

LICHAMELIJKE **MAGAZINE** *opvoeding*

NUMMER 5 Jaargang 103 | mei 2015

TOPIC

Sociaal emotionele ontwikkeling



**MOET HET BEWEGINGS-
ONDERWIJS OOK OP DE SCHOP?**

Blessures voorkomen

Signaleren kindermishandeling

kvlo.nl

 **KVLO**

SmartGoals SCHOOL

Nieuwe manier van bewegen

NIEUW!



Inclusief leerlijnen en
SmartGoals App



SPORT 81

Dé leverancier voor
al uw Sport- &
Spelmateriaal!



WWW.SPORT81.NL



Straatvoetbal **NIEUW**
€ 8,95

Zandlopers **VANAF:**
€ 7,75

Markeerschijven Anti-Slip
NIEUW



ROTTERDAM:

Kiotoweg 389-395

3047 BG Rotterdam

T 010 435 00 99

F 010 435 68 21

E info@sport81.nl

ZAANDAM

Pieter Liefstinckweg 24A

1505 HX Zaandam

T 075 616 99 10

F 010 435 68 21

E info@sport81.nl



SPORT-THIEME
Schoolsport · Sport binnen een vereniging · Fitness · Therapie
Hij zijn uw team!

Schoolsport · Sport binnen een vereniging · Fitness · Therapie

Sport-Thieme is sinds 65 jaar in de sportwereld thuis.
Ondertussen profiteren Sport-Thieme klanten
in grote delen van Europa van het omvangrijke
kwalitatieve aanbod.

In onze catalogus en in onze webshop bieden wij
10.000 artikelen aan. Wij danken u voor het
vertrouwen door middel van **100 dagen recht op
retourneren** en op minstens **3 jaar garantie**.

Hij zijn uw team!

Tel. 088-3853405
Sport-Thieme.nl



Vraag nu **GRATIS**
de catalogus aan!

TRENOMAT SCHEIDINGSWANDEN



De jongste generatie zaalscheidingen
Trenomat Acoustic®

- 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

Topic Sociaal emotionele ontwikkeling

De school is de plek waar de jeugd tussen 4 en 17 jaar een zeer groot deel van hun leven doorbrengen. Precies in de periode dat ze zich Lichamelijk en mentaal ontwikkelen. Het is dan ook niet gek dat vanuit het ministerie van OCW aan het onderwijs opdrachten zijn meegegeven die erop zijn gericht ook aandacht aan sociaal-emotionele ontwikkeling te besteden. In de topicartikelen laten de diverse auteurs hun licht schijnen op deze materie. De plek waar op school wordt gespeeld, moet zorgen voor sociale veiligheid. Een belangrijke component bij die sociaal-emotionele ontwikkeling. Op de website onder de kop 'vakblad uitgebreid' vind je nog een bonusartikel over het Carmel College Salland waar het 'Fit for life'-programma wordt aangeboden. Veel leesplezier.


10

17
26


Topic

- 6** Sociaal-emotionele ontwikkeling in het bewegingsonderwijs
Anne Luderus en Frank Jacobs
- 10** Sociale veiligheid in beweging ofwel: hoe LO bijdraagt aan een veilige sfeer
Marleen Kamminga
- 34** Basisbehoefte aan Relatie
Marijke Slotboom
- 44** Mery graal

Praktijk

- 17** Hoe kan Klasse(n)spel een bijdrage leveren aan passend onderwijs (5)
Roel van Beusekom en Ivo Dokman
- 22** Een methodische opbouw voor de salto voorover met behulp van de ringen
Mathieu Voorthuizen en Stephanie Hermans
- 26** Het plein wacht...(1)
Wim van Gelder, Bastiaan Goedhart en Mirka Janssen
- 30** Get into Rugby (3)
Mathias Rondou

En verder

- 37** Moet het bewegingsonderwijs ook op de schop?
Harry Stegeman
- 40** Flexibel inrichten van sportaccommodaties
Jarno Vedders
- 42** Leerkrachten basisonderwijs signaleren kindermishandeling beter door e-learning
Augeo.nl
- 43** Voorkom blessures!
Astrid Kokmeijer



Kristine

Met de benoeming van Kristine De Martelaer tot bijzonder hoogleraar van de bijzondere leerstoel Pedagogiek en Onderwijskunde van de Lichamelijke Opvoeding aan de Universiteit Utrecht slaat het vakgebied van de lichamelijke opvoeding een nieuwe weg in. De leerstoel, een samenwerkingsverband tussen de KVLO, de zes ALO's en de Universiteit van Utrecht, zal een bijdrage gaan leveren aan het uitdragen van wetenschappelijke kennis over de lichamelijke opvoeding. Dat uitdragen is belangrijk om het draagvlak voor goed leren bewegen te vergroten. Wat dat betreft is de wijze waarop Eric Scherder, hoogleraar neuropsychologie aan de VU en hoogleraar Bewegingswetenschappen aan de RU Groningen, het functioneren van ons brein voor iedereen begrijpelijk maakt, het voorbeeld. Ook wij zullen nog meer het belang van goed leren bewegen in de samenleving voor het voetlicht moeten brengen en Kristine De Martelaer weet als geen ander hoe dat gedaan kan worden.

In verlengde van het topic in het vorige nummer over de Leergang Vakbekwaamheid Bewegingsonderwijs via Pabo (verder Leergang genoemd) heeft er een verdiepingsgesprek plaatsgevonden met de toetsingscommissie van de Leergang om een goed beeld te krijgen van de structuur, de kwaliteit en de kwantiteit van de Leergang. Mijn zorg dat de meeste Pabo-ers die de Leergang hebben gevolgd onvoldoende zouden zijn toegerust om kinderen goed en veelzijdig te leren bewegen is voor een groot deel weggelaten. In een vorig voorwoord refereerde ik aan de situatie van voor de Leergang toen 40 contacturen al voldoende waren voor een aantekening J. (De toenmalige aanduiding op je diploma om gym te mogen geven aan je iege klas.) De huidige Leergang echter vertegenwoordigt een studieprogramma van 600 uur, waarvan minimaal 156 contacturen en 80 stage-uren deel uitmaken. De onderdelen van de verschillende blokken zijn bij alle opleidingen vergelijkbaar en er is een landelijke kennisbasis. Daarnaast is het pabo-netwerk kritisch op haar eigen opleidingen en timmert goed aan de weg om gezamenlijk (landelijk) de kwaliteit van de Leergang nog beter te maken dan deze op veel plaatsen nu al is. Ik zie de toekomst met vertrouwen tegemoet!

Jan Rijpstra

5

22

30

Rubriek

- 5 Voorwoord
- 14 Recht / Gaat het nu pas echt gebeuren?
- 33 Onderwijspagina
- 44 Mery Graal
- 45 Scholing
- 46 (KV)LO-nieuws

Fotograaf cover: Hans Dijkhoff

Colofon Redactie: Hans Dijkhoff (hoofdredacteur) Maarten Massink (praktijkredacteur) Jacqueline Tangelder (redactiemedewerkster) Redactieraad: Monique van Ark, Hilde Bax, Peter Barendse, Berend Brouwer (VZ), Jan Faber, Frank Jacobs, Liesbeth Jans, Gerda Op het Veld 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.

Sociaal-emotionele ontwikkeling in het bewegingsonderwijs



De schooltijd (primair- en voortgezet onderwijs) is een cruciale periode voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van jeugdigen. Zij brengen veel tijd door op school en functioneren daar in sociale structuren. Het is belangrijk voor de totale persoonlijke ontwikkeling om structureel aandacht te besteden aan dit ontwikkelingsgebied.

TEKST ANNE LUDERUS EN FRANK JACOBS FOTO'S HANS DIJKHOFF

Het (bewegings-)onderwijs krijgt opdrachten en doelen van het ministerie van OCW met betrekking tot de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen. Onderzoek geeft aan dat er goede kansen liggen bij het bewegingsonderwijs om structureel en planmatig aan de

sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen bij te dragen. De vraag is hoe dit gestalte kan krijgen.

Sociaal-emotionele ontwikkeling

De sociale ontwikkeling gaat over de manier waarop de interacties van mensen met elkaar



▲ Een vraag durven stellen

en hun sociale relaties in de loop van hun leven groeien, veranderen en stabiel blijven (Feldman, 2012). De emotionele ontwikkeling wordt ook wel omschreven als het ontwikkelen van een vermogen om gevoelens van zichzelf en anderen te begrijpen en om daar goed mee om te gaan (Hooijmaaijers, 2009). De emotionele ontwikkeling lijkt nauw samen te hangen met een (goede) sociale ontwikkeling, immers begrip voor andere mensen hebben en het ontwikkelen van positief gedrag en vaardigheden ten opzichte van de medemens kan pas, wanneer men gevoelens van zichzelf en anderen begrijpt. De sociale- en emotionele ontwikkeling lijken dus onlosmakelijk verbonden. Het hanteren van dit begrip benadrukt de verbondenheid tussen de emotionele en sociale ontwikkeling. In dit artikel spreken we verder over de 'sociaal-emotionele ontwikkeling'.

Onderwijs en sociaal-emotionele ontwikkeling

Een van de hoofdfuncties van onderwijs is socialisatie. Socialisatie is de levenslange ontwikkeling van gedragspatronen, waarden, normen, vaardigheden, houdingen en motieven die volgens de gemeenschap gewenst zijn (Zimbardo, 2005). Het onderwijs bereidt leerlingen voor op hun deelname aan de maatschappij. In dit kader heeft het ministerie van OCW sinds 2006 het onderwijs de wettelijke opdracht gegeven om onder andere bij te dragen aan 'actief burgerschap en sociale integratie'. Het ministerie van OCW geeft in een 'memorie van toelichting' (2005) de volgende omschrijving van het begrip 'actief burgerschap':

'de bereidheid en het vermogen om actief deel uit te maken van de gemeenschap en daar een actieve bijdrage aan te leveren'.

Onder sociale integratie wordt in dezelfde toelichting verstaan:

'een deelname van burgers aan de samenleving in de vorm van sociale participatie, deelname aan de maatschappij en haar instituties en bekendheid met en betrokkenheid bij uitingen van de Nederlandse cultuur'.

Deze opdracht voor het onderwijs raakt de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen. Actief deel uitmaken van de gemeenschap, een actieve bijdrage leveren aan die gemeenschap en sociaal participeren kan immers alleen als men een vermogen ontwikkelt om gevoelens van zichzelf en anderen te begrijpen en daar goed mee om te gaan en positief gedrag en sociale vaardigheden ontwikkelt ten opzichte van de medemens. Om bedoelde socialisatie te bereiken heeft het

ministerie van OCW ook vakspecifieke kerndoelen geformuleerd voor het onderwijs. Een aantal kerndoelen voor het primair onderwijs verwijst direct naar de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen. Een voorbeeld is:

'de leerlingen leren zorg dragen voor lichamelijke en psychische gezondheid van henzelf en anderen'

Scholen hebben overigens vrijheid in het kiezen hoe de kerndoelen van het ministerie te bereiken. Het ministerie geeft dus kaders aan het onderwijs, maar de scholen hebben autonomie hoe daar invulling aan te geven. Uit verkennend onderzoek onder scholen blijkt dat zij die autonomie als prettig ervaren, maar dat zij handreikingen wensen die houvast geven bij het planmatig invullen van onder andere 'goed burgerschap'.

Een van de hoofdfuncties van onderwijs is socialisatie

De onderwijsinspectie houdt toezicht op scholen via toezichtkaders met daarin kwaliteitsaspecten en indicatoren. Ook de onderwijsinspectie ziet mogelijkheden voor het onderwijs om bij te dragen aan de sociaal-emotionele ontwikkeling. Dat blijkt onder andere uit de volgende indicatoren.

'de school heeft een specifiek aanbod om sociale competenties te ontwikkelen'

'het schoolklimaat wordt gekenmerkt door veiligheid en respectvolle omgangsvormen'

'het personeel van een school zorgt ervoor dat de leerlingen op een respectvolle manier met elkaar en anderen omgaan'

Samenvattend kunnen we stellen dat het onderwijs kansrijk is om bij te dragen aan de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen.

Bewegingsonderwijs en sociaal-emotionele ontwikkeling

Onderwijs heeft dus de mogelijkheid structureel en planmatig te werken aan de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen. Hoe kan het bewegingsonderwijs hier aan bijdragen? Zowel het ministerie van OCW als de literatuur geven aan dat het bewegingsonderwijs een ideale setting is om aan de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen te werken. Zo meldde de minister van onderwijs Van der Hoeven al in 2004 met betrekking tot de, toen nog in te voeren, opdracht voor onderwijs inzake 'actief burgerschap en sociale integratie' dat het kabinet kinderen op jonge leeftijd 'algemeen

aanvaarde waarden en normen' wilde bijbrengen. Dit hoefde niet in een speciaal vak. De minister wees er op dat het onderwerp aan de orde kan worden gesteld tijdens de les bewegingsonderwijs, waar volgens de minister zaken aan de orde komen als 'elkaar helpen', 'op elkaars veiligheid letten' en 'elkaars mogelijkheden respecteren' (Du Pré, 2004).

Het bewegingsonderwijs heeft naast het bijdragen aan de onderwijs-brede opdrachten, zoals actief burgerschap en sociale integratie, ook vakspecifieke doelen na te streven. Onder deze specifieke kerndoelen scharen zich ook doelen met elementen op sociaal-emotioneel vlak.

Een voorbeeld hiervan is het kerndoel voor het primair onderwijs:

'De leerlingen leren samen met anderen op een respectvolle manier aan bewegingsactiviteiten deelnemen, afspraken maken over het reguleren daarvan, de eigen bewegingsmogelijkheden inschatten en daarmee bij activiteiten rekening houden'

In de les bewegingsonderwijs wordt motorisch gedrag als ook sociaal-emotioneel gedrag goed zichtbaar. Naast die zichtbaarheid biedt het bewegingsonderwijs ook een setting die rijk is aan beïnvloedingsmogelijkheden van gedrag. In dit beïnvloedingsproces werkt de docent als katalysator (Bailey, 2009). De docent bewegingsonderwijs heeft met de context (gymzaal of veld en materialen), de inhouden, de bewegende leerlingen en met zijn/haar eigen handelen geweldige troeven in handen om leerlingen in hun sociaal-emotionele ontwikkeling te beïnvloeden. Jacobs, Knoppers & Webb (2013) hebben

Het bewegingsonderwijs is ook een setting die rijk is aan beïnvloedingsmogelijkheden van gedrag

onderzoek gedaan naar de manier waarop de docenten bewegingsonderwijs hun vak ten aanzien van de sociale- en morele ontwikkeling vormgeven. Het blijkt dat docenten bewegingsonderwijs het belangrijk vinden om aan de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen te werken. Echter, veel docenten melden daar geen structurele aanpak voor te hebben en doen dat dus op hun eigen, individuele wijze, vaak met incidenten als aanleiding. Deze wijze blijkt vooral gebaseerd te zijn op overtuigingen die gevormd zijn door de eigen sportgeschiedenis, opvoeding en opleiding.

Samenvattend: wanneer we de algemene opdrachten van het onderwijs en enkele vakspecifieke kerndoelen van het bewegingsonderwijs op sociaal-emotioneel gebied beschouwen,

kunnen we concluderen dat er kansen liggen in het (bewegings-)onderwijs. Zowel docenten zelf als beleidsmakers zien mogelijkheden om aan de sociaal-emotionele ontwikkeling bij te dragen. De vraag rijst hoe dit momenteel in het bewegingsonderwijs wordt gedaan?

Hoe wordt er momenteel aan de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen in het bewegingsonderwijs gewerkt?

Uit literatuuronderzoek en onderzoek van de inspectie blijkt dat er goede pogingen worden gedaan om in het (bewegings-)onderwijs bij te dragen aan de sociaal-emotionele ontwikkeling. Zoals al eerder genoemd geven scholen aan dat zij vaak nog zoekende zijn naar een goede inrichting van het onderwijs om planmatig en structureel aan de doelen op sociaal-emotioneel gebied te werken. Dit lijkt een uitdaging voor de toekomst.

De ALO's hebben de mogelijkheden van het bewegingsonderwijs ook onderkend in het landelijk opleidingsprofiel. Het profiel maakt duidelijk wat het werkveld mag verwachten van een startende docent bewegingsonderwijs. Dit profiel geeft aan dat docenten bewegingsonderwijs interpersoonlijke verantwoordelijkheid dragen in hun lessen (Vervoorn, 2013). Deze verantwoordelijkheid verwijst naar het bijdragen aan de sociaal-emotionele ontwikkeling.

'de leerkracht zorgt voor een op samenwerking gerichte sfeer, waarin hij en zijn leerlingen prettig en open met elkaar omgaan. Hij bevordert daarbij de competenties van leerlingen om zelfstandig die samenwerking en omgangsvormen met elkaar te onderhouden. Hij doet dat op professionele, planmatige manier door zijn kennis en vaardigheden op dit gebied te onderhouden en in praktijk te brengen'.

In dit profiel wordt apart ingegaan op de pedagogische verantwoordelijkheid. Docenten hebben ook mogelijkheden om vanuit pedagogisch perspectief bij te dragen aan de sociaal-emotionele ontwikkeling:

'de leerkracht is verantwoordelijk voor het realiseren van een veilige en stimulerende leeromgeving in de lessen Lichamelijke Opvoeding. Door zijn leerlingen te stimuleren, te motiveren en te begeleiden, zorgt hij ervoor dat zij zich sociaal-emotioneel en moreel verder kunnen ontwikkelen. Daarbij houdt hij rekening met de culturele diversiteit en schenkt hij aandacht aan gezondheid en actieve leefstijl. Hij realiseert zo een veilige en stimulerende leeromgeving zowel voor groepen waarmee hij werkt als voor individuele leerlingen. Daarvoor onderhoudt hij zijn kennis en vaardigheden op pedagogisch gebied op professionele, planmatige manier'



Samenvattend: uit de beschouwing van het beroepsprofiel van de docent bewegingsonderwijs blijkt dat docenten bewegingsonderwijs via hun interpersoonlijke- en pedagogische verantwoordelijkheid bijdragen aan de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen. Er valt echt, zo blijkt uit onderzoek, nog winst te behalen door op meer structurele en planmatige manier te werk te gaan. Hoe kunnen we deze uitdaging - om structureel en planmatig te werken aan de sociaal-emotionele ontwikkeling - vormgeven?

