

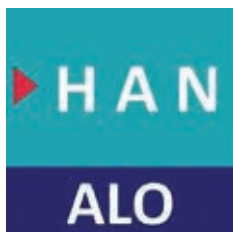


Inspelen op motieven van leerlingen (1)

Verschijningsvormen in de praktijk

In de artikelen over de visie van de Academie Lichamelijke Opvoeding aan de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (HAN ALO in Lichamelijke Opvoeding 7), schreven Gielion de Wit, Marcel Mutsaarts (tevens in deze uitgave) en Johan Cobussen over de manier waarop de opleiding wil inspelen op bewegsmotieven van leerlingen (Cobussen, 2015). De motivatie om deel te nemen staat centraal met als doel een levenslange deelname aan de sport- en bewegingscultuur. In dit artikel wordt beschreven hoe deze visie, het werken met 'Verschijningsvormen' (VV), in de praktijk toegepast wordt op de sport basketbal.

DOOR: FEY VAN LITH



Basketbal in het onderwijs

Basketbal is een sport die traditioneel gezien vijf tegen vijf gespeeld wordt. De afgelopen jaren is de competitievorm 3x3 flink in opkomst, door velen gezien als 'de' toekomst van het Nederlandse basketbal. De spelvorm 3x3 heeft namelijk als voordeel dat de spelers meer balcontact hebben en de speelruimte kleiner en daarmee

efficiënter is. Dit leidt ertoe dat deze spelvorm uitermate geschikt is voor het onderwijs. In de kleine ruimte (één zaaldeel) kun je leerlingen zelfstandig, intensiever laten bewegen. Door het vele balcontact is de spelbeleving, en daarop volgend, de kans op succesbeleving aanzienlijk groter. Tot slot heeft 3x3 een heel stoer imago!

Basketbal 3x3 draagt een uniek karakter/bewegingscultuur met zich mee. Denk aan de muziek, kleding en uitstraling van de spelers. Het is een intensieve, maar ook ego-strelende (show) sport die zowel recreatief (denk aan pleintjesbasketbal) als competitief beoefend wordt. Vanuit pedagogisch perspectief denkt de HAN ALO met hun visie leerlingen klaar te stomen voor een levenslange deelname aan de sport- en bewegingscultuur. De leerlingen maken middels basketbal in verschillende verschijningsvormen kennis met de verschillende bewegsmotieven gekoppeld aan deze sport. Hierdoor worden ze uitgedaagd om deze sport in hun bewegingsrepertoire op te nemen. Dit leidt tot beter en blijvend bewegen.

Verschijningsvormen

De HAN ALO kent zes verschijningsvormen die gekoppeld zijn aan bewegsmotieven (Wedstrijd, Show, Spel, Avontuur, Gezondheid en Recreatie).



Foto internet

EX3

▲
figuur 3 Basketbal
als show

Deze indeling vindt plaats aan de hand van de dominante betekenissen voor de leerling en is onder andere gebaseerd op eerder werk van Bart Crum (Crum, 1991). Met behulp van verschijningsvormen worden bewuste leeromgevingen geconstrueerd met specifieke pedagogische, methodisch en didactische handelingen. Dit wordt de beweegcontext genoemd waarin de docent specifieke handelingen invult vanuit het pedagogisch perspectief en een didactische rol. Dit leidt tot de ontwikkeling van motorische, cognitieve en sociaal-emotionele vaardigheden bij leerlingen. In die beweegcontext worden per verschijningsvorm aan de hand van de vier A's (Arrangement, Aanwijzingen, Aandacht en Aanpassingen) praktijkvoorbeelden opgesteld die geschikt zijn voor het onderwijs. Ongeacht welke verschijnings-

'Iedere leerling heeft z'n eigen motief om te bewegen, laat ze dit ontdekken!'

vorm wordt aangeboden, iedere beweegcontext is ingesteld op het verbeteren van de motorische vaardigheid, oftewel 'beter leren basketballen'!

