

ZPORTIVO

on the move

Sportieve, zelfstandig samenwerkende leerlingen in een doorgaande ontwikkellijn voor PO en VO. Een leerlijn gericht op bewegen verbeteren is een uitdaging. Maar hoe breng je lijn in het leren samenwerken? Leerlingen met elkaar zelfstandig een bewegingssituatie op gang laten brengen. Hoe breng je daar structuur in aan en een opbouw van makkelijk naar moeilijk? In de methode van ZPORTIVO heb ik middelen ontworpen om samenwerkend leren in een opbouw te bevorderen.

TEKST ERIK BOOT



In de gymles van een brugklas vmbo heerst een gezellige dynamiek van elkaar helpen en met elkaar praten tijdens een spel in één van de vakken in een gymzaal. De docent vertelt enthousiast: "Dit had ik jaren eerder moeten doen". Leerlingen in de brugklas mogen bij hem in de les een zelf gekozen spel doen. Hij geeft ruimte aan de leerlingen om het spel aan te passen en afspraken te maken. De docent vertelt: "Er heerst veiligheid om iets uit te proberen met elkaar. De leerlingen zijn intrinsiek gemotiveerd, nemen initiatief en verantwoordelijkheid; geweldig, wat een dynamiek". De docent geniet van de groepsprocessen en weet steeds beter de verantwoordelijkheid bij de leerlingen te laten. De docent heeft een leerling activerende lesgeefstijl. Hij hanteert ZPORTIVO doe-het-zelf-kaarten om het zelfstandig samenwerken en evalueren beter te sturen en te begeleiden. Deze kaarten geven houvast, maar voldoende ruimte voor eigen inbreng van leerlingen.

Doe het zelf kaart

De leerlingen werken in dit voorbeeld met de 'freerun go' doe-het-zelf-kaart. De docent heeft bewust gekozen om deze leerlingen in geel te laten bewegen, waarin om de beurt wordt gespeeld. Leerlingen spelen zó met elkaar dat ze elkaar ruimte geven, soms even wachten en toch ook hun eigen uitdaging kunnen zoeken. De docent schat in, dat met deze activiteit optimaal

de ontwikkeling wordt aangesproken bij deze leerlingen. Docent gebruikt extra tools om met behulp van structuur de uitvoering zelfstandiger te laten verlopen, zoals pillonen, pijlen, zandloper en wachtplekken. Hij differentieert in de mate van zelfstandigheid bij de verschillende groepjes voor een optimale ontwikkeling.

Bewegemotivatie

De motivatie van de leerling in de gymles of andere beweegsituatie is cruciaal voor een actieve zelfstandige houding. Als leerlingen vaker zelf tot beweegplezier komen, heb je een sleutel in handen om tot een actieve leefstijl te komen voor nu en in de toekomst. Om motivatie te bevorderen moet je, binnen de kaders van je bewegingsonderwijsdoelen, tegemoet komen aan de sportwensen en behoeften van je leerlingen. En we weten, die is heel divers. Sommige leerlingen hechten belang aan sociaal contact en anderen vinden prestatie belangrijk. Met de kaarten komen we tegemoet aan de verschillende beweegmotieven door te differentiëren in die behoeften met verschillende soorten activiteiten in kleuren.

Foto's

Erik Boot

Contact

Speelgedrag@gmail.com
www.zportivo.nl

Kernwoorden:

Zportivo, samenwerken, leren, gedragskleuren

Gedragskleuren Speelgedrag als basis voor ZPORTIVO

Gedragskleur	Leerlijnen Gedrag	Speelgedrag Kenmerken	Activiteiten
Wit	Rust in spelen	Ontspannen en rust in jezelf	Yoga, ontspanningsoefeningen, mindfulness, aikido-stijl, afleidingsspelen, zelf-massage, rekken en strekken
Blauw	Naast elkaar spelen	Jezelf uitdagen en concentreren	Jongleren, fitness, duursporten (hardlopen, schaatsen, fietsen etc.), allerlei solo-sporten (surfen, skiën, boarden, kanoën, skeeleren etc.)
Geel	Om de beurt spelen	Elkaar ruimte geven en ander waarnemen	Zwemmen, gymnastiek, atletiek, free-runnen, parcours, urban sports, mikken (golf, jeu de boules, darts, boogschieten etc.)
Oranje	Samen delen spelen	Rekening houden met elkaar	Sportieve recreatie, tikspelen, afgooi, lummel-keeperspelen, stoeispelen, allerlei creatieve arrangementen
Groen	Samenwerk spelen	Samen plannen en uitvoeren	Groene samenwerkingsactiviteiten, acro-gym, sportklimmen, bootcamp, survivalsport, dans, theater
Rood	Tegen elkaar spelen	Presteren en respect tonen	Sportspelen (tennis, hockey, voetbal, basketbal, handbal, volleybal etc.), prestatiesport (solo, duo, meertal)

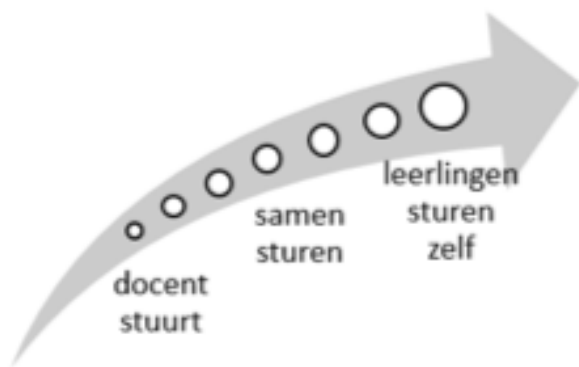


Gedragskleuren

Het kleurenmodel 'speelgedrag' is de leidraad om de complexiteit van het zelfstandig samenwerken in niveaus aan te duiden. Witte activiteiten vergen focus, maar ook respect voor elkaars rust. Gymnastiek en atletiek activiteiten (springen, rollen, balanceren, klimmen, zwaaien, hardlopen, mikken, jongleren) worden veel in geel of blauw gespeeld en zijn relatief makkelijk te organiseren voor zelfstandig samenwerken. Tikspelen, afgooispelen, stoeispelen en doelspelen worden in oranje of rood gespeeld. Hier vraagt het zelfstandig samenwerken meer vaardigheden van de deelnemers. Er is meer sociaal sportief gedrag nodig om het samenspelen tot een succes te maken. In rood spelen de belangen op, omdat 'af' zijn of een doelpunt tegen krijgen consequenties heeft voor het winnen of verliezen.

Hoewel in het PO vaker gekozen wordt voor meer oranje spelen, en in het VO meer aandacht is voor rode sportspelen, is dit nog geen uitgemaakte zaak. De keuze tussen een oranje of een rood spel is in wezen de keuze tussen recreatie en prestatie. Dit is dus gerelateerd aan de beweegmotivatie van de leerling. Het is gaaf als leerlingen zelf de keuze kunnen maken een spel in oranje of juist rood te spelen. Bijzonder zijn de groene spelen, waarin samenwerken en wederzijdse afhankelijkheid tot een doel op zich is verheven. Hierin speelt saamhorigheid en verbondenheid een grote rol. Ook deze groene spelen zijn zeer goed te vatten in een doorlopende leerlijn van PO naar VO. Er valt wat te kiezen in welke complexiteit de leerling zelfstandig gaat samenwerken, en dus ook in wat de leerling motiveert. De methode heeft zes gedragskleuren elk drie verschillende





tinten gegeven, waardoor achttien niveaus zijn gevormd die inspelen op beweegsucces.

De 7-sprong

Een volgende stap in het proces is het kiezen van een stap in het begeleidingsmodel met behulp van 'de 7-sprong'. In ons voorbeeld kiest de docent voor een groepje stap 5: een aanvoerder krijgt de taak om een doe-het-zelf kaart voor te lezen en uit te leggen. De aanvoerder zorgt dat er afspraken gemaakt worden over de bewegingsrichtingen bij het freerun-go. De aanvoerder heeft tijdens de uitvoering de taak signalen van anderen op te vangen en eventueel iedereen te laten stoppen en aanpassingen met elkaar te bespreken en naar tevredenheid bij te stellen. Ook heeft hij de taak te evalueren met het groepje aan het einde van de beweegtijd.

