

Bewegingsonderwijs als basis van een leven lang actief blijven

Physical literacy binnen de master PESP op de Calo Windesheim

Internationalisering is een breed begrip. Zo breed dat we dit artikel er ook kunnen onderbrengen. Het gaat hierin over de term Physical literacy, wat daaronder, in de Angelsaksische literatuur, wordt verstaan en hoe Nederlandse auteurs dat hebben opgepakt. Een interessante studie.

TEKST CORS VAN DEN BRINK

Op een van de muren van het kleine stadion van GAC in Hilversum was decennialang te lezen: "Atletiek: niet voor even, maar voor het leven".

Dat is een inspirerend motto voor pupil én veteraan. Maar meer en meer wordt duidelijk dat de basis voor het levenslang sporten op jonge leeftijd wordt gelegd.

Die visie komt nadrukkelijk aan de orde binnen het concept Physical Literacy. Dit van oorsprong Britse begrip krijgt inmiddels internationaal de nodige aandacht. Het maakt ook onderdeel uit van het programma van de Master Physical Education and Sport Pedagogy (PESP) en het werk binnen het lectoraat Beweging, School en Sport van de Calo Windesheim.

Wat verstaan we eronder?

Niek Pot, onder meer docent op Windesheim, kwam tijdens zijn promotie aan de toenmalige faculteit Bewegingswetenschappen aan de VU in Amsterdam in aanraking met het concept Physical Literacy. Het begrip werd ruim twintig jaar geleden geïntroduceerd door de Britse pedagoge Margeret Whitehead. 'Zij vond dat in het Britse bewegingsonderwijs de sport en de sportieve prestatie te veel centraal staan', zegt Pot. Hij tekent daarbij aan dat dit in de Angelsaksische onderwijscultuur veel sterker is dan bijvoorbeeld in Nederland.

'Whitehead kiest voor een holistische benadering, uitgaande van kinderen die bewegend in de wereld staan en zich bewegend ontwikkelen. Dat gaat heel wat verder dan leerlingen een

rondje laten hollen opdat ze vervolgens beter opletten bij wiskunde.'

Johan Steenbergen verwoordde het denken achter Physical Literacy in een artikel op Sportknowhow XL als volgt: 'Whitehead is sterk geïnspireerd door fenomenologen/existentialisten als Merleau Ponty en Sartre en ze zet zich af tegen de dualistische visie op de mens. De mens kan, volgens haar, niet worden opgedeeld in een fysiek lichaam (object) en een niet-fysieke geest (het subject). De mens is zijn lichaam en als zodanig dus ook altijd 'lichamelijk in de wereld'. Beweging is primair een vorm van handelen in een betekenisvolle context. Die brede aandacht voor beweging past heel goed binnen de onderwijsfilosofie van de Calo, zoals die ooit is geïntroduceerd en verwoord door prof. Gordijn, benadrukken zowel Steenbergen als Pot. "Sport was voor hem één van de beweegvormen, al is het voor veel kinderen een goed aangrijpingspunt om zich breder, bijvoorbeeld ook sociaal te ontwikkelen. Fietsen en wandelen, in bomen klauteren en er misschien uitvallen, een berg opklimmen: het hoort er allemaal bij. En dat dan niet beperkt tot de kindertijd en de jeugd jaren, maar van de wieg tot het graf", aldus Pot. 'Persoonlijk vind ik de term Physical Literacy, te vertalen als fysieke geletterdheid, eigenlijk niet zo goed gekozen, omdat het om veel meer gaat dan het fysieke. Met deze term wordt toch weer het (niet bestaande) onderscheid tussen lichaam en geest verondersteld."



▲ **Werken aan motivatie en zelfvertrouwen**

Uitdaging

De kunst van het bewegingsonderwijs is om kinderen uit te dagen om hun bewegingsvaardigheden zo breed mogelijk te ontwikkelen op een manier die past bij hun mogelijkheden. Die boodschap vanuit Physical Literacy is duidelijk. Wat is daar voor nodig?