Basketbal in verschijningsvorm 'Show'

Dominant binnen deze verschijningsvorm is dat leerlingen iets demonstreren. Hierbij bewegen de leerlingen combinerend, creatief en thematisch. Als docent vervul je de rol van regisseur, waarbij je gericht bent op het proces naar en uitvoering van de optimale presentatie. Het doel voor de leerlingen is vaardigheden te ontwikkelen en te laten zien. Dit kan individueel of gezamenlijk in een show of demonstratie die is voorbereid en uitgevoerd voor anderen of voor jezelf.

Met behulp van deze activiteit ontwikkelt de leerling de volgende vaardigheden:

- voor een publiek kunnen optreden
- de beweging op één moment kunnen uitvoeren
- kunnen inspelen op anderen
- kunnen samenwerken aan een uitvoering
- thema(kleding) en uitstraling aan show kunnen conformeren
- samen oefenen/ bewegen
- samen een bewegingsplan opstellen.

Arrangementen geven ruimte aan creativiteit Balhandeling cirkel (activiteit 1) en passing met groep (activiteit 2). Beide activiteiten kunnen



◀ *Figuur 5 Logo*



▲ *Figuur 4 3 - 3 Streetbasketbal*

na het oefenen gedemonstreerd worden, denk hierbij aan uitstraling, ritme, muziek en gebruik je creativiteit!

Act 1: De docent doet enkele balhandelings-/dribbeloefeningen voor, vervolgens doen de deelnemers één voor één een zelfbedachte 'nieuwe' oefening. Met de klok mee komt zo iedere deelnemer aan de beurt.

Act 2: Leerlingen proberen creatieve passes uit in een zelf verzonnen figuur. Ze oefenen in minimaal tweetallen verschillende passes. Denk aan borstpass, bouncepass, behind the back pass, between the legs, no-lookpass of meerdere ballen volgens een vast patroon (bijvoorbeeld ster, cirkel of vierkant) rond spelen. Als groep proberen zij een mooi figuur te passen met behulp van verschillende passtechnieken.

Aanwijzingen zijn gericht op de 'performance' (individueel en groep)

Act 1: "Probeer niet naar de bal te kijken tijdens de oefening", "Geef een duidelijk voorbeeld en leg eventueel uit wat de bedoeling is, wanneer je aan de beurt bent" en "Denk ook aan je uitstraling!"

Act 2: "Houd je duimen achter de bal wanneer je een pass geeft en ontvangt" en "Maak afspraken met elkaar over de soort passes en het tempo".

Aandacht voor de rolverdeling binnen de deelnemers (regulerend)

Act 1: De leerlingen tonen zelf bedachte verschillende balhandeling-/dribbel oefeningen.

Act 2: De leerlingen stellen een beweegplan op om tot verschillende figuren en passtechnieken te komen.

Aanpassingen zijn gericht op het visuele effect

Act 1: Oefening met of zonder dribbel. Met twee ballen te gelijk.

Act 2: Variaties in het aantal personen en ballen tijdens overpassen of ballen op verschillende manier doorpassen, bijvoorbeeld bal één met een borstpass, bal twee met een bouncepass, ballen in tegenovergestelde richting passen, et cetera.

Basketbal in verschijningsvorm 'Wedstrijd'

Bij de verschijningsvorm wedstrijd staat competitie aangaan centraal. Hierbij bewegen de leerlingen technisch, tactisch en doelgericht. Als docent vervul je de rol van expert, waarbij je gericht bent op de ideale bewegingsuitvoering van de deelnemer. Het doel van de les is, het kunnen wedijveren met anderen (wedstrijd, toernooi, meerkamp) of met jezelf (persoonlijk record).

Met behulp van deze activiteit ontwikkelt de leerling de volgende vaardigheden:

- kunnen deelnemen aan bewegingsactiviteiten onder leiding van rigide spelregels
- hanteren en tolereren van meerdere leidinggevende rollen
- kunnen omgaan met winst en verlies
- kiezen voor effectieve oplossingen die in dienst staan van het willen winnen
- uitvoeren van eenvoudige jury-activiteiten (bijvoorbeeld opmeten, noteren).