Uitdaging voor de toekomst

Gezien het feit dat de docent als spil functioneert in het proces van planmatig en structureel bijdragen aan de sociaal-emotionele ontwikkeling, zou extra ondersteuning van de docent in dit proces voor de hand liggen. De Rationeel Emotieve Educatie (REE) zou hier mogelijk een geschikte methode voor zijn. De REE doet de docent bewust worden van de gedachten en dieperliggende overtuigingen, die ten grondslag liggen aan zijn emoties en handelen. Het meer bewust worden van eigen handelen en eigen gevoelens in combinatie met eigen overtuigingen, zou kunnen opleveren dat

er bewuster, planmatiger en krachtiger wordt bijgedragen aan het sociaal-emotionele domein. De kracht zit hem in het bewuster kiezen van arrangementen, groeperingsvormen, eigen handelen overeenkomstig met overtuigingen. De REE stimuleert dat een docenten systematischer nadenken het bijdragen aan de sociaal-emotionele ontwikkeling. De REE heeft zich overigens bewezen als katalysator voor het reflecteren van trainer-coaches in de sportcontext (Jacobs, Claringbould en Knoppers, 2014). De aanname is dat als dat bij trainer-coaches werkt dat ook bij docenten bewegingsonderwijs aan zal slaan door de overeenkomst tussen het werk van trainer-coaches en docenten bewegingsonderwijs (Nelson, Cushion, Potrac & Groom, 2014; Roberts 2010). Conclusie / tot slot: Uit onderzoek blijkt dat docenten bewegingsonderwijs overtuigd zijn van het kunnen bijdragen met het vak aan de sociaal-emotionele ontwikkeling. De REE zou docenten en vaksecties kunnen ondersteunen in het systematisch benoemen van eigen overtuigingen die dan ook structureel, planmatig en krachtig vorm gegeven kunnen worden in het (bewegings-)onderwijs. ■

Literatuur

Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., Sandford, R., & the BERA Physical Education and Sport Pedagogy Special Interest Group (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review. *Research Papers in Education*, 24(1): 1-27.

Feldman, R.S. (2012), *Ontwikkelingspsychologie*, 5e editie. Amsterdam: Pearson Education Benelux.

Hooijmaaijers, T, Stokhof, T. , Verhulst, F. (2009), *Ontwikkelingspsychologie voor leerkrachten basisonderwijs*. Assen: Van Gorcum

Jacobs, F., Claringbould, I. & Knoppers, A. (2014). Becoming a good coach. *Sport, Education and Society*, DOI: 10.1080/13573322.2014.927756

Jacobs, F., Knoppers, A. & Webb, L. (2013). Making sense of teaching social and moral skills in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 18: 1-14.

Nelson, L., Cushion, C. J., Potrac, P., & Groom, R. (2014). Carl Rogers, learning and educational practice: Critical considerations and applications in sports coaching. *Sport, Education and Society*, 19: 513-531.

Overheid, (2005). Memorie van Toelichting OCW. Geraadpleegd op 9 maart 2015, van: www.overheid.nl

Roberts, S. (2010). What can coaches education programs learn from the teachers? Model-based instruction in a UK national governing body award course. *International Journal of Sport & Coaching*, 5: 109-116.

Pré, Raoul du (2004). *Les in normen en waarden op school*. De Volkskrant, 20 maart 2004

Vervoorn, A. (red.) (2013). *Landelijk Opleidingsprofiel leraar lichamelijke opvoeding*. Zevenaar: De Produktiemannen

Zimbardo, Ph. G, Weber, A.L., Johnson, R.L. (2005), *Psychologie, een inleiding*. Amsterdam: Pearson Education Benelux.

Contact:

a.f.t.luderus@hhs.nl

Sociale veiligheid in beweging

Ofwel: hoe LO bijdraagt aan een veilige sfeer

Als docent LO of vakleerkracht bewegingsonderwijs sta je op een andere manier in het groepsproces dan je collega's in het klaslokaal. Dat maakt jouw rol in het scheppen van een veilig en open schoolklimaat tot een bijzondere. Drie vakgenoten vertellen hoe je met LO een unieke bijdrage kunt leveren aan sociale veiligheid op school.

TEKST MARLEEN KAMMINGA

Eigenlijk ben je er als docent/leerkracht dagelijks mee bezig: zorgen dat leerlingen zich prettig en veilig voelen op school, zodat niets het leren en opgroeien in de weg staat. Voor het bewegingsonderwijs is daarin een bijzondere rol weggelegd, vindt trainer en voormalig LO-docent VO Ivo Dokman. "Omdat beweging zo'n nadrukkelijke rol heeft in het groepsproces in de klas. Voor sommige gepeste kinderen roept het bewegingsuurtje de ergste herinneringen op, maar anderen vinden het juist de fijnste les. Dus ga maar na: beweging is zowel goed voor integratie als bij conflicten."

Groepsproces

Voetbal is oorlog. Sport verboedert. Deze gezegdes onderstrepen waar Ivo op doelt: het groepsproces in sport en beweging kan twee kanten uit. "Het draagt positief bij aan het groepsproces *mits* de veiligheid is gewaarborgd. En daar kun je alleen effectief aan werken als je weet hoe de groep in elkaar steekt."

Ivo Dokman: "Je ziet wat je geleerd hebt te zien."

Vakdidactiek en methodiek schieten daarvoor vaak tekort, betoogt hij. "Daarom leren wij in onze trainingen docenten te kijken door de bril van de groepsdynamica."

Hij geeft een voorbeeld uit zijn training: een groep docenten wordt verdeeld in twee handbalteams en een groepje observanten, dat beoordelingscriteria opstelt. Wat de observanten niet weten, is dat beide teams de instructie krijgen om één van hun spelers buiten te sluiten: zij komen nooit aan de bal. Wat blijkt? "De observanten beoordelen de spelers op hun prestaties, hun tactiek, hoe ze aanvallen en verdedigen et cetera. Niemand merkt iets op over het bewust buitensluiten van spelers. Je ziet wat je geleerd hebt te zien. Zicht en vat krijgen op groepsdynamiek maakt nog geen deel uit van het curriculum van de ALO's."

Vallende kwartjes

In zijn ervaring vallen de kwartjes daarna heel snel. "Logisch: in ons vak ben je veel bezig met spelactiviteiten en samenwerking is daarin een belangrijke factor. En dan komt de vraag: *waarom* liep het niet lekker in de groep?" Ivo en zijn collega's hebben een methode ontwikkeld om dat groepsproces in beeld te krijgen. Het voert te ver om die in dit artikel te beschrijven, maar het draait om vragen als: welke subgroepjes zijn er in de klas, wie worden er buitengesloten, wie heeft de meeste invloed op de groepsnormen, welke normen zijn dat en waar komen ze vandaan. "Als je dat helder hebt, kun je de juiste interventies inzetten. Dat kunnen wel eens heel andere interventies zijn dan je in eerste instantie had gekozen. Maar ze leiden wel



▲
*Wim van Gelder: "Zorg dat kinderen op hun eigen niveau en in hun eigen tempo mee kunnen doen."
 (foto: Bastiaan Goedhart)*

tot resultaten en daar gaat het om. Ik weet uit ervaring hoe machteloos je je kunt voelen als je er niet in slaagt een positief en veilig klimaat te scheppen in een groep. Dat gevoel van: ik werk me het schompes maar ik krijg er geen vat op. Dat vreet energie en zelfs de beste docenten knappen er op af. "

▲
Jeroen Sprinkhuizen: "Op ons zoneparc-schoolplein doen zich allerlei situaties voor waarin kinderen leren hoe ze met elkaar omgaan." (eigen foto)

Bijdragen aan zelfvertrouwen

Ook Wim van Gelder, opleidingsdocent en adviseur bij 'Alles in beweging' en voormalig vakleerkracht bewegingsonderwijs, vindt dat LO'ers een goede invloed kunnen hebben op een prettig en veilig schoolklimaat. Zijn uitgangspunt: elk kind kan plezier hebben in beweging en geen kind hoeft zich buitengesloten te voelen. "Sterker nog: de gymles kan er juist prima aan bijdragen dat kinderen zich zelfverzekerder en veiliger voelen", zegt Wim, "omdat het wel of niet meedoen aan spel en beweging van groot belang zijn voor de sociale status van kinderen."

Hij laat een filmpje zien, waarin twee teams van elk acht kinderen een partijtje voetbal spelen. De bal schiet heen en weer over het veld, veelal tussen dezelfde spelers. De anderen rennen er aanvankelijk nog wat omheen, maar het animo van de 'achterblijvers' daalt al



▲ *Grip krijgen op sociale veiligheid? Kijken door de bril van de groepsdynamica kan verrassende inzichten opleveren. (Foto: Wilbert van Woensel)*

snel. Wim wijst op een van hen: het jongetje sjokt wat heen en weer en verliest ten slotte al z'n aandacht voor het spel. "En nu zal ik je dezelfde kinderen laten zien in een andere situatie", zegt Wim terwijl hij een vervolgfilmpje start op zijn laptop. Ineens zien we hetzelfde jongetje minutenlang enthousiast achter een bal aanrennen. Eén en al beweging en plezier. Wat is er veranderd? Wim: "In deze opstelling wordt in kleinere teams gespeeld met spelers van ongeveer hetzelfde niveau."

Motorisch (on)vaardig

Met dergelijke filmpjes start Wim vaak zijn trainingen aan onderwijscollega's. "Vervolgens neem ik de uitgangspunten van de school erbij. Meestal staat daar een zinsnede in dat er voor elk kind plaats is en dat elk kind zichzelf mag zijn. Toch is dat in de praktijk niet altijd even eenvoudig te realiseren. We weten allemaal dat er gepest wordt, dat er kinderen zijn die moeite hebben om aansluiting te vinden, dat er een sociale hiërarchie is waarin het recht van de sterkste en de mooiste geldt." Het gekke is echter dat we daar op school tegelijkertijd ook aan bijdragen, niet in het minst met de

bewegingsuurtjes. Motorisch minder vaardige kinderen staan daar maar al te vaak letterlijk en figuurlijk aan de zijlijn, betoogt Wim. "Want die vaardigheid bepaalt vaak of je mee mag doen op het schoolplein met klimmen, knikkeren, hinkelen of voetballen. Dat doet wat met je zelfvertrouwen, met je gevoel van veiligheid, en uiteindelijk zelfs met je schoolprestaties."

Met plezier

Het goede nieuws: juist die bewegingslessen kunnen er sterk aan bijdragen om dat te veranderen. "Mijn visie: start met het welbevinden. Dat is de kern van opvoeden en opgroeien."

Wim van Gelder:
"Motorische vaardigheid is heel bepalend voor je plekje in de sociale hiërarchie van de klas."

Dus in zijn lesmethode geen rijtje kinderen dat wacht op de beurt om over de bok te springen, met aanwijzingen van de juf of meester en met de rest van de klas als kritisch toekijkend



publiek. "Maak opstellingen waarin elk kind op zijn of haar eigen niveau mee kan doen. Niet te saai en niet te moeilijk. Maar vooral: waaraan alle kinderen met plezier mee kunnen doen, zodat ze alle kans hebben om zich te ontwikkelen zonder dat daar druk op staat." Wim verdeelt daarvoor de zaal, het speelplein of het veld in zones waarop allerlei materialen

Jeroen Sprinkhuizen: "Hier leren we kinderen hoe te reageren als je wint of verliest."

en circuits klaarstaan. "Geef daarbij duidelijke instructies zodat elk kind weet wat er wordt verwacht, maar laat ze wel de ruimte om het op hun eigen manier en in hun eigen tempo te doen. Er is dus niet één manier om het goed te doen. Bij deze aanpak hoeft niemand te wachten, elk kind is lekker intensief aan het bewegen."

'Sportief' schoolplein

Dat is mooi in de gymles, maar ook op het schoolplein, weet combinatiefunctionaris bewegingsonderwijs Jeroen Sprinkhuizen. Hij werkt op de Haagse basisschool De Springbok, die twee jaar terug gekozen werd tot sportiefste basisschool van Nederland in de verkiezing van KVLO/NOC NSF. Mede omdat sport en beweging er structureel deel uitmaken van het onderwijsaanbod. "Alle buitenspeelpauzes worden begeleid door de vakleerkrachten bewegingsonderwijs", vertelt Jeroen. "Het schoolplein is een *zoneparc* naar Engels model: er is een zone voor balspelen, voor klimmen en schommelen en er worden zelfs fietslessen gegeven. De vakdocenten zetten voor elke pauze allerlei materialen klaar, zodat de kinderen kunnen kiezen. Een uitdagend plein vol leuk dus!"

De sociale kanten van sport en beweging worden daarbij op een bijzondere wijze benut. Jeroen: "Kinderen gaan er in kleine groepjes samen aan de slag. Daarbij doen zich allerlei situaties voor waarin ze kunnen leren hoe ze met elkaar omgaan. In elke zone is een van de kinderen benoemd tot 'zoneparc-held': hij of zij is verantwoordelijk voor het uitdelen van materialen en speelt voor scheidsrechter." Volgens Jeroen heeft deze aanpak z'n vruchten afgeworpen. Er wordt meer en beter samengespeeld. "Veel kinderen in deze wijk hebben een taalachterstand. Als je je niet goed kunt uitdrukken, ga je uit onmacht eerder schreeuwen of slaan. Hier leren we kinderen hoe te reageren als er iemand op je tenen staat, of als je wint of verliest."

Op www.kvlo.nl, onder vakblad uitgebreid, geven Ivo, Wim en Jeroen extra tips over het realiseren van een open en veilige sfeer.

Stichting School en Veiligheid Ondersteuning voor onderwijsprofessionals

Op zoek naar informatie, lesmaterialen, voorbeelden of een goed advies? Dat is allemaal te vinden bij School & Veiligheid (www.schoolenveiligheid.nl). Deze stichting ondersteunt scholen bij het bevorderen van een sociaal veilig leer- en werkklimaat. Je vindt er actuele informatie, trainingen en lesmaterialen over thema's als pesten, agressie en geweld, discriminatie, seksueel gedrag, diversiteit en radicalisering. Voor specifieke vragen kunt u terecht bij de helpdesk, telefoon 030 285 66 16 (op schooldagen van 9.00 tot 16.00 uur), helpdesk@schoolenveiligheid.nl.

Stichting School & Veiligheid is er voor schoolleiders, leraren, vertrouwenspersonen, ouders en leerlingen en wordt gesubsidieerd door het Ministerie van OCW.

Sociale veiligheid wettelijk verplicht

Scholen krijgen binnenkort een inspanningsverplichting in sociale veiligheid. Naar verwachting wordt per 1 september de nieuwe wet 'Sociale veiligheid op school' van kracht. Monitoring van de veiligheidsbeleving en het benoemen van een vast aanspreekpunt voor sociale veiligheid binnen de school maken daar deel van uit. Naar verwachting treedt deze wet per 1 september dit jaar in werking. Het afgelopen najaar presenteerden de PO-Raad en de VO-raad een plan van aanpak vol handreikingen om conform dit wetsvoorstel met sociale veiligheid aan de slag te gaan.

Meer over deze wet: http://www.schoolenveiligheid.nl/wp-content/uploads/2015/04/Factsheet-stavaza-antipestwet_def1.pdf

Meer over het realiseren en behouden van een sociaal veilig schoolklimaat: <http://www.schoolenveiligheid.nl/expertise/vormgeven-aan-sociale-veiligheid/#pedagogisch-handelen>

Op zoek naar materialen, praktijkvoorbeelden of achtergrondinformatie?

De kennisbank van www.schoolenveiligheid.nl staat vol tips, lesmaterialen en inspirerende praktijkvoorbeelden. Je kunt onder meer zoeken op thema's, onderwijssector (PO/VO/mbo) en op het type informatie (film, lesmateriaal, good practice etc.). Op de website van de KVLO staan tien tips uitgewerkt in de lange versie van dit artikel. ■

Marleen Kamminga is
tekstdschrijver bij
www.redactieprofs.nl en
www.verslagvaneendag.nl.
Ze schreef in opdracht van
Stichting School en Veiligheid.

Contact:
www.schoolenveiligheid.nl

Gaat het nu pas echt gebeuren?

Het zal inmiddels weinig mensen binnen het primair onderwijs (PO) ontgaan zijn dat er sinds 1 juli 2014 een nieuwe cao van toepassing is. Een groot deel van de wijzigingen die met deze cao tot stand zijn gekomen gaat echter pas in per aankomend schooljaar (1 augustus 2015). Het blijkt nog niet iedereen duidelijk wat die veranderingen nu precies zijn en wat dit voor werknemers binnen het PO precies betekent. Dit artikel heeft dan ook als doel nog eens inzicht te scheppen in de aankomende wijzigingen.

TEKST MR. MAARTEN SEGERS FOTO HANS DIJKHOFF

De 40-urige werkweek

Vanaf 1 augustus 2015 zal in het PO overgegaan worden naar de 40-urige werkweek. Met de invoer van de 40-urige werkweek blijft de jaartaak bij een volledig dienstverband gewoon 1659 uur. Het totaal aantal taken blijft dus gelijk. Door een duidelijk aantal uren per werkweek af te spreken moet inzichtelijk worden of een school te veel taken heeft. Voor een werknemer zal dit betekenen dat er een duidelijke en (meetbare) grens zit aan het aantal werkuren per week. Door deze duidelijke grens is het ook gelukt duidelijke afspraken te maken over overwerk en de compensatie daarvan.

De 40-urige werkweek en overwerk

Met de 40-urige werkweek zal overwerk een stuk beter zichtbaar zijn. Daardoor is het in de nieuwe cao ook mogelijk geweest duidelijke afspraken te maken over de compensatie bij overwerk. Overwerk (overschrijding van de overeengekomen arbeidsduur per week) kan alleen incidenteel plaatsvinden en dient volledig in vrije tijd gecompenseerd te worden. Deze compensatie moet plaatsvinden in de periode tussen de twee vakanties waarin het overwerk is verricht. Ook is afgesproken dat lestdijd gecompenseerd dient te worden in lestdijd. Lukt het niet het overwerk in tijd te compenseren dan kan in overleg tussen werkgever en werknemer afgesproken worden het overwerk uit te betalen.

De 40-urige werkweek en de werktijdfactor

Je werktijdfactor blijft gelijk aan de werktijdfactor die je al had. Je werkgever kan dus niet zo maar eenzijdig aan je werktijdfactor sleutelen. Wel zal aan de hand van je werktijdfactor berekend moeten worden wat je arbeidsduur per week is. Voor die berekening wordt de volgende formule gebruikt: werktijdfactor $\times 40$ = uren per week. Bij een werktijdfactor van 0,4 werk je zestien uur per week ($0,4 \times 40 = 16$).

De 40-urige werkweek en vakantie

Voorheen volgde de meeste scholen de schoolvakanties. Het ging om twaalf weken vakantie per jaar. De werkgever mocht je gedurende die schoolvakanties voor drie dagen teruggeroepen voor werkzaamheden. In de praktijk betekende dit dat er sprake was van 11,4 weken vakantie per jaar. Per 1 augustus 2015 is er voor het onderwijsgevend personeel recht op 428 uren vakantie per jaar. Dit staat gelijk aan 10,7 weken per jaar ($428/40 = 10,7$). De drie terugroepdagen zijn per 1 augustus vervallen.

