

# Toolbox

## voor een motiverend leerklimaat

“Ja, dat doe ik echt niet meneer! Dan sta ik harstikke voor schut!”

“Wow, supergaaf! Zal ik het voordoen voor de klas juf?”

“Ah nee, niet weer een wedstrijdje! Ik verlies toch altijd!”

“Doe ik het zo goed meester? Wilt u even kijken?”

“Ik vind dit saai! Het is echt veel te makkelijk!”

“Dat kan ik echt niet juf! Doodeng! Zeker als iedereen staat te kijken hoe ik dadelijk uit die ringen vlieg”.

“Hoezo heb ik een onvoldoende voor verspringen? Ik ging zo lekker. Ik vind er niks meer aan zo!”

Iedere leerling beleeft de les LO op zijn eigen manier. Wat de ene leerling leuk en motiverend vindt, ervaart de andere leerling mogelijk als vervelend en daarmee demotiverend. In dit artikel wordt ingegaan op welke wijze de leraar LO positief invloed kan uitoefenen op de motivatie van leerlingen in de les LO.

TEKST GWEN WEELDENBURG, LARS BORGHOUTS & MENNO SLINGERLAND

**D**agelijks sta je als leraar LO voor de uitdagende en verantwoordelijke taak om leerlingen beter (samen) te leren bewegen en hen te enthousiasmeren voor bewegen en sport, een leven lang (KVLO, 2017). Daarom is het belangrijk dat je een leeromgeving creëert die tegemoetkomt aan de motivationele behoeften van leerlingen. Met andere woorden, het is belangrijk is dat je op zoek gaat naar de drijfveren die ervoor zorgen dat een leerling wel of juist niet actief deelneemt aan je lessen. Wat stimuleert hen juist *wel* of *niet* om in beweging te komen en actief betrokken te blijven in jouw lessen? Gezien de grote verschillen tussen leerlingen binnen het vakgebied LO, is dit geen eenvoudige opgave. Iedere leerling is anders en heeft verschillende talenten en behoeften. Om een positieve bijdrage te leveren aan de leerprocessen van leerlingen en hen te stimuleren ook

buiten de muren van de school fysiek actief te blijven of te worden, is het van belang om in je lessen zoveel mogelijk rekening te houden met deze verschillen en maatwerk te leveren. Het lukt veel leraren LO in de regel al aardig goed om rekening te houden met de verschillen in motorische vaardigheden middels differentiatie in leerinhoud. Gelukkig maar! Het veelvuldig opdoen van succesvolle ervaringen is namelijk niet alleen van groot belang voor het motorische leerproces van leerlingen, maar ook voor

**Het lukt veel leraren LO in de regel al aardig goed om rekening te houden met de verschillen in motorische vaardigheden middels differentiatie in leerinhoud**





hun motivatie. Het is alleen de vraag aan welke 'knoppen' je als leraar LO nog meer kunt draaien om (nog) meer of beter tegemoet te komen aan de motivatie van leerlingen. Kortom, hoe je een motivationeel leerklimaat kunt creëren en managen.

### **Motivatie doet ertoe!**

Onderzoek toont aan dat het meer dan de moeite waard is om te investeren in het positief beïnvloeden van de motivatie van je leerlingen. We spreken daarbij liever niet van 'veel of weinig motivatie', maar van een verschillende kwaliteit van motivatie. Leerlingen waarbij sprake is van een hoge kwaliteit van motivatie, vertonen in de les een aantal positieve kenmerken. Zo zijn ze fysiek actiever, en hebben ze meer concentratie, inzet, betrokkenheid, zelfstandigheid en doorzettingsvermogen. Terwijl leerlingen waarbij sprake is van een mindere kwaliteit van motivatie, of waarbij de motivatie zelfs geheel ontbreekt (amotivatie), geen

of weinig betrokkenheid vertonen maar juist vermijdingsgedrag en verveling. Ook ervaren zij gevoelens van stress, minderwaardigheid en faalangst (Aelterman e.a., 2012; Haerens e.a., 2010; Lonsdale e.a., 2008; Ntoumanis, 2001, 2005; Ntoumanis & Standage, 2009). Het beïnvloeden van motivatie van leerlingen ten aanzien van LO is een complex en vooral dynamisch proces. Om enigszins grip te krijgen op deze processen kunnen motivatietheorieën goed van pas komen. Met name de Achievement Goal Theory (AGT; Ames, 1992; Nicholls, 1989; Elliot & McGregor, 2001) en de Self Determination Theory (SDT; Deci & Ryan, 2000, 2002) zijn twee motivatietheorieën die bruikbare handvatten kunnen bieden voor de dagelijks beroepspraktijk van de leraar LO. Ze hechten beide veel waarde aan de leeromgeving die door de leraar wordt gecreëerd en gemanaged en daarmee positieve, maar ook negatieve, invloed kan uitoefenen op de motivatie van de leerling. Over de SDT hebben





