voor kunnen bestaan, is het waarschijnlijk zo dat aparte lessen voor jongens en meisjes in deze leeftijd beter zouden aanslaan.

Nader onderzoek

Al met al is er mijns inziens voldoende reden om dit aspect van het bewegingsonderwijs eens aan een nader onderzoek te onderwerpen, liefst een onderzoek met een experimentele opzet. Zo'n studie moet dan natuurlijk niet beperkt blijven tot de bovenbouw van het primair onderwijs, want hoe het in de onderbouw zit en in het voortgezet onderwijs, is evenmin

**Jongens wilden
meer bal-, vecht- en
verdedigingssporten,
meisjes juist minder**

bekend. Het zou me eerlijk gezegd niet verwonderen wanneer juist in de puberleeftijd gemengde lessen per definitie attractiever worden gevonden dan aparte lessen voor jongens en meisjes, want ook in onze tijd interesseren jongeren zich tijdens de les wellicht toch meer "voor de lichamen dan voor de lichaams-oefeningen" van hun medeleerlingen. ■

De Wet werk en zekerheid

Het Nederlandse arbeidsrecht staat voor een paar grote veranderingen waarvan de eerste veranderingen op 1 januari 2015 in zijn gegaan. De in dit artikel opgenomen wijzigingen gelden voor het bijzonder onderwijs en het daarbij horende arbeidsrecht. Voor het openbaar onderwijs, dat valt onder het ambtenarenrecht, zullen we nog even af moeten wachten wat dit gaat betekenen. Dit hangt voornamelijk af van wat er afgesproken gaat worden in de cao-besprekingen en de verder in de toekomst liggende plannen om het arbeids- en ambtenarenrecht te uniformeren.

TEKST MR. MAARTEN SEGERS

De aanzegtermijn

Vanaf 1 januari 2015 moet door werkgevers een aanzegtermijn in acht genomen worden. Dat betekent dat een werkgever bij een contract van zes maanden of langer minimaal een maand vóór het einde van het contract schriftelijk moeten laten weten of hij wel of niet gaat verlengen. Laat je werkgever je niet weten of je contract verlengd zal worden dan is hij je een maandsalaris verschuldigd. Laat je werkgever je niet tijdig weten of je contract verlengd zal worden dan is hij je een vergoeding naar rato schuldig.

Bedenktermijn vaststellingsovereenkomst

Vaak nemen werkgevers en werknemers na overleg met wederzijds goedvinden afscheid van elkaar. Om dit in goede banen te leiden en om het recht op WW veilig te stellen worden over die beëindiging schriftelijke afspraken gemaakt in een zogenaamde vaststellingsovereenkomst. Met het nieuwe arbeidsrecht krijgen werknemers vanaf 1 juli 2015 de mogelijkheid om een vaststellingsovereenkomst binnen twee weken na ondertekening zonder opgaaf van reden te ontbinden.

Concurrentiebeding

Vanaf 1 januari 2015 is het niet langer toegestaan een concurrentiebeding in een tijdelijk contract op te nemen. Een concurrentiebeding beperkt een werknemer in de mogelijkheden om na beëindiging van zijn dienstverband zelfstandig of bij een andere werkgever aan de slag te gaan. Concurrentiebedingen komen gelukkig weinig voor in het onderwijs.

Proeftijd

Vanaf 1 januari 2015 zijn de mogelijkheden om een proeftijdbeding overeen te komen beperkt. Bij een contract van zes maanden of korter mag geen proeftijd meer overeengekomen worden. Bij een contract van langer dan zes maanden mag een proeftijd van maximaal een maand bedongen worden. Bij een contract van langer dan 24 maanden mag een proeftijd van twee maanden bedongen worden.

Wat er in de onderwijscao's afgesproken gaat worden ten aanzien van WW zal dit jaar duidelijker moeten worden.

De Werkloosheidswet

De maximale duur van de WW-uitkering bedraagt nu 38 maanden. Vanaf 1 januari 2016 wordt de maximale duur stapsgewijs teruggebracht van 38 naar 24 maanden. In cao's kunnen zoals nu al het geval is aanvullende afspraken gemaakt worden over verlenging van de WW-uitkering. Wat er in de onderwijscao's afgesproken gaat worden ten aanzien van WW zal dit jaar duidelijker moeten worden. Het arbeidsrecht zal het komende jaar dus flink worden aangepast. Voor het bijzonder onderwijs gaat dit sowieso behoorlijke gevolgen hebben. Wat dit voor het openbaar onderwijs gaat betekenen zal voornamelijk afhangen van de aankomende cao-besprekingen. Zodra daar meer duidelijkheid over is zal dit o.a. via de website van de KVLO gecommuniceerd worden. Bij vragen of behoefte aan uitleg staat de juridische afdeling van de KVLO voor je klaar.

Contact:
juristen@kvlo.nl



Rolbevestigend?

Als ik in mijn klas ga spelen, vraag ik vaak aan leerlingen hoe zij willen spelen qua groeperingsvorm: "Willen jullie spelen met de niveaus gesplitst of gemixt?". We spelen in de onderbouw kleine partijtjes (meestal vier tegen vier bij voetbal, basketbal, hockey et cetera). Het hangt van de klas af, van de activiteit en van de niveauverschillen wat leerlingen kiezen. Bij sommige sporten zijn de niveauverschillen groot. Dat zijn de sporten die leerlingen makkelijk ook zelfstandig of bij clubs in de buurt zelf spelen zoals voetbal, hockey of basketbal. Er zijn leerlingen die de hele dag, ieder vrij moment met hun sport bezig zijn. Er zijn leerlingen die nooit deze sport beoefenen, alleen op school bij gym. Er is een grote ongelijkheid in spelvaardigheid als er gespeeld wordt met gemixte spelvaardigheidsniveaus. Het is van vele factoren afhankelijk of het leerlingen lukt met deze niveauverschillen om te gaan. Het vraagt aanpassing van leerlingen, zowel van de spelvaardige als de niet spelvaardige leerling daarmee om te gaan.

Zelf kiezen

Leerlingen moeten zich dienstbaar op willen stellen om te leren van elkaar en om te gaan met spelvaardigheidsniveauverschillen. Soms lukt dat, maar het lukt lang niet altijd om met deze leerhouding te spelen. Dan werkt het beter om te spelen met de vaardigheidsniveaus gesplitst. Kinderen worden dan niet 'at random' ingedeeld. Er worden spelvaardigheidsniveaus onderscheiden op verschillende veldjes. Leerlingen kiezen zelf op welk veld en met welk vaardigheidsniveau ze willen spelen. Ze spelen dan op het veldje/niveau van hun keuze (drie veldjes waar vier tegen vier wordt gespeeld). Daar komen ze leerlingen tegen met een vergelijkbaar vaardigheidsniveau en vergelijkbare spelproblemen. De essentie is hierbij in het kader van dit artikel/topic dat de keuze niet jongens- en meisjeteams zijn maar het *zelf* gekozen spelniveau.

Dat kan bij sommige activiteiten betekenen dat er op het ene veldje meer jongens spelen en op het andere veldje meer meisjes. In de begeleiding hiervan is het essentieel dat je gekozen niveaus niet bepalend laat zijn voor een cijfer of beoordeling op het rapport. Anders maken

Co-educatie in de praktijk van het bewegingsonderwijs ⁽²⁾

Op welke wijze kan co-educatie dan bijdragen aan de doelstellingen van ons vak? Voetbal is van oudsher een sport die meer door jongens wordt beoefend dan door meisjes. Het aantal meisjes dat voetbal leuk vindt en er vaardig in is groeit. Ook bij clubs en verenigingen zijn er steeds meer meisjes teams die meedoen aan competities voor meisjes onderling of meisjes doen mee in een jongensteam.

TEKST MAARTEN MASSINK FOTO ANITA RIEMERSMA

leerlingen geen vrije keuze. Je mag natuurlijk wel de kwaliteiten benoemen, graag zelfs. Maar een leerling die kiest voor een basisniveau voetbal om daar te leren en vorderingen maken, verdient evenveel waardering (of meer) dan de leerling op een gevorderd niveau veldje. Belangrijk is om de leerhouding te waarderen/beoordelen.

Geef de uitzondering de ruimte

Hiermee raken we aan het punt van Mineke van Essen. Het is belangrijk dat je niet de jongens-meisjeskarakteristieken onderstreept, maar juist de uitzondering de ruimte geeft. Het meisje dat met jongens mee wil spelen met voetbal moet je de kans geven. Maar ook de jongen die in het meisjesgroepje wil mee spelen. Bestempel niet bepaalde vaardigheden als typisch jongensgedrag maar laat zien dat vaardigheden door jongens en meisjes beleefd en beheerst kunnen worden. Er zijn wel voorkeuren die er voor zorgen dat bij sommige activiteiten en niveaugroepjes meer jongens- of meer meisjesgroepen ontstaan. Maar er is ruimte voor deelname op basis van eigen keuze.

In de onderbouw is het goed te zorgen voor de afwisseling van werken in niveaugroepjes of niet. Klassikaal wordt er aan verschillende sporten aandacht besteed als kennismaking. Bij het werken in niveaugroepjes is er voor de leerling een keuze voor het niveaugroepje waarin hij wil werken. In de bovenbouw wordt de keuze uitgebreid met het

We streven niet naar gelijkheid tussen de seksen

kiezen voor een bepaalde activiteit. Binnen spel betekent dit dat er een keuze gemaakt kan worden uit bepaalde spelen. Het keuzeplichtsysteem (leerlingen kiezen verplicht twee verschillende activiteiten uit een aanbod van vier activiteiten-gebieden) maakt dat leerlingen bovendien een keuze kunnen maken uit atletiek, zelfverdediging, turnen en bewegen op muziek. Alle keuzes staan open voor jongens en voor meiden.

We streven niet naar gelijkheid tussen de seksen zoals dit in de emancipatiegolf van de jaren zestig werd gepropageerd. Er is juist tegenwoordig meer een bewustheid van de verschillen. Maar leerlingen willen de verschillen ook kunnen uiten. Hoe je wilt bewegen en zijn, dat maakt de persoon zelf uit. Hij krijgt daar ook de ruimte en de waardering voor. De docent stimuleert de kwaliteit en vordering in bewegen. Wat dat betreft is er een maatschappelijke golf gaande waarin er sprake is van de acceptatie/waardering voor het lef van de uitzondering. Als door geboden kansen in de LO les meer meisjes gaan rugbyen, en jongens gaan dansen dan draagt co-educatie bij aan de doelstelling van ons vak.



Vorderingen beoordelen

Daarmee tackelen we ook het probleem aangestipt door Ger van Mossel: het halen van een bepaald vaardigheidsniveau in een kernactiviteit beschreven in het basisdocument is voor meisjes moeilijker dan voor jongens. Dat kan komen omdat door dominant spelgedrag meisjes minder aan hun spelniveau toekomen. In vaardigheids-groepjes lukt dit wellicht beter. Een andere uitdaging zou kunnen zijn: het vermogen in de spelvaardigheidsbeschrijving van de deelname-niveaus van het basisdocument kwaliteiten te beschrijven die te maken hebben met de leerhouding en anderen beter laten spelen. Dit aspect heet dienstbaar spelen; jouw kwaliteiten inzetten om anderen beter te laten functioneren/spelen.

Een manier om meisjes beter te beoordelen is meer focus te leggen op de persoonlijke vorderingen dan op de absolute vorderingen. Zeker in schalen van atletiek zou de persoonlijk prestatieverbetering meer centraal moeten komen te staan en de beleving van het bewegen op zich meer dan het vergelijken van leerlingen met elkaar. In KVLO artikelen (nummer 7 van 2010, 'Springen en rennen jezelf leren kennen', en nummer 10 uit 2014 'Atletiek laten (be)leven') heb ik daar voorbeelden van beschreven. Op deze wijze en met deze voorwaarden is de kans groot dat meisjes zich meer uitgedaagd gaan voelen waardoor de kans op verhoging van hun bewegingsintensiteit toeneemt (Lars Borghouts en Menno Slingerland).

Beleving in de les

Tot zover het aspect van de bijdrage die co-educatie kan leveren aan de doelstelling van bewegingsonderwijs. Maar er is meer. Er



▲
Dans typisch
vrouwelijk?

zijn meer uitdagingen en kansen die impliciet kunnen bijdragen aan de doelstellingen. Dat is de sfeer in de les. In een klas van alleen jongens of alleen meisjes is de diversiteit minder. Bij toenemende diversiteit in de klas met een grotere mate van heterogeniteit zoals bij co-educatie is het speelveld van verschillen groter. Zowel voor de docent als voor de leerlingen. Daarmee liggen er voor allen meer kansen om zich te ontwikkelen in de persoonlijke (en voor de docent pedagogische) omgang. In het beroepsprofiel van de leraar lichamelijke opvoeding wordt het dilemma dat valt onder pedagogische verantwoordelijkheid als volgt beschreven:

Dilemma

De westerse samenleving kent een grote diversiteit. Meestal volgen leerlingen de lessen lichamelijke opvoeding in klassenverband. De groepen zijn dan per definitie heterogeen. In de les lichamelijke opvoeding krijgen leerlingen naast de rol van beweger ook andere rollen, zoals die van scheidsrechter, coach en hulpverlener. Veel leerlingen vinden dat leuk, maar er zijn ook leerlingen die daar moeite mee hebben. Sociale, maar vaak ook culturele verschillen kunnen het voor leerlingen lastig maken om andere rollen uit te voeren. Het is aan de leraar om leerlingen ieder op hun manier leerervaringen in andere rollen te laten opdoen.

Contact

m.massink1@upcmail.nl

Literatuur

Essen, van M., proefschrift/artikel 'Gemengde gymnastiekles voldoet niet aan ideaal' (redes.eldoc.ub.rug.nl/FILES/root/1999/m.van.essen/vanessen.pdf)

Mossel, G van (2014), Doen meisjes het slechter dan jongens? *Lichamelijke Opvoeding* nr. 10 (2014)

Borghouts, L., Slingerland, M., Intensiteit van de les LO in Nederland. www.dso2010.nl/objects/cms/files/451/Borghouts.pdf

Bax., H e.a. *Beroepsprofiel van de leraar Lichamelijke opvoeding*, Jan Luiting Fonds

Loopstra, O., (1977), Co-instructie en doelstellingenprobleem, *Lichamelijke Opvoeding* blz. 436-437 (1977)

Massink, M.(2014), Atletiek laten (be)leven, *Lichamelijke Opvoeding* nr. 10 (2014)

Massink, M.(2010), Springen rennen jezelf leren kennen, *Lichamelijke Opvoeding* nr. 7 (2010)

'Kippenvel momenten'

In onze vakgroep wisselen we wel eens kippenvelmomenten uit. Dat zijn momenten in je les waarvan je denkt, 'YES dit is leuk, dit is goed, daar doe ik het allemaal voor!' Je lichaam reageert (met kippenvel) op een situatie waarbij je met je ziel en zaligheid ervaart waar het in jouw vak eigenlijk om gaat zonder dat je nog in staat bent geweest de situatie te analyseren. Dat doe je dan achteraf. Wat maakte nu dat ik dat zo'n mooi moment vond? Dit heeft bij mij vaak te maken met momenten waarin de benutte kansen van co-educatie een rol spelen. Een paar voorbeelden.

- Het meisje dat met een jongensgroep basketbal speelt en daar de lijnen uitzet.
- Een meisje dat meedoet met een partijtje rugby en goed en met respect wordt getackeld door die grote stoere jongen die wel het onderscheid maakt wie hij tackelt.
- De jongen die bij het instuderen van het dansje les krijgt van dat meisje dat hem de eerste passen salsa leert.
- De jongen die bij de dansworkshops die hij aan medeleerlingen geeft de kans krijgt (en neemt) een zaal met overwegend meisjes helemaal mee te nemen in een prachtige dansdemo.
- De schuchtere jongen die turnen moeilijk vindt maar zich als hulpverlener sterk ontwikkelt en daar het volledige vertrouwen krijgt als hulpverlener voor jongens en meisjes.

- Judo, waarin jongens en meisjes schroom overwinnen en met wederzijds respect voor elkaar volledig op kunnen gaan in een judo/stoeiwedstrijd.
- Met acrobatiek worden er ook gemengde groepjes gemaakt en trucs gedaan waarbij zowel kwaliteiten als kracht van de onderpersoon en balansgevoel van de bovenpersoon samenkomen.