Waar komt dit verschil tussen 11,4 weken voorheen, en 10,7 weken vanaf 1 augustus 2015 dan vandaan? Dat komt omdat de jaartaak van 1659 uur per 1 januari over iets meer werkweken verspreid zal worden dan vóór 1 augustus. Als effect heeft dit dat de arbeidsduur en de werkdruk per werkweek zullen dalen maar dus ook dat er iets meer werkweken zijn. De totale jaartaak van 1659 uur zal per 1 augustus verspreid worden over ongeveer 41,5 werkweken van 40 uur. Tot 1 augustus werd deze arbeidsduur van 1659 uur verspreid over ongeveer 40,2 werkweken van ongeveer 41,3 uur.



De werkverdeling en inzetbaarheid

Per 1 augustus 2015 kan er gekozen worden uit twee verschillende modellen voor de werkverdeling en het vaststellen van de inzetbaarheid.

Het basismodel

Het eerste model heet het basismodel en is gelijk aan het model dat op dit moment (vóór 1 augustus 2015) gehanteerd wordt. Er is sprake van een jaartaak van 1659 uur en een maximale lestaak van 930 uur. De maximale lestaak mag met instemming van de werknemer vergroot worden. Verhoging van de maximale lestaak gaat niet door indien dit leidt tot verdringing van werkgelegenheid of indien het gaat om de lestaak van een startende leraar. De werkgever en werknemer maken jaarlijks vóór de zomervakantie afspraken over de werkverdeling (lesgebonden taken, niet lesgebonden taken, de tijd voor voorbereiding en nazorg

en professionalisering). Bij de invulling van deze afspraken worden de cao en het met de PMR overeengekomen taakbeleid als leidraad gebruikt. Tijdens het gesprek over de werkverdeling worden ook de werkdagen besproken. Komen werkgever en werknemer er ten aanzien van de werkdagen/inzetbaarheid niet uit dan zal het inzetbaarheidstabel in de cao gebruikt moeten worden (artikel 2A.11 cao PO).

Het overlegmodel

Het tweede en tevens nieuwe model is het 'overlegmodel'. Het overlegmodel geeft de school de ruimte om het model van werkverdeling en inzetbaarheid meer aan te passen aan de binnen de school geldende behoeften. Er blijft sprake van een jaartaak van 1659 uur maar er is niet langer sprake van een maximale lestaak van 930 uur. De omvang van de lestaak en tijd voor voor- en nawerk zullen in overleg tussen

de individuele werknemer en de betreffende leidinggevende moeten worden afgesproken. Dit gesprek dient voor de zomervakantie plaats te vinden. Ook het rooster/de werkdagen dienen tijdens dit gesprek aan bod te komen. Gemaakte afspraken dienen te vallen binnen de kaders van het invoeringsplan.

In het invoeringsplan is afgesproken welke taken en werkzaamheden er onder de opslagfactor vallen (met name voorbereidende taken en taken in de vorm van nazorg). Ook is in het invoeringsplan opgenomen op basis waarvan de individuele opslagfactor zal worden toegekend. De school kan pas overgaan tot de invoering van het overlegmodel indien de PMR en een

meerderheid van het personeel instemt met het voorgedragen invoeringsplan. De opslagfactor dient te worden vastgesteld tussen de 35% en 45% van de lesuren of de lesgebonden en/of behandeltaken.

Zorg er voor dat je ten aanzien van je werkverdeling en inzetbaarheid goed weet wat je rechten zijn. Sta er bij stil dat de invoer van de 40-urige werkweek niet kan leiden tot een aanpassing van je werktijdfactor. Kiest je werkgever voor invoer van het overlegmodel vergeet dan niet dat hij daarvoor instemming nodig heeft van een meerderheid van het personeel. Bij vragen of behoefte aan uitleg staan wij voor je klaar: juristen@kvlo.nl. ■

Fabel

Iedereen krijgt een nieuwe werktijdfactor (WTF)

Feit

Voor bestaande dienstverbanden wijzigt de werktijdfactor niet. Wel zal voor bestaande dienstverbanden berekend moeten worden wat het aantal arbeidsuren per week zal worden. Dat gebeurt met de formule 'wtf x 40'.

Feit

Dat de arbeidsduur 40 uur per week is brengt niet met zich mee niet dat elke werkdag ook perse acht uur moet zijn. Afgesproken kan worden dat de ene werkdag wat langer is dan de ander.

Fabel

Alleen het bestuur van de school beslist of we over gaan naar het overlegmodel (het nieuwe werkverdelingsmodel).

Fabel

Iedere werkdag is altijd acht uur per dag.

Fabel

Met de nieuwe cao levert het personeel twee weken vakantie in.

Feit

In de vorige cao stond al dat werknemers gedurende de schoolvakantie drie dagen opgeroepen konden worden. Uiteindelijk moet er met de nieuwe cao 3,5 dagen meer tijdens de schoolvakanties gewerkt worden. Daar staat een verlaging van de werkdruk (arbeidsduur per week) tegenover.

Er staat nergens dat je deze dagen ook daadwerkelijk op school hoeft door te brengen. Dat hangt voornamelijk af van de manier waarop dit op school is afgesproken.

Feit

Het besluit om over te gaan naar het overlegmodel wordt genomen door zowel het bestuur, de PMR (medezeggenschapsraad) als het personeel. Stemt de meerderheid van het personeel niet in met het voorgelegde invoeringsplan dan kan het bestuur het overlegmodel niet invoeren. Het basismodel blijft dan binnen de school gelden.

Fabel

Er wordt niet langer gesproken over compensatieverlof. Overschrijding van de arbeidsduur wordt dus niet langer gecompenseerd.

Feit

Bij overschrijding van de overeengekomen arbeidsduur of de maximale lestaak moeten deze uren worden gecompenseerd. In eerste instantie in tijd tussen de twee vakanties waarin het overwerk is opgebouwd.

Het kan natuurlijk wel dat je bij 1 FTE met je werkgever afsprekt meer dan 930 uur op jaarbasis les te geven in ruil voor minder overige taken. Dit kan niet als startende leraar en ook niet indien dit leidt tot verdringing van werkgelegenheid. Zo kan het toch zijn dat je meer dan 930 uur lesgeeft maar toch binnen de 1659 uur blijft. Binnen het overlegmodel is er sowieso geen sprake meer van een maximale lestaak.



Van observeren, naar analyseren en gericht interveniëren

Hoe kan Klasse(n)spel een bijdrage leveren aan passend onderwijs (5)



◀ Een goede
'Possibility
Atmosphere'

In het voorgaande artikelen hebben we stil gestaan bij de slag van observeren naar analyseren. Nu willen we verder gaan met het bespreken van gericht interveniëren. Uiteindelijk speelt bij het interveniëren de rol en voorkeur van de docent een belangrijke rol.

TEKST ROEL VAN BEUSEKOM EN IVO DOKMAN FOTO'S HANS DIJKHOFF

Effect op de docent

Wat merk je als docent van een normdrager? Hieronder werken we de variant uit waarin het gedrag van de normdrager een negatief effect heeft op de groep. Bij goed draaiende en functionerende groepen spelen dezelfde processen, maar zijn de normen niet buitensluitend maar insluitend en ontstaat er een goede PA (Possibility Atmosphere). Uiteraard kunnen we vooral uit



onze eigen ervaringen putten. Het is gevaarlijk om te veronderstellen dat er algemeen geldende patronen zijn maar een aantal aspecten zien we vaak terug.

Drie reacties

Er zijn globaal drie typen reacties vanuit een normdrager.

1 Vermijding

De normdrager die uit is op macht en invloed zal jou als docent willen ontwijken/vermijden. Logisch want contact met de formele leider houdt in dat de formele leider weleens invloed zou kunnen krijgen op de normdrager. Je merkt bijvoorbeeld dat die leerlingen jou bij binnenkomst geen hand geven en geen oogcontact maken, immers contact is een platform voor beïnvloeding en dan zou hij weleens invloed kunnen verliezen. De term gezichtsverlies is in deze context betekenisvol. Het in hun ogen afgaan voor de ander(en) wordt vermeden door oogcontact uit de weg te gaan. Ogen kunnen je intenties weerspiegelen en

je bedoelingen verraden. Meestal ontstaat er in dit soort klassen een sfeer van uitlachen, lachen om de blunders van anderen, andere leerlingen voor schut zetten, veel onrust et cetera.

2 De strijder

De strijder is een normdrager die op alle mogelijke manieren (en lang niet altijd direct) met jou als docent de strijd aangaat om te bepalen wie er bovenop de berg zit. Afhankelijk van je eigen voorkeurspositie als docent kun je dit voelen als een continue strijd om macht. De sfeer die ontstaat in de klas vanuit dit type normdrager is die van angst, leerlingen zijn stil en durven niet veel meer te zeggen, houden het wel voor zich of doen mee in 'pestgedrag' richting docenten. Uiteraard zijn er talloze variaties op bovenstaande en is niet zo zwart-wit als nu geschetst.

3 De strateeg

De strateeg is een normdrager die zal proberen je voor hem/haar te winnen. Het is vaak erg complex voor jou als docent om dit 'type' normdrager te



▲
Ruimte geven

Een voorbeeld uit de praktijk naar aanleiding van een training: we werden gevraagd om een training te verzorgen bij een voetbalklas. De klas draaide niet lekker, er werd veel op elkaar gescholden en spelers werden buitengesloten. Vanaf de start van de training werd al duidelijk dat de normdrager aan de kant zat en geen zin had om mee te doen aan de activiteit. Er was tussen een aantal voetballers die wel bezig waren voortdurend oogcontact met de kant. De normdrager had zijn uiterste best gedaan om ons te vermijden maar hield ons wel steeds in de gaten. De meelopers deden wel mee maar hun deelname kleurde zich als te lomp en te hard. De sfeer in de groep was grimmig en onplezierig, precies zoals ons was verteld door de school. Uiteindelijk kreeg de groep het redelijk voor elkaar om samen te spelen waarop wij een oprecht compliment gaven aan een belangrijke meeloper. Die wist zich geen raad met zoveel positieve aandacht van de formele leiders en raakte ter plekke in verwarring over wat nu te doen

met dit compliment. Je zag hem heel even genieten maar daarna oogcontact hebben met de normdrager en het was gedaan met de zaak. Het compliment werd belachelijk gemaakt en wij als formele leiders werden terzijde geschoven. Even hadden we invloed.

Naar aanleiding van deze training konden we een groot deel van het kijkschema invullen. Om de betekenis en het motief van de normdrager scherp te krijgen zijn we preciezer gaan observeren in de volgende training, zijn navraag gaan doen bij andere docenten en hun trainer (is het herkenbaar en 'klopt' je hypothese ook in andere contexten). Daarna ga je op zoek naar de betekenis en het motief van deze normdrager (wat levert hem dit op? wat probeert hij te voorkomen / waarom doet hij dit?). Je wilt hem immers begrijpen en pas daarna ga je nadenken over een gerichte interventie (het voorbeeld is zo actueel dat we zelf met deze laatste vragen bezig zijn om scherp te krijgen bij deze groep).

vinden. Hij/zij blijft vaak buiten schot, kan vaak een wit voetje bij je proberen te halen door na of voor de les de 'slimme vragen' te stellen, de 'ideale' leerling te spelen of exact op het goede moment te stoppen met vervelend gedrag. Vaak is het zo dat ze ook een gevoel van sympathie bij je oproepen, maar.... je kan er niet echt de vinger op leggen. Echt contact met hem/haar maken is complex en soms doet hij/zij rare dingen in de groep als er je er niet bij bent.

Identiteit

Paul Verhaeghe heeft een prachtig boek geschreven over identiteit. Een aanrader voor geïnteresseerden in dit onderwerp. In dit boek beschrijft hij dat onze psychologische identiteit geen aangeboren gegeven is maar een 'constructie' die wordt opgebouwd uit de wisselwerking met onze omgeving. In deze constructie zitten onze normen en waarden zoals wij die hebben aangeleerd en die bepalen de manier waarop wij omgaan met onszelf en met de ander en de wereld. Logisch gevolg hiervan is dat als onze omgeving verandert ook onze identiteit verandert en onze normen en waarden.

Puberteit

In de puberteit waarin het leven van ieder kind redelijk op de kop staat is het zoeken naar identiteit een ware klus. Als we weten dat identiteit een constructie is die tot stand komt door de wisselwerking met de omgeving dan is het logisch dat leerlingen elkaar voortdurend beïnvloeden op dit vlak. De meelopers vormen een aparte categorie omdat zij zich juist aangetrokken voelen tot de duidelijkheid die de normdrager verschaft. Het overnemen van normen en waarden waar zij zelf wellicht niet in eerste instantie achter staan maakt niet uit. Het erbij horen is zo belangrijk omdat dit een zekere status geeft en het verschaft je als leerling een identiteit voor dat moment.

Nauwkeurig analyseren

Dit krachtenspel is belangrijk om te weten omdat het eruit sturen van leerlingen die zoveel overlast veroorzaken juist statusverhogend kan werken in de ogen van de normdrager. Opnieuw reden om een nauwkeurige analyse te maken van wat er speelt in de groep en wie het voor het zeggen heeft, wie de meelopers zijn, en wat het effect daarvan is op de klas.

Identiteit subtiel construeren

In algemene zin is het uitgangspunt dat identiteit een constructie is die ontstaat vanuit de wisselwerking met onze omgeving hoopgevend. Het betekent dat het veranderen van de omgeving dus ook invloed heeft op de identiteit van onze leerlingen en dus op hun gedrag. Paul Verhaeghe beschrijft overigens wel dat deze verandering heel langzaam moet worden ingezet en vooral klein en dichtbij moeten worden gehouden.

Paul Verhaeghe heeft een prachtig boek geschreven over identiteit

Juist omdat identiteit kwetsbaar is en te grote en snelle veranderingen zouden kunnen leiden tot terugtrekken en vasthouden aan dat wat je kent. Subtiel lijkt hier het juiste woord. Dit leidt ons tot het volgende deel van ons kijkschema het achterhalen van de betekenis en het motief van de normdrager om zo nadrukkelijk te normeren. Wat zit hier achter, waar komt het vandaan en wat levert het op, zijn vragen die dan spelen!

Betekenis en motief

Als de normen, de normdrager en het 3-D sociogram helder zijn en in meerdere lessen bij verschillende docenten is bekeken (liefst los van elkaar om de cognitieve dissonantie te voorkomen), en als de gezamenlijke en diverse beelden

Literatuur

- Anderson, G.J., & Walberg, H.J. (1974). Learning environments. In: H.J. Walberg (Ed.), *Evaluating Educational Performance: A Sourcebook of Methods, Instruments, and Examples* (pp. 81-98). Berkeley, CA: McCutchan.
- Golly, A. & Sprague, J. (2011). *Positive Behaviour Support. Goed gedrag kun je leren!* Doelmatige strategieën voor in de school. Huizen: Uitgeverij Pica.
- Haertel, G.D., Walberg, H.J., & Haertel, E.H. (1981). Socio-psychological environments and learning: a quantitative synthesis. *British Educational Research Journal*, 7, 27-36.
- Hieneman, M., Dunlap, G. & Kincaid, D. (2005). Positive support strategies for students with behavioral disorders in general education settings. *Psychology in schools*, 8, 779-794.
- Fraser, B.J., & Fisher, D.L. (1986). Using short forms of classroom climate instruments to assess and improve classroom psychosocial environment. *Journal of Research in Science Teaching*, 5, 387-413.
- Fraser, B.J., Walberg, H.J., Welch, W.W., & Hattie, J.A. (1987). Syntheses of Educational Productivity Research. *International Journal of Educational Research*, 11(2), 145-252.
- Torrance, K. (2010) Omgaan met gedragsproblemen in het onderwijs. *Remediaal*, 6, 26-30.
- Wubbels, T., & Brekelmans, M. (2005). Two decades of research on teacher-student relationships in class *International Journal of Educational Research*, 43, 6-24.
- Maslowski, R. (2004) *Klimaat in de klas*.
- Moos, R.H. (1980). Evaluating classroom learning environments. *Studies in Educational Evaluation*, 6, 239-252.
- Maslowski, R. (2004) *Klimaat in de klas*.
- Cohn, R. C. (1993 3e druk) *Van Psychoanalyse naar Themagecentreerde Interactie*
- Remmerswaal, J (2011 10e druk) *Handboek groepsdynamica*
- B. Oldeboom/C. Hazelbach (2002) *Loopt 't, lukt 't, leeft 't*.

Contact:

i.dokman@lving.nl

elkaar versterken, kan je op zoek gaan naar de betekenis van de normen en/of normdrager en vanuit welk motief dat gebeurt.

Dit is een buitengewoon lastige stap in het geheel omdat je degene die de groep verstoort in negatieve zin het liefst zou willen verwijderen of zou willen straffen, maar vaak zien wij dat de groep daar maar tijdelijk van profiteert omdat de normdrager zich op andere momenten zal laten gelden. Dit is feitelijk niet meer dan 'symptoom bestrijding'

Motieven begrijpen

De vraag is meer; kunnen wij als docenten leren begrijpen vanuit welke betekenis en motieven de normdrager zich zo opstelt. Of met andere woorden: wat probeert hij/zij te voorkomen en wat mag er absoluut niet gebeuren in de groep? Waarom doet iemand zo zijn best om de groep te domineren? Is het onzekerheid of angst en wordt dit gecompenseerd door heel stoer gedrag? Is er sprake van een heftig verleden, vernedering/ pesten of iets dergelijks? Is het aangeleerd gedrag van thuis of vrienden (bijvoorbeeld straatcultuur)?

Breed beeld

Meerdere hypothesen formuleren over waarom, wat het oplevert en wat ze proberen te voorkomen geeft een breed beeld. Dit checken van hypothesen moet dan leiden tot de meest plausibele verklaring. Ook hier ligt het 'gevaar' op de loer om te snel te gaan voor de eerste hypothese. Om het motief in kaart te brengen maken we gebruik van onderstaande zin: *Ik wil boven op de berg zitten (controle houden) en dan doe ik.... om te voorkomen dat.....*

Verklaring zoeken

Als je zo'n zinnetje hebt geformuleerd dan zou dit moeten leiden tot de meest logische verklaring. Je krijgt een ander beeld bij de normdrager

Motieven komen voort uit iemands verleden en de context buiten school

en wordt vaak milder ten opzichte van hem/haar. Als je de betekenis en het motief scherp hebt, ontstaat er vaak meer begrip en kan je vaak snappen waarom hij/zij zo doet. Dat betekent uiteraard niet dat je het er bij moet laten omdat de effecten in de klas en voor docenten wel heel heftig kunnen zijn. Motieven komen voort uit iemands verleden en de context buiten school.