▲ *Figuur 2. Tools gecategoriseerd naar drie uitgangspunten*

wij al eerder geschreven in de Lichamelijke Opvoeding (Borghouts e.a., 2015). De AGT gaat er, zeer kort samengevat, vanuit dat je in sport en bewegen door verschillende doelen gedreven kunt worden. Zo kun je *taakgericht* zijn of *prestatiegericht*. In het eerste geval wil je vooral jezelf verbeteren, in het tweede geval wil je het

**De AGT gaat er, zeer kort samengevat, vanuit dat je in sport en bewegen door verschillende doelen gedreven kunt worden**

vooral beter doen dan anderen. En sommige leerlingen doen er alles aan om juist te vermijden dat ze de competitie aan moeten gaan. Zij zijn dus *'prestatievermijdend'*. Met name een taakgericht leerklimaat kan leerlingen (beter) ondersteunen in hun motivatie. Een prestatiegericht leerklimaat is voor de meeste leerlingen nadelig voor hun leerproces (maar er zijn zeker ook uitzonderingen).

**Toolbox als hulpmiddel voor leraar LO**

Afgelopen jaar verscheen het boek 'Motiverend Coachen in de Sport' van Aelterman e.a. (2017). In dit boek worden een aantal bouwstenen omschreven waarmee sportcoaches kunnen zorgen voor een beter motivationeel klimaat. Hierdoor geïnspireerd, en met onderbouwing vanuit de SDT en AGT, is door ons binnen het lectoraat *Move to Be* van Fontys Sporthogeschool de *'Toolbox Motivationeel Leerklimaat Les LO'* (zie figuur 1) ontwikkeld.



▶ *Figuur 1. Toolbox Motivationeel Leerklimaat les LO'*

Deze toolbox omvat gereedschappen die de leraar LO in kan zetten in de lessen om (nog) beter aan te sluiten bij de motivationele behoeften van leerlingen en daarmee positief invloed uit te oefenen op de motivatie van de leerlingen. Deze toolbox wordt op dit moment onder andere ingezet binnen het onderzoeksproject 'Lesson Study: Samen kom je verder', dat in samenwerking met de Universiteit Gent op twintig VO-scholen in Nederland met vaksecties LO wordt uitgevoerd.

De *tools* zijn gecategoriseerd aan de hand van drie belangrijke uitgangspunten voor de leraar LO (zie figuur 2):

Zorg er in je les LO voor dat...

1. Iedere leerling succes ervaart
2. Iedere leerling de les nuttig en zinvol vindt
3. Iedere leerling zich betrokken voelt.




Voor ieder uitgangspunt zijn diverse *tools* ontworpen (zie figuur 2) waarmee de leraar LO in zijn les zou kunnen 'sleutelen' aan de motivatie van zijn leerlingen.

Aan iedere *tool* hebben we mogelijke concrete acties van de leraar LO gekoppeld (zie tabel 1, 2 en 3). We spreken hierbij over "mogelijk", omdat er vanzelfsprekend nog tal van andere acties te bedenken zijn.

**En sommige leerlingen doen er alles aan om juist te vermijden dat ze de competitie aan moeten gaan. Zij zijn dus 'prestatievermijdend'**

Sommige acties uit de toolbox liggen misschien voor de hand, aan anderen had je wellicht niet eerder gedacht. De toolbox *'Motivationeel Leerklimaat Les LO'* is vooral bedoeld om jou als leraar LO een kader te bieden van waaruit je de motivatie, en daarmee het leerproces van leerlingen, kunt optimaliseren. Het geeft je een handzaam overzicht van motiverende strategieën, die bovendien gebaseerd zijn op bewijs uit wetenschappelijk onderzoek. Afhankelijk van de doelgroep en de context dien je als leraar LO echter steeds zelf keuzes te maken welke *tools* je op welk moment bij welke leerlingen inzet en welke niet. Maatwerk blijft immers vereist!