Zo zijn er meer voorbeelden van co-educatie die bewegingsonderwijs extra glans geven en het lesgeven tot een feest kunnen maken. Het is prachtig als leerlingen ook het plezier hiervan gaan inzien.

Co-educatie is niet echt noodzakelijk om de doelstellingen in ons vak te realiseren.

Co-educatie is niet echt noodzakelijk om de doelstellingen in ons vak te realiseren. Kan aan bepaalde voorwaarden niet worden voldaan dan schuilt er in co-educatie een risico. Hierop wijzen de publicaties van Lars Borghouts en Menno Slingerland, Ger van Mossel en Mineke van Essen. Deze risico's zijn vooral bij meisjes (vmbo) minder bewegingsintensiteit, minder kwaliteit in deelnameniveaus, en bovendien rolbevestiging in plaats van rol doorbreking.

Co-educatie geeft echter extra mogelijkheden als het gaat om complete voorbereiding op deelname aan de bewegingscultuur mits het voldoet aan bepaalde voorwaarden. Deze voorwaarden zijn:

- de klas bewust maken van de verschillen tussen spelen in gesplitste niveaugroepen of niveaus door elkaar
- het bewust hanteren van deze verschillende wijzen van groeperen in de klas
- leerlingen steeds zelf de keuze geven bij het maken van niveaugroepjes
- het verschil tussen vrouwelijk en mannelijk bewegen is niet altijd het verschil tussen jongens en meisjes
- ruimte geven aan de uitzonderingen
- het waarderen en beoordelen koppelen aan persoonlijke vorderingen en inzet.

Het streven van co-educatie is niet het wegpoetsen van de verschillen tussen jongens en meisjes (als een grote gelijkmaker). Het streven is juist de verschillen tussen mannelijk en vrouwelijk bewegen bewust te hanteren en ruimte te geven voor de keuze daartussen en ieder daarin zijn eigen keuze te laten maken.

Als aan deze voorwaarden is voldaan en leerlingen komen tot hun recht binnen gemengde lessen bewegingsonderwijs, dan kan het bovendien een belangrijke bijdrage leveren aan de sfeer in de klas en school in zijn geheel. ■

Ultimate Frisbee

in het voortgezet onderwijs ⁽¹⁾

Het artikel gaat in op het spelverloop van het ultimate frisbee, de waarde voor het VO om vervolgens dieper in te gaan op een aantal elementen: aanval, verdedigen, spelregels en Spirit of the Game. Het is één van de weinige sporten die, net als korfbal gemengd wordt gespeeld. Maar met frisbee mogen jongens en meisjes elkaar wel verdedigen. Een sport bij uitstek geschikt voor co-educatie.

TEKST DAAN REMMERS FOTO DAAN REMMERS

Ultimate frisbee (of kortweg Ultimate) geniet een toenemende belangstelling van docenten LO in het voortgezet onderwijs. En met reden! Een frisbee heeft een enorme aantrekkingskracht om mee te spelen doordat het een zwevend speeltuig is waar iedereen mee wil gooien. Voor velen is het een ontdekking dat je op heel veel manieren kunt gooien en er sport mee kunt bedrijven. Daarnaast gebruiken alle frisbeesporten zelfregulering als manier om de spelregels te handhaven. Spelers handhaven

zelf het eerlijke verloop van het spel. Dit noemt de frisbeewereld de 'Spirit of the Game'. Voor docenten biedt dit een pedagogisch toegevoegde waarde die ook buiten het sportveld van invloed is.

Ultimate

In deze paragraaf worden kort het spelverloop en basisregels van Ultimate uiteen gezet. Ultimate wordt gespeeld door twee teams van zeven (indoor vijf) spelers die het tegen elkaar opnemen op het veld. Elke team verdedigt één van de eindzones. Een team scoort een punt als een speler de schijf vangt in de eindzone van de tegenstander. De speler met de schijf is de *werper*. De werper mag niet lopen met de schijf. Door over te spelen naar teamgenoten kan de schijf verplaatst worden en terreinwinst worden gemaakt. Als de schijf wordt gegooid en niet door een aanvallende teamgenoot binnen de lijnen wordt gevangen, krijgt het verdedigende team schijfbezit (turn-over). Er is een hardnekkig misverstand dat de tegenpartij de schijf enkel kan onderscheppen door deze op een specifieke manier tegen de grond te werken. Als niet duidelijk is welk team schijfbezit heeft, worden er slechts twee vragen gesteld: "welke speler heeft als laatste de schijf gegooid?" en "heeft een teamgenoot van deze speler de schijf gevangen binnen de lijnen?" Is het antwoord op de laatste vraag nee, dan is de schijf voor het andere team. Dit team wordt nu het aanvallende team en mag nu proberen te scoren.

Elk punt begint met beide teams opgesteld in de eigen eindzone, het team dat zojuist gescoord heeft, start in de eindzone waar gescoord is en heeft de schijf. Dit team begint het punt als verdedigende partij en brengt de schijf in het spel door deze zo ver mogelijk in de richting van de tegenpartij te gooien. Zodra de



schijf is gegooid mogen beide teams zich vrij over het veld bewegen, het ontvangende team raapt de schijf op en begint aan te vallen.

Het speelveld (outdoor) is een rechthoek van 100 meter lang en 37 meter breed. De eindzones zijn 18 meter diep. Binnen (indoor) is het speelveld een rechthoek van 40 meter lang en 20 meter breed en zijn de eindzones ongeveer 5 meter diep. Bij jeugdwedstrijden zijn de grootte van de teams en het veld afhankelijk van de leeftijds-klasse. De buitenlijnen maken *geen* deel uit van het speelveld en de doellijnen zijn deel van het middenveld. De hoekpunten van het veld en de eindzones worden gemarkeerd door pillonnen.

▼
Het speelveld



Ultimate wordt in gemengde teams gespeeld, jongens en meiden spelen samen. Het is (mede om deze reden) een non-contactsport. Anders dan bij korfbal zijn er geen regels die voorschrijven dat een dame een dame moet verdedigen en een heer enkel een heer. Het aantal jongens of meiden in een team hoeft dan ook niet gelijk te zijn aan de tegenpartij.

Samengevat komen de spelregels op het volgende neer:

- je mag elkaar niet fysiek hinderen of van elkaar de schijf afpakken
- je mag niet lopen met de schijf in je hand
- de schijf blijft voor jouw team als jij gooit en een teamgenoot vangt de schijf binnen het veld
- je scoort als je team de schijf weet te vangen in de eindzone van de tegenpartij
- overtredingen los je samen op.

Contact

daan@frisbeeclinics.nl

Over de auteur:

Daan Remmers is sinds 1986 ultimate speler en sinds 1992 ook trainer bij verschillende verenigingen. Sinds 2013 is hij full-time frisbeetrainer voor frisbeeclinics.nl en verzorgd hij clinics en cursussen op gebied van frisbeesporten. Hij heeft met Hans Krens de leergang Ultimate voor het VO ontwikkeld.

Waarde voor het onderwijs

Ultimate is zeer geschikt om in het voortgezet onderwijs in te zetten om een aantal redenen. Voor de meeste leerlingen is de sport nieuw, waarmee alle leerlingen op gelijk niveau beginnen. De uitdaging is voor iedereen even groot en (bijna) niemand heeft al een voorsprong op de anderen. Het is voor veel leerlingen een openbaring dat een schijf op veel manieren gegooid kan worden en daarom leuk om dat zelf uit te proberen en te oefenen.

Ultimate is een gemengde sport zonder dat je je direct druk hoeft te maken of het aantal jongens en meiden in ieder team wel precies verdeeld is. Iedereen speelt met en tegen iedereen. Er zijn geen belemmeringen om gemengd te spelen. Hiermee is het zeer geschikt voor co-educatie.

De schijf is onverbiddelijk: als deze niet gevangen wordt, ben je als aanvallende partij de schijf kwijt. Uiteindelijk zullen de spelers dan ook hun best gaan doen om te voorkomen dat de schijf op de grond komt. Zonder daarop te hoeven wijzen zullen de spelers hard gaan rennen of zelfs duiken om de schijf nog te vangen.

Ultimate kan zowel in de zaal als buiten gespeeld worden. Buiten geeft de extra ruimte en de aanwezigheid van wind het spel een ander karakter dan binnen. Wij bevelen aan de eerste lessen binnen te plannen, zodat zonder windinvloeden de eerste werpvaardigheden aangeleerd kunnen worden.

Ultimate wordt gespeeld zonder scheidsrechters, spelers moeten zelf spelregels en eerlijk verloop toepassen. In één van de professionele leagues in de USA heeft, onder druk van de tv-zenders, wel de scheidsrechter zijn entree gemaakt. Echter op alle overige grote internationale competities en toernooien wordt nog altijd zonder scheidsrechters gespeeld. Wel zijn op een aantal toernooien zogenaamde 'observers' geïntroduceerd die het proces bewaken en beslissen bij 'in'/'uit'- situaties.

In Ultimate kent men het begrip Spirit of the Game. Uitgangspunt daarbij is dat de beste speler wint en niet de speler die de spelregels het beste kan buigen. Zonder de tegenstander kan het spel niet gespeeld worden dus respecteren spelers elkaar. Op overtredingen staan dan ook geen straffen: als er een fout

Voor de meeste leerlingen is de sport nieuw, waarmee alle leerlingen op gelijk niveau beginnen.

wordt gemaakt wordt deze gecorrigeerd en speel je eerlijk verder. We gaan er immers vanuit dat de overtreding niet met opzet wordt gemaakt, dus hoeft er niet gestraft te worden.

Samengevat spoort Ultimate de leerlingen aan tot intensief bewegen en met respect samen te spelen en te sporten. Maar bovenal is het een ontzettend leuke en intensieve sport om te doen. ■

Gezonde School

een kijkje in de keuken



Veel scholen hebben de Gezonde School-aanpak omarmd. Hoewel er verschillende gezondheidsthema's zijn om aan te pakken blijkt het thema Bewegen en sport favoriet. Van de Gezonde Scholen hebben 78 basisscholen en vier mbo-scholen het themacertificaat Bewegen en sport gehaald. Hoe hebben deze scholen dat aangepakt? Vorige keer een kijkje in de keuken van een gezonde basisschool, en een VO-school op weg naar het vignet Gezonde School. Dit keer een gezonde mbo-school. Lees, raak geïnspireerd en ga zelf aan de slag!

TEKST TILLY DE JONG E.A. FOTO ESTHER POST

Deltion College (mbo) **Esther Post, Vitaal Coach** **en Sportdocent**

"De missie van het Deltion College is, om met een betrouwbare leeromgeving sterk en positief bij te dragen aan de toekomst van haar studenten, medewerkers en het bedrijfsleven. We willen dit mogelijk maken door een 'great place to work' en een 'great place to study' te realiseren. Zo zorgen we voor gezonde werkplekken en gezonde werknemers met als doel duurzame inzetbaarheid. Om dit te bereiken streeft het Deltion College naar een gezondere organisatie met vitale en fitte medewerkers en studenten en een verlaging van het beïnvloedbaar verzuim."

De start

"In 2009 zijn we verhuisd naar een nieuwe campus. Daar zijn we direct gestart met een risico inventarisatie en evaluatie van veiligheid en gezondheid. De gezondheidsaanpak wordt door alle leidinggevenden gedragen en vitaliteitsmanagement is onderdeel van de missie en visie van het Deltion College. Onze aanpak richt zich op medewerkers en studenten. Zo wordt er voor medewerkers bijvoorbeeld een fitweek gehouden

met fittesten waaronder cholesterolmetingen en het bieden van nazorg door vitaal coach. Aan ontwikkeling en ontspanning is vormgegeven door informatie en workshops te organiseren (bezinning op je leraarschap, in je kracht, mindfulness, stress en werkbeleving enzovoort) door de Deltion Academie. Verder konden we starten door een bijdrage uit het masterplan Bewegen en Sport mbo (2010). Met deze subsidie is het sportkeuzeprogramma ingevoerd. Tevens is er geïnvesteerd in leefstijl en testen, topsport, medewerkersssport en voortijdig schoolverlaten. Daarnaast hebben we een vergoeding van taakuren van eigen medewerkers voor het maken of uitvoeren van schoolgezondheidsbeleid aangevraagd en gekregen. Dit was via het ondersteuningsaanbod Gezonde School en gaat om € 6000,- voor ongeveer 120 taakuren."

Vier Gezonde School-pijlers

"Ons gezondheidsbeleid is vastgelegd in een Integraal Gezondheidsmanagement plan (IGM), dat er op gericht is om zowel medewerkers als studenten gezond en vitaal te maken en te houden. In het plan wordt onder andere aangegeven welke randvoorwaarden er zijn, welke activiteiten we inzetten met welke samenwerkingspartners. Wat het oplevert voor de organisatie, studenten en medewerkers. Wat *educatie* betreft zijn er voor onze medewerkers in de loop der jaren tal van evenementen, workshops en projecten georganiseerd rond de thema's Beweging, Roken, Alcohol, Voeding, Ontspanning en Ontwikkeling (BRAVOO).

Contact

ellen.mijnders@rivm.nl

medewerkers en studenten. Zo wordt er voor medewerkers bijvoorbeeld een fitweek gehouden

Esther Post:

"We zouden graag onze Bewegen en sport en Leefstijl lessen willen uitbreiden naar het tweede en derde leerjaar. Met name beroepsgerichte leefstijltrainingen kunnen waardevol zijn voor onze studenten maar zeker ook voor hun toekomstige werkgevers. Het onderwerp vitaliteit zou structureel opgenomen kunnen worden in de gesprekkencycli van leidinggevenden."

in de praktijk



Tilly de Jong

is educatief adviseur en auteur bij Projectil educatieve marketing, communicatie en events

Bart van den Bosch

is adviseur op de thema's sport, gezondheid en ondernemerschap binnen de Landstede Groep en heeft zijn eigen consultancy bureau.

Ivo Dokman

is trainer en programmaontwikkelaar bij Fitalsports en de L&Ving Factory

Renata van Wijck

is Adviseur GezondeSchoolNL en Gezonde Kinderopvang

Ellen Mijnders

is eindredacteur Gezondeschool.nl

Dit artikel is gemaakt in opdracht van RIVM Centrum Gezond Leven

Alle eerstejaars (3610 studenten) hebben een verplichte deelname aan het sportkeuze programma. Dit bestaat uit 20 beweeglessen (vijf verschillende sporten) en vier leefstijllessen gekoppeld aan www.testjeleefstijl.nl. Tweede-, derde- en vierdejaars studenten kunnen beroepsgerichte lessen volgen (ergonomie, leidinggeven, teambuilding of leefstijl). Tijdens de lessen leefstijl wordt er bijvoorbeeld inhoudelijk aandacht besteed aan gezonde voeding. Verder kunnen alle studenten met korting lid worden van ons Fitness centrum. En ze kunnen meedoen aan bijzondere activiteiten zoals wintersport, NK's of goede doelen lopen, zoals de Roparun.

Wat betreft *signalering* nemen we het thema vitaliteit mee in alle gesprekken met medewerkers en studenten. Zo kunnen we tijdig hulp bieden bijvoorbeeld bij stress of een ongezonde leefstijl en daarmee verzuim voorkomen.

Kijken we naar de *omgeving* dan is Zwolle een JOGG gemeente. JOGG (Jongeren Op Gezond Gewicht) is een lokale aanpak gericht op wijken met een hoog percentage overgewicht onder 0-19 jarigen. Het is goed dat toonaangevende regionale ROC 's zich bezig houden met, en zich ontwikkelen op het gebied van een blijvend gezonde leefstijl. Dit past in de plannen van de gemeente Zwolle op het gebied van sport & gezondheid. Het levert een energieke werkomgeving op waarvan je graag deelgenoot wilt zijn.'

Ondersteuningsaanbod

Gezonde School

De vierde en laatste ondersteuningsronde Gezonde School vindt plaats van 12 februari tot en met 16 maart 2015. Alle scholen uit het primair- en voortgezet- en middelbaar beroepsonderwijs kunnen via een digitaal keuzemenu op www.gezondeschool.nl/ondersteuningsaanbod weer een aanvraag indienen voor advies-op-maat, ondersteuning bij Gezonde School-activiteiten en/of vergoeding van taakuren.