Drie gebieden

We onderscheiden een drietal gebieden die mogelijke motieven kunnen verklaren:



- 1 Thuisituatie; hiermee bedoelen we de gezins-situatie, -samenstelling, opvoeding, cultuur et cetera.
- 2 Omgeving; hiermee bedoelen we vrienden-groep, straatcultuur, sportclub et cetera.
- 3 Persoonlijk: hiermee bedoelen we of er faalangst speelt, de capaciteiten niet zo groot zijn, er een stoornis speelt et cetera.

Interveniëren

Als de betekenis en het motief bekend zijn is het belangrijk om te komen tot de meest kansrijke interventie. De meest kansrijke interventie is die interventie die:

- de normdrager niet in de onmacht zet maar waarmee je wel de norm kan relativeren. We zien met enige regelmaat dat de normdrager erg onzeker is en een onvermogen camoufleert. Bijvoorbeeld een jongen, bleek een ramp in de omgang en terroriseerde de groep totdat er bij toeval werd ontdekt dat hij niet kon rekenen. Hij deed alles om te voorkomen dat hij in zijn ogen zou afgaan.
- door alle betrokken docenten kunnen worden uitgevoerd. En er moet bereidheid zijn bij alle docenten om dit ook uit te voeren (haalbaar en draagvlak).
- Kansrijk is. Niet alleen vanwege de eenvoud maar zeker ook op de uitvoerbaarheid en de toetsbaarheid.



Ruimte nemen

- wegnemen klassikaal onderwijs (zie 4 in het 4-balansmodel)
- 4 Op het IK; individuele coaching van de normdrager (Ik binnen het WIJ zie 4 in het 4-balansmodel)
- 5 Op de leerkracht; kleine veranderingen in voorkeursstijl ten aanzien van ruimte nemen of juist geven (zie 5 in het 4-balansmodel)

Samenhang in 4- balansmodel en rol van de docent

Uiteraard is de rol van de docent zeer belangrijk en op het gebied van de groepsdynamica onderbelicht. Figuur 3 maakt duidelijk welke overwegingen een docent zou kunnen maken als hij/zij gaat analyseren volgens het schema. Aanleiding is altijd een stoeve of kantelende PA. Het gevoel dat het met de klas niet lekker loopt, je te hard moet werken voor je gevoel, het energie vreet, het onmacht oproept zijn signalen om ernstig te nemen en met elkaar te gaan nadenken over wat speelt er in die groep en te checken bij collega's (speelt het bij andere collega's en vakken op dezelfde manier en in dezelfde mate?).

Controleren

Om te weten of en welk effect een interventie heeft is het belangrijk om met de betrokken docenten af te spreken op welke wijze je de uitgevoerde interventie wil controleren. Onze voorkeur gaat uit naar één interventie per keer die je ook minimaal drie tot vier weken uitvoert (anders weet je nog niet wat er gewerkt heeft). Dit kan gaan door bijvoorbeeld vooraf gedrag te gaan turven (hangt af van wat je doel is en wat je verwacht dat er zou moeten veranderen als de Possibility Atmosphere verbetert) of door opnieuw de SST-test af te nemen (en/of SAQI).

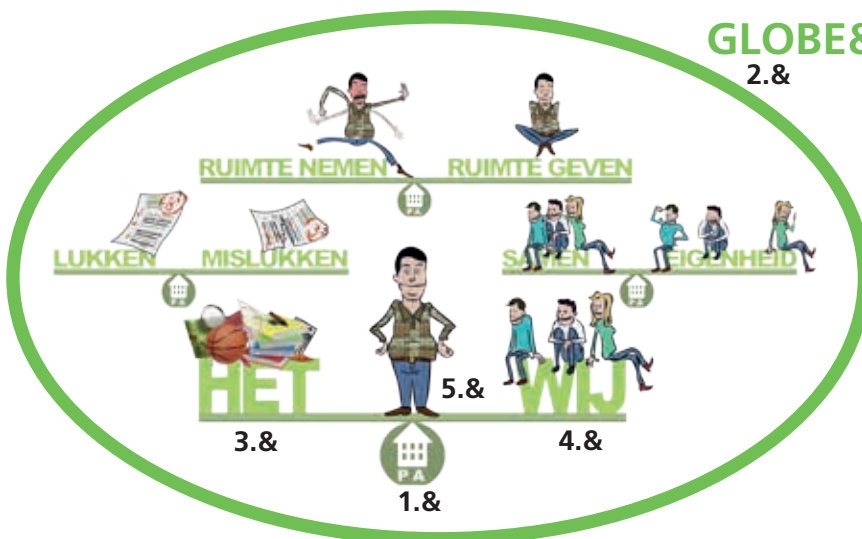
Implementeren

Wanneer docententeams de meerwaarde gaan ervaren is het belangrijk om de principes binnen het team te gaan implementeren. Vanaf de start groepsdynamisch observeren geeft je ook de ruimte om preventief slimmer en handiger te kiezen zodat het eerder leidt tot een goede Possibility Atmosphere.

Tot slot

Het is natuurlijk lang niet zo eenvoudig als nu soms opgeschreven staat. Veel oefenen, met elkaar afstemmen en zoeken naar de best passende oplossing kan daarbij ondersteunen. Ben je geïnteresseerd in meer informatie of zou je bij ons een maatwerktraining met je team willen volgen of de opleiding tot Expert Groepsprocessen, neem dan vrijblijvend contact met ons op. ■

GLOBE& 2.&



Vijf niveaus

Figuur 3; het 4-balansmodel

Interventies kunnen bedacht worden op een vijftal niveaus (zie figuur 3 het 4-balansmodel) en hebben als doel het versterken van de PA en het herstellen van de balans (zie 1 in het 4-balansmodel)

- 1 De globe; interventies op de globe gaan vaak over de omgeving, regels, structuur et cetera (zie 2 in het 4-balansmodel)
- 2 Op het HET (activiteit); interventies op de lesstof, makkelijker, moeilijker, gedifferentieerder (zie 3 in het 4-balansmodel)
- 3 Op het WIJ (groep); samenstelling, grootte,

Een methodische opbouw

voor de salto voorover met behulp van de ringen

ALO
Amsterdam
praktijk-
voorbeeld

Bij de turnsectie van de Academie voor Lichamelijke Opvoeding (ALO) te Amsterdam wordt er sinds een aantal jaren met een methodiek gewerkt voor het aanleren van de salto voorover met behulp van de ringen. Een voordeel van deze methodiek is dat er geen hulpverleners nodig zijn. Een ander belangrijk voordeel is dat er binnen één arrangement diverse methodische stappen aangeboden kunnen worden. Na positieve reacties uit het werkveld en van de studenten hebben wij besloten om deze methode te publiceren.

TEKST MATHIEU VOORTHUIJZEN EN STEPHANIE HERMANS MET DE TURNSECTIE VAN DE ALO AMSTERDAM **FOTO'S** LEON DIJKEMA DE GROOTH

Het KVLO magazine heeft gevraagd aan de ALO opleidingen te komen met voorbeelden waar docenten LO hun voordeel mee kunnen doen met lesgeven. Bovendien krijgen ALO 's hiermee de gelegenheid hun visie op het leren bewegen te etaleren. De turnsectie van de ALO Amsterdam bijt het spits af. *[Redactie]*

Deze methode kan gebruikt worden als aanvulling op bestaande andere methoden en wordt ook als zodanig aangeboden binnen het curriculum van de ALO Amsterdam. Denk hierbij aan het maken van salto naar verhoogd vlak, salto zonder of met aanloop en het maken van salto met hulpverlening. Het doel van dit artikel is een beschrijving te geven van een nieuwe (aanvullende) methode voor het aanleren van de salto voorover. De leerling zet hierbij af in de minitrampoline waarna hij/zij zelfstandig de salto inzet en landt op een landingsmat. Daarbij worden de ringen vastgehouden tot en met de landing. Bij deze methodiek wordt geen gebruik gemaakt van een aanloop.

Een voorwaarde om te kunnen beginnen met de salto voorover is dat de leerlingen in staat zijn te springen, duikelen (zowel voorover als achterover) en te rollen. Wanneer hieraan voldaan wordt kan er begonnen worden met het aanleren van de salto voorover. De methodiek van de salto voorover met de ringen is dan één van de beschikbare mogelijkheden.

Voor deze methodiek is het volgende materiaal voor een bewegingsonderwijs-leersituatie (BOLS) nodig:

- een ringenstel
- een minitrampoline
- een landingsmat
- en een Magic Block van Bosan (of kastdelen).

De ringen moeten hangen op de grens van de trampoline en de dikke mat. Het is praktisch om de leerlingen, net als bij ringenzwaaien, zoveel mogelijk op lengte in te delen. Zo kunnen de leerlingen allemaal werken met de juiste hoogte van de ringen. De ringen worden namelijk net iets onder schouderhoogte gehangen (gemeten vanaf de landingsmat recht onder het ophangpunt van de ringen).





Stap 1

Klaar staan in de trampoline

Inzet van duikelen

Stap 2



legt een ei'. Het ei mag echter niet kapot gaan als hij op de grond komt, er moet 'zachtjes' geland worden. Dit zachte landen kan gestimuleerd worden door de rechte armen bij de landing weer te buigen. De leerling landt vervolgens met de armen gebogen voor zich.

Methodiek

Stap 1: Vanuit stilstand voorover duikelen vanaf de minitrampoline

Wanneer de leerlingen in de trampoline klaarstaan doen zij dit als volgt: Blick richting de landingsmat, rechtop staan en armen opzij brengen. Voor leerlingen kan dit beeldend gemaakt worden door te zeggen dat ze als een 'vliegende vogel' moeten gaan staan. De armen zijn zijwaarts gestrekt. Vervolgens brengen ze hun blik richting de knieën en zetten ze de duikel in. In deze eerste stap wordt er nog geen actief gebruik gemaakt van de minitrampoline met veren of springen. De duikel wordt vanuit stand ingezet zoals de leerlingen dat ook gewend zijn te doen vanaf de grond. De docent kan er bij deze eerste oefenvorm dan ook voor kiezen om de trampoline nog te vervangen door een laag kastdeel.

Wanneer de leerlingen duikelen brengen ze de armen naar achter, brengen zij hun kin op de borst en maken zich helemaal klein. 'De vogel

Het arrangement van opzij

Het arrangement van voren



Bijzondere aandachtspunten:

- de duikel voorover inzetten zonder springen
- accent leggen op de zachte landing; 'Laat de ringen los wanneer je stevig staat'.

Stap 2: vanuit de minitrampoline voorover duikelen met een klein sprongetje

Bij deze tweede stap wordt de duikel hetzelfde ingezet als bij stap 1, alleen deze keer mogen de leerlingen al wat meer gaan afzetten vanuit de minitrampoline. Ze gaan hierbij al de werking van de minitrampoline ervaren. Het accent van de beweging ligt voornamelijk op het snel over de kop gaan. Het maken van hoogte is hierbij onnodig. Ook deze keer staan de leerlingen weer klaar als een 'vliegende vogel', zij maken een klein sprongetje en 'leggen het ei'.

Bijzondere aandachtspunten:

- de duikel inzetten met een klein sprongetje
- de armen actief en gestrekt naar achteren brengen bij de inzet van de duikel
- accent leggen op snel over de kop gaan
- zachte landing maken; 'Laat de ringen los wanneer je stevig staat'.



▲ *Helemaal klein*

Stap 3: duikelen voorover vanuit de minitrampoline met twee keer veren en een sprong

Wanneer de leerlingen in staat zijn om vanuit een rechtstaande positie de duikel in te zetten met een klein sprongetje kan er meer energie toegevoegd gaan worden aan de beweging. Hierbij mogen ze twee keer voorveren in de minitrampoline om vervolgens met een sprong de duikel/salto voorover in te zetten.

De leerlingen staan klaar als een 'vliegende vogel', veren twee keer voor en bij de derde keer springen zetten ze de duikel/salto voorover in en 'leggen het ei'.

Bijzondere aandachtspunten:

- twee keer veren en bij de derde keer actief afzetten
- de armen actief en gestrekt naar achteren brengen bij de inzet van de duikel/salto voorover
- accent leggen op snel over de kop gaan (schouders snel naar beneden brengen na de afzet)
- zachte landing maken; 'Laat de ringen los wanneer je stevig staat'.



▲ *Start vanaf Block of kastdelen*

Voorwaarde om door te mogen naar de volgende stap is dat de leerlingen in staat zijn de translatie die ontstaat uit het veren snel om te zetten in rotatie. Dit betekent dat er geen hapering in de overgang van het veren naar de duikel/salto voorover mag zijn en dat ze nog steeds in staat zijn om 'zacht' en gecontroleerd te landen.

Stap 4: duikelen voorover vanuit de trampoline met insprong vanaf een blok

De leerlingen komen vanaf een Magic Block dat voor de trampoline staat en maken vanaf hier met een sprong in de trampoline een duikel/salto voorover. De leerlingen staan als een 'vliegende vogel' klaar op het blok voor de trampoline. Met één voet wordt afgezet van het blok om vervolgens met twee voeten in de minitrampoline springen. Tijdens het inspringen naar de minitrampoline worden de armen actief en gestrekt naar achteren gebracht. Vervolgens zetten de leerlingen na de insprong de duikel/salto voorover in door snel de schouders naar beneden te brengen en 'leggen het ei'.

Bijzondere aandachtspunten:

- met twee voeten inspringen in de minitrampoline van het Magic Block



Stap 4



- de armen actief en gestrekt naar achteren brengen bij de insprong in de trampoline en de inzet van de duikel/salto voorover
- accent leggen op snel over de kop gaan (schouders snel naar beneden brengen na de afzet)
- zachte landing maken; 'Laat de ringen los wanneer je stevig staat'

Vanaf het Block springt de leerling dus omlaag de trampoline in, waardoor meer energie wordt toegevoegd aan de beweging.

Stap 5: uitbreidingsmogelijkheden

Wanneer leerlingen in staat zijn om stap 4 uit te voeren met een gecontroleerde landing kan de beweging uitdagender gemaakt worden. Dit kan op de volgende manieren:

- de ringen vlak voor de landing al loslaten, dit om het zelfstandig landen te stimuleren
- de houding van de beweging aan te passen door een hoek- of streksalto in te zetten
- het afzetmateriaal aan te passen door gebruik te maken van een reutherplank in plaats van een minitrampoline. Het Magic Block is dan niet meer nodig. De leerlingen kunnen de beweging inzetten met één of twee passen aanloop en een insprong vanaf de grond naar de reutherplank.

Tot slot

Een aantal voordelen op een rij voor wat betreft deze methodiek.

- Doordat het ophangpunt van de ringen voor het afzetpunt van de beweging ligt wordt deze bij de afzet in een gunstige voorover hellende afzethouding gestuurd.
- Daarnaast kan er, zoals eerder gezegd, binnen één oefensituatie gedifferentieerd worden op het niveau van de leerling.
- Er ontstaat snel succesbeleving bij de leerlingen omdat zij in staat zijn om een salto te maken zonder hulpverleners. Wanneer leerlingen bekend zijn met deze methodiek wordt aangeraden om hem naast andere methodieken te gebruiken waarbij hulpmiddelen niet of minder nodig zijn.

Deze methodiek is bedoeld om leerlingen te stimuleren snel te roteren vanaf de afzet en geen hoogte te maken. Daarbij is het van belang dat de docent kritisch blijft kijken naar de uitvoering van de beweging voordat hij een vervolgo opdracht geeft. Met deze methodiek sluiten wij als ALO Amsterdam aan bij de sleutelbewegingen beleving. Er is sprake van betekenisvol leren. De situatie wordt zo ingericht dat het aansluit bij de beleving van de leerlingen (mede door middel van beeldspraak/ analogieën). ■

Contact

m.voorthuizen@hva.nl en
s.p.c.hermans@hva.nl



▲ Snel over de kop gaan
▶ Zachte landing





Het plein wacht ... (1)

De meeste pleinen in Nederland kunnen uitgroeien tot een rijke speel- en bewegomgeving. Het plein wacht ... en het wacht niet op de pleinwacht. De schoolomgeving kan voor meerdere onderwijskundige doelen ingezet worden: spel en beweging, ontspanning, sociale vaardigheden, zaakvakken, rekenen en taal. In twee artikelen richten we ons op vijf randvoorwaarden om prettig te kunnen spelen, bewegen en ontdekken op het plein. Dit artikel beschrijft de eerste twee voorwaarden.

TEKST WIM VAN GELDER, BASTIAAN GOEDHART EN MIRKA JANSSEN **FOTO'S** BASTIAAN GOEDHART



▲
Twister maken



De kwaliteit van de speel- en beweegomgeving verschilt sterk per school. Van beweeg-, speel-, ontdek- en verstopparadijzen tot pleinen waar problemen zijn. Denk aan pleinen waar te weinig ruimte is, geen of weinig voorzieningen zijn, geen afgebakende gebieden, waar pestgedrag of stereotype pakspelletjes voorkomen.

Vrij spelen versus Structuur

Dit artikel schetst een overzicht van de mogelijkheden van een school om spel en bewegen op het plein te optimaliseren. Hierin speelt vrij spel een belangrijke rol. Vrij spel vraagt volgens ons om structuur als:

- de fysieke of sociale veiligheid in geding is
- kinderen veel stilstaan of wachten
- kinderen geen zinnige rol hebben in een spel- of beweegsituatie.

Onderzoek

Mirka Janssen deed onderzoek naar het effect van de in dit artikel beschreven randvoorwaarden. In het zogenaamde PLAYgrounds programma zijn bovenstaande randvoorwaarden als totaalconcept onderzocht. De aanname was dat:

- een duidelijke structuur en
- afspraken over gebruik van het plein
- een actieve rol van de groepsleerkracht en de vakleerkracht er voor zorgt dat:
 - meer kinderen actief zijn
 - meer kinderen met plezier bewegen
 - juist de kinderen in beweging komen die normaliter aan de kant staan
 - er duidelijk minder conflicten zijn op het schoolplein.

Het onderzoek naar de mate van activiteit is uitgevoerd bij acht scholen. Op vier scholen werd de PLAYgrounds-interventie toegepast en op vier controlescholen bleef de situatie onveranderd.

De vergelijking van de twee schooltypen liet een significant verschil ($p < 0,001$) zien in het voordeel van de interventiescholen. Het percentage kinderen dat actief was - op minimaal matig intensief niveau - steeg van 39,6% naar 77,3 % in de interventiegroep, terwijl het iets daalde op de controlescholen (van 41,2% naar 38,%) (Janssen e.a., 2013).