▼ Tabel 1. Mogelijke concrete acties leraar LO 'Succes ervaren

Zorg dat iedere leerling <b>SUCCESS</b> ervaart		Mogelijke concrete acties leraar LO
	Leg de nadruk voor de leerlingen op <b>jezelf verbeteren</b> ; kunnen werken op het <b>eigen beweegniveau</b> .	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laat ln. werken met persoonlijke- en/of groepsleerdoelen.</li> <li>• Werk met evaluatiemomenten waarin individuele- en/of aandachtspunten voor de groep besproken kunnen worden.</li> <li>• Bied beweegarrangementen voor verschillende niveaus aan en stimuleer leerlingen om voor het meest passende arrangement te kiezen.</li> </ul>
	Voorkom beleving van <b>prestatiedruk</b> bij leerlingen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Communiceer haalbare verwachtingen.</li> <li>• Voorkom situaties met een negatief 'etage-effect'; ben je bewust welke ln. je eventueel iets voor laat doen en in welke setting.</li> <li>• Straf fouten niet af (verbaal of non-verbaal).</li> </ul>
	Pas <b>uitnodigende communicatie toe</b> ; <b>vermijd controlerend taalgebruik</b> .	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Complimenteer/erken het verlenen van gewinst (beweeggedrag).</li> <li>• Stel meer leeruitdaging en geef minder directe instructie.</li> <li>• Spreek ln. aan bij de voorsamen.</li> </ul>
	Bied <b>leerhulp op maat aan</b> .	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stimuleer ln. tot het stellen van hulpvragen (aah docent en/of klasgenoten).</li> <li>• Werk met (individuele) differentiatie 'naar boven', m.a.w. begin met leertaken/opdrachten die voor iedere ln. haalbaar zijn en maak het voor de meer getalenteerde leerlingen (steeds) complexer/uitdager.</li> </ul>

## Foto

Anita Riemersma

Gwen Weeldenburg, Lars Borghouts en Menno Slingerland zijn opleidingsdocenten aan Fontys Sporthogeschool en tevens werkzaam als onderzoekers binnen het lectoraat Move to Be van Fontys Sporthogeschool.





## Contact

[g.weeldenburg@fontys.nl](mailto:g.weeldenburg@fontys.nl)

[l.borghouts@fontys.nl](mailto:l.borghouts@fontys.nl)

[m.slingerland@fontys.nl](mailto:m.slingerland@fontys.nl)

▼ Tabel 2. Mogelijke concrete acties leraar LO 'Nuttige en zinvolle les

Zorg dat iedere leerling de les <b>nuttig</b> en <b>zinvol</b> vindt		Mogelijke concrete acties leraar LO
	Geef <b>betekenisvolle uitleg</b> .	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laten zien wat de bedoeling is en ordenen daar waar nodig met verbale informatie.</li> <li>• Activeer voorkennis bij ln.;</li> <li>• Verantwoord waarom we doen wat we doen (plaats in groter geheel);</li> <li>• Beperk je bij de opstart tot de meest essentiële noodzakelijke en daarmee betekenisvolle informatie;</li> <li>• Voer verdere informatie/spel/regels gefaseerd in;</li> <li>• Zorg dat je uitleg kort en bondig is, waardoor ln. snel in beweging zijn.</li> </ul>
	Sluit aan bij het <b>perspectief</b> en de <b>belevingswereld</b> van de leerlingen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bied eigentijdse beweegactiviteiten aan;</li> <li>• Bied variatie in en binnen de beweegarrangementen;</li> <li>• Vraag ln. veelvuldig om input; evalueer regelmatig samen met ln.;</li> <li>• Bied verschillende rollen aan binnen een activiteit, laat ln. een keuze maken.</li> <li>• Stel controle vragen (b.v.: Heb je de uitleg begrepen?)</li> </ul>
	Bied <b>structuur</b> zodat leerlingen weten waar ze aan toe zijn en merken dat ze <b>progressie</b> maken.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verschaf heldere beweegopdrachten, zodat leerlingen weten wat er van hen wordt verwacht;</li> <li>• Geef richting aan het leerproces door de leerdelen bij aanvang van het onderwijsleerproces te communiceren;</li> <li>• Laat ln. voortdurend spiegelen aan gestelde leerdoelen en bijbehorende criteria en niveaubeschrijvingen (bv. door het stellen van leervragen, het werken met observatie-feedbackformulieren, video-opnamen, etc.);</li> <li>• Zorg maat feedback (waar sta ik?) ook voor feedforward (hoe nu verder?).</li> </ul>
	Zorg dat er <b>daadwerkelijk iets geleerd</b> kan worden.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Werk met langere lessenreeksen waarin ruimte voor leerwinst is;</li> <li>• Laat leerlingen uitproberen, experimenteren, 'foulen' maken;</li> <li>• Sluit aan bij het niveau van de leerlingen (differentiëren in beweegopdracht, beweegarrangement, materiaal, etc.);</li> <li>• Zorg voor een hoge taakgerichte leertijd (o.a. door te werken met meerdere beweegarrangementen en in kleine groepen);</li> <li>• Blik gedurende en aan het einde van de les samen terug op het leerproces en het leerresultaat en maak (samen met ln.) helder wat het vervolg in het leerproces kan/moet zijn.</li> </ul>

