

Keuzeprogramma's; kijk in de praktijk

Voor het topic over keuzeprogramma's hebben we een vragenlijstje via de KVLO site uitgezet en gekeken hoe keuzeprogramma's in de praktijk vorm krijgen. Er zijn dertien scholen die gereageerd hebben. Dat levert een beeld op. In dit artikel willen we dit beeld tonen en stilstaan bij de keuzes die scholen gemaakt hebben. Wat doen we al en waarom en wat willen we nog verder ontwikkelen?

TEKST HJALMAR ZOETWEI EN MAARTEN MASSINK

De vragen die we scholen hebben voorgelegd zijn:

1. Maak je gebruik van een keuzeprogramma?
2. Waarom (niet)?
3. Bij welke groep(en)? (onder-, midden of bovenbouw)
4. Doen jullie eerst een behoeftepeiling?
5. Maak je bij het organiseren/inschrijven gebruik van digitale mogelijkheden? (ELO)
6. Welke onderdelen bied je aan binnen de school? (eigen accommodatie)
7. Welke onderdelen bied je aan buiten de

school? (sportschool/vereniging/..)

8. Hoeveel lessen zijn er per keuze-onderdeel?
9. Hoe worden de leerlingen beoordeeld?

Het zal niet verbazen dat alleen scholen gereageerd hebben die een keuzeprogramma hebben op hun school. We krijgen hiermee geen inzicht in hoeveel scholen in verhouding wel of geen keuzeprogramma doen. Wel leren we uit de respons hoe scholen die een keuzeprogramma doen dit vorm geven.

| Vragen | A | B | C | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | tot | | |
|--------|-----------------------------|---------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|-----|
| 1 | Keuze programma ja/nee | | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 100% | |
| 2 | In welke klas | ob ja/nee | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 15% | |
| | | bb ja/nee | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 100% | |
| 3 | Peiling leerlingen ja/nee | | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 62% | |
| 4 | Digitaal inschrijven ja/nee | | 0 | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 | 1 | 62% | |
| 5 | Keuze programma | binnen-schools ja/nee | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 100% | |
| 6 | Keuze programma | buiten-schools ja/nee | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 100% | |
| 7 | Aantal lessen gemiddeld | | 3,5 | 3,0 | 4,0 | 3,5 | 3,0 | 1,0 | 2,0 | 3,0 | 3,0 | 3,0 | 3,0 | 3,0 | 4,0 | 3,0 |
| 8 | Beoordeling | inzet/aanwezigheid ja/nee | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 83% | |
| | | cijfer ja/nee | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 8% | |

Uitslag vragenlijst SOK programma. De ja score =1, nee score =0

Waarom

De respons van de scholen op deze vraag:

- leerlingen geven aan dat een keuzeprogramma invloed en dus intrinsieke motivatie oplevert
- keuzeprogramma in middenbouw doen we niet meer vanwege roosterproblemen
- om in het laatste jaar de leerlingen meer keuzemogelijkheden te geven en om ze de mogelijkheid te bieden ervaring op te doen met sporten die we normaal niet aanbieden
- we willen leerlingen meer meegeven dan alleen een diploma en ze kennis laten maken met sporten die tijdens de lessen LO vaak niet gegeven worden
- omdat het een meerwaarde is bij het bereiken van onze doelen
- ontdekken van verschillende sporten
- streven naar meer onderwijs op maat, ter bevordering van motivatie van de leerlingen
- we doen dat als sportoriëntatie in H5 en V6
- in klas 4 en 5 mogen leerlingen tussen bepaalde sporten kiezen omdat niet alles voor iedereen een uitdaging is. In klas 6 kennis maken met bijzondere sporten die gewoonlijk niet in de lessen LO aan bod (kunnen) komen.

Keuzeprogramma's binnen SOK

Bij een keuzeprogramma denken we al gauw aan SOK. Het sportoriëntatie- en keuzeprogramma dat er vooral op gericht is dat leerlingen kennis maken met een sport- of bewegingsactiviteit. Het doel van een dergelijk programma is leerlingen te interesseren voor sport en bewegingsactiviteiten bij clubs en verenigingen. Door bij clubs en verenigingen op bezoek te gaan via school als onderdeel van een lesprogramma LO kan de drempel worden verlaagd en de interesse worden gewekt.