Arrangementen zijn dwingend

Op een half veld 3x3 met officiële basketbal regels. Er zijn leerlingen als scheidsrechter en scorer actief. Tijdens activiteit kan een intermezzo

'Basketbal is meer dan alleen dribbelen, passen, de lay-up, het set-shot en spelen'

gedaan worden om de techniek van bijvoorbeeld de lay-up of het set-shot te behandelen. Ook kunnen er tactieken uitgelegd worden, zoals positionering in aanval en verdediging, in-out, backdoor en give-and-go.

Aanwijzingen zijn gedetailleerd en sturend

"Zorg voor spacing (ruimte) en dat alle posities

bezit zijn in een driehoek". "Zoek je verdediger op in de bucket om vervolgens versneld vrij te lopen", "Neem triple threat positie in (dreiging pass, schot en dribbel) bij balbezit", "Als verdediger blijf je tussen je man en de basket of verdedig je de directe pass."

Aandacht voor het inslijpen van effectieve bewegingshandelingen
Oefen tijdens de intermezzo de techniek van de lay-up of het set-shot zodat de succesbeleving vergroot wordt (meer kans tot scoren). Daarnaast kun je aanvals- en verdedigingstactieken uitleggen.

Aanpassingen om (deel) bewegingen te corrigeren of te perfectioneren

Door een opbouw in verdedigingsdruk aan te bieden, krijgen leerlingen meer scoringskansen:

- passief verdedigen
- actief met uitzondering van de bucket (vrij scoren in bucket)
- vrije schotplaatsen rondom bucket
- actief verdedigen.

Basketbal in verschijningsvorm 'Avontuur'

Tot slot de niet meest waarschijnlijke verschijningsvorm gekoppeld aan de activiteit basketbal. Desalniettemin een zeer uitdagende activiteit waar veiligheid voorop staat. Dit is dan ook geheel passend bij de verschijningsvorm waar het beleven van uitdaging de kern is. Noodzakelijkerwijs stelt de docent zich als instructeur op, die de veiligheid waarborgt. Daarbij wordt wel ruimte gecreëerd voor het verleggen van grenzen op het gebied van motorische, cognitieve en sociaal-emotionele aspecten bij de leerlingen. Het is van belang dat leerlingen spanning willen en kunnen beleven tijdens de activiteit. Zij ondergaan hierbij het onverwachte, durven te ontdekken en zijn op zoek naar het avontuur.

Met behulp van deze activiteit ontwikkelt de leerling de volgende vaardigheden:

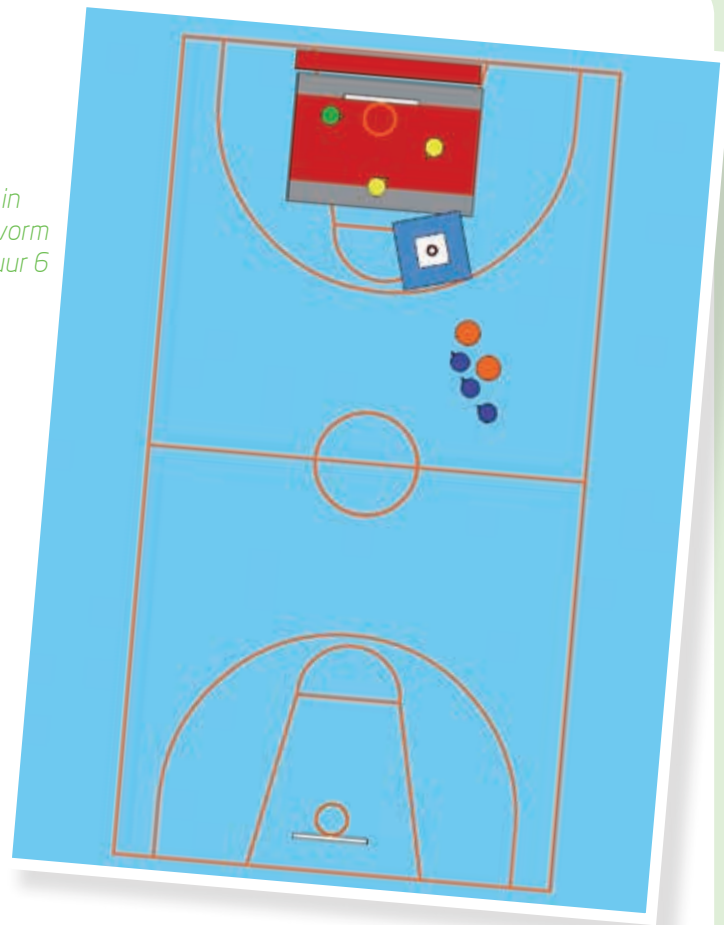
- op kunnen zoeken en ontwijken van spanning en uitdaging
- zelfstandig en samen werken aan een op te lossen bewegingssituatie
- om kunnen gaan en in kunnen spelen op de natuur.