## Kernwoorden:

Motivationeel leerklimaat, motivatie, lichamelijke opvoeding.

## Referenties

Aelterman, N., De Muynck, G. J., Haerens, L., Van de Broeck, G., & Vansteenkiste, M. (2017). *Motiverend coachen in de sport*. Leuven, België: Acco.

Aelterman, N., Vansteenkiste, M., Van Keer, H., Van den Berghe, L., De Meyer, J., & Haerens, L. (2012). Students' objectively measured physical activity levels and engagement as a function of between-class and between-student differences in motivation toward physical education. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 34*, 457-480.

Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, Structures and Student Motivation. *Journal of Educational Psychology, 84*, 261-71.

Borghouts, L., Slingerland, M., Weeldenburg, G., Haerens, L. (2015) Motivatie van leerlingen: de zelfdeterminatietheorie. *Lichamelijke Opvoeding, 8*, 6-9.

Deci, E.L., & Ryan, R.M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry, 11*(4), 227-268.

Deci, E., & Ryan, R. (Eds.). (2002). *Handbook of self-determination research*. Rochester, NY: University of Rochester Press.


Elliot, A.J., & McGregor, H.A. (2001). A 2 X 2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology, 80*(3), 501-519.

Haerens, L., Kirk, D., Cardon, G., De Bourdeaudhuij, I., & Vansteenkiste, M. (2010). Motivational profiles for secondary school physical education and its relationship to the adoption of a physically active lifestyle among university students. *European Physical Education Review, 16*(2), 117-139.

KVLO. (2017). *Beroepsprofiel Leraar Lichamelijke Opvoeding*. Zeist, Nederland: Jan Luiting Fonds.

De resterende referenties kunnen opgevraagd worden bij de auteurs.

▼ Tabel 3. Mogelijke concrete acties leraar LO 'Betrokken voelen

Zorg dat iedere leerling zich <b>betrokken</b> voelt		Mogelijke concrete acties leraar LO
	Stimuleer de <b>inbreng van leerlingen</b> .	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geef ln. gedurende het onderwijsleerproces keuzes (in b.v. materiaal, regels, verdelingen, leerhulp, etc.) om de beweegactiviteit/het leerdoel haalbaar en uitdagend te maken;</li> <li>• Luister naar, en sta open voor de inbreng van leerlingen.</li> </ul>
	Zorg dat iedere leerling het gevoel heeft een <b>zinvolle bijdrage</b> te kunnen leveren.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Werk met voor iedere ln. uitdagende en vooral haalbare leerdoelen/activiteiten;</li> <li>• Werk met meerdere beweegarrangementen tegelijkertijd zodat ln. in kleine groepen allemaal actief kunnen zijn en een bepaalde rol kunnen vervullen;</li> <li>• Sluit aan bij de verschillende talenten van ln. door voldoende aandacht te besteden aan de meervoudige bekwaamheden (beter bewegen, bewegen regelen &amp; samen bewegen).</li> </ul>
	Geef alle leerlingen evenveel <b>aandacht</b> .	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Werk in kleine groepen/teams waarin iedere ln. zijn bijdrage dient te leveren (en zich dus niet kan verstoppen);</li> <li>• Probeer klassieke luieregimenten te beperken en te vervangen door groepsbijeenkomsten per veldje of beweegarrangement; voer onderwijsleer gesprekken zoveel mogelijk in kleine setting;</li> <li>• Laat bij het beantwoorden van leervragen steeds verschillende leerlingen aan het woord.</li> </ul>
	Vergroot de <b>saamhorigheid</b> .	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Werk voor een langere periode (meerdere lessen) met dezelfde groepjes/teams;</li> <li>• Leg de nadruk op groepsontwikkeling i.p.v. individuele prestatie door groepsleerdoelen te laten formuleren;</li> <li>• Stimuleer dat ln. elkaar aanvullen/helpen; pas vormen van samenwerkend/coöperatief leren toe.</li> </ul>