Keuzemogelijkheden meer dan alleen SOK

De meeste scholen gebruiken het SOK programma, de kennismaking met sport- en bewegingsactiviteiten bij clubs en verenigingen, als aanleiding om een keuzeprogramma aan te bieden. Daarmee past het in Domein E: Bewegen en samenleving van het examenprogramma LO voor havo/vwo. Maar het zou jammer zijn als het kiezen binnen LO beperkt blijft tot het SOK programma. Het examenprogramma biedt volop keuzemogelijkheden qua activiteiten binnen de school. Hier kun je als vaksectie keuzes maken die in lijn zijn met het examenprogramma. Dit heet het keuzeplichtstelsel.

Als het gaat om leren kiezen van bewegingsactiviteiten die passen bij je persoon is er meer dan het SOK programma. Het is een uitdaging daarbij te kijken wat er binnen de school mogelijk is. Zeker als je het leren kiezen van leerlingen belangrijk maakt. Dat kan door reflectie op de activiteiten en door peilingen bij de leerlingen. Hier kun je al mee beginnen in de onderbouw. Maar zeker in de bovenbouw hoort een reflectie bij het leren kiezen van een activiteit en het leren aangeven wat bij je past en waarom.

Domein E

Bewegen en samenleving 5. De kandidaat kan op grond van inzicht in de kenmerken van het aanbod en in de eigen wensen en mogelijkheden ten aanzien van sportdeelname een bewuste keuze maken uit het aanbod aan sport en bewegen in de samenleving.

Uit examenprogramma lichamelijke opvoeding havo/vwo (SLO site)

Domein B

Bewegen 2. De kandidaat kan deelnemen aan een variëteit aan bewegingsactiviteiten, waarbij het gaat om:

- verbreding (leren van nieuwe activiteiten) en verdieping (qua niveau, taken en contexten) van bewegingsactiviteiten die in de onderbouw zijn aangeboden;
- in elk geval uit het activiteitengebied spelen een slag- en loopspel, twee doelspelen en een terugslagspel, bij voorkeur door de kandidaat te kiezen;
- minimaal twee door de kandidaat te kiezen bewegingsactiviteiten uit een door de school gedaan aanbod voor de activiteitengebieden turnen, atletiek, bewegen op muziek en zelfverdediging;
- minimaal drie door de kandidaat te kiezen en voor de kandidaat nieuwe bewegingsactiviteiten die bij voorkeur niet tot één van de hierboven genoemde activiteitengebieden behoren.

Uit examenprogramma lichamelijke opvoeding havo/vwo (SLO site)



Het zou mooi zijn als je binnen je school leerlingen keuzemogelijkheden geeft vooral in de bovenbouw. Na een bepaalde periode kun je leerlingen laten reflecteren op de activiteit en de keuzes die gemaakt zijn. Hier volgen voorbeelden van reflectieve vragen na afloop van een periode (bron: LO excellent project OSG de Meergronden):

Voorbeeld 1:

Opdracht LO excellent

Maak een filmpje van maximaal 4 minuten. Hierin toon je de vorderingen die je gemaakt hebt in de lessen LO van de afgelopen periode. Je hebt gekozen voor een activiteit bij turnen (trampoline springen of acrogym), atletiek (polsstok of hinkstap-sprong), dans of zelfverdediging (boksen of schermen). In het filmpje geef je antwoord op de volgende zes reflectievragen in goed lopende zinnen met goed doordachte antwoorden. Een goed voorbeeld voor vraag 1: Ik voel me aangetrokken tot boksen omdat ik graag wilde leren angst te overwinnen voor een slagwisseling door een goede verdediging van romp en hoofd met mijn armen. Slecht voorbeeld voor vraag 1: Leek me wel leuk.

Vragen:

1. *Waarom heb je voor deze activiteit gekozen?*
2. *Wat was je beginniveau?*
3. *Welke vorderingen heb je gemaakt?*
4. *Wat was je eindniveau na deze periode?*
5. *Ben je tevreden over de vorderingen die je hebt gemaakt? (Leg uit)*
6. *Beschrijf verbeterpunten in je aanpak.*

De antwoorden op deze zes vragen komen in tekst in je filmpje naar voren. Gebruik Windows moviemaker. Dit kan op school als het thuis niet lukt. Maak gebruik van het filmmateriaal dat is gemaakt tijdens de lessen. We gaan ervan uit dat je met respect omgaat met de gemaakte beelden. De opdrachten per les die in de lesbrief stonden moeten in het filmpje zichtbaar zijn

Voorbeeld 2 is onderdeel van opdracht in een tweetalig onderwijs (TTO) klas:

PE demonstration

Assignment

Design as a group a demo within the given frame. You will show your circus-act-demo and make a video (approximately four minutes).