Met de juiste randvoorwaarden zijn kinderen bijna twee keer zo actief. Van 40% naar 77%!

Ook afzonderlijk kan elke verbeterde randvoorwaarde veel effect hebben.

Randvoorwaarden

We onderscheiden vijf randvoorwaarden die van belang zijn voor de speel- en beweegmogelijkheden die het plein biedt. Deze zijn in willekeurige volgorde gerangschikt.

- 1 Het aantal kinderen op het plein
 - 1.a Gescheiden pauzetijden
 - 1.b Ergens anders spelen
- 2 Structureren van de ruimte
 - 2.a Zonering of belijning
 - 2.b Hotspot-rooster
- 3 Aanbieden van (los) materiaal
- 4 Transfer met de les bewegingsonderwijs
- 5 Begeleiding op het plein

1 Het aantal kinderen op het plein

Het aantal kinderen per vierkante meter is de doorslaggevende factor wat betreft de kansen op spel en bewegen dan wel op conflicten. Veel kinderen tegelijkertijd gedurende één kwartier 'uitlaten' op een beperkt aantal vierkante meters is vragen om frustratie en conflicten.



Overlooptje

Verkeersplein op een logische plek



Bronnen

Cardon G, van Cauwenberghe E, Labarque V, et al. The contribution of playground factors in explaining children's PA during recess. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2008;5:11.

Janssen, M., Twisk, J. W., Toussaint, H. M., van Mechelen, W., & Verhagen, E.A. (Epub 2013). Effectiveness of the PLAYgrounds programme on PA levels during recess in 6-year-old to 12-year-old children. *British Journal of Sports Medicine.* 2015; 49(4):259-264.doi: 10.1136/bjsports-2012-091517

Stratton G. Promoting children's physical activity in primary school: an intervention study using playground markings. *Ergonomics.* 2000; 43(10):1538-46.

Stratton G, Mullan E. The effect of multicolor playground markings on children's physical activity level during recess. *Prev Med.* 2005; 41:828-33. doi: 10.1016/j.ypmed.2005.07.009

Ridgers ND, Stratton G, Fairclough SJ, et al. Long-term effects of a playground markings and physical structures on children's recess physical activity levels. *Prev Med.* 2007; 44:393-7.

Ridgers ND, Fairclough SJ, Stratton G. Variables associated with children's physical activity levels during recess: the A-CLASS project. *Int J Behav Nutr and Phys Act.* 2010;7:167-75.

Contact:

vangelderib@gmail.com

► *Tabel 1: voorbeeld buitenspeelrooster ter vermindering van het aantal kinderen op het plein*

Sociale veiligheid wordt bijvoorbeeld gecreëerd op basis van:

- het beperken van het aantal kinderen op het plein
- het aantal speel- en beweegplekken
- de regels en afspraken
- de rol van de leerkrachten op het plein.

Hieronder staan modelregels en normen, zoals deze gesteld worden door de Vereniging van Nederlandse Gemeenten.

Voor een school voor basisonderwijs (een speciale school voor basisonderwijs, een school voor speciaal onderwijs of voortgezet speciaal onderwijs) geldt voor het verharde gedeelte (speelplaats) een minimum terreinoppervlakte van drie vierkante meter per leerling, met een minimum van 300 vierkante meter netto. Vanaf 200 leerlingen kan worden volstaan met 600 vierkante meter netto.

Aldus de 'Herziene Modelverordening voorzieningen huisvesting Onderwijs' van 24-07-14.

Iedere gemeente maakt hier een eigen versie van die lokaal weer wordt vastgesteld door de



Tijden	Groepen
08.30 - 10.00	1 en 2
10.00 - 10.15	3 en 4
10.15 - 10.30	5 en 6
10.30 - 10.45	7 en 8
10.45 - 11.30	1 en 2
11.30 - 12.15	vrij

gemeenteraad. De minimale normen blijven gehandhaafd.

1.a Gescheiden pauzetijden

Uit onderzoek blijkt dat meer ruimte voor de kinderen, bijvoorbeeld door het creëren van gescheiden pauzetijden, zorgt voor minder sedentair gedrag (zitten en hangen) en tot intensiever bewegen (Ridgers e.a., 2010; Cardon e.a., 2008). Een basisschool creëert door het scheiden van de pauzes in meerdere tijdseenheden per ochtend (of middag) twee, drie of vier keer zoveel ruimte voor de kinderen. In plaats van 400 kinderen van 10.15 – 10.30 uur, spelen er 100 kinderen van 9.45 -10.00 uur, 100 kinderen van 10.00 – 10.15 uur et cetera.

Kinderen hebben door deze maatregel meer bewegingsmogelijkheden en bewegingsvrijheid. De kans op conflicten daalt en de zogenaamde 'hotspots' kunnen door meer kinderen gebruikt worden.

Het samenstellen van heterogene groepen kan voordelen hebben in geval van ruimtegebruik.



De realiteit van alledag: een veldje waar de jongens uit de bovenbouw een partijtje voetbal spelen. Dertien jongens tegen dertien andere jongens. De kans op conflicten is groot, de kans op goed spel klein. De hoeveelheid balbezit voor de voetballers is groot, voor de niet-voetballers klein. Meestal nul. Elke pauze weer. Jarenlang.

▲
*Boompje
verwisselen*

	ma.	di.	woe.	do.	vr.
Veldje 1 pauze 10.00 - 10.15	Meisjes groep A	Meisjes groep C	groep A	Meisjes groep A	Meisjes groep C
Veldje 2 pauze 10.00 - 10.15	Jongens groep A	Jongens groep C	groep C	Jongens groep A	Jongens groep C
Veldje 1 pauze 10.15 - 10.30	Meisjes groep B	Meisjes groep D	groep B	Meisjes groep B	Meisjes groep D
Veldje 2 pauze 10.15 - 10.30	Jongens groep B	Jongens groep D	groep D	Jongens groep B	Jongens groep D

Betonverf is duur, gaat er net zo snel af als gewone muurverf en heeft een doffe kleur. Gebruik gewone muurverf in heldere kleuren. Eventueel in combinatie met *wegenverf* (wit, oranje, geel en groen) voor de belangrijkste lijnen. Zie internet.

Verschillende leeftijdsgroepen gebruiken het plein verschillend. Groep 8 kan bijvoorbeeld samen met groep 4 naar buiten. Het klimraam wordt meer door groep 4 gebruikt en het basketbalveld door groep 8.

Een nadeel van gescheiden pauzetijden kan zijn dat er langer geluid is rond de school. Bij gescheiden pauzetijden is meer begeleiding nodig. Er zullen meer leerkrachten 'pleinwacht' hebben. Dit voordeel voor de kinderen kan ook als een nadeel worden ervaren door leerkrachten (koffie, collega's spreken). Hierbij moeten pedagogische doelen worden afgewogen tegen persoonlijke (ontspannings)doelen.

1.b Ergens anders spelen

Een andere mogelijkheid om minder kinderen tegelijkertijd op het schoolplein te hebben, is het gebruik van speel- en beweegruimten in de nabijheid van de school benutten. Maak een rooster welke klas op welke dag(en) naar een boeiende omgeving vertrekt. Park, bos of duin zijn boeiende ontdek- en speelplekken. Speelzaal, gymzaal en sporthal kunnen ook als extra beweegplekken gebruikt worden. Als er kinderen op pad zijn (van het plein af), is er meer speelruimte voor de andere klassen.

2 Structureren van de ruimte

Voetbal- of karrenterren van een aantal kinderen kan de spel- en beweegmogelijkheden van andere kinderen beperken. Door structureren van de meest gespeelde activiteiten met behulp van belijning of hotspotroosters wordt meer ruimte gecreëerd voor de andere kinderen op het plein. Daarnaast blijkt uit meerdere onderzoeken dat gekleurde lijnen en markering tot meer bewegen leidt (Ridgers e.a., 2007; Stratton & Mullan 2005; Stratton, 2000).

2.a Zonering of belijning

Denk bij belijning aan:

- het omlijnen van de competitieve spelen in de hoeken van het plein. Eventueel wordt gebruik

▲ Voorbeeld van een rooster voor verschillende veldjes

gemaakt van hekken als boarding. Denk aan: voetbal, basketbal, handbal, kingen, et cetera

- kar- en skeelerbanen met zebrapaden, tankstations et cetera
- het creëren van meerdere kleine veldjes in plaats van één groot veld. Dit kan ervoor zorgen dat meer kinderen een aandeel hebben in het spel (zie ook 2.b Hotspotrooster).

2.b Hotspotrooster

Op veel schoolpleinen beslaat het voetbalveld tussen de 30 en 50% van de totale speelruimte. Welke kinderen mogen daar (elke dag) voetballen? Welke kinderen hebben (elke dag) het grootste aandeel in het spel? Grote kans dat de betere voetballers daar de dienst uitmaken en het meest aan de bal zijn. Leuk voor de goede voetballers, minder leuk voor de mindere voetballers. Ze maken geen schijn van kans om beter te leren voetballen, als ze al mee mogen doen.

**Maak een rooster
welke klas op welke
dag(en) naar een
boeiende omgeving
vertrekt**

Hoe zorgen we voor een structuur waarin meer, zo mogelijk alle, kinderen op hun niveau mee kunnen doen aan een activiteit als voetbal? Een mogelijkheid vormt het structureren van de ruimte door meerdere veldjes te maken. Voor het gebruik van de veldjes worden roosters gemaakt wie, wanneer, waar mag voetballen of basketballen et cetera.

Als de roosters op het raam worden gehangen, is het voor leerkrachten en kinderen duidelijk wie er aan de beurt is.

In dit artikel zijn de eerste twee randvoorwaarden van een schoolplein beschreven, waar alle kinderen de mogelijkheid krijgen om te spelen en bewegen. In het vervolgartikel gaan we in op 3 andere randvoorwaarden (los spelmateriaal, aanbieden van spelmateriaal en begeleiding op het plein). ■



Get into Rugby ⁽³⁾

Tag rugby is een nieuw spel voor jonge spelers. Het is heel veilig, geen contact en eenvoudig om te spelen voor jongens en meisjes. Maar bovenal het is leuk en uitdagend voor alle deelnemers. Ook al zijn de regels simpel toch bevordert het tag rugby de balbehandeling en loopvaardigheden. De Vlaamse rugbybond is dan ook trots om tag rugby te promoten op de Belgische scholen. Ze zijn er zeker van dat de kinderen het leuk, veilig en uitdagend zullen vinden.

TEKST MATHIAS RONDou **FOTO'S** ANITA RIEMERSMA

In een serie van zes lessen wordt aandacht besteed aan de opbouw van tag rugby.

Les 1: wedstrijd met voorwaarts passen

Les 2: wedstrijd met achterwaarts passen

Les 3: wedstrijd met voordeel voor de aanvallers

Les 4: wedstrijd met snelle wissel aanvallen en verdedigen

Les 5: wedstrijd met extra aandachtspunten

Les 6: volledige tag rugbywedstrijd.

Contact

Mathias@vlaamserugbybond.be

In LO 3 zijn les 1 en 2 beschreven en in LO 4 les 3. Nu volgen de lessen 4, 5.

Wanneer je meer informatie wenst over onze sport of tag rugby kan je altijd terecht op de volgende websites:

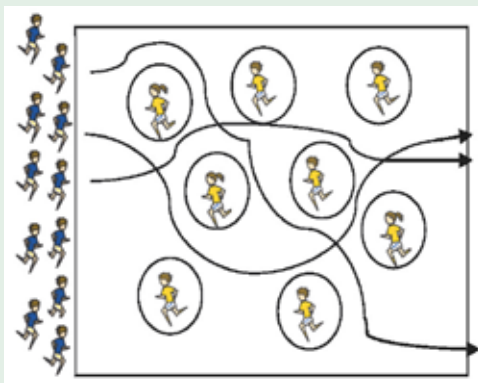
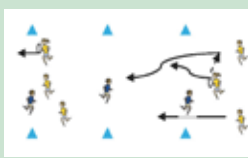
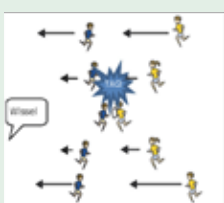
www.vlaamse-rugby-bond.be/Scholen/

[Get_Into_Rugby](#)

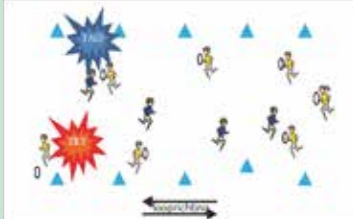
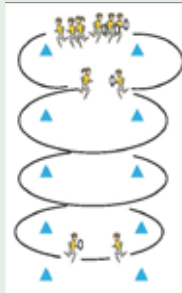
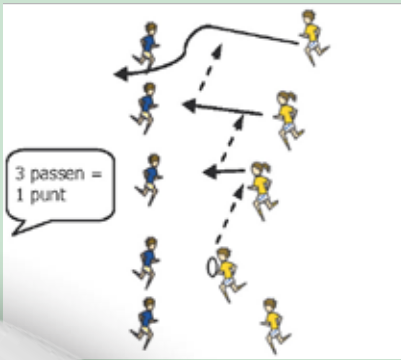
www.irbgetintorugby.com ■

Op de site van de Vlaamse rugbybond staat aantrekkelijke informatie over hoe jongeren op school en vereniging bekend te maken met de rugbysport. Voor docenten LO die vormen van rugby willen introduceren op school is dit zeer interessant. Hier wordt het spel tag rugby uitgelegd waarbij leerlingen elkaar afstoppen door een lintje (tag) af te pakken. Mathias Rondou, genoemd als sporttechnisch coördinator van de Vlaamse rugbybond, geeft uitleg van het spel. In een aantal sessies komen leerlingen spelenderwijs in aanraking met principes van de rugbysport. In een serie artikelen willen we deze sessies onder de aandacht brengen van docenten LO in Nederland. (redactie)

Les 4 Einddoel: wedstrijd met snelle wissel aanvallen en verdedigen

Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
5' opwarming ontwijken side steps samenwerken	Slang tikkertje - rijen van 4 lln (nemen elkaars middel vast) met daarover een ll met 1 bal - l met bal probeert achterste ll (staart) te tikken - getikt: plaats doorschuiven Variaties - TAG aftrekken bij staart ipv tikken met bal - slang groter of kleiner maken	Aandachtspunten lln - elkaar niet lossen in de slang - tikker licht op de voeten lopen met schijnbewegingen - kop van de slang voor tikker proberen blijven - tikker niet vastnemen 
10' kern vooruit lopen ontwijken TAG trekken balbehandeling	Dierentuin TAG - verdedigers (dieren) verspreid over het veld, elk op een matje, in hoepel of fietsband (kooi) - andere lln met TAG's aan 1 kant, op signaal overlopen, dieren ontwijken en zoveel mogelijk overlopen - verdedigers komen niet uit hun kooi en proberen TAG's te stelen 2 TAG's kwijt: mee dier spelen in een kooi - ll die het meeste over en weer heeft gelopen, is gewonnen Progressies - meer kooien of veld smaller en kooien dicht bij elkaar - met bal tussen de kooien lopen (in 2 handen) Variatie - bij groot aantal lln: 1 bal per 3 lln, 2 lln aan startlijn, 1 ll aan achterlijn, om de beurt overlopen	Aandachtspunten lln - blijven lopen tussen de kooien, niet stil staan - versnellen tijdens ontwijken - dieren stappen niet uit hun kooi - bal drukken aan de overkant (Try!) 
15' kern beslissen	3 tegen 1 3 aanvallers tegen 1 verdediger - middelste ll heeft de bal - baldrager trekt de verdediger op zich en geeft de pas - met verschillende verdedigers achter elkaar - verdediger blijft tussen zijn 2 kegels, enkel L en R verplaatsen Progressie - aanvallers: 3 aanvallers tegen 2 verdedigers - aanvallers: smaller veld	Aandachtspunten lln - ontvangen op snelheid om voorbij verdediger te gaan - TAG-procedure respecteren - altijd voor L en R optie zorgen - doorlopen als er geen verdediger is 
20' slot	Wissel TAG - spel en regels zoals een normale TAG wedstrijd Extra regel Bij een TAG krijgen de verdedigers direct de bal en worden zij de aanvallers Regressie - de speler die de bal krijgt, wacht 3 sec. om verder te spelen Progressie - na een try wisselen van spelrichting, ploeg die scoort, behoudt de bal	Aandachtspunten - snel veranderen van opstelling bij wissel van aanvallers - aanvallers vooruit spelen en ruimte zoeken 

Les 5 Einddoel: wedstrijd met extra aandachtspunten

Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
10' opwarming balbehandeling ontwijken gebruik TAG	Kris kras overlopen - veld verdelen in 4-6 zones in de breedte - in elke zone staat een verdediger - aanvallers starten aan het begin van het veld - aanvallers lopen over en weer en scoren zoveel mogelijk try's - na TAG geeft verdediger lint direct terug Variaties 2 verdedigers per zone - aanvallers apart snel achter elkaar laten vertrekken - verdedigers per 4 naast elkaar laten staan	Aandachtspunten - verdedigers blijven in hun zone - aanvallers lopen vooruit, ontwijken en staan zo weinig mogelijk stil - bal in twee handen 
	lvl 1 aanvaller tegen 1 verdediger - proberen scoren met een sidestep (schijnbeweging) waardoor de verdediger op het verkeerde been wordt gezet 5 veldjes naast elkaar 5x dezelfde aanvaller en verdediger - rond de kegel lopen naar het volgend veldje Sidestep vlak voor verdediger met L voet naar L stappen maar R langs de verdediger lopen	Aandachtspunten lln - snelheid maken met bal - met kleine passen op de tippen lopen - snel terug afstoten na de schijnbeweging 
20' slot balbehandeling samenspel vooruit lopen	Bonus TAG spel en regels zoals een normale TAG wedstrijd Extra regel lln kunnen extra bonuspunten verdienen door specifieke acties of techniek te gebruiken Bv: -aantal ballen op snelheid ontvangen -aantal verdedigers ontwijken -aantal gelukte passen ...	Aandachtspunten lln - nadruk op vooruit spelen - niet passen om te passen Aandachtspunten L - voor de start meedelen waarmee de bonuspunten kunnen gescoord worden - geregeld de bonustechniek wijzigen, om de lln te blijven uitdagen 



Positief beïnvloeden

Het bewegingsonderwijs is bij uitstek een vak waarbij kinderen (binnen de groep) met elkaar aan het werk zijn. Ze leren onder andere samenwerken, spelregels respecteren, omgaan met winst en verlies, ook leren ze hulp te verlenen en op hulp van een ander te vertrouwen.