“Motivatie en zelfvertrouwen zijn essentieel om je in verschillende bewegingcontexten te begeven”, zegt Pot. “Dat wil zeggen dat je wilt en durft in te spelen op de uitdagingen die je in je omgeving vindt of krijgt aangeboden. Dat je de mogelijkheden krijgt om daarin je eigen weg te gaan. En dat je er ook plezier aan beleeft.” Pot noemt aan aantal kenmerken van het bewegingsonderwijs vanuit de ideeën van Physical Literacy:

- Kinderen vrijheid geven bij het kiezen van beweegvormen, omdat autonomie een belangrijke bron van motivatie is.
- Spelvormen zoeken die aansluiten bij het niveau van het individuele kind en dus zorgen voor een gedifferentieerd aanbod.
- Niet toewerken naar een standaardniveau voor de hele groep of klas, maar elk kind een eigen doel laten stellen.
- Beweegvormen ontwikkelen in spelvormen; dus bijvoorbeeld in het basketbal geen losse baloefeningen, maar kinderen hun vaardigheden in het overgooien en werpen laten ontwikkelen vanuit de context van een spel.

Die manier van werken is niet exclusief voorbehouden aan het bewegingsonderwijs, zegt Pot. “Je kunt ook denken aan de KNVB, die voor het pupillenvoetbal is overgestapt op kleinere veldjes. In het hockey spelen de jongsten nu wedstrijdje van 3 tegen 3 op veldjes waar aan beide zijden twee goals staan waar ze kunnen

scoren. Zo leren die kinderen al heel snel om het spel breed te houden, zonder dat je dat in woorden hoeft uit te leggen.” Masterdocent Jeroen Koekoek doet onder andere onderzoek naar dit soort aangepaste spelvormen, die nauw aansluiten bij de uitgangspunten van Physical Literacy.

Risicovol spelen

Een ander concreet voorbeeld: voor het zelfvertrouwen van kinderen en het zelf leren inschatten van hun mogelijkheden is het belangrijk dat kinderen risicovol mogen spelen. Dus als een kind een flinke stok oppakt om er een bal mee weg te slaan moet je dat niet verbieden. Maar er wel op wijzen dat het kind met die stok een ander kind kan raken en dat je het spel dus zo moet inrichten dat de kans daarop kleiner wordt. ‘Het betekent ook dat kinderen weleens in een sloot vallen en onder de modder thuiskomen. Maar als je ze van de kant van de sloot weghoudt, leren ze veel minder goed hun eigen mogelijkheden inschatten.’

Als kinderen wel ruimte krijgen om ontdekkend te bewegen, zullen ze vaardigheden als balans, coördinatie, flexibiliteit, precisie en kracht ontwikkelen en hun mogelijkheden tot zelfregulatie. Meer in het algemeen: ze krijgen vertrouwen in hun motorische mogelijkheden.

Wat heeft het Nederlandse bewegingsonderwijs aan Physical Literacy, als dit denken zo bepaald is door de Angelsaksische cultuur?

Pot: “Het geeft ons een taal om met verschillende sectoren over de ontwikkeling van kinderen te praten. Dus niet alleen binnen het bewegingsonderwijs, maar ook met de sportvereniging, de buurtsport en bijvoorbeeld een BSO waar veel aan sport wordt gedaan. Als je met vakleerkrachten, trainers, combinatiefunctionarissen en anderen op deze manier kunt kijken naar hoe kinderen zich ontwikkelen, kun je ook werken aan doorlopende leerlijnen. Zodat kinderen tijdens de gymles niet op een heel andere manier bezig zijn dan bij het naschoolse sporten of bij hun sportclub. Je zou dat “context-overstijgend samenwerken” kunnen noemen.”

IPLA

Het denken over Physical Literacy vindt, zoals gezegd, een belangrijke voedingsbodem in het denken van Margeret Whitehead en vond veel weerklank in Canada. Inmiddels is er een International Physical Literacy Association (IPLA), die regelmatig bijeenkomsten organiseert rond dit thema.