Frame

- Design a circus-act-demo with a group (2,3 or 4)
- You make a choice from the following items (examples):
 - Dance act
 - Acrobatics act
 - Balancing (wire, one wheel bike, walk on a barrel....)act
 - Boxing, fencing (demo fight, directed in a screenplay...)
 - Rope skipping act
 - Juggling act (juggling balls, basketball, soccer-ball, chines plates..)
 - Trapeze/rope swing act
- De circus-act-demo lasts approximately four minutes

- Use some appropriate music in your video
- Consider the intervals during the demo, they have to be interesting too

Evaluation

1. What is a top in your demo?
2. What could be improved?
3. What would you do differently next time?
4. What do you think of the splitting of the tasks?
5. What do you think of your contribution to the total act?
6. Why did you choose this activity?
7. Describe what you learned in motor-skills
8. Describe what you learned about your learning attitude
9. Is this way of working in PE lessons interesting for you? (why/why not?)
10. Do you have tips for me?



Welke groepen?

Uit de antwoorden op de vragenlijst blijkt dat alle respondenten een keuzeprogramma doen in de bovenbouw. Vijftien procent doet ook een keuzeprogramma in de onderbouw. Reden hiervoor zou kunnen zijn dat er vaak kosten en veel organisatie verbonden zijn aan keuzeprogramma's die buiten school plaats vinden. Als er een keuze gemaakt moet worden, ligt het voor de hand dit keuzeprogramma te bewaren voor de bovenbouw. Met bovenbouw leerlingen zijn verschillende praktische problemen (bijvoorbeeld transport buiten school en schooltijden) minder aan de orde. Dat betekent niet dat er in de onderbouw geen keuzeprogramma's gebruikt kunnen worden. Ook daar kun je stilstaan bij het waarom voor bepaalde keuzes. Dat hoeft niet met uitgebreide reflectieverslagen, maar kan in



Cricket

In het *Basisdocument voor bewegingsonderwijs voor de onderbouw van VO* is bewegen waarden een aspect van het thema 'gerichtheid op bewegen' binnen de sleutel *Bewegen beleven*. Dit is een belangrijke sleutel. In het Basisdocument zijn de volgende niveaus aangegeven:

Basis: geeft van de meeste aangeboden activiteiten aan wat

hem daarin aanspreekt of niet.

Vervolg: vergelijkt verschillende aangeboden activiteiten en maakt voor zichzelf een keuze tussen wat hij wel kan en wat niet. **Gevorderd:** geeft zijn voorkeuren aan over waar, wanneer en met wie hij zou kunnen gaan bewegen en sporten en heeft ook een kijk op wat anderen zouden kunnen en willen.

een onderwijsleergesprek in de les. Door middel van 'active reviewing' kun je aan leerlingen vragen stellen als in voorbeeld 1 en 2. Met name door leerlingen sterk te complimenteren kun je ze sturen in de richting van zich waarderend leren uitspreken over sportactiviteiten.

Leerlingen die in de onderbouw gewend zijn te praten en te reflecteren over de te maken keuzes zullen daar in de bovenbouw en in hun latere leven waarschijnlijk bewuster mee omgaan. Een belangrijke doelstelling voor onze lessen.

Peiling

Als we het belangrijk vinden dat leerlingen bewuste keuzes maken kun je dat stimuleren door naar leerlingen te luisteren en te proberen met hun wensen rekening te houden. Natuurlijk stuit het vaak op praktische bezwaren om met alle wensen rekening te houden. Maar dat begrijpen leerlingen wel. Het feit dat je ze kansen geeft hun wensen en gedachten uit te spreken en daar dan waar mogelijk wat mee probeert te doen, wordt door leerlingen gewaardeerd. Uit ons vragenlijstje geeft 62 procent van de scholen aan een peiling te houden onder leerlingen. Eenzelfde percentage maakt daarbij gebruik van digitale middelen (ELO).

Binnen of buiten school

Bij de vraag welke activiteiten er gedaan worden valt op dat de activiteiten die in het verlengde van de LO-les liggen, binnen school worden gedaan. De activiteiten die een andere context en accommodatie vragen worden meer buiten school uitgevoerd.

Opmerkingen per school bij de vraag: welke onderdelen bied je aan binnen de school (eigen accommodatie)?