Dit is niet in iedere groep gelijk een vanzelfsprekendheid. Een klas kan applaudiseren wanneer een zwak-presterende leerling een oefening volbrengt. Maar ook uitjouwen wanneer iets niet lukt, behoort in sommige klassen tot de mogelijkheden (*). Samenwerken en taken verrichten gaat nu eenmaal samen met regels over het omgaan met elkaar. Het is belangrijk dat je als docent duidelijkheid geeft en vertelt welke regels er zijn en ook waarom ze er zijn. Dit is van grote invloed op de sfeer in de klas, die per klas zeer divers kan zijn. Iedere leerling neemt zijn eigen achtergrond mee de klas in waardoor normen en waarden kunnen verschillen en van invloed kunnen zijn op de sfeer. Evenals de docent zelf. Als docent beïnvloed je altijd, zelfs niets doen heeft zijn invloed.

Je zet als docent een stempel op het doen en laten van de leerlingen. Van grootste invloed is de manier waarop je je gewoonlijk in de klas gedraagt. De vraag hierbij is met welk gedragsgemiddelde kun je als docent een positieve invloed uitoefenen op de sociaal-emotionele gesteldheid en ontwikkeling van de leerlingen. De SLO geeft hiervoor vier belangrijke punten mee:

- 1 benader elk kind met respect
 - 2 leef met de kinderen mee
 - 3 wees op school zoveel mogelijk jezelf
 - 4 heb realistische en vooral ook positieve verwachtingen van kinderen.
- Het kan dus heel nuttig zijn om je eigen voorbeeldgedrag eens tegen het licht te houden. Hiervoor kun je de SLO vragenlijst gebruiken die beschikbaar gesteld is via onderstaande link:

http://sociaalemotioneel.slo.nl/thema/algemeen/gedrag_leerkracht/vragenlijst/

Je voorbeeldgedrag en het feit of de kinderen zich identificeren met je, is sterk afhankelijk van de ervaren afstand tussen het gedrag van jou als docent en wat thuis bij de leerling gebruikelijk is.

Naast de reflectie op je eigen algemene gedrag is het ook zeker raadzaam om zo nu en dan de sfeer in de groep te analyseren, je eigen rol te analyseren en regelmatig nieuwe sfeerversterkers in te voeren. Hieronder een paar suggesties voor sfeerversterkers:

- kinderen bij de deur begroeten
- accentueren van het positieve
- medeleven tonen, zowel bij succes als bij tegenslag
- reflectie: Vonden jullie het leuk wat we vandaag deden? Wat kunnen we voor de volgende keer afspreken om het opnieuw interessant of leuk te maken?

Kortom er zijn genoeg handreikingen voor jou als docent of professional om de sociaal-emotionele ontwikkeling van de kinderen positief te kunnen beïnvloeden. Bij het kopje tips geven we wat concrete handreikingen hiervoor. Voor meer informatie over sociaal-emotionele ontwikkeling kun je o.a. terecht op de website van de SLO:

<http://sociaalemotioneel.slo.nl/thema/algemeen/>

* 'Zorgverbreding in de lichamelijke opvoeding, H. Stegeman, G. van den Berg, C. van Doodewaard e.a.

SLO: <http://sociaalemotioneel.slo.nl/thema/algemeen/>

Helpdeskthema van de maand:

Leerlingvolgsysteem

Op de helpdesk krijgen wij wel eens de vraag welk leerlingvolgsysteem men nu het beste kan gebruiken. Uiteraard is de keuze voor een leerlingvolgsysteem een zeer persoonlijke. Welke sluit aan bij je visie op bewegen, bij het bestaande vakwerkplan en de gehanteerde methode. Ook de hanteerbaarheid van het leerlingvolgsysteem zelf is een belangrijk punt bij de keuze voor een leerlingvolgsysteem. Vanuit de helpdesk kunnen wij de leden voorzien van een mooi overzicht van de diverse leerlingvolgsystemen, het onderzoek van TNO naar de diverse leerlingvolgsystemen en uiteraard de meest actuele informatie op dit onderwerp o.a. vanuit onze studiedagen. Ben je dus op zoek naar een leerlingvolgsysteem en wil je hier graag meer informatie over ontvangen? Stuur dan een mail naar onderwijs@kvlo.nl

TIPS

Meer doen met sociale emotionele ontwikkeling? Al eens aan de volgende tips gedacht?

- Werken met 'Rots en water trainingen'.
- Werken met sociaal emotionele volgsystemen (bijvoorbeeld viseon).
- Werken met 'Kanjerttrainingen'.
- Ondersteuning vanuit de Gezonde school.
- Toepassen van klassenconsultatie.
- Boekentip: 'Het vergeten vak' van Rudsel Cameron.

Hoe leuk is gym?

Marit 7 jaar

"Alles! Het zijn de leukste lessen van school. Ik vind het fijn om met de hele klas samen te spelen. Ik moet ook altijd lachen. We doen veel spelletjes en ik kan goed in de touwen klimmen. De ringen zijn grappig want je kunt zo lekker zwieren en kunstjes doen."

Redactie:

Jorieke.steenart@kvlo.nl

Basisbehoefte aan Relatie

Voor veel leerlingen is lichamelijke opvoeding een van de leukste vakken op school. Dit geldt echter niet voor iedereen. Niet alle leerlingen nemen gemotiveerd deel aan de gymles. Toch doen veel van deze ongemotiveerde leerlingen wel mee met de activiteiten. Blijkbaar zijn er binnen de motivatie meerdere krachten werkzaam, die zorgen voor lesdeelname. In dit artikel wordt ingegaan op die verschillende krachten en wat je als docent kunt doen om de motivatie te verhogen.

TEKST MARIJKE SLOTBOOM FOTO'S HANS DIJKHOFF

Leerlingen blijken op verschillende manieren gemotiveerd te worden, om deel te nemen aan de les lo. Sommigen zijn intrinsiek gemotiveerd, omdat ze bewegen en sporten leuke activiteiten vinden (Ryan & Deci, 2000). Anderen zijn extrinsiek gemotiveerd, dat wil zeggen dat ze niet zozeer gemotiveerd zijn voor de activiteit zelf, als wel voor de doelen die ze denken te behalen door het doen van de activi-

De drie basisbehoeften zijn de behoefte aan autonomie, aan competentie en aan relatie.

teit. Bijvoorbeeld omdat ze een betere conditie willen opbouwen of omdat ze de leraar niet willen teleurstellen.

In de Zelfdeterminatie theorie van Ryan en Deci (2000) wordt gesproken van drie basisbehoeften die samen zorgen voor het ontstaan, voortduren en verbeteren van de intrinsieke motivatie. Deze drie basisbehoeften zijn de behoefte aan autonomie, aan competentie en aan relatie.

Motivatie

Dit artikel richt zich op de rol die de basisbehoefte 'relatie' speelt in een gemotiveerde deelname aan de les lo. Ryan & Deci (2000) onderzochten in hun Zelfdeterminatie theorie (ZDT) welke krachten er ten grondslag liggen aan de

verschuiving van de extrinsieke motivatie meer richting intrinsieke motivatie. De lijn waarlangs die verschuiving loopt, begint bij amotivatie (geen motivatie) en loopt via externe motivatie naar interne motivatie.

Juist bij extrinsieke motivatie, waarbij de motivatie van buitenaf komt, kunnen anderen, waarmee men een goede relatie heeft, een belangrijke rol spelen. Deze zogenaamde betekenisvolle anderen zijn bijvoorbeeld ouders, vrienden of de leraar. Mensen zijn namelijk sneller geneigd waarden en gedrag van anderen over te nemen, met wie ze zich verbonden voelen (Niemiec & Ryan, 2009). In een schoolsituatie betekent dit bijvoorbeeld, dat wanneer men zich verbonden voelt met de leerkracht lo, men beter zijn best gaat doen en meer waarde gaat hechten aan bewegen. Leerlingen voelen zich verbonden met de leerkracht wanneer ze het idee hebben dat de leerkracht hen mag, hen respecteert en hen de moeite waard vindt. Leerlingen die zich verbonden voelen met de docent, rapporteerden in onderzoek meer intrinsieke motivatie (Niemiec & Ryan, 2009). Anderen die aangaven dat gevoel niet te hebben, gaven vaker aan niet of extern gemotiveerd te zijn.

Feeling connected and important is not just a by-product of doing well in school; a sense of belonging or relatedness plays an integral role in children's motivational development.
Furrer e.a., 2003



Een goede relatie met de leerkracht leidt dan dus tot meer betrokkenheid bij de les. Die verbondenheid met de leerkracht is ook door Bergin en Bergin (2009) onderzocht. Zij vonden in meerdere onderzoeken bewijzen voor de positieve opbrengsten van een goede relatie tussen leerling en leerkracht (Vansteenkiste et al. 2006; Deci and Ryan 2000; Davis e.a., 2003). Leerlingen waren meer gemotiveerd voor school, haalden hogere resultaten en er was sprake van hoger emotioneel welbevinden, wat leidt tot hogere resultaten. Zij benadrukken het vreemd te vinden, dat scholen de nadruk blijven leggen op academische prestaties, daar volgens hen leren pas optimaal tot stand komt als er sprake is van verbondenheid met de leerkracht en de school. Meerdere onderzoeken bevestigen deze resultaten. Warme, ondersteunende relaties met leerlingen leiden tot meer betrokkenheid bij leertaken (Hughes, Luo, Kowk, & Loyd, 2008), betere resultaten (O'Connor & McCartney, 2007) en hogere sociale competentie (Murray, & Murray, 2004).



Gastheer

Wat betekent deze behoefte aan relatie voor de praktijk? Volgens Slooter (2012), de schrijfster van 'De vijf rollen van de leraar', begint verbinding maken al voordat de les begint. Niets nieuws onder de zon! Mooi is het dat zij de vergelijking maakt met een gastheer die mensen in zijn huis ontvangt. 'De rol van gastheer is om duidelijk te maken dat er absolute en positieve aandacht is voor de gast.' (p. 23). Iedere gast moet zich gezien weten en welkom voelen.

Een goede relatie met de leerkracht leidt dan dus tot meer betrokkenheid bij de les

Voorafgaande aan de les is dat ook een moment om af te stemmen op de groep. Hebben ze er zin in, wat is er gebeurd voorafgaande aan de les? Als je thuis gasten ontvangt laat je ze binnen en begroet je hen alle bij de deur. Slooter geeft aan dat de binnenkomst van de leerlingen het moment is om iedereen te begroeten en individueel contact te leggen. De rol van gastheer gaat volgens Slooter over in die van de pedagoog, zodra de les echt van start gaat. Het idee van de gastheer gaat echter op voor de hele les. Het is belangrijk te zorgen dat de gasten het naar hun zin hebben (goede sfeer in de gymles), uiteraard binnen de lesdoelstellingen, dat ze voldoende voorzien zijn (uitdaginge vormen) en dat er voldoende te doen is (intensiteit). Een goede gastheer houdt dat gedurende het hele bezoek (les) in de gaten. Een goede gastheer legt contact met al zijn gasten.

Gastheerrol als basisinteractieprincipe

Van den Heijkant en van der Wegen (2000) hebben in hun methode voor video-interactie begeleiding expliciet gemaakt wat een goede leraar vaak onbewust al doet. Zij hebben deze vaardigheden de Basisinteractieprincipes genoemd. Deze principes geven invulling aan de gastheerrol gedurende de les. De vijf principes zijn initiatief volgen, ontvangstbevestiging, instemmend benoemen, beurt verdelen en leiding geven.

Initiatief volgen wil hier zeggen alles wat de leerlingen doen moet je waarnemen. Loopt het, lukt het, leeft het? Alleen waarnemen zorgt nog niet voor verbinding met de leerling. Door een reactie op het initiatief van de leerling ontstaat verbinding, ook wel genoemd ontvangstbevestiging. Instemmend benoemen staat voor het op positieve wijze benoemen wat er goed gaat. Dit kan in de vorm van een compliment voor een goede actie of goed gedrag

◀
Competentie



Beurtverdelen is in de les te zien wanneer de leerkracht vragen stelt aan leerlingen. Het vijfde principe, leiding geven, vindt plaats waar de andere principes samenkomen.

Good practices

Op de schoolpracticumdocentendag (SPD-dag) van Fontys Sporthogeschool in 2014, hebben de docenten uit het werkveld elkaar inzicht gegeven in hoe zij als gastheer dagelijks invulling geven aan de drie basisbehoeften van de leerlingen (behoefte aan autonomie, competentie en relatie). Hieronder wordt verslag gedaan van de wijze waarop zij werken aan de basisbehoefte relatie met hun leerlingen, en de relaties van leerlingen onderling. Het is mooi om te lezen op welke wijze er aandacht besteed wordt aan een goede relatie in de les LO.

- In begin van het jaar samen gedragsregels opstellen, dit maakt de draagkracht van de afspraken groter en stimuleert verantwoordelijkheid voor het naleven van de regels.
- Ontvangen van de leerlingen bij de deur (gastheer zijn).
- De les starten in een kring in plaats van naast elkaar op de bank.
- De leerlingen altijd eerst met de voornaam aanspreken, waardoor de boodschap persoonlijker wordt.
- Small talk: interesse tonen in leerlingen, vragen naar persoonlijke situaties.
- Leerlingen meer verantwoordelijk maken voor elkaar door de leerlingen te leren hoe ze elkaar kunnen coachen.
- Het coachen kan uitgebreid worden met het beoordelen van elkaar met behulp van een beoordelingsrubric, waarin precies staat omschreven wat een leerling moet kunnen voor welk cijfer. Zo kunnen ze elkaar stimuleren een hoger cijfer te halen.
- Afspreken dat eerst klasgenoten aangesproken worden bij behoefte aan hulp. Daarna pas de leerkracht.
- Een veilige omgeving creëren, waarin fouten gemaakt mogen worden, waarbij niemand uitgelachen wordt.

Referenties

De referenties zijn te vinden op www.kvlo.nl

Contact:

m.slotboom@fontys.nl

Contact maken

- Gemeende complimenten geven.
- Een onderwijsleergesprek met leerlingen voeren over samenwerken en communiceren met elkaar.
- In gesprekken met leerlingen bewust het woord 'niet' zo min mogelijk gebruiken. Benoemen wat wél mag.
- Erkenning en acceptatie van de eigenheid van de leerling. *'Ik word ik in de ogen van een ander (Brinkgreve & Van den Bergh, 2009).*

Naast de kwaliteit van de interactie zijn ook meerdere mogelijkheden genoemd, die specifiek zijn voor lessen lichamelijke opvoeding.

- Het doen van samenwerkingsvormen in de les of tijdens een schoolkamp. Dit kunnen zijn groene spelen, teambuildingsactiviteiten, coöperatief leren, waarbij de nadruk gelegd wordt

Alleen waarnemen zorgt nog niet voor verbinding met de leerling.

op de wijze van communiceren met elkaar.

- Oefening met elkaar doen met een visuele beperking, om vertrouwen in elkaar te kweken.
- Aan de hand van een sociogram een groepsindeling maken, waarbij sprake is van een opbouw. Eerst zit men in een groep met mensen met wie men graag samenwerkt, later komen daar anderen voor in de plaats die men niet positief maar ook niet negatief gekozen heeft en uiteindelijk komt men in een groep met leerlingen met wie men aan-gegeven heeft niet graag samen te werken.
- Leerlingen stimuleren en motiveren door zelf mee te spelen.
- De leerlingen zelf teams laten maken.
- Bij de keuze van de oefenstof rekening houden met hun belevingswereld. Bijvoorbeeld freerunning in plaats van turnen.
- Geblesseerde leerlingen betrekken bij de les, door ze scheidsrechter of coach te laten zijn.
- Naschoolse activiteiten organiseren.

Het was goed te merken dat er een hoge mate van betrokkenheid was onder de aanwezige docenten op de SPD-dag. Het delen van de good practices van hoe collega's als gastheer functioneren werd gewaardeerd en bood mogelijkheden om anderen hun repertoire te verrijken. Dank aan allen die een bijdrage geleverd hebben aan het delen van hun good practices. ■

Moet het bewegingsonderwijs ook op de schop?

In recente bijdragen in dit blad betoogde ik dat scholen niet al te zuinig met de lessen bewegingsonderwijs moeten omspringen en dat plezier in bewegen en bewegingsonderwijs wezenlijk is. En dat de leerlingen ook verder natuurlijk wel wat van die lessen moeten 'meenemen', en dat er daarom iemand voor de klas moet staan die van wanten weet.

Ik wil het nu vooral hebben over de inhoud van de gymlessen. Maar toch eerst ook nog weer heel even over die man of vrouw voor de klas. Want dat blijft nog wel steeds een dingetje.

TEKST HARRY STEGEMAN

De stip aan de horizon, al decennia lang, voor een reeks van bewinds-personen op Onderwijs: alle kinderen krijgen op de basisschool ten minste twee lesuren bewegingsonderwijs van een bevoegde leerkracht. Van een ALO'er dus. Of van een pabo-afgestudeerde van na 2004 die nog heel eventjes voor bewegingsonderwijs heeft doorgeleerd. Of van een pabo'er van vóór 2004 die als het om bewegingsonderwijs gaat al helemaal van bijna niks weet...

Een paar maanden terug stuurde staatssecretaris Sander Dekker zijn *Plan van aanpak bewegingsonderwijs* naar de Tweede Kamer. Daarin schrijft hij hoe hij dat varkentje nu toch echt voor eens en voor altijd denkt te gaan wassen. Maar vreemd genoeg zegt hij niks over hoe de scholen die nu maar één uur gym geven - één op de vijf doet dat - de noodzakelijke stap naar twee uren zouden kunnen zetten. Wel maakt hij best aardig wat geld vrij voor het bevoegd maken van groepsleerkrachten, die vervolgens vaak maar één of twee uurtjes gym aan de eigen groep zullen gaan geven. En verder

wil hij bevorderen dat werkzoekende ALO-afgestudeerden aan de slag gaan op basis-scholen die al een tijdje op zoek zijn naar een vakleerkracht.

Dat laatste is natuurlijk prima. Maar over dat bevoegd maken van groepsleerkrachten ben ik niet enthousiast. Die groepsleerkracht die maar een paar uurtjes gym geeft, die wordt nooit een 'specialist'. En ik zie het gebeuren dat veel scholen hun gymleraren straks gaan inwisselen voor met de centen van de staatssecretaris bevoegd gemaakte groepsleerkrachten. Met de kwaliteit van het bewegingsonderwijs, en dus de leerlingen, als kind van de rekening.

