

Reguleren bestaat al jaren

Regelmatig besteden we in *Lichamelijke Opvoeding Magazine* aandacht aan reguleren in het bewegingsonderwijs. Nu in 2017 doen we dat weer. Vanaf de basisschool is reguleren ingeburgerd in ons onderwijs. En ons vak is daar ook uitermate geschikt voor. Sinds wanneer is gang naar zelfstandig werken in lessen LO zo van belang geworden?

TEKST EN FOTO'S HANS DIJKHOFF

Nu is het niet zo dat reguleren voor een bepaalde tijd niet aan de orde was. Natuurlijk waren er collega's die ermee bezig waren. Maar in de jaren '90 werd voor het eerst het doel van het bewegingsonderwijs in kerndoelen vastgelegd. Waar moesten we van de overheid uit aan voldoen?

Basisonderwijs

In 1993 zijn de kerndoelen voor het basisonderwijs vastgesteld. Vijf jaar later volgde een licht herziene versie. Lichamelijke opvoeding wordt als volgt getypeerd: Lichamelijke opvoeding is erop gericht dat de leerlingen kennis, inzicht en vaardigheden verwerven die nodig zijn om op verantwoorde manier

In de jaren '90 werd voor et eerst het doel van het bewegingsonderwijs in kerndoelen vastgelegd

deel te nemen aan de bewegingscultuur [...]. In het basisonderwijs gaat het in de eerste plaats om het bijbrengen van een breed scala aan bewegingsvaardigheden, waarbij tevens veel aandacht wordt gegeven aan vaardigheden en kennis die nodig zijn om samen verantwoord en rekening houdend met elkaar te kunnen bewegen. Voor een latere, en blijvende, deelname is het van belang dat leerlingen zich oriënteren op diverse vormen en de waarde van de hen omringende bewegingscultuur en daarover kunnen reflecteren (bijvoorbeeld over hun voorkeuren, het hanteren van regel afspraken, veiligheid en hoe je samen met anderen een bewegingssituatie op gang brengt en houdt). (Uit (2007) Naar beter bewegingsonderwijs.)

Je ziet dat het reguleren wordt genoemd maar nog niet prominent aanwezig is.

Vervolgens zijn er, betrekkelijk globaal, zeven kerndoelen geformuleerd, verdeeld over de bewegingsdomeinen gymnastiek en atletiek, spel en bewegen op muziek. Om de scholen en de onderwijsgeevenden meer houvast te geven, hebben SLO en KVLO opvoeding in 1999 het Basisdocument Bewegingsonderwijs ontwikkeld. In dit document zijn bouwstenen voor een verantwoord leerplan uitgewerkt in leerlijnen, tussendoelen en methodische/didactische uitwerkingen.

In dit boekwerk waarin wordt gesproken over twaalf leerlijnen waarin de oefenstof wordt ingedeeld is bij de aanbidding daarvan nadrukkelijk een plaats ingeruimd voor regulering.

Met ingang van 2006 zijn nieuwe kerndoelen van kracht geworden. Deze zijn, vergeleken met de vorige, geringer in aantal en in nog algemenere termen gesteld: (1) de leerlingen leren op een verantwoorde manier deelnemen aan de omringende bewegingscultuur en leren de hoofdbevingenselen van de belangrijkste bewegings- en spelvormen ervaren en uitvoeren; (2) 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. (Uit (2007) Naar beter bewegingsonderwijs.)

Je ziet hier dat in de twee overgebleven doelen het tweede eigenlijk helemaal gaat over reguleren en zaken die daarmee verband houden.

Onderzoek

In 2002 werd het groene licht gegeven voor een onderzoek naar de kwaliteit van de lichamelijke



▲ Samen opruimen

opvoeding. Het was nogal grootschalig en er werd door diverse partijen (Mulier Instituut, ALO's, Universiteiten, SLO) gedragen. Vanuit het Mulier Instituut was Harry Stegeman de projectleider.

Het onderzoek liep van 2003 tot 2007, het jaar waarin alle resultaten gebundeld verschenen in een mooi boek: *Naar beter bewegingsonderwijs, over de kwaliteit van sport en bewegen op school*, waarvan Stegeman de redactie had.

Een van de onderdelen was een uitgebreide vragenlijst die werd voorgelegd aan duizenden leerlingen uit PO en VO. Daarin werd gevraagd wat ze belangrijk vonden in de les.

Dit vonden de leerlingen van de basisscholen naast alle beweegactiviteiten ook van belang.

Andere activiteiten

*Wat bij de andere dan bewegingsactiviteiten (verder aangeduid als 'andere activiteiten') opvalt, is het grote belang op dat leerlingen hechten aan het 'met anderen samenwerken'. Ook activiteiten die verband houden met de veiligheid scoren hoog: 'veiligheidsvoorschriften, afspraken en regels naleven' en 'hulpverlenen'. 'Een spel spelen zonder scheidsrechter' wordt als enige 'andere' activiteit door iets minder dan de helft van de leerlingen belangrijk gevonden. (Uit (2007) *Naar beter bewegingsonderwijs*.)*

En wat blijkt? Als je aansluit bij wat de leerlingen belangrijk vinden, gaat de motivatie omhoog!