Arrangementen zijn uitdagend

Basketbal leerlijn trampoline dunken:

- streksprong met aanloop. Hulpverlening sandwich moet altijd, en met bal afvangen
- streksprong, tik met twee handen de ring aan
- streksprong met bal (geen dribbel)
- sprong met bal, mikken op basket (erin leggen met twee handen)
- rechtstaande sprongen dunken (eventueel met

► *Basketbal arrangement in verschijningsvorm Avontuur figuur 6*



één hand). Jordan flight, skate, spreid, hurk, halve/hele draai

- bal om middel, onder benen
- sprongen om transversale as (salto/ barani).

Andere mogelijkheden:

- uit handen bal pakken en dunken
- in de lucht bal vangen en dunken
- over object/ iemand heen dunken
- tappen tegen het bord, dus dunk-serie maken.

Aanwijzingen zijn gedetailleerd en dwingend
"Dribbel niet tijdens je aanloop", "Een stabiele landing (op twee voeten, goed door de knieën, in balans) is belangrijker dan scoren".

Aandacht voor veiligheid

Eerst de situatie testen, hulpverlening middels sandwichgreep, bal afvangen en situatie aanpassen (mat aanschuiven na sprongen) zijn belangrijke aandachtspunten. Maak hier afspraken over met de leerlingen.

Aanpassingen zijn gericht op het verleggen van de 'grens' door de leerling

Doorloop de leerlijn, presenteer deze digitaal en/of daag leerlingen uit nieuwe sprongen te verzinnen.

Tot dusver de praktijkvoorbeelden van de verschijningsvormen Show, Wedstrijd en Avontuur. In een volgend nummer *Lichamelijke Opvoeding* zullen de verschijningsvormen Spel, Recreatie en Gezondheid gepresenteerd worden. ■

Fey van Lith is als docent werkzaam op de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen, Instituut Sport en Bewegen, Academie Lichamelijke Opvoeding. Zij verzorgt onder andere lessen binnen de beroepstaak Lesgeven en Coachen en sportvaardigheden (basketbal, sticksporten, handbal, softbal et cetera).

Contact

Fey.vanLith@han.nl

Literatuur:

Cobussen, J. (2015). Inspelen op motieven van leerlingen: De HAN ALO legt uit. *Lichamelijke Opvoeding*, 7, 28-32.

Crum, B. (1991). *Over versporting van de samenleving. Reflecties over de bewegingsculturele ontwikkelingen met het oog op sportbeleid*. Rijswijk: Ministerie van Welzijn, Volksgezondheid & Cultuur.

Wit, G. de, Mutsaerts, M. (2015). Inspelen op motieven van leerlingen: de HAN ALO legt uit. *Lichamelijke Opvoeding*, 97