Ervaring

Het Deltion College heeft het themacertificaat Bewegen en sport, en we zijn bezig om het themacertificaat Voeding te behalen. Door het vignet Gezonde School aan te vragen, breng je goed in kaart wat de school eigenlijk allemaal al doet op het gebied van gezondheid. We hebben verzameld wat ons ROC al doet op het gebied van Bewegen en sport. Op basis hiervan kwamen we al in aanmerking voor het vignet. Hierdoor kunnen we ons regionaal profileren als een Gezonde School. Het bedrijfsleven is gebaat bij gezonde werknemers.

Als tip vanuit het Deltion College: zoek contact met ouders en organisaties in de gemeente. Zorg voor een breed draagvlak, anders komt het niet van de grond. Betrek ouders en collega's bij de totstandkoming. Verder is het belangrijk dat je (binnen de organisatie) weet van elkaar wie wat doet. Bundel krachten en ontwikkel door op het gebied van gezondheid. Als je kiest voor bepaalde themacertificaten, ga dan na welke themacertificaten aansluiten bij wat je al doet. Dat maakt het makkelijker. Het hoeft dan niet zo veel tijd te kosten. ■



Het begint bij kijken

Hoe kan Klasse(n) spel een bijdrage leveren aan passend onderwijs ⁽²⁾

In Lichamelijke Opvoeding 9 van 2014 is het eerste artikel verschenen over Klassenspel en passend onderwijs. Klassenspel is gericht op het optimaliseren van een veilig leer- en leefklimaat door meer aandacht voor groepsdynamiek. Dit artikel is het vervolg.

TEKST ANNEMATT COLLOT D'ESCURY, ROEL VAN BEUSEKOM EN IVO DOKMAN
FOTO'S ANITA RIEMERSMA

Een klas die niet lekker loopt wordt het meest besproken in de personeelskamer. Voor de meesten is dit wel herkenbaar en de meeste docenten hebben er wel eens last van. Iedereen heeft ook wel een idee waar het aan ligt. De één is van mening dat er geen structuur in die klas zit, de ander geeft aan dat er te veel adhd-ers in de klas zitten, een derde is van mening dat het niet zo zeer te veel adhd-ers zijn maar vooral die ene, die altijd het voortouw neemt, daar is het trouwens thuis ook hommeles.

En daar gaat het mis. Iedereen ziet wat anders en doet wat anders. Logisch, als je wat anders ziet dan pas je ook andere interventies toe. Dat is verwarrend voor leerlingen, maar belangrijker nog: ongestructureerd kijken leidt vaak tot verschillende en niet zelden verkeerde interventies.



Faseringen

Binnen Klasse(n)spel hanteren we verschillende fases.

- **Constateren:** vaststellen van het probleem of de huidige situatie. Aan de hand van observaties en/of van meetinstrumenten SAQI (is School Attitude Questionnaire Internet test) en SST (Semantic Selection Test).
- **Observeren:** in kaart brengen van wat er speelt met concrete waarnemingen en verzamelen van relevante informatie.
- **Analyseren:** de meest plausibele verklaring zien te vinden voor de problemen die er spelen in de klas.
- **Interveniëren:** de meest kansrijke interventie selecteren die het probleem helpt nuanceren.
- **Controleren:** hoe wil je meten of in kaart brengen wat het effect is geweest van je interventie? Dit kan zijn door de SAQI of SST opnieuw af te nemen, maar kan ook zijn door bijvoorbeeld te turven of bepaald gedrag is afgenomen (dan moet je dit bij constateren uiteraard ook hebben gedaan).
- **Implementeren:** dit is de fase waarbij een gedragen aanpak onderdeel zou moeten zijn van een team docenten. Dit lijkt logisch, maar is in de praktijk vaak complex.

In werkelijkheid gaat het niet zo mooi in een rijtje van boven naar beneden, soms merk je dat je er niet achter komt met constateren en observeren. Dan doe je als het ware een 'proefboring'. Je zet een bepaalde activiteit neer waar je veel informatie uit kan halen, of je kijkt hoe een activiteit verloopt als één van de leerlingen er niet is.

In de eerstvolgende artikelen gaan we in op de eerste twee fases: constateren en observeren. De volgende fases komen aan bod in een vervolgartikel.

Leren observeren in workshop

De afgelopen jaren hebben we in diverse workshops en trainingen de volgende werkvorm gebruikt om LO-ers bewust te maken van het belang en complexiteit om ook groepsdynamisch te observeren.

We vragen acht of tien vrijwilligers (afhankelijk van de groepsgrootte) om een spel handbal te spelen. De overige deelnemers aan de workshop gaan de zaal uit en krijgen daar de observatieopdracht te horen. De helft van de observanten (ongeveer zes docenten) gaat team 'wit' observeren en de andere helft team 'blauw'. Voordat je gaat observeren ga je in tweetallen criteria formuleren waar je op wil gaan beoordelen. Doel is om aan het einde van

tien minuten spelen te komen tot een beoordeling van die vier tot vijf spelers en een tip en top voor elke speler te formuleren. Dat betekent dat er drie tweetallen elk team gaan observeren aan de hand van de zelf opgestelde criteria.

Het spel ziet er als volgt uit:

Er wordt over de lengte van de gymzaal (afmetingen ongeveer 12 x 20 meter) gespeeld. Als doelen staan dikke matten in het midden op de kopse kant. Er wordt gespeeld met een foamhandbal en 4x4 of 5x5 gespeeld. Je mag niet lopen met de bal in de hand, uiteraard wel overspelen en er mag van alle afstanden gescoord worden.

Wat de beoordelaars niet weten is dat we elke team vragen om een vrijwilliger te leveren die zich wil laten buitensluiten en in principe dus geen bal van zijn medespelers krijgt aangespeeld. Hij/zij probeert wel gewoon zijn/haar best te doen.

Na afloop gaan de observanten hun criteria en beoordelingen noteren. In die tijd vangen we de spelers buiten de zaal op en vragen we naar hun ervaringen. Gelukkig is het op eigen niveau zo dat docenten het heel moeilijk vinden om een goed vrijlopende collega bewust niet aan te spelen en reageren de spelers die zich hebben buitengesloten best heftig. Van boosheid en extra hard werken tot terugtrekken en passi-

Iedereen ziet wat anders en doet wat anders.

viteit. Ze geven het aan vol te kunnen houden doordat ze weten dat het bewust is en maar tien minuten duurt. Als de beoordelingen op het bord staan gaan we de observanten bevragen op hun onderbouwing (waarom de geformuleerde criteria en hoe ze tot de beoordeling zijn gekomen) en welke tip en top ze geven aan de spelers.

Opvallende van deze werkvorm is dat we dit inmiddels al meer dan 20 x gespeeld hebben en eigenlijk nooit iemand waarneemt wat er gebeurt. De inhoudelijke criteria en beoordelingen verschillen, maar er wordt niet waargenomen dat iemand een bal expres niet krijgt aangespeeld. In de uitzonderlijke situatie dat wel wordt gezien dat iemand de bal niet krijgt, krijgt die speler vaak de tip om beter vrij te lopen. Andere tips die je hoort gaan over je moet meer oefenen want je vaardigheid is niet zo goed, je moet beter vrijlopen, vaker om de bal vragen et cetera. Het is op zich ook logisch: je kijkt door een inhoudelijk bril naar het bewegen. Je ziet iemand hard werken maar geen bal krijgen,

"Die klas 2 Havo B is zo druk. Ik kan er niets mee. Ik ben meer bezig met orde houden dan met lesgeven. Er valt geen land mee te bezeilen. Als het Kees niet is dan is het Joram wel die de boel op stelten zet. Er is altijd wel wat. Na een uurtje lesgeven 2 HAVO B ben ik bekaf, terwijl ik in 2 HAVO C bijna niets hoeft te doen. Die klas lijkt wel vanzelf te lopen. Ik denk wel eens, als ik daar niet bij zou zijn doen ze ook wat er op het programma staat voor die dag".



Figuur 1

dan heeft het waarschijnlijk te maken met de afspeellijnen en het vrijlopen. Je ziet iemand steeds minder doen, dan heeft dat waarschijnlijk te maken met het feit iemand zich actiever op moet stellen en de bal op moet eisen.

Observanten zijn vaak stomverbaasd als ze horen wat er heeft gespeeld in het team. Wat zijn de implicaties bij normale gymlessen? Gebeuren dit soort dingen ook? Je keek nu naar één activiteit en vijf spelers, wat als je drie activiteiten naast elkaar geeft aan een klas van 30 leerlingen?

Dit heeft niet als doel om observanten in de onmacht te zetten, maar om ze bewust te maken van het feit dat hun wijze van observeren vanuit de inhoud gekleurd is. Groepsdynamisch observeren betekent kijken naar wat zich tussen leerlingen afspeelt en zoeken naar verklaringen waarom ze zich ten opzichte van elkaar gedragen zoals ze dat doen.

Groepsdynamisch observeren

Verkeerd gekeken? Ja! Dom? Absoluut niet! Goed kijken is essentieel maar heel lastig. Je bent als LO 'er opgeleid en observeert vaak op inhoudelijke aspecten van een activiteit. Daarnaast wordt het in de praktijk ook nog extra lastig in verband met de grootte van je groep en het door elkaar heenlopen van leerlingen.

Voor dat je kan interveniëren in een klas die niet lekker draait, moet je heel goed weten wat er aan de hand is. Geen arts zal bij een patiënt met buikpijn zeggen: "ik snijd u wel even open dan kijken we wel wat er voor die ellende



zorgt". Geen patiënt zal zich trouwens op die manier open laten snijden. "Kijkt u eerst maar even wat er voor die ellende zorgt dan kijken we daarna of het nodig is om te snijden".

Zicht krijgen op de mechanismen in een klas die niet lekker draait begint bij kijken. In de zojuist besproken personeelskamer zijn verschillende opties genoemd die de onrust zouden kunnen verklaren (symptomen). Welke is het? Zijn ze het allemaal? Gaat het wel om Kees (de IK binnen de WIJ, zie figuur 1)?

Tips

die kunnen helpen bij kijken:

- Vraag een collega of je bij hem mag kijken wat er in de klas gebeurt en vice versa laat de collega bij jou kijken.
- Als je de kans hebt (als theorie docent) om bij een gymles te kijken grijp die kans. Zoals we vorige keer al aangaven is gym een ideale plek om de dynamiek in een klas te bekijken (theater en dramalessen overigens ook!).
- Als je geen vrije collega's kunt vinden helpt opnemen. Het voordeel is dat je beelden op een rustig moment kunt bekijken en met anderen kunt delen.



▲
Observatieformulieren invullen

Hoe zit die klas in elkaar (de WIJ)? Zijn ze altijd onrustig, bij elke les, op elk moment van de dag, was dat vorig jaar ook al het geval? Zijn er ook uitzonderingen? Wie heeft er wel eens een prettige les gedraaid in die klas of bij wie werkt het goed? Wat doet die docent dan? Of moeten we naar iets heel anders kijken? Iets dat we in de personeelskamer nog niet hebben gehoord, bijvoorbeeld: is de les te moeilijk (het HET)? En dat is ook weer een container begrip: de les is te moeilijk om dat er te weinig uitleg is, maar ook te veel uitleg en te lange uitleg, zijn allemaal zaken die een les te moeilijk kunnen maken en dus via het HET voor onrust kunnen zorgen.

Dat zijn dingen die je kan en moet bekijken en in samenhang met elkaar moet bekijken. Elke disbalans kan er voor zorgen dat het geheel uit balans raakt en de Possibility Atmosphere verdwijnt of niet ontstaat (zie figuur 1), zoals in ZHAVO B waar we verderop in het artikel op ingaan.

Goed leren kijken

Terug naar het handbalvoorbeeld: we zien dat 'X' maar weinig de bal krijgt. En daar baseren we onze adviezen op. Maar hebben we wel alles gezien? Voordat we dat we tips gaan geven moeten we in de eerste plaats ons kijken verifiëren: wat gebeurt er eigenlijk: loopt 'X' niet vrij (de IK - Kees, doet het niet goed)?, is 'X' te langzaam (is HET - het spel, te moeilijk voor Kees)?, is 'X' niet betrokken bij het spel (de WIJ, Kees is niet betrokken bij de groep)? Heeft de lesgeefstijl van de docent een negatief effect op 'X'?

Vervolgens, in de tweede plaats dus, voordat we gaan interveniëren moeten we goed bekijken wat dat betekent. Instrumenten die je kunnen helpen bij het kijken naar de dynamiek in de klas zijn de SST (Semantic Selection Test), en de SAQI. Op deze manier kun je gericht en wetenschappelijk constateren wat er speelt in de klas.

Goed kijken is moeilijker dan het lijkt. In de eerste plaats heb je het vaak al heel erg druk met lesgeven. Sterker nog, juist in die klas(sen) heb je je handen vol aan lesgeven en kom je ogen en oren te kort. Kijken is dan heel moeilijk. Dat is niet iets om je voor te schamen, dat heeft iedereen en juist bij die klassen.

Gestructureerd kijken

Goed kijken vereist gestructureerd kijken. Als je bij je collega in de klas gaat zitten zonder een kijkschema is het risico groot dat je mee dobbert op de leuke en minder leuke momenten van de les, geniet van de dynamiek of juist met kromme tenen kijkt naar een les waarin niemand echt lijkt te genieten, zonder dat je nog de focus opbrengt om gericht te

kijken naar de dynamiek in de klas. Voor ons LO-ers is er nog een extra gevaar namelijk: voordat je het weet kijk je naar de beweegactiviteit en niet naar de dynamiek in de klas en wat er tussen de leerlingen plaatsvindt.

Niet gestructureerd kijken brengt ook het risico mee dat je heel gauw ziet wat je al dacht te zien. Dus een vervelende leerling die de les verpest of een groepje raddraaiers of leerlingen die niet willen. Ook dan kijk je niet naar de dynamiek van de leerlingen, maar ben je op zoek naar herkenning van datgene wat je in de personeelskamer hebt gehoord.

Als je bij je collega in de klas zit zonder een kijkschema is het risico groot dat je mee dobbert op de leuke en minder leuke momenten van de les

Dat is net zo iets als de bevestiging zoeken dat een Audi echt de beste auto is die je kan kopen als je eenmaal besloten hebt dat je een Audi gaat kopen. Niemand leest daarna een tijdschrift waarin staat dat een Audi eigenlijk helemaal niet zo zuinig, sterk, onverwoestbaar en betrouwbaar is als hij dacht. Dat tijdschrift leggen we gauw terzijde om ons gerust te laten stellen door een blad van de Audi leestafel te pakken, waarin wordt beschreven dat Audi als beste, of tenminste als één na beste, uit de bus komt.

Dat heet cognitieve dissonantie. Eigenlijk is dat een verkeerd woord want het is juist cognitieve consonantie. We kijken en zien datgene dat we verwachten te zien ofte wel we zoeken naar herkenning. "Zie je wel het is inderdaad Kees die altijd er tegenin gaat, die nooit gewoon mee kan doen". Nu willen we niets verkeerd zeggen over een Audi, maar wel over te snel er vanuit gaan dat hetgeen we in de personeelskamer hebben gehoord ook de bron van de onrust is. Goed kijken naar de dynamiek vereist gestructureerd kijken. Checken en dubbel checken.

Instrumenten die je daarbij kunnen helpen zijn het kijkschema maar ook vragen aan verschillende informanten, docenten en leerlingen. En ook meetsinstrumenten als een SAQI, een SST, maar ook de leerkracht leerling relatie vragenlijst LLRV (voor basisschool leerlingen) de VIL (Vragenlijst Interpersoonlijk Leraargedrag) en de PECS (voor sport) geven waardevolle informatie.

In het volgende artikel gaan we klas 2 Havo B nader bekijken met kijkschema's en instrumenten. ■

Contact
i.dokman@lving.nl

Vmbo-school 't Venster wint veel met *Olympic Moves*

Middelbare scholieren meer en vooral samen laten sporten. Dat was de reden dat NOC*NSF, de Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke Opvoeding (KVLO) en Coca-Cola in 2003 zijn gestart met Olympic Moves. Sinds 2013 is ook Achmea partner van Olympic Moves. Het evenement groeide in no time uit tot de grootste scholencompetitie van Nederland. Sinds 2011 is ook 't Venster aangesloten bij Olympic Moves en in die drie jaar heeft de Arnhemse vmbo-school er al veel mee gewonnen.