Voortgezet onderwijs

Ook in het voortgezet onderwijs zijn voor lichamelijke opvoeding kerndoelen (basisvorming) en eindtermen (bovenbouw vmbo, havo, vwo) van kracht.

Onderbouw

Ook de eerste versie van de kerndoelen voor de basisvorming dateert van 1993 en ook deze is in 1998 iets bijgesteld. De algemene vakdoelstelling luidt als volgt:

- *het onderwijs in lichamelijke opvoeding is erop gericht dat de leerlingen: vaardigheid, kennis en een positieve attitude verwerven om belangrijke bewegingsproblemen in bewegingssituaties zelfstandig (samen) op te lossen*
- *(samen) eenvoudige regelende taken in bewegingssituaties kunnen vervullen*
- *plezier beleven aan het deelnemen aan verschillende bewegingssituaties*
- *een bevredigende persoonlijke keuze kunnen maken en realiseren met betrekking tot bewegen (en/of het leiding geven daaraan) in de vrije tijd*
- *kritisch kunnen omgaan met maatschappelijke (ethische) aspecten van bewegen in beroeps- en vrijetijdssituaties*
- *vaardigheden en kennis op het terrein van lichamelijke opvoeding verwerven met het oog op beslissingen over vervolgopleidingen, de latere beroepsuitoefening en maatschappelijk functioneren, met inbegrip van vrijetijdsbesteding.*

Kerdoelen basisvorming

Een en ander is nader gespecificeerd in achttien kerndoelen, verdeeld over vijf domeinen:

spel, turnen, bewegen op muziek, atletiek en zelfverdediging.

Na de evaluatie van de basisvorming in 1999 is besloten om de gedetailleerdheid in voorschriften vanuit de overheid meer los te laten. De kerndoelen bewegen en sport zijn per augustus 2006 teruggebracht van achttien tot zes globale doelen, waarin het gaat om een brede oriëntatie op verschillende soorten bewegingsactiviteiten.

Ik pik het kerndoel dat voor dit verhaal van belang is eruit.

57. De leerling leert eenvoudige regelende taken te vervullen die het mogelijk maken, zelfstandig en samen met andere leerlingen bewegingsactiviteiten te beoefenen.

Terug naar het onderzoek van Mulier. In het VO is het al niet anders. Ook hier vinden leerlingen reguleren heel belangrijk.

Bij de 'andere activiteiten' valt net als in het basisonderwijs het belang op dat kinderen hechten aan het 'met anderen samenwerken'. Ook activiteiten die verband houden met veiligheid (en gezondheid) scoren hoog. 'Veiligheidsvoorschriften, afspraken en regels naleven', 'inzicht krijgen in het belang van een warming-up' 'hulpverleners bij turnen en gevaarlijke situaties bij turnen herkennen'.

(Uit Naar beter bewegingsonderwijs.)

Eind 2002 stond in *Lichamelijke Opvoeding 14* (ja zoveel hadden we er toen...) het eerste deel van een artikelenreeks van dr. Edwin Timmers: *Laat de leeromgeving het werk doen.*

In drie afleveringen wordt hierin beschreven het belang van een 'krachtige leeromgeving' op het zelfstandig (leren) leren van de (studenten) leerlingen.

Naast de theoretische onderbouwing besprak hij ook enkele praktijkuitwerkingen.

In de uitgebreide versie van dit artikel op de website kun je enkele voorbeelden vinden. Deze gaan over het inzetten van leerlingen in regulerende rollen.

In het Basisdocument voor het VO zijn vier sleutels te vinden: bewegen verbeteren, bewegen regelen, bewegen beleven en gezond bewegen. Met behulp van de figuur tetraëder wordt uitgelegd dat eigenlijk alle zaken in een les wel voorkomen alleen dat de accenten kunnen verschillen al naar gelang van je doelstelling van je les. Bij het bewegen regelen gaat het om: inrichten, hulpverleners, coachen/begeleiden, scheidsrechters/juriers, organiseren en ontwerpen.