De 7-sprong (zie schema onderaan de pagina) geeft de docent richting in het begeleiden naar meer zelfstandig samenwerken. Uitgangspunt is om optimale zelfstandigheid aan leerlingen te geven met behoud van succesbeleving. Zelfstandig samenwerken bouw je op. Je ziet vaak de volgende opbouw in het proces naar meer zelfstandigheid:

- docent stuurt, geeft informatie, verdeelt rollen, verduidelijkt taken en verwoordt doelen. De docent stuurt door vragen te stellen en houdt de vorderingen bij.
- Samen sturen, de leerlingen krijgen een gedeelde verantwoordelijkheid. De docent geeft keuzemogelijkheden, bevordert interactie en laat de leerlingen zelf nadenken over zaken.
- Leerlingen sturen zelf. Als de leerlingen meer zelf sturing geven bewaakt de docent de kaders, maar is slechts op afstand betrokken

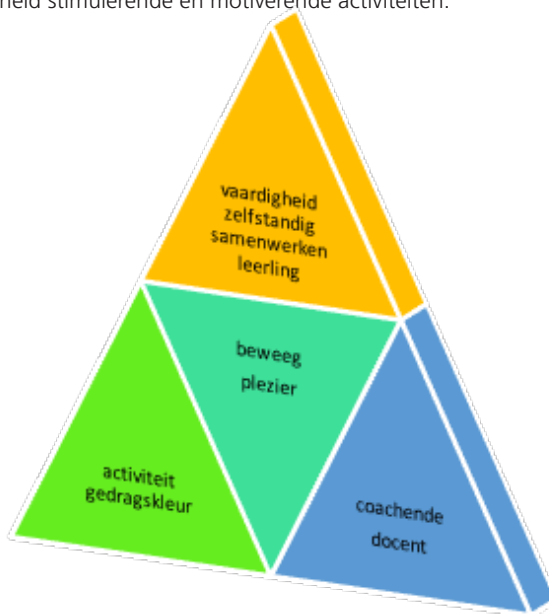
bij het proces, die de leerlingen onderling aangaan.

Vaardigheden

Leerlingen hebben vaardigheden nodig om in een activiteit zelfstandig samen te kunnen werken. We onderscheiden vaardigheden als: initiatief nemen, actief luisteren, taken uitvoeren, voor jezelf opkomen, anderen begrijpen, met kritiek kunnen omgaan, conflicten oplossen, verantwoordelijkheid nemen, evalueren en reflecteren. Hier een voorbeeld van 'verantwoordelijkheid nemen' in een 7-sprong.

Taak docent

Een docent is positief nieuwsgierig naar de beweegredenen van een leerling en brengt zelfstandigheid in de groep door ruimte te geven door zich coachend op te stellen. Dit proces gaat in bewust genomen stappen. De docent creëert steeds een veilige klimaat door, waar nodig, naast de leerling te staan en aandacht en steun te geven. De docent geeft structuur door een positief verwachtingspatroon neer te zetten, waarin de leerlingen aangesproken kunnen worden op zijn/haar gedrag en verantwoordelijkheid. De docent geeft ruimte om de leerling zoveel mogelijk te activeren zelf verantwoordelijk te zijn en zelfvertrouwen op te doen. De docent streeft naar zelfstandig samenwerkend beweegsucces van leerlingen door een goede insteek met behulp van de tools van ZPORTIVO in zelfstandigheid stimulerende en motiverende activiteiten.



7-sprong	1	2	3	4	5	6	7
Verantwoordelijkheid nemen	Docent geeft opdrachten en taken en leerling voert deze zo goed mogelijk uit	Docent stelt vragen en leert leerling na te denken over hetgeen hij/zij doet	Leerling stelt vragen aan de docent over inhoud van taak en rol	Leerling stelt vragen aan medeleerlingen en gaat de communicatie aan	Leerling tracht beter resultaat te halen door zelf kritisch te zijn	Leerling ziet verbeterpunten en brengt die naar voren en onderhandelt daarover	Leerling is zelfkritisch en kritisch naar anderen voor een bepaald resultaat