TEKST RICHARD SCHOONDERWOERT FOTO'S OLYMPIC MOVES

Een derde van de leerlingen deed het afgelopen jaar mee en als het aan docenten Mark Groothuis en Mathijs Meiling ligt, is dat komend jaar de helft. De Arnhemse vmbo-school 't Venster maakt deel uit van Quadraam, een samenwerkingsstichting van dertien scholen voor voortgezet onderwijs in Arnhem, de Liemers en de Overbetuwe. De scholen werken volgens het motto 'Elk talent telt'. 't Venster is een multiculturele school, met zo'n 750 leerlingen van de meest uiteenlopende nationaliteiten. Naast alle leerwegen in de onderbouw, zijn er de sectoren Economie, Zorg & Welzijn en Techniek. Het onderwijs wordt aangeboden binnen drie profielen: Kunst & Cultuur, Business en Sport. "Je kunt wel zeggen dat we sportminded zijn," bevestigen de docenten Mark Groothuis en Mathijs Meiling, beiden deel uitmakend van de Commissie Olympic Moves binnen 't Venster. "We zijn een Topsport- Talent-school, een aantal jonge voetballers van Vitesse zit hier op school en we hebben ook sportieve talenten die intern op Papendal wonen."

Kers op de taart

Olympic Moves past perfect in het sportieve profiel van 't Venster. Het evenement heeft in korte tijd een vaste plek gekregen op de agenda van de school. Dat begon vier jaar geleden, toen Groothuis en een collega in Zevenaar een voorlichtingsbijeenkomst van de KVLO bezochten over Mission Olympic, zoals de landelijke school-sportcompetitie destijds nog heette. Er deden al diverse Arnhemse scholen aan mee, maar 't Venster nog niet. "Wij vonden dit een ontzettend gaaf project, dat volgens ons goed in het profiel van de school paste", herinnert Groothuis zich.

Een aantal leerlingen waarvan men dacht dat die wel interesse zouden hebben, werd benaderd om mee te doen. Zo had 't Venster in het schooljaar 2011-2012 36 deelnemers aan Mission Olympic, die uitkwamen in voetbal en basketbal. Het jaar daarna kwamen de sporten frisbee en atletiek erbij en leverde de school 55 deelnemers. "Maar we vonden dit zo'n mooi project dat we het groter wilden aanpakken", vertelt Meiling. Dat vereiste een andere benadering: bij iedere sportles werd een formulier uitgereikt aan de leerlingen, waarmee hun wensen werden geïnventariseerd: zou je zelf mee willen doen en met welke sporten? Daar kwam een top tien uit voort van meest favoriete sporten.

Het evenement heeft in korte tijd een vaste plek gekregen op de agenda van de school.

De volgende stap was deze sporten aan te bieden op een voor iedereen toegankelijke manier. Dit resulteerde in een Olympic Moves-week aan het begin van het schooljaar. Groothuis: "Niet iedereen gaat naar de regiofinale en maar een klein gedeelte haalt The School Final in Amsterdam. Om zoveel mogelijk leerlingen te laten meedoen, hebben wij er een ronde voor gezet. Dus Amsterdam is de kers op de taart, de slagroom is de regiofinale en de eigenlijke taart is de ronde hier op school, waar ook een leerling die misschien nooit in Amsterdam zal komen, toch kan meedoen en het gevoel krijgt: Olympic Moves is wel te gek." Een week lang werden de laatste twee uur van iedere lesdag twee verschillende





Gezonde school

Extra sport en bewegen op en na school stimuleert leerlingen tot een gezonde leefstijl. Sport zorgt ervoor dat jongeren lekker in hun vel zitten en dat ze fitter zijn op school. Het op jonge leeftijd eigen maken van een actieve leefstijl door sport betekent 3,5 keer zoveel kans om ook op volwassen leeftijd actieve sporter te zijn. Met de wijze waarop t Venster deelname aan Olympic Moves heeft verankerd in het beleid van de school zijn ze een voorbeeld van hoe je op sport en bewegen gezonde schoolbeleid kan maken en uitvoeren. Dat gaat niet vanzelf en vraagt extra inzet van docenten en draagvlak bij de directie. Ook aan de slag met gezonde schoolbeleid op sport en bewegen? Doe dan uiterlijk 16 maart 2015 een aanvraag voor ondersteuning. Dat kan een vergoeding van taakuren van eigen medewerkers zijn, of gratis advies op maat.

Meer informatie:
www.gezondeschool.nl

sporten aangeboden. In die Olympic Moves-week deden er 220 leerlingen mee. Dus dat was een verviervoudiging ten opzichte van het jaar daarvoor en een derde van het totaal aantal leerlingen. Meiling: "Twee jaar ging het initiatief van ons uit. Daarmee bereikten we eigenlijk maar een klein groepje van de leerlingen. Maar vanuit de gedachte om de hele school erbij te betrekken, moesten we het anders aanpakken. Dus hebben we de leerlingen gevraagd of het bij hun leefde. De helft van de leerlingen gaf aan dat ze wel mee wilden doen, dus dat was wel een stimulans om door te gaan." Ook de promotie werd anders vormgegeven. Werd er in de eerste jaren gecommuniceerd met een poster, tegenwoordig hebben ze een eigen Twitter-account en een Facebook-pagina met informatie en video's. "Dat sluit veel beter aan bij de belevingswereld van de leerlingen", weet Meiling.

Dansvereniging

Bewust is ervoor gekozen dat leerlingen zelf hun teams kunnen samenstellen. Dus niet per se de beste korfballers of voetballers bij elkaar. De gedachte achter Olympic Moves is immers 'Samen bewegen, samen plezier hebben'. Dat kan ten koste gaan van het resultaat maar het kan ook een successtory opleveren. Zo stond bij 't Venster vorig jaar voor het eerst streetdance op het programma. De deelnemers

kwamen uit verschillende afdelingen van de school. Het team haalde The School Final in Amsterdam en één van de meisjes, Aaliyah Wielzen, heeft zelfs de hoofdrol in een videoclip van Olympic Moves. Daarin vertelt ze dat ze dankzij Olympic Moves meer motivatie heeft gekregen om ook haar best te doen op school. Inmiddels zijn bijna alle meiden van het team aangesloten bij een vereniging en dansen ze nog steeds met elkaar. Meiling: "Dat is voor ons het ideale scenario: dat ze hier met streetdance hebben kennisgemaakt en dat ze het zo leuk vinden dat ze nu in hun vrije tijd zijn aangesloten bij een dansvereniging. Dat is voor ons een bekrassing. Daar komt nog bij dat het meiden zijn die

**Bewust is ervoor
 gekozen dat leerlingen
 zelf hun teams kunnen
 samenstellen.**

elkaar anders waarschijnlijk niet hadden gevonden, omdat ze teveel verschillen qua persoonlijkheid of omdat ze op een andere afdeling zitten."

Floorball

Momenteel wordt er steeds meer samengewerkt met lokale sportverenigingen. Meiling: "De bereidheid is er zeker. Die mensen staan erom te



Olympic Moves (voorheen Mission Olympic) is in de afgelopen dertien jaar uitgegroeid tot de grootste schoolsportcompetitie van Nederland. Het is een jaarlijkse competitie tussen scholen uit het voortgezet onderwijs, waarbij jongeren elkaar eerst regionaal en daarna nationaal uitdagen om het nationaal kampioenschap voor scholen. Amsterdam is Hosting City van 'Olympic Moves The School Final' en ontvangt de finalisten in en rondom het Olympisch Stadion. Het doel van Olympic Moves is om jongeren tussen de 12 en 19 jaar binnen de schoolomgeving kennis te laten maken met diverse vormen van sport en plezier van samen sporten te laten beleven. Via selectieprocedures op middelbare scholen en de regionale kampioenschappen nemen circa 150.000 leerlingen van 300 middelbare scholen, dit is bijna de helft van de scholen, deel aan Olympic Moves.

springen eens bij ons langs te komen, omdat ze heel graag nieuwe leden willen krijgen voor hun club. Dit jaar hebben we bovendien een budget om iemand in te huren om een clinic te geven." De Olympic Moves-week is een uitgelezen mogelijkheid om de kinderen kennis te laten maken met sporten die minder bekend zijn. Groothuis: "Wij vinden het te gek als een team van ons verder komt, in de regiofinale of zelfs Amsterdam, maar we willen ook onbekendere sporten promoten. Zo hebben we bijvoorbeeld floorball, dat is de zaalvariant van ijshockey, aangeboden in onze gymlessen, om de leerlingen de regels te leren en ze enthousiast te maken voor deze sport. Vervolgens nemen we die sport op in ons programma van Olympic Moves, schaffen we materiaal aan en leggen we contact met een vereniging. Zo gaat zo'n sport steeds meer leven. In de hoop dat wij als floorballteam wat verder komen binnen Olympic Moves en dat er misschien leerlingen aansluiting zoeken bij zo'n vereniging."

Naamsbekendheid

Om een breder draagvlak te creëren hebben Groothuis en Meiling presentaties gegeven aan mede-docenten, om uit te leggen wat Olympic Moves inhoudt. Vervolgens werden de collega's

De Olympic Moves-week is een uitgelezen mogelijkheid om de kinderen kennis te laten maken met sporten die minder bekend zijn.

aangemoedigd om coach te worden van een team. Ook tijdens ouderavonden zullen presentaties over Olympic Moves worden gegeven. Voor de directie zijn de ambities en doelstellingen van het project in een document vast-



gelegd. "Daardoor heeft het binnen de school veel meer vastigheid gekregen. Het was eerst echt een dingetje van ons en van de sectie LO, maar nu is het echt een item van de school." Begin november was er opnieuw een Olympic Moves-week bij 't Venster. 260 leerlingen deden mee aan zeven sporten. Het streven is om volgend jaar de helft van de leerlingen mee te laten doen. Maar behalve veel enthousiasme wint 't Venster veel meer met Olympic Moves. 't Venster kampte net als andere vmbo-scholen met het vaak negatieve imago dat deze onderwijsvorm heeft. Olympic Moves heeft de school een betere en positievere naamsbekendheid opgeleverd. Daarnaast versterkt het evenement de band tussen leraren en leerlingen en de leerlingen onderling. "Als je het allemaal bij elkaar optelt is het enorm", concludeert Meiling. "Als je in de regiofinale speelt, geeft dat een boost aan het zelfvertrouwen van een leerling. Zeker voor een vmbo-leerling is dat heel belangrijk. En als leraar heb je bij lastige leerlingen een mooi, positief onderwerp om ze op aan te spreken. Olympic Moves sluit perfect aan bij het motto van onze school: hier telt elk talent en we willen de mogelijkheden bieden dat te ontplooiën." ■

Coachen van een stagiaire

tijdens de les: het LoLuLe-blad



◀ Observeren met het LoLuLe-blad in de hand

aan leerlingen?) helder te krijgen. Op grond van de 'eigen' leervraag kan samen gezocht worden naar mogelijke oplossingen. Deze 'tussendoor-coaching' kan in twee minuten klaar zijn, zodat de stagiaire direct een leerhulp kan uitproberen. Deze tussendoor-coaching is specifiek gericht op wat er in de les gebeurt. Na de les of stagedag is meer tijd beschikbaar om aandacht te besteden aan de persoonlijke leervraag van de student. Deze tekst beperkt zich tot de korte tussendoor-coaching, hoewel het werken met een 'LoLuLe-blad' ook na de les functioneel kan zijn.

Het LoLuLe-blad

Een eenvoudig kijkkader voor het lesgeven is de trits: loopt de organisatie, lukt de activiteit en leeft de beleving, kortweg loopt't, lukt't en leeft't (LoLuLe). Ook eerstejaars studenten van de lerarenopleiding LO hebben bij het horen van deze drie zinnen al direct een beeld. Vaak komt dat niet overeen met wat de coach er onder verstaat, maar dat maakt in het begin nog weinig uit. De beginnende stagiaire denkt bij loopt't vooral aan 'orde' en nog niet aan zelfstandig werken. Bij lukt't weet de beginnende stagiaire nog weinig van niveauverschillen en vindt hij dat het lukt als elke beweging niveau één laat zien. Leeft't beperkt zich vaak tot 'leuk' of 'saai'.

De eerste vraag die de coach tijdens de les kan stellen is of de les loopt, lukt of leeft. Als het antwoord op één van die facetten ontkennend is dan heeft de stagiaire een duidelijk probleem. Eigenlijk is dan de beginsituatie niet goed ingeschat en moeten er eerst herstelmaatregelen genomen worden, voordat het echte lesgeven kan beginnen. De stagiaire en de coach moeten samen oplossing zoeken, zodat alle drie de aspecten in zekere mate gerealiseerd worden. In deze tekst gaan we er vanuit dat over het algemeen de stagiaire zegt: "ja het loopt, lukt en leeft" en daarna niet meer precies weet wat er nog beter kan.

Veel docenten begeleiden stagiaires. Een belangrijk element in het begeleiden van stagiaires is het leren kijken naar de eigen les door de stagiaires zelf. Voor het leren observeren kan het helpen een observatie-instrument te gebruiken. Dit helpt het gesprek met de stagiaire over zijn les meer richting te geven.

TEKST CHRIS HAZELEBACH FOTO CHRIS HAZELEBACH

Bij het leren lesgeven is het van belang dat de stagiaire tijdens de les afstand neemt en observeert, om daarna geschikte leerhulp te geven. De vakdocent (coach) kan in het begin de stagiaire helpen door tijdens de les samen te observeren. Hiervoor kan een eenvoudig observatieschema gebruikt worden, dat helpt om de leervraag van de stagiaire (hoe kan de juiste leerhulp bieden

**Download
het LOLULE-
blad op
KVLO.nl**

Om het gesprek op gang te krijgen kan het LoLuLe-blad gebruikt worden (te downloaden op kvlo.nl). Op dit blad staan links een waardering 1-10 (tien cijfers) om aan te geven hoe goed de les loopt, onder het blad staan tien cijfers om de mate van lukt't de waarden en rechts op het blad tien cijfers voor leeft't. Met behulp van drie wasknijpers kan de stagiaire aangeven in welke mate de les voldoet aan loopt't, lukt't, leeft't (LoLuLe.).

De waardering van de les

Op het LoLuLe-blad is in één oog op slag te zien hoe de student tegen de les aankijkt. Bijvoorbeeld een 6 voor loopt't, een 6 voor lukt't en een 8 voor leeft't. Deze waardering van de les kan verschillen van de mening van de coach, die bijvoorbeeld een hoger cijfer in gedachten heeft voor loopt't. De bedoeling is niet dat er een discussie ontstaat over de waardering, mogelijk kan de coach dat na de les doen. De waardering die de stagiaire aan de les geeft zorgt ervoor dat de coach een inkijkje krijgt in 'het hoofd' van de stagiaire. Hoe kritisch is de stagiaire op zich zelf. Er zijn studenten die zichzelf altijd te hoog of te laag beoordelen. Bovendien wordt een beetje helder welk beeld de stagiaire heeft over wat voor hem loopt't, lukt't en leeft't is. De coach zou kunnen vragen op basis van welke observaties de stagiaire tot deze beoordeling is gekomen, maar daar is vaak te weinig tijd voor, of je zou het kunnen doen met een stagiaire die aan het observeren is en niet zelf lesgeeft.

Doorvragen

De waardering van de stagiaire is uitgangspunt voor de vervolgvraag en die kan zijn:

- Ben je daar tevreden over?
- Zo ja, wil je het zo houden of wil je nog een bepaald aspect verbeteren?
- Ben je niet tevreden, welk aspect zou je willen verbeteren?

Meestal kiest de student er voor het aspect te verbeteren dat hij het laagste cijfer heeft gegeven. In bovenstaand voorbeeld zal de stagiaire kiezen voor de 6 voor lukt't of de 6 voor loopt't. Zelden kiest iemand er voor om de 8 van leeft't nog verder te verbeteren, terwijl dat ook een optie kan zijn.

Stel dat de stagiaire loopt't wil verbeteren dan is de vervolgvraag: hoe ziet voor jou loopt't er uit als het één punt hoger zou zijn? Het gaat dus niet om de tien voor loopt't, maar om één klein puntje er bij. De kunst is nu dat de stagiaire gaat 'bedenken' hoe de les beter loopt. Het gaat bij deze vraag nog niet over hoe hij dit wil bereiken, maar om een concrete leerwens (doel) te stellen. Bijvoorbeeld: ik wil graag dat de kinderen elkaar niet lopen te duwen als ze in de rij staan te wachten, maar dat ze naar de springer kijken die aan de beurt is. Als die wens geformuleerd is dan

is de vervolgvraag: "Heb je een idee hoe je dit doel wil bereiken, welke leerhulp is daarbij mogelijk?".