Bovenbouw

De eindtermen voor vmbo/havo/vwo zijn onderverdeeld in vijf domeinen. Hier pak ik het



▲ *Onderlinge instructie*

voor dit artikel van belang zijnde domein eruit:

Domein C. Bewegen en regelen

De kandidaat kan (samen met anderen) ondersteunende en leidinggevende rollen in bewegingssituaties vervullen, waarbij het gaat om:

- *bewegingssituaties inrichten, op gang brengen en op gang houden;*
- *minimaal twee door de leerling te kiezen rollen van instructeur, coach/begeleider, scheidsrechter/jurylid en organisator.*

Dit komt logischerwijze sterk overeen met de kerndoelen van de onderbouw

Reguleren neemt een steeds grotere plaats in

Even terug naar het tweede kerndoel in het basisonderwijs: (2) *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.*

Het gezamenlijk reguleren van wat je met elkaar doet en nalaat speelt een grote rol en de daarmee samenhangende medeverantwoordelijkheid. Als voorbeelden: het vangen van een door een medeleerling toegeworpen bal is ook een verantwoordelijkheid van de werper. Of, is het elkaar hulpverleners net zo essentieel als het zelf 'kunstjes' doen. Ook het ontwikkelen van een eigen bewegingsbeeld (een adequaat zelfbeeld) is in dit kerndoel opgenomen. Met andere woorden: in essentie gaat het in dit



kerndoel om het vergroten van de zelfstandigheid van de kinderen in het deelnemen aan bewegingssituaties en om het vergroten van het inzicht in de bewegingssituaties. In recente, breed gedragen publicaties over het bewegingsonderwijs in de basisschool worden dit reguleringsdoelen genoemd. In deze reguleringsdoelen gaat het om: 'omgaan met het arrangement', 'omgaan met de regelingen in de bewegingssituatie' en 'reflecteren op de activiteit en het bewegingsgedrag'. Deze drieslag - arrangement, regelingen en reflecteren - is ook gebruikt bij de beschrijving van de tussendoelen. Het gaat dan meer concreet om bijvoorbeeld: inschatten van de eigen bewegingsmogelijkheden, maar ook om veiligheid en hulpverlening, verschillende taken uitvoeren en omgaan met winst en verlies.

We zien dat er sinds de jaren '90 expliciete aandacht voor regulerende rollen is in het bewegingsonderwijs

Er zijn ook voor dit kerndoel leerlijnen aan te geven. De kinderen kunnen steeds complexere taken op zich nemen, krijgen steeds meer inzicht in de (complexere) activiteiten en kunnen dit inzicht steeds gericht toepassen op zichzelf of anderen in hun omgeving. Er is dus ook hier sprake van een doorgaande lijn.

Deze lijn wordt dus doorgetrokken in het voortgezet onderwijs. Beter worden in bewegen

is prioriteit maar kan goed worden ondersteund doordat leerlingen medeverantwoordelijk worden voor de inhoud en daar een goede bijdrage aan leveren.

België

Het zal je niet vreemd voorkomen dat er in België een gelijkvormige ontwikkeling plaatsvindt. Op de verschillende universiteiten (Gent en Leuven met name) worden didactische materialen ontwikkeld ter ondersteuning van regulerende taken. Alleen wordt er dan meer gesproken over ondersteunende rollen. Er is in België een onderscheid in doelen. De tweedeling is motorische doelen en sociale doelen. Het belangrijkste is dat de kinderen beter leren bewegen. Daarnaast gaat het om sociale competenties die in dienst staan van dat beter leren bewegen. Voor de leerlingen is het prettig om zo een positief zelfconcept te ontwikkelen. Door onder andere te coachen of hulp te verlenen leer je je mond open te doen voor een groep. Als je feedback wilt geven, betekent dat dat je weet moet hebben van het bewegingsverloop. Dat komt dus ook je inzicht ten goede.

Ik verwijs graag naar het artikel *Inspireren en bewegen, aan de slag met ondersteunende rollen in de lessen LO*, van Leen Haerens e.a. op pagina 34 in dit magazine.

Slot

We zien dat er sinds de jaren '90 expliciete aandacht is voor regulerende rollen in het bewegingsonderwijs. Sinds het midden van het eerste decennium van deze eeuw zien we dit ook vastgelegd in de kerndoelen en eindtermen. Zowel in Nederland als België is deze trend zichtbaar.

Buiten het feit dat er meerdere doelen kunnen zijn binnen het bewegingsonderwijs die niet direct te maken hebben met beter leren bewegen is er door onderzoek ook meer bekend over het medeverantwoordelijk maken van de leerling over de lesinhoud. In ieder geval neemt de motivatie toe.

Bij samenwerken en leren reguleren zijn voor de docent twee vuistregels van belang (Ebben en van Ettehoven):

- 1 Doe niets wat leerlingen zelf kunnen.
- 2 De aanwezigheid van de docent heeft wel een meerwaarde.

Hoe zelfstandiger de leerlingen aan de les meedoen des te meer tijd de docent heeft om aandacht te besteden aan andere zaken; aan leerlingen die extra hulp nodig hebben om beter te leren bewegen of talenten die extra willen oefenen; of door meer in te gaan op de kwaliteit van bewegen regelen; aandacht voor sociale vaardigheden en groepsprocessen (active reviewing). Kortom, het schept kansen en is niet meer weg te denken uit ons onderwijs!

Kernwoorden

reguleren, basisonderwijs, voortgezet onderwijs, kerndoelen, eindtermen

Contact

hans.dijkhoff@kvlo.nl