Pot: “Mijn promotieonderzoek ging over de vraag hoe de school een rol kan spelen bij de langdurige sportparticipatie van kinderen. Een van mijn conclusies was dat een brede benadering, zoals in de visie van Physical Literacy wordt aanbevolen, daar een factor bij kan zijn. Juist

de sociale context - ouders, vriendjes - speelt een grote rol bij de sportkeuze en motivatie van kinderen. Alleen wat kennismakingstrainingen aanbieden heeft meestal niet zoveel zin."

"Vanuit die belangstelling heb ik in de afgelopen jaren bijeenkomsten van de IPLA bezocht en ik ben gevraagd om als een soort toezicht-houder de ontwikkelingen daar kritisch te volgen. Ivo van Hilvoorde, mijn begeleider bij het promotieonderzoek en lector binnen Windesheim, en ik hebben ook meegewerkt aan enkele publicaties. We werken nu met IPLA samen aan een Europees boek over Physical Literacy. Op Windesheim doen we binnen het lectoraat Bewegen, School en Sport onderzoek naar Physical Literacy. Het is daarmee ook een belangrijk thema binnen de Master Physical Education and Sport Pedagogy."

"Physical Literacy biedt ons ook een taal om over de grens te kijken. Zo zullen we komend voorjaar met de masterstudenten bijvoorbeeld een studiereis maken naar Liverpool, waar we contact hebben met studenten die op een vergelijkbaar terrein bezig zijn en op basisscholen kunnen kijken hoe daar het bewegingsonderwijs is ingericht."

Verkenning op het begrip in Nederland

Johan Steenbergen voerde, mede op verzoek van Kenniscentrum Sport en het Mulier Instituut, vorig jaar een verkenning uit naar initiatieven rond Physical Literacy in Nederland. Dat heeft onder meer geresulteerd in een groepje mensen (Kristine de Martelaer, Sanne de Vries, Hugo van der Poel, Remo Mombarg, Geert Savelsbergh, Berend Brouwer en Jo Lucassen) dat zich de kwartiermakers noemt. Ivo van Hilvoorde maakt ook deel uit van deze groep.

"Binnen het lectoraat Bewegen, School en Sport zijn we steeds op zoek naar nieuwe concepten, die aansluiten bij onze manier van kijken naar het bewegen", aldus Van Hilvoorde.

"Een term als geletterdheid spreekt veel mensen aan, omdat je taal nodig hebt in de wereld waarin je leeft. Dat geldt net zo goed voor motorische vaardigheden. Bewegen is fundamenteel voor het mens-zijn. Het ontwikkelen van motorische vaardigheden moet je dus een plek geven in het onderwijs en dan het liefst zo dat kinderen gemotiveerd worden om levenslang te blijven bewegen. In onze optiek gaat het om veel meer dan het louter ontwikkelen van sportieve talenten of om de zogenoemde 'fundamental movement skills'. Het belang van lezen en schrijven is ook niet te reduceren tot het leren van letters."

"Op de laatste Dag van het Sportonderzoek trok een symposium over Physical Literacy veel belangstellenden. Dan gaat het bijvoorbeeld over de rol van de ouders en de rol van de omgeving waarin kinderen opgroeien. Op basis van de inventarisatie die Steenbergen heeft gedaan, willen we als kwartiermakers proberen deze ontwikkeling te versterken door samen te werken en te zorgen dat we recht blijven doen aan het oorspronkelijke concept. We denken ook na over nieuwe onderzoeksinitiatieven en mogelijkheden om daarvoor subsidie aan te vragen, maar dat is nog een hele klus."

Praktische informatie

De master Physical Education and Sport Pedagogy wordt gegeven op de Calo-Windesheim in een lesgroep van 15 tot maximaal 24 studenten en duurt twee jaar. De lessen vinden plaats op maandag in Zwolle, de studiebelasting is gemiddeld 20 uur per week.

▶
Master PESP
startdag

Foto's

Corina van Doodewaard

Meer informatie over onder meer het studieprogramma is te vinden op www.windesheim.nl/masterpesp of stuur een email naar

Contact

CL.van.Doodewaard@windesheim.nl

Kernwoorden

internationalisering,
physical literacy