Het werkt het prettigst als de stagiaire zelf een idee heeft en dat wil gaan uitproberen. Mocht de student niets weten dan kan de coach een suggestie doen, die de stagiaire kan uitproberen. Zo'n kort gesprekje kan in twee minuten afgerond worden, waarna de stagiaire weer door kan gaan met lesgeven.

Voor- en nadelen van deze werkwijze

Deze tussendoor-coaching zorgt ervoor dat de student even afstand neemt van het lesgeven en een analyse maakt van drie belangrijke facetten van lesgeven. Het maakt eigenlijk niet zoveel uit of de stagiaire de les wel of niet goed waardeert in de ogen van de coach, als de stagiaire zich maar even bewust wordt van de keuzemogelijkheden die er zijn. Zonder tussendoor-coaching is de kans groter dat een beginnend lesgever te weinig afstand neemt en daardoor te vast blijft zitten aan zijn oorspronkelijke plan en te weinig lukt om de les op maat te maken voor de kinderen.

Bepaalde studenten vinden het lastig als ze uit hun lesgeefrol worden gehaald en worden onzeker door het gesprek met de coach. Bij dit soort studenten kan dan beter geen tussendoor-coaching

De eerste vraag die de coach tijdens de les kan stellen is of de les loopt, lukt of leeft.

gedaan worden. De afspraak kan bijvoorbeeld gemaakt worden dat deze studenten zelf mogen vragen om tussendoor-coaching als ze met een probleem zitten, dat ze niet weten op te lossen.

Vervolg

Als de stagiaires gewend zijn om vanuit dit kijkkader de les te waarderen, dan is het interessant om tijdens de hele stageperiode met de student in gesprek te komen over de verschillen tussen wat de coach een 8 of een 10 is voor één aspect en wat de 8 of 10 voor de student is. Als het goed is dan moet daar een verschil van mening over zijn, want elke lesgever heeft zijn eigen maatstaven voor de waardering van een goede les.

De coach en student moeten het er wel over eens zijn wat beiden een 6 vinden. Wanneer is het voldoende met betrekking tot LoLuLe. Moeten alle aspecten dan minimaal een 6 zijn, of mag je voor het ene aspect een 5 hebben en een ander aspect een 7 (gemiddeld 6). Zo kan het eenvoudige LoLuLe-blad een mooi blijvend gesprek op leveren tussen coach en stagiaire. ■

Contact

ca.hazelebach@windesheim.nl

Met dank aan Calo-collega's voor het meedenken, met name Wytse Walinga, die het LoLuLe-kader verder heeft doorontwikkeld voor de mbo-opleidingen en Marty Veen voor het ontwerpen van het LoLuLe-blad.

Homogene of heterogene groepen:

Zo nu en dan komt het weer in het nieuws: Scholen moeten meer experimenteren met gescheiden lessen voor jongens en meisjes. Hoe zit dat nu eigenlijk binnen de lessen bewegingsonderwijs? Voor veel scholieren is de gymles een welkome afleiding na het stilzitten tijdens de lessen Frans, wiskunde of biologie. Maar geldt dit voor iedereen? Nee. Uit een breed onderzoek van het UMCG en de Rijksuniversiteit Groningen (psychosociale gezondheid en leefstijl bij jongeren tussen 13 en 19 jaar), kwam naar voren dat vooral meisjes vaak helemaal geen zin hebben om met de klas te sporten en daardoor te weinig toe komen aan beweging. Van de meisjes is 37 procent niet geïnteresseerd in de gymlessen op school. De belangrijkste reden is dat de nadruk te veel op balsporten ligt. Ook de competitiedrang tijdens de gymlessen wordt als vervelend ervaren. Moeten we dan weer terug naar gescheiden gymlessen? Nee, het advies vanuit bovenstaand onderzoek is om de gymles vrouwelijker te maken, maar de grote vraag is gelijk: 'hoe doe je dit?'. Of is het zo dat sport gewoon meer een mannenzaak is? Want zeg nu zelf...welke media-aandacht is er voor de vrouwenteams en de vrouwelijke rolmodellen in de sport? Welke grote sponsorcontracten slepen de vrouwelijke sporters binnen en welk prijzengeld strijken zij op? Kunnen we dan constateren dat de vrouwen tegen 'een glazen plafond in de sport' lopen? En heeft dit alles niet zijn weerslag op de sportstimulatie van deze jonge meiden? Wat uit de praktijk blijkt is dat vaksecties en docenten LO met de kerndoelen en de eindtermen die voor het voortgezet onderwijs gesteld zijn, een gevarieerd uitdagend aanbod weten neer te zetten. Toch is het raadzaam om van tijd tot tijd je aanbod te evalueren en dan niet alleen met de vaksectie maar (juist) ook met de leerlingen. Binnen het kwaliteitstraject LO (KWALO) bevraagt de vaksectie haar leerlingen ook over (o.a.) het aanbod met de inzet van enquêtes en panelgesprekken. Vaak leidt dit tot verrassende uitkomsten en mooie inzichten. Een gymles vrouwelijker maken....gaat het niet meer om openstaan voor groei en ontwikkeling binnen je vakgebied. Je aanbod kritisch blijven bekijken en daar waar nodig aanpassen? En dan niet alleen bekeken vanuit alle goede bedoelingen van de eigen vaksectie maar ook de gebruikers bevragen naar hun ervaringen! Wil je meer weten over het KWALO traject? Mail of bel dan met de onderwijshelpdesk: onderwijs@kvlo.nl of 030-6937674

Hoe leuk is gym?

Zoë Tangelder (13 jaar)

Ik vind gym super leuk! Vooral als je een zware dag hebt op school, met gym denk je niet aan de toets van morgen of aan al het huiswerk wat je mee heb gekregen. Ik zit in de sportklas daarom krijg in vier uur gym in plaats van twee uur per week. In de sportklas krijgen we meer en uitgebreider uitleg bij sporten. We doen ook externe sporten dit jaar zijn we gaan survivals en klimmen. Binnenkort krijgen we boksen, daar kijk ik nu al naar uit!

Tip van de maand: Boekentip 'Fit'

Dat beweging goed is voor je conditie wist je al, maar uit onderzoek blijkt dat het ook goed is voor je brein. In FIT! gaat John Ratey in op de fascinerende relatie tussen fysieke activiteit en mentaal functioneren. Op basis van baanbrekend onderzoek en indrukwekkende voorbeelden laat Ratey zien waarom bewegen cruciaal is voor de manier waarop we denken. De meeste mensen weten niet dat je met lichaamsbeweging óók werkt aan je geheugen, aan je cognitieve functies. Lichaamsbeweging en cognitieve inspanning doen een beroep op dezelfde circuits in het brein; het betreft dezelfde neurale systemen. Verbindingen tussen hersengebieden waarvan we dachten dat ze alleen bedoeld zijn voor geheugenprocessen, blijken ook belangrijk te zijn voor motorische processen."



Helpdesk Thema van de maand: De temperatuur in de zaal

Nu het toch echt winter wordt met wat koudere temperaturen komen er op de helpdesk vragen binnen of er een norm bestaat met betrekking tot de binnentemperatuur in de zaal.

In ons stuk (ook te downloaden in de kennisbank) Normen gymnastieklokalen vind je de volgende informatie hierover terug.

- De zaalruimte moet verwarmd kunnen worden tot 22 °C bij een buitentemperatuur van - 5 °C. De gewenste temperatuur voor onderwijsgebruik ligt - afhankelijk van het schooltype - tussen 18 en 22 °C.
- De temperatuur mag zomers maximaal 25 °C bedragen. Hogere temperaturen kunnen maximaal 5 % van de verblijftijd worden overschreden.
- Luchtsnelheden ten gevolge van verwarmingsinstallaties dienen tot een hoogte van 3 meter boven de sportvloer niet hoger te zijn dan 0,5 m/s.
- Het geluidsniveau dient, tezamen met andere niet met de sport verwante bronnen, minder dan 40 dB(A) te zijn.
- De verwarmingsinstallatie dient bestand te zijn tegen mechanische beschadigingen.

Is de temperatuur in jouw zaal te laag, kaart dit dan bij je werkgever aan.

Informatie omtrent deze normen kun je terugzoeken in de kennisbank of opvragen bij de onderwijshelpdesk: onderwijs@kvlo.nl



Redactie:

Jorieke Steenaart

Het NILO

Nederlandsch Instituut voor Lichamelijke Opvoeding ⁽¹⁾

In Nederland zijn zes ALO's waar leraren lichamelijke opvoeding worden opgeleid. Een aantal prominente vakcollega's is echter aan een ander instituut opgeleid: het Nederlandsch Instituut voor Lichamelijke Opvoeding te Amsterdam, het NILO. Onder hen onder anderen Carl Gordijn, Rein Bloem en het in 2013 overleden oudste lid van de KVLO Dries Beijerbergen van Henegouwen. Dit is het verhaal van de opkomst en ondergang van dit instituut.

TEKST FRANS KAANDORP EN KEES VAN TILBORG

De oprichting van het Nederlandsch Instituut voor de Lichamelijke Opvoeding in Amsterdam in 1912 moest een einde moeten maken aan de toenmalige situatie van vele kleine particuliere opleidingsinstituten en gestalte geven aan een nationaal opleidingsinstituut voor de lichamelijke opvoeding op academisch niveau. Maar is dat toen ook gelukt?

De eerste initiatieven voor vakscholen tot gymnastiekonderwijzer

Aan de opleiding voor onderwijzers werd in Nederland tot halverwege de negentiende eeuw nauwelijks aandacht besteed en aan die van gymnastiekonderwijzers al helemaal niet. De overheid subsidieerde een enkele rijkskweekschool en liet de rest over aan het particuliere initiatief. De in 1784 opgerichte Maatschappij tot Nut van het Algemeen werd een krachtige pleitbezorger van staatsonderwijs en ook van het onderwijs in de lichamelijke opvoeding.¹ Rond het midden van de negentiende eeuw nam deze organisatie hiervoor meerdere initiatieven. Eén daarvan was het oprichten van enkele normaalscholen waarbij ook lessen in de lichamelijke oefening gegeven werden.² Ondanks de – spaarzame – welwillende woorden van politici, intellectuelen, theologen en opvoedkundigen bleven daden uit en was er in de negentiende-eeuwse Nederlandse standenmaatschappij veel scepsis ten aanzien van gymnastiek als schoolvak. De in 1862 opgerichte Vereeniging van Onder-

wijzers in de Gymnastiek in Nederland (zoals de KVLO toen heette) hield zich aanvankelijk ook niet met de opleiding tot gymleraar bezig. In de eerste twintig jaar na de oprichting zijn hier vrijwel geen opmerkingen over te vinden in de jaarverslagen van deze vakvereniging. Zij had meer aandacht voor de richtingenstrijd en de interne organisatie. En toen de vereniging tot de conclusie kwam dat aan de opleidingen een en ander schortte, bleef de overheid op afstand. Ook de gemeente Amsterdam, die eerder positief was over de lichamelijke oefening, verleende geen medewerking.³ Op 25 juli 1883 richtte de vakvereniging een verzoek aan de Amsterdamse gemeenteraad om een 'centrale kweekschool voor gymnastiek onderwijzers' te mogen starten in Amsterdam 'ter vorming van wetenschappelijk ontwikkelde en kundige onderwijzers'. Hierop antwoordde burgemeester Van Tienhoven echter afwijzend.

Vakscholen op academisch niveau in België, Duitsland en Scandinavië

Vraagstukken over lichamelijke opvoeding werden in de ons omringende landen wél op een wetenschappelijk niveau aangepakt. Dat gold ook voor de opleidingen. Aan het Koninklijk Centraal Instituut voor Lichamelijke Opvoeding in Stockholm, dat al in 1813 gesticht was door Per Henrik Ling (1776-1839), werden alleen officieren en universitaire studenten toegelaten. In Duitsland gaf de Deutsche Reichsausschuss für Leibesübung de aanzet voor de oprichting van de Sport-Hochschule



te Keulen en de Deutsche Hochschule für Leibesübungen te Berlijn, die beide tot het hoger onderwijs behoorden. In België bestond vanaf 1904 in Brussel de Ecole Supérieure d'Education Physique en ging het Institut Supérieur d'Education Physique in 1908 samen met de Rijksuniversiteit van Gent. Hiermee behoorde de opleiding lichamelijke opvoeding in België tot het universitair onderwijs. Terwijl in de ons omringende landen de opleiding van gymnastiekonderwijzer dus van staatswege was ingericht en tot het hoger onderwijs behoorde, bleef het belang van gymnastiek in Nederland bij de overheid onderbelicht en de opleidingen amateuristisch en 'eenmanszaken'.

Een omslag rond 1900

Rond 1900 vonden op allerlei terreinen van de maatschappij ontwikkelingen plaats, ook op het gebied van (lichamelijke) opvoeding en hygiëne. Men ging beseffen dat grote groepen van de bevolking in slechte, onhygiënische omstandigheden leefden en een aantal burgers vond dat daar iets aan gedaan moest worden. Aan het einde van de negentiende eeuw hebben in Nederland een groep artsen en geneeskundigen, de 'hygiënist', een grote rol gespeeld bij de totstandkoming van de nationale en de stedelijke zorg voor de volksgezondheid. Hun aandacht richtte zich op de verbetering van de openbare hygiëne, de volksgezondheid en het milieu. Hierbij kwam - op breed terrein - meer aandacht voor de volksgezondheid en ook voor de lichamelijke opvoeding. Een tweede ontwikkeling was dat vanaf ongeveer 1880 de sport- en spelbeweging geïntroduceerd werd in Nederland. Deze beweging kende rond 1850 zijn oorsprong op

Vraagstukken over lichamelijke opvoeding werden in de ons omringende landen wél op een wetenschappelijk niveau aangepakt.

de voetbal- en rugbyvelden van de Engelse kostscholen zoals Eton, Harrow en Rugby en kreeg steeds meer beoefenaren onder de rijkere burgerij. Veel van de nu nog bestaande sportclubs zijn eind negentiende- en begin twintigste eeuw, opgericht door - kinderen van - welgestelde Nederlanders.⁴ Een gevolg hiervan was ook dat meer en meer aandacht besteed werd aan de lichamelijke opvoeding van de jeugd. Daarnaast vroeg de toename van de deelname aan het onderwijs om meer vakleerkrachten in het middelbaar onderwijs, die voldoende intellectueel ontwikkeld waren. Op de opleiding voor onderwijzers, de normaalscholen, die

Contact

keesenlily@home.nl

Literatuur verwijzingen

KVLO-archief: NI 1: verslagen van de 'leraarsvergaderingen' van Het Nederlandsch Instituut voor de Lichamelijke Opvoeding van 5-11-1912 tot en met 12-09-1919

Archief KVLO: R 7

Kaandorp, F (2011). Vakkewame gymnastiekonderwijzers. Bachelorscriptie geschiedenis. Amsterdam: Universiteit van Amsterdam, 39 p.

Kaandorp, F (2013). We hebben gym! Master Cultuurgeschiedenis. Amsterdam: Universiteit van Amsterdam, 92 p.

Lichamelijke opvoeding (jaargangen 1913 tot en met 1935)

Mirck, B. (2011). AGOV 100 jaar; ALO 86 jaar; Terugblikken vanaf de zijlijn, wordt omzien in bewondering. Lezing gehouden op 14-10-2011 tijdens het congres ter gelegenheid van beide jubilea.

Tilborg, C.G.A.T. van (2000). Sedimenten van sentimenten: 75 jaar Academie voor Lichamelijke Opvoeding Tilburg. Tilburg: Fontys Sporthogeschool. Deel 1: Status nascendi 1924-1956, p. 36-41.

Veke, JH van der (1931). Over volksklassen, V.K.F., N.I.L.O., en inspectie. In: Bakker, M.C.; Doderer, J.H.; Rippe, P.J. (eds.) (1931). AGOV: Feestnummer ter gelegenheid van het 60-jarig bestaan van de Amsterdamse Gymnastiek-Onderwijzers Vereniging, opgericht 18 april 1931. Feestnummer ter gelegenheid van het 60-jarig bestaan. 18 april 1931. S.l.: s.n., 60 p.