Onderwijs2032

Dan nu naar de inhoud. Laat dat nu net ook zijn wat diezelfde Sander Dekker momenteel bezighoudt, maar dan onderwijsbreed: *'Het is hoog tijd om het totaal van de onderwijsinhoud tegen het licht te houden'*. De staatssecretaris gaf op 17 november bij 'De Wereld Draait Door' de aftrap van Onderwijs2032, een nationale maatschappelijke dialoog over de toekomst van het onderwijs (zie www.onsonderwijs2032.nl).

Ik wil het nu vooral hebben over de inhoud van de gymlessen

Het is inderdaad al weer zes jaar geleden dat de commissie Dijsselbloem om rust in de onderwijstent vroeg, dus kan het onderwijs wel weer op de schop.

U en ik werden uitgenodigd mee te brainstormen over wat de school het kind dat in 2015 voor het eerst naar school gaat en rond 2032 op eigen benen zal staan, aan kennis en vaardigheden moet meegeven. Wie langs de weg van de nieuwerwetse media reageerde, was

Honderd jaar LO-praktijk

De praktijk van de lichamelijke opvoeding heeft de afgelopen honderd jaar een draai van heb ik jou daar gemaakt: 'Van de docent voor de klas, die eenzijdig houdingsoefeningen voordoet, gericht op lichamelijke weerbaarheid, naar de docent die leerlingen ruimte en vrijheid geeft voor een eigen invulling van een blijvende deelname aan de bewegingscultuur' (www.canonlo.nl/venster/49).

Een grove schets. Wie rond 1900 de gymzaal binnenkwam, zag leerlingen marcheren en oefeningen op de plaats en behendigheidsoefeningen aan toestellen als paard, bok, brug, rekstok en ringen doen. Lichamelijke weerbaarheid, daar ging het toen om. Wat later kwamen daar de houdingsoefeningen op en aan Zweedse banken en wandrekken bij. Het gezondheidsmotief werd sturend.

In de jaren dertig bepaalden meer natuurlijke bewegingen de praktijk: de zogenoemde grondvormen van bewegen, zoals gaan, lopen, springen en werpen. Met daarnaast bewegen in de open lucht, spel, atletiek en ritmische gymnastiek.

In de tweede helft van de vorige eeuw wonnen spelsporten als volleybal, basketbal en softbal aan terrein. Het accent kwam gaandeweg meer op de gebruikswaarde van het vak te liggen en minder op de vormingswaarde. De leerlingen moesten op school worden ingeleid in en voorbereid op deelname aan de brede bewegingscultuur, inclusief de sport - dat werd het parool. En daar denkt men vandaag de dag dus nog net zo over.

Waren de kennis en de vaardigheden die leerlingen moeten verwerven aanvankelijk tamelijk strak vastgelegd in zgn. eindtermen, momenteel zijn er kerndoelen die meer - wat mij betreft: te veel - ruimte laten. De uitwerking van deze overheidsvoorschriften in de door SLO en KVLO samen uitgegeven Basisdocumenten Bewegingsonderwijs geeft een goed beeld van hoe de huidige bewegingsonderwijspraktijk er - idealiter - uitziet (zie www.canonlo.nl/venster/40). Dat doet ook het Leerplankader Sport, Bewegen en een Gezonde Leefstijl dat de SLO samen met een groot aantal partijen ontwikkelde (zie <http://www.slo.nl/primair/leergebieden/wereldoriëntatie/mens/leefstijl/>).



deelnemer: twitterend Nederland aan de basis van het nieuwe onderwijscurriculum, straks.

Zo'n 17.000 mensen, overwegend uit de onderwijswereld zelf, namen de moeite. Hun oneliners zijn inmiddels door een communicatiebureau bekeken en geordend. Het resultaat is een allegaartje aan thema's, van 'zelfontplooiing en creativiteit' en 'sociaal-emotioneel leren/pesten' via 'toepasbare kennis versus universele vaardigheden' en 'maatwerk: onderwijs dat aansluit bij de leerlingen' tot 'programmeren en ICT' en 'ondernemen en bedrijfsleven'.

Onverwacht populair is de rubriek 'natuur', want er was toevallig ook een boswachter bij DWDD aangeschoven. Eveneens opvallend veel berichten in de brede categorie 'voeding en bewegen' - en dat zonder een vertegenwoordiger van onze sector aan tafel. In de korte samenvatting van de rapportage van het communicatiebureau valt de passage '(...) er wordt gesteld dat ook lichamelijke opvoeding onderdeel moet zijn van de onderwijsagenda' onmiddellijk in het oog. De gymleraren hoeven zich tot 2032 absoluut geen zorgen te maken.

Het Platform Onderwijs2032 - met voormalig SCP-directeur Paul Schnabel als voorzitter en verder een schoolleider, een schoolbestuurder, de oud-voorzitter van de Onderwijsraad, de CEO van Siemens Nederland en een heuse tijdgeestonderzoeker - gaat nu 'de spade wat dieper in de grond steken'. O ja, er zitten ook nog twee leraren in dat platform. In het najaar wordt verslag uitgebracht en daarna wordt dus de bezem door 'het totaal van de onderwijsinhoud' gehaald.

Bewegingsonderwijs2028

De wereld van het bewegingsonderwijswereld marcheerde weer eens mooi voor de troepen uit. In 2011 al schetste een breed samengestelde SLO-werkgroep 'Toekomstvisie LO', na ampel beraad en geadviseerd door een keur aan leraren, opleiders, wetenschappers, vertegenwoordigers uit de sportwereld en andere ingevoerd, de uitgangspunten en hoofdlijnen van, zoals het vakgebied dan natuurlijk heet, 'Human movement and Sports' in 2028 (zie <http://www.slo.nl/downloads/2011/human-movement-and-sports-in-2028.pdf/>) De werkgroep concludeert:

'Voornaamste uitgangspunt voor HME'S is ook in 2028 dat jeugdigen op school, steeds vanuit een pedagogisch perspectief, (meer) bekwaam raken voor deelname aan sport- en bewegingssituaties, als onderdeel van een gezonde en actieve leefstijl.'

Maar ik zeg het graag nog een keer: de gymles is er in essentie niet om kinderen te laten bewegen, maar om ze te leren bewegen. Want daar hebben ze een leven lang profijt en plezier van.

Omdat de waarde van bewegen en bewegingsonderwijs niet per se en zeker niet alleen wordt bepaald door de mogelijke - directe of indirecte - bijdrage aan de gezondheid had ik die laatste bijzin achterwege gelaten. Maar verder: helemaal goed! Ook in 2028 is het de gymleraren



erom te doen dat kinderen en jongeren hun weg leren vinden in de aldoor veranderende wereld van sport en bewegen – en dat zal vier jaar later niet anders zijn. Zo simpel is het, meer kan - en wil - ook ik er niet van maken.

Nou ja, simpel, daar komt nog best wat voor kijken. In het kader hieronder loods ik je in sneltreinvaart door een eeuw LO-praktijk. De twee links aan het eind geven je een indruk van wat de vakwereld vandaag de dag – en dus, zo om en nabij, ook straks - uit de kast geacht wordt te halen.

Ook in 2028 gaat het er in de – wie weet dan wel drie! – wekelijkse gymlessen om de kinderen en jongeren serieus wegwijs te maken in de wereld van sport en bewegen. Maar dat is niet genoeg. Om te bevorderen dat sport en bewegen in het dna van de leerlingen gaat en blijft zitten, moet de school meer doen: naast de gymlessen meer andere aantrekkelijke en uitdagende mogelijkheden om te bewegen bieden. Volop sport en bewegen, elke dag, voor alle leerlingen, op en om elke school, als het even kan ook in verbinding met de gemeente en de lokale sportverenigingen. Geen stip aan de horizon, maar om de hoek voor het grijpen.

Volgens het 'platform bewegingsonderwijs2028' is er straks dus geen enkele aanleiding voor een grondige reorganisatie van het bewegingsonderwijs zelf – althans niet van het bewegingsonderwijs zoals dat is bedoeld; de praktijk loopt daarmee niet per se in de pas. Geen bezem erdoor, de stoffer volstaat:

ik zou pleiten voor een verschuiving naar meer 'goed leren bewegen' op de basisschool en naar meer 'leren over (jezelf in relatie tot) sport en bewegen' in het voortgezet onderwijs en het middelbaar beroepsonderwijs.

Het bewegingsonderwijs hoeft niet fundamenteel op de schop. Het is goed dat het Platform Onderwijs2032 dat alvast weet. Want bij tijd en wijle bekruipt mij het gevoel dat sommigen buiten de vakwereld daar nog wel eens anders over willen denken.

Bewegingsonderwijs is óók onderwijs

Neem nou zelfs ook weer dat *Plan van aanpak bewegingsonderwijs* van daarnet. Ik lees met enige verwondering – let wel, het gaat hier om die twee gymmuurtjes, niet om wat er verder op en rond school nog aan sport en bewegen wenselijk en denkbaar is - de eerste zinnen op de eerste tekstpagina, de 'Samenvatting':

'Kwalitatief bewegingsonderwijs is cruciaal voor de motorische, sociale en cognitieve ontwikkeling van kinderen. Er zijn (wetenschappelijke) aanwijzingen dat sport en bewegen bijdraagt aan betere onderwijsresultaten en de kans op verzuim en uitval verminderen. Goed bewegingsonderwijs levert daarnaast (sic) een bijdrage aan een actieve en gezonde leefstijl van kinderen.'

Wie zoiets schrijft, wekt de suggestie dat hij het bewegingsonderwijs niet in eerste instantie en bovenal als een *onderwijs*vak ziet, als een vak dus waarbij het er in eerste instantie om gaat dat kinderen iets leren. Als een vak ook met *eigen* doelstellingen, zoals elk vak zijn eigen doelstellingen heeft. De start van de 'Inleiding', een paar bladzijden verder, stelt me gelukkig een beetje gerust:

'Goed bewegingsonderwijs is cruciaal. Kinderen leren tijdens die lessen goed te bewegen en krijgen mee hoe leuk sporten is'.

Zo is het maar net. En dat er tal van motieven zijn voor dat sporten en bewegen - nu al en zeker straks – zijn, is evident: beter leren bewegen, plezier hebben, presteren, anderen ontmoeten, gezond blijven, fitter worden, en meer. En dat de beoogde, verhoopte en vermeende effecten legio zijn, is dat ook: beter bewegen, betere schoolresultaten, minder uitval, minder verzuim, minder mentale aandoeningen, beter cognitief functioneren, meer welbevinden, een betere conditie, minder fysieke aandoeningen, en meer. ■

◀ *Wij willen goed leren bewegen*

Deze tekst is voor ons aangepast. De basis stond eerder op de site: Sportknowhow.nl

Contact:

harrystegeman@casema.nl

Flexibel inrichten van sportaccommodaties

Het gebeurt niet vaak dat je een innovatieprijs krijgt uitgereikt. Dat gebeurde wel voor MobieZ. De materialen daarvan kunnen in de plaats komen van toestellen die vrijwel niet worden gebruikt. Toestellenfabrikant Nijha heeft een lijn in die richting ontwikkeld en samen met Sportbedrijf Deventer in de praktijk gebracht. Het heet MobieZ en de kern is het flexibel inrichten van sportaccommodaties en slim met elkaar delen. In dit artikel aandacht voor het MobieZ-concept.

TEKST JARNO VEDDERS FOTO ARCHIEF MOBIEZ

Uit onderzoek blijkt dat in gemeentelijke sportaccommodaties tien tot vijftien procent van de toestellen en materialen uit de toestelberging niet of nauwelijks worden gebruikt. Binnen MobieZ worden die toestellen en materialen uit de accommodatie verwijderd en vervangen door eigentijdse, uitdagende beweegmaterialen en dat in meerdere gymzalen. Deze MobieZ materiaalsets staan niet permanent in een gymzaal maar rouleren tussen deelnemende zalen. Dan krijg je een uitdagend, vernieuwend én afwisselend beweegaanbod.

Inspelen op beleavingswereld

Kinderen leren balanceren op een omgekeerde bank? Dat kan en het wordt al decennia lang zo

Elke school gaat gedurende circa acht weken met één van de vijf sets aan de slag

gedaan. Maar het kan ook anders. De gymles wordt een stuk uitdagender en aantrekkelijker als je kinderen op een biketrial fiets of skateboard laat kennismaken met balanceren. En

dat is wat MobieZ doet. De basisvaardigheden in het bewegingsonderwijs zoals balanceren, mikken en springen gewoon aan bod laten komen, maar aanbieden in een ander heden-daags jasje. Eentje die veel beter aansluit bij de beweegwensen en de beleavingswereld van kinderen van nu. Dat enthousiasme bij de kinderen werkt op haar beurt weer aanstekelijk op groepsleerkrachten en gymdocenten.

Hoe werkt MobieZ?

Doel van MobieZ is om beweegruimtes te voorzien van een breed, gevarieerd en eigentijds materiaal aanbod. Stel er nemen vijf accommodaties deel, dan zijn er vijf MobieZ-materiaalsets die om de acht weken doorschuiwen naar een volgende accommodatie. Elke materiaalset wordt op basis van de leerlijnen en bewegingsthema's ingevuld. Naast de standaardmaterialen wordt elk thema verrijkt door toevoeging van materialen die normaal gesproken nooit in elke sportaccommodatie beschikbaar zijn. Denk aan boogschieten, frisbee, luchtgevulde Airtracks en skates. Elke school gaat gedurende circa acht weken met één van de vijf sets aan de slag. De vakanties tijdens het schooljaar worden gebruikt om de materiaalsets te laten rouleren tussen de zalen en zo hebben de scholen na iedere vakantie beschikking over een nieuwe set materialen.



▲ Biketrial

Meer dan vernieuwend materiaal

Het MobieZ-concept gaat echter veel verder dan alleen de vernieuwende beweegmaterialen. Zo krijgen de basisscholen ook bijpassende leskaarten en geven combinatiefunctionarissen trainingen over de materialen aan de groepsleerkrachten die er in de gymles mee werken. Het transport van de materialen van de ene zaal naar de andere zaal wordt door Nijha geregeld en is onderdeel van het concept. Ook daar hebben de gemeenten en scholen geen omkijken naar. De resultaten tijdens het pilotjaar in Deventer zijn veelbelovend. Leerkrachten geven aan het leuker te vinden om de gymlessen te geven en kinderen zijn zeer enthousiast. En daar doe je het uiteindelijk allemaal voor.

Basisonderwijs en voortgezet onderwijs MobieZ is nu ontwikkeld voor het basisonderwijs maar ook voor het voortgezet onderwijs liggen er kansen. De inhoud van MobieZ materiaalsets wordt dan afgestemd op de activiteiten die aansluiten bij de VO-leeftijd. Denk dan aan sporten als Lacrosse, KanJam, klimdoeken voor circusactiviteiten en Crossfit circuitactiviteiten. Omdat veel VO-scholen onderdeel zijn van een groter geheel, is het vaak mogelijk om binnen het bestuur te komen tot vijf deelnemende accommodaties. Want dan maak je het meest optimaal gebruik gezien de vijf lesperiodes.

Contact:
jarno.vedders@nijha.nl

Winnaar Sport FM Innovatieprijs

Tijdens de beurs Dag van de Sportaccommodaties in Expo Houten werd de Sport FM Innovatieprijs uitgereikt aan Nijha en Sportbedrijf Deventer voor het MobieZ-concept. Hiermee kreeg het concept een stukje erkenning wat de kansen zijn om op een andere manier naar het inrichten van accommodaties te kijken. En dat het werkt in de praktijk blijkt wel uit het feit dat vanaf januari het aantal gymzalen met MobieZ in Deventer op eigen verzoek is uitgebreid van vijf naar tien.

Uitrollen over Nederland

MobieZ heeft zich in Deventer in de praktijk bewezen. Zowel de combinatiefunctionarissen als groepsleerkrachten zijn erg enthousiast, vooral omdat aan MobieZ ook leskaarten en scholingen gekoppeld zijn. Dat komt de kwaliteit van de lessen ten goede. En de kinderen zijn laaiend enthousiast. Alle reden om MobieZ over heel Nederland uit te rollen

Meer weten over MobieZ?

Wil je meer weten over het MobieZ concept? Ga dan naar www.mobiez.nl. Hier vind je ook een introvideo die het principe van MobieZ in beeld brengt. Voor meer informatie vind je op de contactpagina ook de gegevens van leverancier Nijha.■

Leerkrachten basisonderwijs

signaleren kindermishandeling beter door e-learning

Effectonderzoek van Pi Research toont aan dat leerkrachten voorafgaand aan het volgen van online scholing op het gebied van kindermishandeling en huiselijk geweld zichzelf een 4 geven. Na het volgen van e-learning belonen zij zichzelf met een dikke 7. Belangrijk omdat er in Nederland gemiddeld in elke schoolklas wel een mishandeld kind zit. Hiermee lijkt een goede manier gevonden te zijn om het knelpunt, dat veel leraren die zichzelf al jaren te kort vinden schieten op dit gebied, op te lossen op een snelle, effectieve en voor scholen betaalbare manier.

TEKST AUGEO.NL



90 procent voelt zich beter toegerust

Niet alleen het kennisniveau van leerkrachten steeg significant maar ook voelen zij zich meer tot handelen bij vermoedens van kindermishandeling in staat. Ook signaleringsvaardigheden en communicatieve vaardigheden verbeterden sterk. Van de ondervraagden voelt 90 procent zich beter toegerust na het volgen van de online cursus, zijn ze minder bang om fouten te maken en hebben ze meer vertrouwen in Veilig Thuis.

Sociale Veiligheid-trainingen voor alle scholen

De komende drie maanden zal Augéo alle basis- en middelbare Nederlandse scholen benaderen met het aanbod zich aan te sluiten bij de Augéo Academy. Deze e-academy leert deelnemers niet alleen alles over wettelijke verplichtingen van scholen op het gebied van sociale veiligheid – dat wil zeggen: over kindermishandeling, huiselijk geweld én pesten – maar biedt ook verdiepende cursussen, korte updates en toegang tot Augéo Magazine voor veilig opgroeien. Deelnemers krijgen voor minder dan 10 euro per jaar toegang tot al het leer- en informatie-materiaal van Augéo. Een belangrijke steun in de rug bij het op de agenda houden van sociale veiligheid binnen de school. ■

20.000 leerkrachten al geschoold

Augéo Academy, een goedbedoelenorganisatie die de scholing ontwikkelt, heeft inmiddels 20.000 leerkrachten geschoold, en naar nu blijkt met het gewenste effect. '80 procent van de leerkrachten geeft aan dat zij bij uitstek de beroepsgroep zijn die kindermishandeling kunnen signaleren, maar dat het hen aan voldoende kennis ontbreekt. Dat onze e-learning, naar nu blijkt, zoveel effect sorteert is heel goed nieuws', aldus Mariëlle Dekker, algemeen directeur van Augéo.

Meer info:

www.augéo.nl

Voorkom blessures!