- klas 4 frisbee of meerkamp, turnen of judo, american flagfootball of hockey, klas 5 handbal of lacrosse, turnen of dansen
- altijd minimaal één gratis schoolactiviteit spel, dans, rugby op school. Afgelopen twee jaar nauwelijks eigen accommodatie vanwege nieuwbouw en beperkte tijdelijke huisvesting. Vanaf vorige week kunnen we weer veel en meer activiteiten op school aanbieden op eigen klimwand/ klimzaal, eigen fitnessruimte, eigen danszaal/dojo. SOK-programma bij externe sporten blijft populair vermoed ik
- schermen, boksen, judo, rugby, volleybal, hockey, basketbal, atletiek,

klimmen, honkbal.

- zaalvoetbal, shoot-out, volleybal, tafeltennis, yoga enzovoort
- spel, turnen, dans, zelfverdediging en atletiek
- basketbal, wandklimmen, volleybal, freerunnen, badminton, handbal, atletiek indoor, atletiek outdoor, softbal, loopscholing, softbal, golf, waterpolo, reddend zwemmen, wedstrijdzwemmer, zelfverdediging (judo), spelontwerp, tafeltennis
- boksen, hockey, softbal, voetbal, badminton, tafeltennis, volleybal, basketbal
- boksen, schermen, dans, freerunning, diverse spelen
- MTB, fitness, afhankelijk van tijd in het rooster mogelijke sporten in de buurt zoals paardrijden, skiën, klimmen.



▲
La crosse

*Opmerkingen per school bij de vraag:
Welke onderdelen bied je aan buiten de school
(sportschool/vereniging..)?*

- dansen
- paardrijden, diverse varianten van dans/ fitness bij twee fitnesscentra, duiken, klimmen, golf, squash,
- tennis squash zwemmen fitness
- golfsurfen, mountainbiken, wintersport,
- spel, turnen, dans, zelfverdediging en atletiek
- dans, rugby, verschillende zelfverdedigingssporten, handbal
- paardrijden, squash, fitness, tennis, ATB, joga
- klimmen, squashes, tennis, fitness
- tennis, zeilen, squash, allerlei soorten fitness in sportschool, golf, mountainbiken.

Foto's

Anita Riemersma

LO docenten:

Sebastiaan Voorn, Eric Swinkels, S.J. Koets, Eelke Baldé, David Guichelaar, Koen Anthoni, Ruben, Laurent Sikkens, Bert Krooshof, Robin Havik, Rini Braspenning, Hans Ahlers.

Contact:

m.massink1@upcmail.nl

Kernwoorden:

keuzeprogramma, SOK, keuzeplichtsysteem, sportoriëntatie

Aantal lessen

Het aantal lessen dat gemiddeld per activiteiten wordt geïnvesteerd is 3,5 uur (meestal blokken). Dat betekent dat de meeste scholen ervoor kiezen een activiteit meer dan een (blok)uur aan te bieden om een kennismaking meer kans van slagen te geven.

Beoordelen

Het beoordelen volstaat bij de meeste scholen (83 procent) met het aangeven van inzet en aanwezigheid met een o,v of g. Er wordt dan geen cijfermatige beoordeling gegeven. In de beoordeling liggen wel kansen om leerlingen te stimuleren te reflecteren op een periode van deelnemen aan een keuze activiteit. Het beoordelen zou dan kunnen volstaan met het beoordelen van het reflectieverslag (zie hiervoor 1 en 2). Belangrijk is

dat leerlingen feedback krijgen op hun reflectie. Dit kan met een beoordeling maar nog beter is een (geschreven) feedback geven. Daarmee geef je aan dat niet zozeer het niveau van de bewegingsvaardigheid bepalend is voor de beoordeling. Het gaat om het met inzet meedoen en of je over de keuze en het waarderen van de activiteit hebt nagedacht.

Tot slot

Het is goed te lezen dat scholen actief zijn met het werken met keuzeprogramma's voor leerlingen. Het is een interessante uitdaging dit op je eigen school goed vorm te geven. Goede samenwerking met de aanbieders in de buurt is zeker geboden. Maar ook naast het aanbod buiten school is er binnen school met het bestaande LO programma volop kans keuzemogelijkheden voor leerlingen te bieden. Uiteindelijk is een zelfgekozen activiteit het meest motiverend. Wij kunnen als LO docenten in dat keuzeproces een belangrijke rol spelen.

Met dank aan

Scholen:
Stedelijk Gymnasium Haarlem, Twickel College, Hengelo (Ov), CSW van de Perre, RGO Middelharnis, ECL Haarlem, Haarlemmermeerlyceum Hoofddorp, HNL Biltoven, Bonhoeffercollege Castricum, Candea College Duiven, Gymnasium Juvenaat Bergen op Zoom, Gravendreef, KSE Etten-Leur, Coornhert Lyceum, Haarlem.