In deel twee van dit verhaal wordt verteld over de oprichting van het NILO en over de factoren die leidden tot de ondergang van het NILO.



alleen avondonderwijs gaven, kon men namelijk al terecht na zes jaar lagere school. Daarna kon men examens doen voor de LO-akten. En vervolgens kon men doorgaan voor een MO-akte. Dit kon ook zonder les, men gaf zich immers individueel op voor deze staatsexamens.

Rond 1900 klonken steeds meer geluiden om ook de opleiding in de lichamelijke opvoeding te professionaliseren.

mens. Het niveau van deze leraren was begrijpelijk niet vergelijkbaar met college-leraren in andere vakken, die academisch opgeleid waren. Vaak ging men, voor dat men examen ging doen, alleen maar een of enkele keren naar een praktiserend leraar lichamenlijk oefening die, aan huis, een soort repetitie cursus gaf. Rond 1900 klonken steeds meer geluiden om ook de opleiding in de lichamelijke opvoeding te professionaliseren. De eenmansopleidingen waarbij men enkele lessen volgde en vervolgens examens deed, werd door de vakwereld langzamerhand als archaïsch beschouwd. Ook de resultaten van de examens bleven bedroevend; de roep om een vakschool werd steeds



luider. Vanwege het ontbreken van financiële steun van de rijksoverheid en gemeentelijke overheden werden rond 1910 meerdere particuliere initiatieven genomen tot oprichting van vakscholen voor de lichamelijke opvoeding. ■

Gezond gedrag

Vraag
ondersteuning
aan!

stimuleren op school

Op school de gezondheid van je leerlingen of studenten stimuleren? Hen aanmoedigen om meer te bewegen, niet te (gaan) roken of zich weerbaar op te stellen? Vraag dan van 12 februari tot en met 16 maart 2015 ondersteuning aan.

TEKST TANJA KRIEGER

De mogelijkheden

Scholen uit het primair en voortgezet onderwijs en middelbaar beroepsonderwijs kunnen op drie manieren ondersteuning krijgen:

- Een Gezonde School-adviseur geeft je gratis advies-op-maat over gezondheid en hoe jouw school hieraan kan werken. De adviseur is goed thuis in de Gezonde School-aanpak en de lokale situatie. Ook adviseren ze je over de regionale partijen waarmee je kunt samenwerken om zo tot duurzaam gezondheidsbeleid te komen. De adviseur helpt je een schoolgezondheidsplan op te stellen waarin de gezondheid van jouw leerlingen of studenten centraal staat.
- Aan de slag met een Gezonde School-activiteit? Vraag dan een bijdrage in de kosten aan of extra hulp bij het uitvoeren van zo'n activiteit. Je kiest uit activiteiten rond thema's als fysieke veiligheid, relaties en seksualiteit, roken, alcohol en drugs, sociaal-emotionele ontwikkeling, sport en bewegen en voeding. Welke (financiële) ondersteuning je hierbij krijgt, lees je op de website.
- Een andere mogelijkheid is een vergoeding van de taakuren van eigen medewerkers

zodat zij schoolgezondheidsbeleid kunnen maken of uitvoeren. Voor ieder onderwijstype is een vaste vergoeding voor een aantal taakuren beschikbaar (PO = € 2000 voor ongeveer 40 taakuren, VO = € 4000 voor ongeveer 80 taakuren en mbo = € 6000 voor ongeveer 120 taakuren). Je kunt de vergoeding ook gebruiken om een vignet Gezonde School aan te vragen. De vergoeding is niet bestemd voor het inkopen van lespakketten, materialen of voor het volgen van trainingen van derden.

Waarom? Drie goede redenen:

- Leerlingen en studenten presteren beter op een Gezonde School.
- Het ondersteuningsaanbod helpt je op weg.
- Je kiest het aanbod dat het beste bij jouw school past.

Meer weten?

Wil je meer informatie over het ondersteuningsaanbod? Neem dan contact op met een Gezonde School-adviseur of kijk op www.gezondeschool.nl/ondersteuningsaanbod. Daar vind je informatie over onder meer de voorwaarden, keuzemogelijkheden en selectiecriteria. ■

De ministeries van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) en Onderwijs, Cultuur en Wetenschap (OCW) maken het ondersteuningsaanbod Gezonde School mogelijk. De uitvoering is belegd bij RIVM Centrum Gezond Leven en de Onderwijsagenda Sport, Bewegen en een Gezonde Leefstijl van de PO-Raad, VO-raad en MBO Raad.

Terugkijken op een bewogen jaar

De KVLO kan terugkijken op een bewogen jaar. Met Jan Rijpstra en Cees Klaassen blikken we terug op wat er het afgelopen jaar 2014 allemaal speelde op het (politieke) gebied van LO en het bewegingsonderwijs en de invloed die de KVLO daarop heeft uitgeoefend. Een gesprek over hoop, lobby en vooral geduld.

TEKST HANS DIJKHOFF FOTO HANS DIJKHOFF

2014 was een bewogen jaar. Zeg ik dat zo goed?

“Ja dat mag je inderdaad zeggen: een bewogen jaar dat wat het!”, zegt Cees Klaassen. “Het is een jaar geweest waarin duidelijkheid is gekomen over een aantal zaken zoals het aantal uren in het VO in verband met het amendement uit 2006 [toen is vastgelegd dat het aantal uren LO dat toen gold de richtlijn moest zijn voor het aantal uren dat nu dient te worden gegeven]. Ook het bestuursakkoord en de reactie daarop van de Tweede Kamer over het aantal uren in het PO naar aanleiding van wat er in het Regeerakkoord uit 2012 stond. Daar is wat vanaf geknabbeld, maar we hebben er behoorlijk op gelobbyd dat er nu toch borging op moest komen. Dat is lastig in dit land met vrijheid van onderwijs. Toch heeft de Tweede Kamer dit zeer goed opgepakt door vanuit het kind te redeneren. En ze hebben ook aan de Staatssecretaris en de PO-Raad laten weten dat het nu toch echt geregeld moet worden. Wat dat onderdeel van onze koers betreft zijn dat belangrijke uitkomsten. Daar hebben we hard voor gewerkt.” Jan Rijpstra voegt toe dat dit zonder de steun van de medewerkers van het bureau niet van de grond had kunnen komen. “De grootste winst is dat onze boodschap nu door anderen wordt uitgedragen. Je komt overal teksten tegen waarin het belang van kinderen goed leren bewegen als uitgangspunt wordt genomen.”

Dat is allemaal heel mooi. Maar hoe heb je dat nu voor elkaar gekregen?

Rijpstra: “Waar het om gaat bij een lobby is dat je mensen informeert en overtuigt van jouw standpunt. Dat is een langdurig proces waarin je de mensen probeert mee te krijgen in jouw gedachtenwereld. En als je dan hoort en leest dat jouw boodschap wordt verkondigd door anderen zoals de Tweede Kamer

en NOC*NSF, dan weet je dat je succes hebt. Het is dus beslist geen schimmige wereld.”

Klaassen vult aan: “Dat hebben we voor elkaar gekregen door veel te praten met vertegenwoordigers van de politieke partijen; niet vanuit de tegenstelling maar juist vanuit het gemeenschappelijk belang dat kinderen goed leren bewegen een basis is, ook voor latere sportdeelname. Dat doen we met alle stakeholders. In allerlei projecten hebben we op deze wijze geparticipeerd. En als dat dan lukt dan krijg je daar energie van.”

Rijpstra: “De KVLO van vroeger opereerde in een ander tijdsgewricht en daarbij hoorde een andere benadering. In de nieuwe tijd kom je tot een nieuwe manier van functioneren en dat gaat op basis van vertrouwen. Je staat niet tegenover elkaar maar naast elkaar. Het zijn geen strijdige belangen. Het belang van het kind staat centraal, dat is ook in de Tweede Kamer helder. Er is een brede consensus.”

Klaassen: “De discussie gaat over waar de grens ligt van de schade die de vrijheid van onderwijs kan hebben voor het belang van het kind. Dan pak je de essentie van de discussie over wat men van belang vindt in dit land. Dan verschil je daarover van mening. Maar we staan wel ergens voor. Neemt niet weg dat je dan wel kunt blijven samenwerken op de gebieden waarop je elkaar wel vindt.”

Nu zijn er allemaal mooie voorwaarden geschapen om voldoende uren gym te geven. En dan?

Klaassen: “Sinds de nulmeting in 2012 over het aantal daadwerkelijk gegeven gym-uren in PO en nu ook voor het VO weten we veel meer en daarop komen dan weer reacties. En het is de kunst om zowel OCW en VWS en de Tweede Kamer goed te informeren over wat dat betekent. En dan moeten wij



▲
Cees Klaassen



▲
Jan Rijpstra

(de KVLO) aangeven wat wij kunnen betenken. Dat doen we door mee te praten en waar kan te participeren, bijvoorbeeld met de PO-Raad en OCW over het plan van aanpak.” Rijpstra: “En dat moet niet vrijblijvend. Wij geven dan aan hoe je de kwaliteit kunt verbeteren. Bijvoorbeeld door een goede invulling van het lerarenregister. Daarin kun je worden ingeschreven als je tenminste 0,2 fte lesgeeft in het vakgebied LO. Verder de hele uitbouw van de scholing, zowel in vraag als aanbod. Dat willen we doen in samenwerking met de ALO’s. En dan het kwaliteitsaspect, het KWALO-traject. Daarin is ook nog een wereld te winnen. Dat zijn drie speerpunten waarop de KVLO de andere partijen goed van dienst kan zijn”.

En hoe zien we de mbo-er in dit hele gebeuren ingebouwd?

Beide heren leggen uit dat je moet zien dat er een functie is met de daarbij behorende bevoegdheid. Het is al jaren zo dat je alleen onderwijs mag geven als je ALO hebt gedaan of Pabo met de aanvullende leergang LO. Nu houdt in toenevende mate het bewegen niet op bij de school maar vindt veelvuldiger ook plaats rondom de school. En ook daar zijn professionals bezig de kinderen goed te leren bewegen. En als je die een functienaam geeft is dat de combinatie-functionaris onderwijs en sport. Daarin werken ALO-ers maar ook mbo-ers Sport en Bewegen en Cios-ers niveau 4. Die worden opgeleid om de kinderen goed te begeleiden vanuit een breed pedagogisch perspectief. Niet vanuit 1 activiteit maar vanuit meerdere activiteiten. Dat kan in de vorm van een beweegteam maar ook op andere manieren, maar wel in en rondom de school. En dan zijn de mbo-opgeleiden een belangrijke doelgroep. Dat idee van een beweegteam stamt al uit 2010 en er zijn in diverse gemeenten voorbeelden dat het uitstekend werkt op die manier. Die goede voorbeelden zouden op schrift gezet kunnen worden net zoals we dat hebben gedaan met de goede voorbeelden van hoe je een vakleerkracht kunt inzetten.

Wat is er nog meer gebeurd dit jaar?

En dan zie je de gymmeesters ineens rechtop gaan zitten en krijgen ze vonken in hun ogen! Een aspect dat ook goed onder de aandacht is gebracht, is dat ons vak meer is dan alleen bewegen (of beweging). We noemen het dan ook physical education, kinderen *leren* bewegen en geen physical activity, het lichaam van kinderen *laten* bewegen. Het gaat niet om het kunstje maar om het goed leren bewegen. Dat wordt nog weleens gebagatelliseerd. “Ik snap wel waar het vandaan komt hoor, want als je voldoende beweegt, is dat goed voor je gezondheid en dat vinden we allemaal ook belangrijk”, zegt Klaassen. “Maar voor je

het weet zit je op een eenzijdige invulling van het bewegingspatroon dat uitsluitend is geënt op het trainingseffect. Terwijl het er juist om gaat dat je kinderen eerst moet leren bewegen zodat ze een breed scala aan (motorische) vaardigheden hebben, dat ze dat met veel plezier doen en zich daardoor gemakkelijker kunnen aansluiten bij sport en beweegactiviteiten rondom de school of het nu een sportvereniging is of iets anders; en dan heeft het positieve neveneffecten zoals gezondheid. Het was ook heel mooi in de Tweede Kamer dat werd onderkend dat LO een vak is dat je samen moet doen en dat dus een zekere kwantiteit nodig is om kwaliteit te kunnen behalen. Samenspelen en motorische vaardigheden onder de knie krijgen moet je oefenen en daar heb je contacttijd voor nodig.”

Jan Rijpstra verwondert zich erover dat er zo’n grote scheidslijn is tussen het basis- en het voortgezet onderwijs. Dat is hem een doorn in het oog. “Er is geen goede overdracht voor ons vakgebied tussen PO en VO. Het zou toch prachtig zijn als een kind een beweegportfolio kan overleggen op zijn nieuwe school! Dat betekent dat er meer eenduidigheid moet komen en leerlingvolgsystemen op alle scholen, ook voor ons vakgebied. Dat houdt dan ook weer in dat er vakspecialisten LO op de basisschool moeten staan die dat kunnen vormgeven.

Het is al jaren zo dat je alleen onderwijs mag geven als je ALO hebt gedaan of Pabo met de aanvullende leergang LO.

Volgens Klaassen moeten we echter niet ontkennen dat het soms zeer lastig is om voor een vakleerkracht op een school te zorgen. Neem de krimpregio’s. En daar moet de KVLO ook meedenken om tot een goede invulling te komen. En Rijpstra denkt dat het de overheid daarvoor wel extra geoormerkt geld wil uittrekken om dat te regelen.

Wat moet er in 2015 allemaal worden geregeld?

In toenemende mate merken we dat er sprake is van decentralisatie. We moeten goed in kaart brengen hoe we met onze dienstverlening, landelijk en lokaal, goed kunnen aansluiten op de vragen uit de regio’s. Wat zijn daar de behoeftes van onze leden? De communicatie tussen de verschillende geledingen van de KVLO moet goed zijn. Als we elkaar op de hoogte houden van wat er speelt, kunnen we gaandeweg tot een plan van aanpak komen. En dat is een grote uitdaging voor 2015. ■

Contact
hans.dijkhoff@kvlo.nl

Quantified Self (2)

Groningen stapt verder!

Stappen zetten! Hoeveel stappen zou ik gemiddeld per dag zetten? Ik heb geen idee. Ik doe een Fitbit (activiteitentracker) om en word me er ineens van bewust hoeveel ik beweeg. Hoeveel zou ik per dag moeten halen? 10.000 stappen, hoor ik. Dat lijkt best veel, ik weet niet of ik dat haal. Het blijkt dat ik rond de 8.000 - 9.000 stappen per dag zet. Dat kan beter, dus zet ik mezelf ertoe om meer stappen te zetten: op naar de 10.000.

TEKST JAN-WILLEM BRUINING EN PATRICK VAN DE VEN



▲
Een Fitbit

Patrick van de Ven

deed zijn afstudeeronderzoek van Toegepast Psychologie (Hanzehogeschool Groningen) in opdracht van het Lectoraat Sportwetenschap en het Quantified Self Institute. Praktijkbegeleider vanuit het Lectoraat Sportwetenschap was docentonderzoeker Jan-Willem Bruining die werkzaam is aan de opleiding Sport, Gezondheid en Management van de Hanzehogeschool Groningen.

In augustus 2013 verscheen in ditzelfde vakblad de publicatie 'Quantified Self: Groningen zet stappen!' (Lichamelijke Opvoeding nummer 7, 2013). Quantified Self (QS), geïntroduceerd in 2007, is een beweging van ontwikkelaars en gebruikers die geïnteresseerd zijn in zelfkennis door middel van zelfmetingen. Steeds meer mensen gebruiken technologie met als doel informatie te krijgen over zichzelf, hiervan te leren en de resultaten te delen. Op 28 september 2012 is het Quantified Self Institute (QSI) gelanceerd op initiatief van de Hanzehogeschool Groningen (met toestemming van Quantified Self Labs, LCC). Het QSI is een netwerkorganisatie voor bedrijven en (onderzoeks)instellingen die meer willen weten over QS of onderzoek willen doen naar diverse vormen van self tracking (www.qsinstitute.org). Het projectprogramma van het QSI is opgehangen aan de 'Big 5 for healthy life': 1. Voeding, 2. Bewegen/Sport, 3. Slaap, 4. Stress en 5. Sociale interactie. Voornamelijk op het thema Bewegen/Sport liggen diverse kansen voor het bewegingsonderwijs.