'Revitalisatie maakt de sportvloer weer veilig'

Grote kans dat u het als docent lichamelijke opvoeding wekelijks meemaakt: blessures die ontstaan door omgezwikte enkels of valpartijen. Oorzaak van de valpartijen is negen van de tien keer een te gladde of een te stroeve sportvloer. Een complete sportvloer vervangen vanwege 'een paar' blessures, dat gaat de eigenaar van de hal al snel te ver. En niet voor niets: het is een kostbare aangelegenheid. Gelukkig is er nu een betaalbare methode die ervoor zorgt dat de sportvloer snel in oude staat hersteld wordt.

TEKST ASTRID KOKMEIJER FOTO ANDRÉ VAN GERWEN

Schoonmaakspecialist André van Gerwen ging vorig jaar rond de tafel met professionals uit de schoonmaakbranche en met producenten van sportvloeren. Gezamenlijk kwamen zij tot de conclusie dat er een behoefte is aan het betaalbaar veiliger maken van sportvloeren. De stroefheid van de vloer zegt veel over de kwaliteit van het sporten op die vloer. En heb je het over een topsportvloer, dan heeft NOC*NSF hier nauwkeurige normen voor vastgesteld. Wordt de vloer bijvoorbeeld intensief gebruikt, dan vangt de sportvloer veel van de zogenoemde bloed, zweet en tranen op. En huidschilfers. Al deze stoffen komen vrij tijdens het sporten en zorgen ervoor dat de poriën van de vloer verstopt raken. Hierdoor verliest de vloer de benodigde stroefheid en ontstaan er die ongewenste valpartijen en blessures.

Metten is weten

Met Veiligessportvloer.nl ontwikkelde Van Gerwen een methode om allereerst de staat van een sportvloer in kaart te brengen. Daarvoor hanteert hij verschillende meetmethodes. De veiligheidsstatus (gladheid, stroefheid) van een sportvloer wordt inzichtelijk met behulp van onafhankelijke meetmethoden. De meest praktische methode is de Floor Side Control. Andere metingen zijn bijvoorbeeld de stroefheidsmeter van Leroux (NEN 2873).

Meer sportplezier voor sportleraar en leerling

In de praktijk blijkt dat veel sportleraren klachten hebben over een te gladde vloer.



Door middel van de meting krijgt de gebruiker inzicht in de actuele status. Mocht daaruit blijken dat de vloer daadwerkelijk te glad is, dan kan er een revitalisatie worden uitgevoerd. Dit houdt in dat veiligessportvloer.nl de vloer zodanig reinigt en behandelt dat de vloer zijn originele stroefheidswaarden weer terug krijgt. Zo komt het sport -en spelplezier van leraar en leerling weer terug. Daarnaast maakt een revitalisatie onderdeel uit van een win-winsituatie voor de gebouwenbeheerder. Met een revitalisatie kan een zogenoemde re-top uitgesteld worden. De sportvloer zal daardoor langer meegaan en de operationele kosten vallen lager uit.

Het revitalisatietraject

Na het inzichtelijk maken van de status van de vloer vindt de revitalisatie plaats. Indien gewenst kan er eerst een proefsetting geplaatst worden, zodat de te verwachten resultaten op een klein vlak zichtbaar worden. De uitvoering van de revitalisatie eindigt met een nacontrole en evaluatie. U en uw leerlingen, studenten en/of pupillen kunnen weer veilig sporten. ■

Astrid Kokmeijer is
tekstschrijver en schreef dit
artikel in opdracht.

Meer info:

www.veiligessportvloer.nl

Luisteren



Mery Graal

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

Voor me staat mijn klas, ik ben mentor van H2F. Eigenlijk een prachtig, levendig groepje kinderen. De kleinste jongen, Basje, is 1,45 meter, hij moet zijn groeistuij nog krijgen. De grootste, Willem, kijkt op me neer. De meiden zijn jonge vrouwen inmiddels. Met hen heb ik de meeste strubbelingen. 'Jij zou ons moeten snappen', riep Jasmijn laatst door het gymlokaal. Ze was woedend en volgens mij wist ze zelf niet eens precies waarom.

In de klas zit ook Bert. Bert is dertien en heet hetzelfde als zijn vader. Zijn vader die sinds kort mijn collega is. Collega Bert geeft geschiedenis. Grote Bert en kleine Bert hebben beiden moeite met emoties. Vorig jaar had ik kleine Bert ook al in de groep. Ik constateerde al snel dat het een jongen met een afkorting was. ADHD, PDD-NOS, zoiets. En toen ik zijn vader meemaakte, wist ik ook meteen van wie hij het had. Vroeger kon je van dit soort kinderen gewoon zeggen dat het onhandelbare etterbakjes waren, tegenwoordig moet je op cursus omdat je hen helemaal moet begrijpen.

Kleine Bert schijnt in normale lessen vrij onzichtbaar te zijn, maar in de gymles gaat hij los. Woedeaanvallen, slaan, schoppen, schelden, hij is soms onhandelbaar. Tel daarbij op dat de rest van de groep ook niet in de meest stabiele leeftijd zit, en je weet dat ik alle zeilen bij moet zetten. Vandaag wil ik hen een nieuwe sport laten zien, fling-golf. Via via heb ik dertig fling-golfclubs te pakken gekregen en de golfclub stelt vandaag het terrein ter beschikking. Ze hebben behoefte aan nieuw bloed en het fling golf – een kruising tussen golf, Lacrosse en honkbal – schijnt daarvoor een goed middel te zijn.

Kleine Bert wil vandaag maar niet luisteren naar de instructie en hij sleept een paar grote jongens mee in zijn gedrag. De jongens kunnen op deze manier hun testosteron verbruiken, kleine Bert hoeft niet mee te doen met de groep. Iets dat hij lijkt te haten.

Eigenlijk zit ik met de handen in het haar. We staan bij de oefenrange en ik heb al drie keer geprobeerd om de sport uit te leggen, maar kleine Bert zit er voortdurend tussen. Gelukkig komt collega Appie er aan lopen. Hij is een fervent golfer en dik bevriend met grote Bert. Misschien kan hij helpen.

Ik loop op hem af en fluister mijn probleem in zijn oor. Hij knikt en loopt op mijn klas af. 'Hey volk', zegt hij met luide stem. 'Voordat jullie gaan flingen, zal ik eerst eens laten zien wat normaal golf inhoudt.' Appie legt een balletje klaar en slaat deze met een stijlvolle swing een eind weg. De groep is stil en zelfs kleine Bert kijkt met open mond in de verte.

Intussen is Appie naar kleine Bert gelopen en fluistert iets in zijn oor. De twee lopen naar een kraan een eindje verderop. Daar drinkt Bert even iets. Intussen vertel ik de groep wat de bedoeling is. Wat een verademing, iedereen luistert. Even later komt Appie met Bert terug. Deze lijkt een andere jongen opeens. Ik knik naar mijn collega, die onmiddellijk de kuierlatten neemt. 'Ik ga even snel een baantje lopen. Ik wil echt niet achter jullie zitten.'

's Avonds bel ik met Appie. Ik wil weten waarom ik de rest van de dag geen last meer heb gehad van Bert. Eerst is er gelach en zijn er een paar grove opmerkingen. Dan vraagt Appie: 'Waarom ben je er zo zeker van dat er iets met Bert is?' De jongen is in vergaderingen voortdurend onderwerp van gesprek, waarbij ik het niet kan laten om mijn beperkte kennis over 'afwijkingen' met de collega's te delen. 'Die jongen is volkomen normaal', zegt Appie. 'Dat gedoe met al die afkortingen zorgt ervoor dat je niet meer doet wat je zou moeten doen.' Het wordt stil. Met bedeesde stem vraag ik wat dat dan is, ik denk te weten wat er komt. 'Luisteren. Je hoeft naar de meeste kinderen alleen maar écht te luisteren.'

En daar werd ik stil van. ■

Mery Graal

Vooraankondiging

De studiedag basisonderwijs wordt dit jaar op woensdag 4 november in samenwerking met de HAN georganiseerd. Het thema van de dag is 'Gymmen in de toekomst!' De dag vindt plaats op *Nationaal Sportcentrum Papendal te Arnhem*. Noteer deze datum vast in je agenda. Hoe ziet het onderwijs in 2020, 2035 of 2050 eruit? Wij dienen onze leerlingen voor te bereiden op een leven lang leren en voor ons vak een leven lang bewegen. Maar hoe ziet het leren er in de toekomst uit en wat betekent dat voor het sport- en bewegingsonderwijs en de daarbij passende accommodatie? Onze huidige maatschappij kenmerkt zich onder andere door een toename van bewegingsarmoede bij kinderen en jongeren. Ons vak kan een belangrijke bijdrage leveren aan de aanpak hiervan. Maar hoe kunnen wij concurreren aan de

steeds verder toenemende mate van digitalisering in de wereld? Aan de ene kant biedt dit vele mogelijkheden, zoals even skypen met iemand aan de andere kant van de wereld, informatievoorziening via internet, welke veel actueler is dan menig leerboek of voorbeelden laten zien van activiteiten op een groot scherm in de gymzaal. De nadelen zijn echter dat er hierdoor steeds minder bewogen wordt. Een vraag die men zich kan stellen, is dan of wij dienen te gaan werken aan de kwantiteit of kwaliteit van bewegen om een gezondere leefstijl te bevorderen bij onze leerlingen? Op al deze vragen kan een antwoord gevonden worden in de diverse workshops gehouden op deze studiedag beginnend met een inspirerende gast spreker aan het begin van de dag over leren en bewegen in de toekomst!

26 en 27 juni



Cursus 'Golf op school'

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 één dag in de zaal en één dag op de golfbaan.

De cursus is speciaal gericht op het lesgeven aan je eigen klas maar ook aan de eigen vaardigheid en het kennismaken met het golfspel wordt uitgebreid aandacht besteed. Hierbij wordt rekening gehouden met het beginniveau van de deelnemers. Gevorderden golfers kunnen ook alleen intekenen voor het programma in de zaal op dag 1.

De cursus wordt verzorgd door twee 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 d.w.z. 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.

Data
26 en 27 juni 2015

Voor meer informatie en inschrijving ga naar
www.kvlo.nl → Scholing → cursussen

De registratie van docenten LO en de validering van LO-specifieke scholing loopt via www.registerleraar.nl. Alle leraren in het PO, VO, MBO kunnen zich hier registreren

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

contact

astrid.vanderlinden@kvlo.nl

Onderzoek naar oudergesprekken

Voor zijn afstuderen aan de Rijksuniversiteit Groningen doet Rogier van de Witte onderzoek naar oudergesprekken in het onderwijs. Graag zou hij enkele vragen willen stellen over jouw ervaringen met deze gesprekken. Van de universiteit mag hij onder alle reacties een iPad Air verloten!

De vragenlijst bereik je door op de volgende link te klikken: <http://bit.ly/1FZLpLl>. In tegenstelling tot andere vragenlijsten kost deze vragenlijst u zeer weinig tijd (slechts drie minuten). Als je de *Lichamelijke Opvoeding* digitaal opent kun je deze link direct aanklikken.

Deskundigheidsbevordering volleybal

Op 13 juni a.s. is het voor LO-docenten mogelijk om geheel gratis een clinic van voormalig international en bondscoach Edwin Benne te volgen en aansluitend de Worldleague wedstrijd van het Nederlands heren volleybalteam tegen Finland bij te wonen in het Topsportcentrum in Almere. Je bent uitgenodigd voor dit evenement, wat tot stand is gekomen door een samenwerking tussen de Nevobo, het Sportbedrijf Almere en VC Allvo. Mail naar: combinatiefunctionaris@allvo.eu



Studiereis naar Schotland

Sinds 2012 werken de PO-Raad, VO-raad en MBO Raad via 'de Onderwijsagenda Sport, Bewegen en een Gezonde Leefstijl in en rondom de school' succesvol aan structureel gezondheidsbeleid op PO-, VO- en mbo-scholen. Het verder verkennen van de rol van gezondheidsbeleid binnen het onderwijs past bij het opnieuw zoeken naar de doelen voor het onderwijs in Nederland om de leerlingen/studenten optimaal voor te bereiden op hun toekomst. Het herijken van het curriculum is een veelomvattend proces. Schotland is één van de Europese landen die al een stap verder is dan wij met het formuleren en uitvoeren van een nieuw curriculum met daarbinnen aandacht voor 'gezondheid en welbevinden'. Vandaar een vijfdaagse studiereis naar Schotland omdat dit land een zeer bruikbaar voorbeeld levert van de wijze waarop het thema 'gezondheid en welzijn' is geïntegreerd in het onderwijs. Speciaal schoolleiders en directie worden uitgenodigd. Dus secties LO geef het door! Meer weten? <http://www.studiereisgezondeschool.nl>



Ouders & Onderwijs

De Landelijke Ouderraad is vanaf 13 mei verdergegaan onder de naam Ouders & Onderwijs. Ouders & Onderwijs is de landelijke organisatie voor alle ouders van schoolgaande kinderen. Met de nieuwe naam is de website www.oudersonderwijs.nl gelanceerd. Ouders & Onderwijs biedt een informatiepunt voor ouders met vragen over het onderwijs en de school van hun kind. Met de invoering van de nieuwe naam is de website www.oudersonderwijs.nl live gegaan. Op deze website vinden ouders veel informatie over basis- en voortgezet onderwijs, antwoorden op hun vragen, het laatste nieuws over onderwijs en berichten van andere ouders.



Enquête wintersportreizen op school

Roel Berkeveld doet in het kader van zijn studie Functiegerichte Bachelor Toerisme en Recreatie op NHTV, internationaal hoger onderwijs Breda. Onderzoek naar wintersportreizen op school. Door middel van deze enquête hoopt hij meer inzicht te krijgen in de wensen en behoeften van middelbare scholen en hun leerlingen. Het invullen van de enquête neemt ongeveer 5 á 10 minuten in beslag. De resultaten zijn anoniem en niet herleidbaar. De uitslag van de enquêtes wordt alleen voor dit onderzoek gebruikt.. Als je de *Lichamelijke Opvoeding* digitaal opent kun je deze link direct aanklikken. https://nhtv.eu.qualtrics.com/SE/?SID=SV_43h0uttES22Mp0h



Last van gladde sportvloeren?

Wij zorgen voor de **optimale veiligheid** van uw intensief gebruikte sportvloer.

Met een **revitalisatie van de topsportcoating** brengen wij uw sportvloer terug in optimale staat. Dat doen wij door middel van een keuring (bestaande uit genormeerde metingen), rapportages en een helder advies over en voor uw sportvloer. Dit is geschikt voor alle soorten sportvloeren in sporthallen, fitnesscentra en multifunctionele accommodaties.

SAFETY FIRST



VEILIGESPORTVLOER.NL

SAFETY FIRST

Gebouw SX

Sport, marketing en media
Torenallee 3, Eindhoven
T +31 (0)40 368 62 90
info@veiligesportvloer.nl

SNOWBREAKS.NL
BY ROCKS 'N RIVERS

"Je gaat met leerlingen op pad en kunt er voor de volle 100% op vertrouwen dat de reis veilig en goed georganiseerd is."

Wintersportkampen
Bergsportkampen
Survivalkampen
Outdoor Sportdagen

"De samenwerking tussen Rocks 'n Rivers, leerlingen en docenten verliep fantastisch."

ROCKS 'N RIVERS
OUTDOOR & EVENEMENTEN

www.snowbreaks.nl | www.rocks-n-rivers.nl

Wintersport met uw school?

wij organiseren het voor u!

Zie ons actuele aanbod op de site en vraag uw vrijblijvende offerte op maat.

Meer dan 80 beschikbare accommodaties in de Alpen

www.grevink.nl

GREVINK reizen
wintersportreizen voor groepen!

→ BASISDOCUMENT BEWEGINGSONDERWIJS VOOR HET BASISONDERWIJS VERKORTE UITGAVE



Wat willen we kinderen leren in de lessen bewegingsonderwijs in het basisonderwijs en welke kwaliteit streven we daarbij na? Hoe geef je kinderen een brede introductie in de bewegingscultuur?

In deze verkorte uitgave van het *Basisdocument bewegingsonderwijs voor het basisonderwijs* worden twaalf leerlijnen uitgewerkt die een beeld geven van de manier waarop we kinderen bewegingsbekwaam maken. Per leeftijdsgroep worden tussendoelen voor alle twaalf de leerlijnen beschreven, waarmee de longitudinale ontwikkelingslijn van vier tot en met twaalf jaar

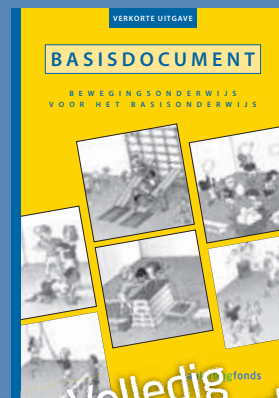
zichtbaar wordt. Ook worden reguleringsdoelen geformuleerd, bijvoorbeeld over hulpverleners en het maken van afspraken om gezamenlijk bewegen mogelijk te maken. De achterliggende uitgangspunten worden beschreven in een vakconcept. De basisinventarisljsten voor speellokaal en gymzaal completeren het geheel.

De verkorte uitgave van het *Basisdocument bewegingsonderwijs voor het basisonderwijs* geeft de lezer een beeld van wat er in het bewegingsonderwijs van alle groepen van de basisschool aan de orde kan komen.

€27,⁵⁰ incl. btw

ISBN: 978-90-72335-58-6

Te bestellen via www.janluitingfonds.nl



Volledig
geactualiseerde
herdruk

janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN

→ In samenwerking met Arko Sports Media

VOLG MIJ

hét leerlingvolgsysteem voor het bewegingsonderwijs!



Voordelen:

- handzaam
- vernieuwend
- flexibel
- modern
- on- en offline
- snel

Met behulp van het nieuwe leerlingvolgsysteem VOLG MIJ kunt u voortaan gemakkelijk de motorische ontwikkeling van uw leerlingen bijhouden!

VOLG MIJ is gebaseerd op de 12 leerlijnen van het *Basisdocument bewegingsonderwijs voor het basisonderwijs* van het Jan Luiting Fonds. Per leerlijn zijn er meerdere varianten waarop u kunt scoren, waarbij er wordt uitgegaan van 5 verschillende beoordelingsniveaus.

VOLG MIJ kunt u gebruiken via de website en de iPad app zodat het gebruiksgemak optimaal is in de les en daarbuiten!



**NEEM EEN KIJKJE OP WWW.VOLG-MIJ.NU
EN VRAAG EEN GRATIS PROEFABONNEMENT AAN!**



WWW.VOLG-MIJ.NU

E. volgmij@sportsmedia.nl ■ T. 030-7073000