In de publicatie 'Quantified Self: Groningen zet stappen!' is al uitgebreid ingegaan op manieren om het beweeggedrag van kinderen in kaart te brengen. De publicatie beschreef een onderzoek met de activiteitentracker Fitbit op de Openbare Basisschool de Driebond in Engelbert (Groningen). Uit dit onderzoek bleek dat de Fitbit een betrouwbare stappenteller is die goed ingezet kan

worden in een schoolomgeving (Dreijer, 2013). Maar nu de volgende stap: Wat voor effect heeft het dragen van de activiteitentracker Fitbit op het bewegingsbewustzijn van basisschool kinderen? Verschillende onderzoeken hebben aangetoond dat kinderen significant meer gaan bewegen door het dragen van een activiteitentracker (Bravata 2007). De onderzoeken richtten zich voornamelijk op de hoeveelheid beweging. Het effect van een activiteitentracker op het beweegbewustzijn werd niet zozeer benadrukt, terwijl dat effect voor duurzame verbetering van beweeggedrag juist van belang is.

Worden kinderen zich meer bewust van hun beweeggedrag?

Dit onderzoek 'Beweegbewustzijn en -gedrag: Effect van het dragen van een stappenteller' gaat over de vraag of het dragen van een activiteitentracker effect heeft op het beweeggedrag- en bewustzijn van kinderen. Het beweegbewustzijn en -gedrag is in kaart gebracht met behulp van de drie gedragsdeterminanten, attitude, sociale invloed en eigen effectiviteit (ASE). Dit ASE-model (Backx, 2009) is gebaseerd op de theorie van gepland gedrag (Ajzen, 1991) en uit onderzoek van Backx (2009) is gebleken dat dit model geschikt is om het beweeggedrag van kinderen te beïnvloeden. Tijdens dit onderzoek is er gekeken wat het effect van een activiteitentracker op de drie gedragsdeterminanten bij kinderen is. De activiteitentracker fungeerde zowel als interventie-

Relatie gedragsdeterminanten en beweggedrag, afgeleid van Backx 2009

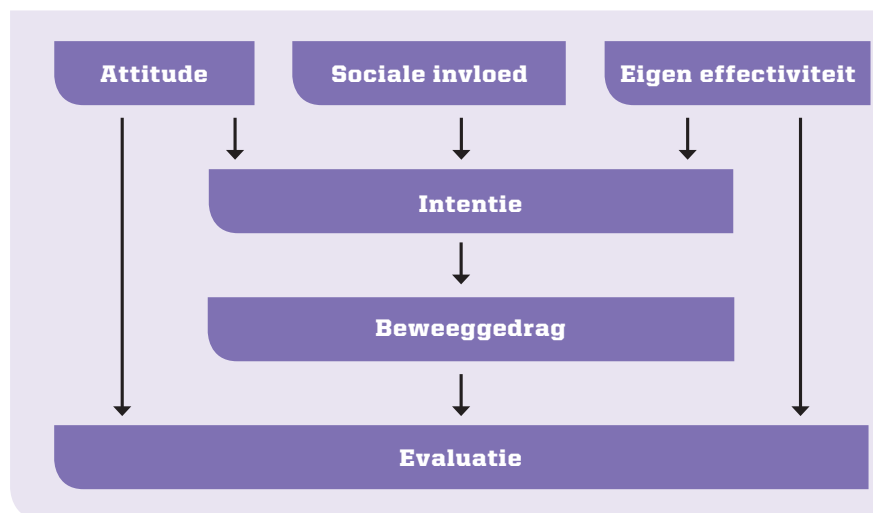
middel om het beweegbewustzijn te vergroten en meetinstrument voor het beweggedrag. Leerlingen uit groep 8 van basisscholen in de gemeente Groningen namen deel aan dit onderzoek en zijn over twee verschillende onderzoeksgroepen verdeeld: de interventiegroep en de controlegroep. De interventiegroep droeg de activiteitentracker vier weken lang en de controle groep onderging geen interventie. Beide onderzoeksgroepen hebben in de periode van het onderzoek eenmaal per week een vragenlijst ingevuld die vragen bevatte over de drie gedragsdeterminanten. De resultaten lieten zien dat er daadwerkelijk een effect tot stand was gekomen. De kinderen zijn bewegen steeds leuker gaan vinden (attitude), ze zijn vaker gaan bewegen met anderen kinderen (sociale invloed) en ze hebben meer zelfvertrouwen gekregen tijdens het bewegen (eigen effectiviteit). Dit betekent dat het beweegbewustzijn van de kinderen positief is beïnvloed door het dragen van de activiteitentracker Fitbit.

Fitbit in de les

Naast het onderzoek is er samen met vakdocent Paul Keulen van OBS de Driebond gekeken op welke wijze de Fitbit een bijdrage kan leveren aan de gymles. Toen de shuttle-run-test op het programma stond werd deze vraag vlot beantwoord: Voorafgaand aan de shuttle-run-test werd het aantal stappen dat de kinderen per trap afleggen geteld en de afstand bepaald. Bij het uitvoeren van de shuttle-run-test kregen de kinderen vervolgens inzicht in het aantal stappen dat ze gezet hadden en de afstand die hier vervolgens bij hoort. Het beweegbewustzijn is op deze wijze vergroot. Vakdocent Paul Keulen vond het vernieuwend om de shuttle-run-test en de Fitbit te combineren: 'De Shuttle-run-test wordt regelmatig



Wereldreis met de Fitbit



gebruikt in het bewegingsonderwijs. Door het dragen van de Fitbit worden de kinderen beter bewust van de hoeveelheid beweging tijdens de test. Ze hebben nu inzicht in het aantal stappen dat ze zetten.'

Er zijn ook nog andere manieren om de Fitbit toe te passen binnen het onderwijs. Met Jos Wever, groepsleerkracht van groep 8 van OBS de Driebond in Engelbert, is gekeken hoe er een les ontwikkeld kon worden waarin de Fitbit gebruikt wordt. Zo komt bij de verwerking van de Fitbit gegevens bijvoorbeeld rekenen aan bod en daarnaast was er het idee om de berekende loopafstand te koppelen aan aardrijkskunde. In vier weken tijd zijn er in totaal door alle leerlingen 6.658.333 stappen gezet. Dit aantal is omgerekend naar meters en kilometers. Toen is besloten een leuke rondreis te maken door Europa en een aantal steden te bezoeken. Groepsleerkracht Jos Wever vond dit een leuke aanvulling op het Fitbit onderzoek: 'Het aantal stappen dat de leerlingen samen hebben gezet werd door de wereldreis zichtbaar. De topografie van Europa kennen ze allemaal, maar door deze les hebben de kinderen een beeld gekregen van de afstanden die ze samen hebben gelopen.'

Het is goed nieuws dat er een positief verband blijkt te bestaan tussen het dragen van een activiteitentracker (Fitbit) en beweegbewustzijn en -gedrag van basisschoolleerlingen. Zoals Bravata (2007) al concludeerde gaan kinderen meer bewegen door het dragen van een activiteitentracker en nu blijkt uit dit huidige onderzoek dat hun beweegbewustzijn ook positief wordt beïnvloed. Als de leerlingen zich beter bewust worden van hun beweggedrag en inzien hoe belangrijk bewegen is, dan zullen ze ook meer bewegen. De activiteitentracker Fitbit is relatief goedkoop en zou daardoor goed in te zetten zijn tijdens verschillende schoolactiviteiten. Ook tijdens lessen zoals rekenen, taal, aardrijkskunde, biologie kan de Fitbit ingezet worden. De mogelijkheden met de Fitbit tijdens deze lessen zijn enorm. ■

Contact

j.bruining@pl.hanze.nl

Bronnen

Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*. Volume 50, Issue 2, December 1991, Pages 179-211

Backx, F. J. G., Baarveld, F. & Voorn, Th. B. (2009). *Sportgeneeskunde*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Bravata, D.M., Smith-Sprangler C., Sundaram, V., Gienger, A.L., Lin, N., Lewis, R., Stave, C.D., Olkin, I., Sirard, J.R., (2007). *Using pedometers to increase physical activity and improve health: a systematic review*. *Journal of the American Medical Association* Nov 21;298(19):2296-304.

Bruining, J., De Groot, W., Van Dijk, V.A. (2013) *Groningen zet stappen*. *Lichamelijke Opvoeding* nummer 7, 2013

Dreijer, R. (2013). *Validatie onderzoek van de Fitbit Zip voor het meten van stappen en energieverbruik bij kinderen*. Bachelor thesis Centrum voor Bewegingswetenschappen Rijksuniversiteit Groningen.

Janssen, I., LeBlanc, A.G., (2010). *Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth*. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 2010 May 11, 7:40.

Tikkie... jij bent 'm!



Tikkie jij bent hem is een boek dat 135 tikspelen beschrijft. De schrijver die het in eigen beheer heeft uitgegeven wil het belang van tikspelen onder de aandacht brengen. Veel variaties in tikspelen motiveert kinderen om in beweging te komen op een speelse ongedwongen manier. Die kans moeten we niet voorbij laten gaan volgens de schrijver maar volop benutten door vooral te variëren in het aanbod. Het geheim van tikspelen interessant houden zit volgens de schrijver vooral in verschillende variaties op het zelfde thema en in de wijze waarop je het verpakt, door een verhaal te vertellen en kinderen daarin mee te nemen. Hij wijst op het belang van complimenten geven en duidelijkheid scheppen door vaste en herhalende structuren en afspraken die in de verschillende tikspelen steeds weer terugkomen. Door de vele variaties wordt ieder tikspel weer als nieuw en spannend ervaren door kinderen.

Verassend is de indeling van de tikspelen. Het eerste dat opvalt, is dat afgooispelen hier ook tikspelen worden genoemd. De gebruikte indeling is tikspelen als inleiding, als eindspel, als leskern en als volledige les. Daarbij wordt er nog een extra onderscheid gemaakt tussen tikspelen zonder en met materiaal. Het criterium voor de indeling is niet het bewegingsprobleem maar de grootte en de plaats van het lesdeel (inleiding, eindspel, leskern, volledige les) en het al dan niet gebruiken van materiaal.

Er wordt geen relatie gelegd met de leerlijn 'spelen met inblijven en uitmaken' in het bewegingsonderwijs zoals we die kennen in de Basisdocumenten voor primair en voortgezet onderwijs. De daarbinnen geldende bewegingsthema's slag- en loopspelen, afgooispelen (trekbal en jagerbal) en tikspelen (overlooptikspelen en vrije tikspelen) worden niet genoemd of gebruikt voor een indeling. Het is een veelzijdige verzameling van spelen; van bekend tot volslagen nieuw en inspirerend. Het is helder opgeschreven volgens het stramien van: uitleg, wat doe je als je getikt wordt, hoe te voorkomen dat je getikt wordt, materiaal en aandachtspunten. Ieder spel wordt duidelijk met enkele (zwartwit)foto's in beeld gebracht.

Zeer geschikt voor docenten die behoefte hebben aan een groot arsenaal aan tik- en afgooispeelideeën en variaties. Geschreven voor trainers, activiteitenbegeleiders en docenten bewegingsonderwijs. De docent die in het bewegingsonderwijs hiermee aan de slag wil gaan wordt uitgedaagd deze tik- en afgooispelen zelf een structurele plaats te geven in zijn leerplan. ■

Tikkie...jij bent 'm! (2014)

Auteur: Peter Schimmel
In eigen beheer uitgegeven
ISBN: 978 90 822540 0 6

Maarten Massink

Schoolplein inrichten voor meer bewegen

Betere en meer gymlessen op school of het basis- of voorgezet onderwijs is. Daar staat de KVL0 voor. Daarnaast stimuleren we ook zoveel mogelijk het bewegen om de school. Dat begint bij het schoolplein. Er zijn diverse initiatieven die een school helpen het schoolplein op een beweegvriendelijke wijze in te richten. Enkele jaren geleden schreven we over Zoneparc. Nu nemen we Schoolplein14 onder de loep.

TEKSTREDACTIE HANS DIJKHOFF

Het idee is dat er plekken komen waar je 'ongestoord' kunt bewegen, zonder een andere tot last te zijn. Maar er is meer...

Wat is Schoolplein14

Schoolplein14 heeft als doel alle leerlingen uit het primair onderwijs uit te dagen en te stimuleren om met elkaar te spelen en te sporten. Op dit moment zijn veel schoolpleinen van basisscholen saai en dagen niet uit om te bewegen. Met een paar kleine aanpassingen willen we schoolpleinen creëren waar leerlingen structureel meer worden uitgedaagd om tijdens en na schooltijd samen te spelen en te sporten. Op het schoolplein worden lijnen en kleurvakken (coatings) aangebracht zoals een goal op de muur, een speelcirkel of een stukje atletiekbaan.

Wat wil Schoolplein14 bereiken?

- 1 Een actieve leefstijl bij kinderen
- 2 Kinderen leren respect te hebben voor elkaar
- 3 De verbinding tussen school en wijk versterken

Aanvraagprocedure

De school kan zich aanmelden voor Schoolplein14 via het aanmeldformulier. Na ontvangst van het aanmeldformulier zal de

Cruyff Foundation binnen een week een ontvangstbevestiging sturen. In de ontvangstbevestiging staat omschreven welke vervolgstappen de school dient te nemen.

Criteria

Onderstaande criteria worden gehanteerd bij de beoordeling van aanvragen voor Schoolplein14: De Cruyff Foundation behoudt het recht om iedere aanvraag, ook als de aanvraag voldoet aan de criteria, af te wijzen. Bij een afwijzing ontvangt de aanvrager schriftelijk bericht met de reden van afwijzing.

Geen vrijblijvendheid

Het bestuur van de school gaat bij de aanvraag akkoord met de onderlinge spelregels die gelden na verkrijging van een Schoolplein14. Op de site van Schoolplein14 staan die regels uitgewerkt. Juist daardoor ontstaat continuïteit. En je hoeft het dus niet alleen te doen als school. Je krijgt alle hulp.

Voorbeeld van een cofinanciering

- bijdrage school €7.000,-
 - bijdrage Cruyff Foundation €1.000,-
- Daarnaast kunnen andere partijen, zoals gemeenten, bedrijven, stichtingen etc. de school steunen bij de financiering. Bijvoorbeeld:
- bijdrage school €2.000,-
 - bijdrage derden 5.000,-
 - bijdrage Cruyff Foundation €1.000,-

Meer info:

www.schoolplein14.nl

De school moet instaat zijn om (gedeeltelijk) het bedrag te financieren

Op verzoek werkt de school mee aan evaluaties en onderzoeken over Schoolplein14

Realisatieduur 1 jaar

Goede motivatie hoe het plein wordt ingezet

Het plein moet (gedeeltelijk) bestraat zijn

De school moet deelnemen aan het Startpakket

Het startpakket moet binnen 1.5 maand worden ingeleverd

Wij zien Schoolplein14 als podium om diverse (spel) activiteiten op te organiseren. Sportverenigingen, buurtsportcoaches maar ook andere initiatieven zoals Leker Fit kunnen van Schoolplein14 gebruik maken. Het succes van Schoolplein14 wordt bepaald door wat de school ermee doet. ■

De cao-mbo, wat betekent deze in de praktijk?

Na een periode van drie jaar is er dan voor de zomer van 2014 eindelijk een nieuwe cao-mbo overeengekomen. En dan ook nog een met een aantal ingrijpende wijzigingen. Wat ga je als werknemer daarvan merken?

TEKST JILLES VEENSTRA

Loonstijging

Met ingang van 1 augustus 2014 is het salaris met 1,2% verhoogd in de verwachting dat dit bedrag ook minimaal beschikbaar komt voor de mbo-sector in 2015. Mocht de door de overheid beschikbaar gestelde loonruimte hoger zijn dan de al geëffectueerde 1,2% zal dat later in het jaar alsnog met terugwerken de kracht tot 1 januari 2015 worden toegekend. Met ingang van 1 januari 2015 zal het netto-inkomen nog wat stijgen doordat er een lagere pensioenpremie wordt ingehouden op het salaris. Tezamen met de positieve effecten van enkele fiscale maatregelen is er dus na jaren stilstand eindelijk een substantiële inkomensverbetering bereikt.

Werkdruk

In de onderhandelingen is de nadruk gelegd op de kwaliteit van het onderwijs en de bedreiging die de werkdruk daarvoor vormt. Het oude model in de cao bood in sommige instellingen te weinig borging voor een goede beheersing van de werkdruk. In de nieuwe cao zijn daarom specifieke afspraken opge-

Deze onderverdeling zal ook bij de toedeling van de taken aan de teams de grondslag moeten vormen. In een team kunnen vervolgens hierover nadere afspraken worden gemaakt maar de verdeling 1200/459 klokuur blijft daarbij een individueel afdwingbaar recht. Als het goed is zal deze regeling uitwassen zoals die in de loop van de jaren zijn gegroeid moeten bestrijden.

Duurzame inzetbaarheid

Ook in het mbo moest de bapo-regeling er aan geloven, onder grote politieke druk is er een nieuwe regeling overeengekomen. Onderdeel daarvan is dat iedere werknemer in het blok van 459 klokuur de beschikking krijgt over 50 uur die ingezet kunnen voor de niet plaats- en tijdgebonden activiteiten (meer tijd voor dezelfde werkzaamheden). Op deze momenten hoeft een lid van het onderwijsteam niet op de instelling aanwezig te zijn. Deze momenten worden in het jaar op herkenbare momenten ingeroosterd (in overleg met de werkgever). Voor werknemers vanaf 57 jaar tot de AOW-ge-rechtigde leeftijd geldt er een recht om 170 klokuur per cursusjaar als verlof op te nemen (eigen bijdrage is t/m schaal 8 30%, daarboven 45%). Daarbovenop kan de werknemer onbetaald verlof van 170 uur opnemen met het recht op pensioenopbouw. Voor werknemers die al in de BAPO-regeling zaten geldt een overgangs-regeling waarbij het uitgangspunt is dat een werknemer houdt wat hij had, tegen een eigen bijdrage die gelijk is aan de structurele regeling.

Uitwerking cao

De uitwerking van de cao heeft in de afgelopen tijd voor veel vragen gezorgd. Mocht je ten aanzien van de uitwerking van de cao op jouw instelling nog verdere vragen hebben kun je met je vragen terecht bij de juridische afdeling van de KVLO! ■

Met ingang van 1 januari 2015 zal het netto-inkomen nog wat stijgen

nomen over de werkverdeling. Er wordt een onderscheid gemaakt tussen een blok van 1200 uur voor de uitvoering van het onderwijs en de direct daaruit voortvloeiende werkzaamheden als voorbereiding en nazorg, stage- en studieloopbaanbegeleiding, mentoraat en afnemen toetsen en examens en een blok van 459 klokuur voor de overige werkzaamheden, waarbinnen een budget van 59 klokuur voor de individuele deskundigheidsbevordering.

Contact:
juristen@kvlo.nl

“Zwemmannen zijn de vrouwen niet ofwel de jongens moeten mannen worden”



▲
Moeten jongens
mannen worden?



Mery Graal

is een vrouw van onbepaalde leeftijd en geeft les op een school ergens in Nederland.

Ze is degene in de klas waar het meest naar gekeken wordt, daar zorgt ze wel voor. Na de tweede wanneer het klassenpubliek wat uitgekeken is op haar ‘muren-met- handstand’, doet ze een indringend beroep op het ontluikende klassikale puberdom door voortdurend haar vrouwelijke vormen te etaleren. De wijde t-shirt mode komt daarbij goed van pas wanneer zij in de handstand staat. Het modieuze t-shirt zakt dan tot okselhoogte naar beneden, waardoor het aanwezige publiek volledig op de (borst) hoogte is, zo ook door haar bedoeld. Als ze terug is op aarde, schreeuwt ze stampvoetend: “Stelletje viezeriken, kijk naar je eige...!!!!” (variatie uit *Juweeltjes* van H. Jansen).

Als je dit zo leest dan ben je toch lichtelijk verbaasd als je een verzoek krijgt om deze column te vullen met als topic gemengd gymmen. Dit waar gebeurde voorval speelde zich af tijdens een LO les in 1991. Ja ... en dan in 2014 je nog druk maken over gemengd gym waar de meiden het met name in en rond de derde van het VO het niet meer zo naar hun zin schijnen te hebben bij LO. Maar mevrouw Busschemaker maakt zich er ook heel druk over, niet zozeer over de gymlessen, waarom zou je ook als minister van OCW, maar over de emancipatie van vrouwen of misschien wel nog meer van mannen. In de brugklas en de tweede wil het nog wel gaan, dan vinden zij LO nog wel aardig soms ook weleens leuk. Maar als je onderzoek(en) mag (moet) geloven (zie Van Mossel, *Lichamelijke Opvoeding* 8, 2014) dan is er werk aan de LO-winkel. In die leeftijdsfase wordt de waardering minder. Niet bij allemaal maar wel bij teveel en een te grote groep. Ook niet bij alle onderdelen maar ik merkte het toch wel als docent, het wordt toch meer duwen en sleuren om de ladies in de benen te krijgen. Terwijl in *Meisjes en jongens en Sportoriëntatie* (SLO praktijkreeks 1996) een overzichtje staat dat de beenspierkracht van jongens en meisjes van rond de veertien, vijftien precies hetzelfde is: 9.8. Nou die uitkomst spreekt voor zich zou ik zo zeggen, dus meiden geen gezeur met: “voel me niet zo lekker, ben ongesteld”. Lopen met die hap. Helaas ...

Maar opeens zie je ze opbloeien als de BOM-lessen op het programma staan. Zelf een dans arrangeren, in een groepje een danspresentatie uitvoeren in de les. Thuis oefenen met elkaar, opeens is tijd en niet lekker voelen niet aan de orde. Er wordt geoefend, muziek erbij gezocht, dezelfde outfit, opmaken. Hyper in de kleedkamer, gillen, shit die rits gaat niet dicht... “Juf, heeft u een veiligheidsspeld?” Over presenteren gesproken, betrokken bij de les, je valt van verbazing uit je strepen. Kijk nou eens.... nu wel en anders zijn ze niet vooruit te branden. Wat een beleving, ‘geleerden’ uit ons vak noemen dat bewegen beleven. Het klikt helemaal, alles klopt het raakt hen en dan gaan ze ervoor. “Juf, dit is nou echt cool.” “Ja, dat zie ik maar dit kunnen we toch het niet hele jaar blijven doen.” “Zeker wel dat stomme basketbal.” “Nou, dat doen we ook niet altijd.” “Maar wel heel vaak omdat die jochies dat leuk vinden.” Toch nog eens kritisch kijken naar de lesinhoud? Bijna dagelijks lees en hoor je dat meiden het beter doen dan jongens met school en studie. Gemotiveerd, gedreven, consciëntieus, et cetera. En waarom dan een stuk minder bij LO? Althans voor een te grote groep en dan ook bij teveel activiteiten is de animo matig. Jongens die mannen moeten worden? Laat ze liever naar die ‘meiden’ kijken misschien levert dat iets op. Helemaal snappen doe ik het nu zelf ook niet meer. Op het VO staan ze op de rand van afhaken bij LO maar in de topsport behoren ze tot de wereldtop. Ze hebben toch allemaal op een middelbare school gezeten en LO gehad? Of hebben ze allemaal op LOOT-scholen gezeten en helemaal geen LO gehad?! Wanneer is er bij deze groep het bewegen beleven ontsproten? Het is toch niet zo dat ondanks LO dat deze vrouwen tot grootste sportprestaties komen?

Laten wij als vakbroeders en zusters ons vooral richten op de overgrote groep meisjes die LO in de brugklas en tweede LO positief waarderen. ■

Mery Graal



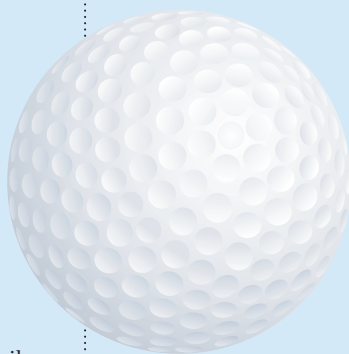
Save
the
date

De landelijke studiedag voor het speciaal en praktijkonderwijs wordt in samenwerking met de ALO Amsterdam gehouden op zaterdag 18 april. Voor meer informatie omtrent het programma en de inschrijving kun je terecht op onze site onder het kopje scholing en kwaliteit!

Cursus "Golf op school"

In nauwe samenwerking met de NGF en de PGA Holland is er een vernieuwde scholing opgezet speciaal voor alle leden van de KVLO. Na het succes van voorgaande jaren wordt deze cursus wederom aangeboden.

De cursus 'Golf op school' is bedoeld voor alle collega's die aan hun eigen leerlingen op school golf willen aanbieden. De cursus duurt twee dagen waarvan een dag speciaal gericht is op het lesgeven aan je eigen klas en een dag aan (het verbeteren van) je eigen vaardigheid en kennismaken met het golfspel. De cursus wordt verzorgd door zeer ervaren professionals die lesgeven aan de PGA-opleiding. Er wordt aandacht besteed aan eigen vaardigheid, methodiek en techniek, kennis van het golfspel, samenwerking met een golfvereniging/golfpro en er wordt direct in de les toepasbare oefenstof aangereikt. Er wordt uitgegaan van de schoolsituatie dat wil zeggen een gymzaal, een veld en een klas van 25-30 leerlingen. Aan het eind van de cursus word je in staat geacht om aan je eigen klassen golf aan te bieden. De cursus zal op een golfbaan en op een school in de directe omgeving van deze golfbaan worden gegeven. Voorlopige data: **19 en 20 juni 2015**. Nadere informatie volgt binnenkort via de website onder het kopje scholing en kwaliteit.



Kalender

Uitgebreide informatie over alle scholingen/ evenementen? Zie de kalender op de homepage van www.kvlo.nl



Scholingen van afdelingen en opleidingsorganisaties

Op de webkalender staan scholingen en evenementen van de diverse afdelingen en opleidingsorganisaties vermeld.



Reageren op vakbladartikelen?
Twitter @KVLONL



Cursussen Levensreddend Handelen

Basis cursus 18 en 26 maart 2015 in Zeist

Cursustijden van 13.00-20.00 uur

Herhalingscursus op 5 maart 2015 in Zeist

Cursustijden van 13.00-20.00 uur

Aanmelden of meer informatie over de inhoud van de cursus kun je vinden op de homepage van de KVLO onder het kopje scholing en kwaliteit.





Contributie

Eind januari heeft de automatische afschrijving plaatsgevonden van het voorschot van de contributie. Leden die geen machtiging tot automatische afschrijving aan de KVLO hebben verleend, ontvangen een acceptgirokaart. Ontvang je een acceptgirokaart dan doen wij een dringend beroep op je het voorschotbedrag zo spoedig mogelijk te voldoen. Alle verzekeringen, lidmaatschappen en dergelijke moeten door ons vooruit betaald worden. Informatie over de contributieregeling staat in LO 11 van 2014 en op de site.

Let op: wijzigingen van je contributiegegevens kan uiterlijk tot en met 10 februari!

Zijn er nog vragen dan kun je contact opnemen met de KVLO (030 693 7676) of per e-mail via financieel@kvlo.nl.

Goede kleuterleerkracht stimuleert spelend leren

Op woensdag 7 januari jl., stelde Anne-riek Boland van de Hogeschool iPabo in haar lectorale rede dat er in veel peuter- en kleutergroepen in de VVE en in het basisonderwijs ten onrechte een onderscheid gemaakt wordt tussen spelen en leren. 'Dat heeft geleid tot een eenzijdige focus op lezen, schrijven en rekenen. Ook worden er vaak werkvormen ingezet die niet passen bij jonge kinderen, zoals werkbladen, klassikale lesjes in de grote kring en toetsen. In deze settings leren jonge kinderen vooral nadoen wat juf of meester voordoet.' Binnen de context van spel kan de leerkracht zowel nieuwe elementen uit de sociaal-culturele wereld introduceren als het kind initiatief ontlokken en ondersteunen. Kinderen spelen de volwassen wereld na en zijn daarin voortdurend in interactie met elkaar. Boland: 'In het lectoraat Jonge kind zoeken we naar manieren om leerprocessen in het spel op gang te brengen, waarbij de betrokkenheid en de eigen inbreng van kinderen in stand blijven.' www.ipabo.nl

CIOS.nl

Op de site cios.nl is informatie te vinden over de Cios-opleidingen. Daarnaast is er een pagina met resultaten van onderzoek dat is gedaan door docenten die hebben doorgestudeerd. Daar staat een aantal interessante onderzoeken gepubliceerd. Onder andere wat de relatie is tussen voortijdig schoolverlaten en de intake bij toelating of onderzoek naar de effectiviteit van huiswerk op het Cios. Kijk naar Cios leert door op www.cios.nl



Lawaai in de klas kan je zien!

De mening over geluidsniveau in een klas is subjectief en kan discussies uitlokken. Wat wij docenten LO wel weten is dat teveel lawaai schadelijk is en onrust veroorzaakt en dat deze onrust geen goed 'leerklimaat' oplevert. Nu is er een herriestoplicht op de markt waardoor kinderen bewust worden gemaakt wat volume inhoudt. Normaal volume is groen, een stevig volume is oranje en 'herrie' is rood. Deze meter is instelbaar, zodat afhankelijk van de akoestiek van het lokaal, het niveau van de verschillende signaalkleuren kan worden bijgesteld. www.yackertracker.nl

BVLO

Onze voorzitter en onze directeur, Jan Rijpstra en Cees Klaassen hebben tijdens de 40e BVLO-studiedag die ging over respect aan de voorzitter van onze zustervereniging in België, Eric de Boever, de KVLO-erepenning overhandigd en hem de zilveren KVLO-speld opgedaan. Dit als dank voor de jarenlange samenwerking en zijn jarenlange voorzitterschap. De Boever voelde zich zeer vereerd, maar zei dat hij het niet heeft kunnen doen zonder zijn team. In het bijzonder Line Dumoulin die op 1 januari met pensioen is gegaan.



Polar Loop

In het artikel op pagina 40 wordt geschreven over de Fitbit. Deze Polar Loop is iets dergelijks alleen kun je er meer mee. Door bewustwording kun je de hele dag actief blijven.

Het apparaat:

- geeft feedback over je dagelijkse, wekelijkse en maandelijkse activiteiten en je slaappatroon
- geeft de dagelijkse activiteit, verbrande calorieën, gezette stappen en de tijd weer
- meet zelfs je activiteit tijdens het zwemmen (zonder hartslag).

www.polar.nl



→ FITHEIDSTESTEN VOOR DE JEUGD



In dit boek wordt een overzicht gegeven van diverse veldtesten en testbatterijen voor het meten van antropometrie, kracht, uithoudingsvermogen, snelheid en vaardigheid bij gezonde kinderen van 4 tot en met 18 jaar.

Er worden vier antropometrische metingen besproken, negen krachttesten, één test voor het meten van lenigheid, vier testen voor het meten van uithoudingsvermogen, één test voor het meten van snelheid, twee testen voor het meten van vaardigheid

en drie testbatterijen. Per test wordt ingegaan op de grondmotorische eigenschap die getest wordt, de leeftijdsgroep, de afnameduur, de wijze van afname, de betrouwbaarheid en de validiteit van de testgegevens en de beschikbaarheid van Europese of Nederlandse referentiewaarden.

Dit boek betreft een herziene uitgave van de TNO-publicatie *Fitheidstesten voor de jeugd* uit 2007 van Susan Vrijkotte, Sanne de Vries en Tinus Jongert.



€24,⁹⁵ incl. btw

ISBN: 978-90-72335-61-6

Te bestellen via www.janluitingfonds.nl

janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN

→ In samenwerking met Arko Sports Media

→ JUDO ALS SPEL



Judo wordt in hoofdzaak onderwezen in judoverenigingen aan kinderen vanaf ongeveer vijf jaar. Maar ook in het bewegingsonderwijs op scholen, met name in de eerste twee jaren van het voortgezet onderwijs, worden vormen van judo bijgebracht. In *Judo als spel* wordt een brug geslagen tussen jeugdsport en bewegingsonderwijs. Het biedt docenten en studenten lichamelijke opvoeding alsmede judoleraars (in opleiding) een visie en veel praktijksituaties om judo als spel bij kinderen te introduceren. Er wordt dus een brede toegankelijkheid nage-

streefd. Omdat judo door veel kinderen en jongeren 'gewoon voor de gein' wordt beoefend, is er naast het bereiken van leerdoelen veel aandacht voor het creëren van spelplezier. Het perspectief van de judoënde jeugd is hierbij een belangrijk uitgangspunt.

Over de auteur

Jan Middelkamp is judoka, leraar lichamelijke opvoeding en bewegingswetenschapper.

€16,⁹⁰ incl. btw

ISBN: 978-90-72335-54-8

Te bestellen via www.janluitingfonds.nl



janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN

→ In samenwerking met Arko Sports Media