

# LICHAMELIJKE **MAGAZINE** *opvoeding*

NUMMER 4 Jaargang 109 | mei 2021



TOPIC

## *Doorlopende leerlijnen*



**PABO-OPLEIDINGEN EN VEILIGHEID**

**DE PABO-ALO-OPLEIDING**

CANON LO

[kvlo.nl](https://www.kvlo.nl)

 **KVLO**



# Topic: Doorlopende leerlijnen

De naam zegt het al: doorlopend, dus niet onderbroken. Dat kan op van alles slaan. Zo breed is dit topic ook opgezet. Doorlopende lijnen van het PO naar het VO en van VO naar mbo; binnen een onderdeel in verband met veiligheid. Daarvan voorbeelden uit turnen en zwemmen. Op welke wijze je er praktisch mee omgaat, ook in tijden van corona vind je drie artikelen in het praktijkkatern. En hoe de leerlijnen voor de toekomst zijn vastgelegd in het nieuwe curriculum. Kortom een zeer bruikbaar nummer.

## Artikelen op de website

**Doorlopende leerlijnen op Het Vlietland College** / Sectie LO Het Vlietland College

In deze uitgebreide versie vind je het complete Excelsheet dat je kunt downloaden via een QR-code en voor je eigen school kunt aanpassen. Zeer waardevol.

**Bewegen en Sport van jongeren in coronatijd** / Ger van Mossel

Tijdens de corona pandemie volgden jongeren dagenlang online lessen op school en fietsten ze niet meer dagelijks naar school. Uit gesprekken met leerlingen bleek dat een aantal in coronatijd is gestopt met clubsport. Alle redenen naar het beweeg- en sportgedrag van jongeren op de middelbare school te vragen in coronatijd. Een mooi lijvig stuk!

**De zon schijnt, ga skaten met je klas, het is SKATETIJD!** /

Linda Bouwens

SKATETIJD!, het jeugdprogramma van schaatsbond KNSB, biedt jou als leerkracht alle tools die nodig zijn voor een

leuke, veilige les vol skeelerplezier.

Van een goede instructie tot en met de skatekar vol skeelers, helmen en beschermers. Lezen dus!



## Topic

- 4** Doorlopende leerlijnen Bewegen & Sport in Curriculum.nu / Corike van de Merwe, Marco van Berkel en Berend Brouwer
- 8** En dan gaat het mis. Had ik... / Ton de Ruijter
- 13** Vaardigheidsproeven: bewegingsuitdagingen voor jong en oud / Jelle Zondag
- 16** Drempelloze instroom / Margriet den Bak
- 18** Nederland waterland; ieder kind leert bewegen in water (toch?) / Brigitte Muller en Jarno Hilhorst
- 24** Doorlopende leerlijnen in de praktijk / Maarten Massink
- 28** Bouwstenen Bewegen & Sport als basis voor betekenisvol onlineonderwijs / Vakgroep Bewegen & Sport Antonius College Gouda



18

**32** Doorlopende leerlijnen op Het Vlietland College / Sectie LO Het Vlietland College

## Praktijk

- 21** Lessenserie Atletiekunie in de maak (5) / Anke te Boekhorst e.a.
- 24** Doorlopende leerlijnen in de praktijk / Maarten Massink
- 28** Bouwstenen Bewegen & Sport als basis voor betekenisvol onlineonderwijs / Vakgroep Bewegen & Sport Antonius College Gouda
- 32** Doorlopende leerlijnen op Het Vlietland College / Sectie LO van Het Vlietland College
- 34** Virus-Baseball / Sectie LO van Het Vlietland College

## En verder

- 38** In balans op school: over welzijn en leren / Jennifer Nuij
- 42** Een diploma met risico op aansprakelijkheid? / Brechtje Pajjmans en Bastiaan Goedhart
- 46** Waarom een gecombineerd pabo-ALO een geweldig idee is / Pieter Cornelissen



Reageren op  
vakbladartikelen?  
Twitter @KVLOnL



38

**48** Gedachtegoed Gordijn nog  
steeds inspiratiebron  
voor bewegingsonderwijs  
/ Frank van der Veeke

**50** Canon LO 'de  
geschiedenis bij de tijd'

## Rubrieken

- 2** Inhoud
- 3** Voorwoord
- 20** Recht
- 37** Onderwijs
- 51** Column Mery Graal
- 54** Scholing
- 55** Nieuws

Foto cover: Anita Riemersma

**Colofon Redactie:** Hans Dijkhoff (hoofdredacteur) Maarten Massink (praktijkredacteur) Jacqueline Tangelder (redactiemedewerkster) **Redactieraad:** Monique van Ark, Berend Brouwer (VZ), Dorien Dijk, Douwe van Dijk, Frank Gerritsen, Harold Hofenk, Frank Jacobs, Pieter Matthijssse, Marijke Slotboom, Herman Verveld. **Redactieadres:** KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, Tel.: 030 69 20 847, e-mail: redactie@kvlo.nl. **Abonnementen:** Jaarabonnement € 60,- (buitenland € 85,-) Losse nummers € 5,- (excl. verzendkosten). Iedere week verschijnt er een digitale nieuwsbrief. Aanmelden via [www.kvlo.nl](http://www.kvlo.nl). **Verschijningsdata:** zie [www.kvlo.nl](http://www.kvlo.nl) **Handelsadvertenties:** OnderwijsMedia, Tel.: 030 - 210 23 86, e-mail: [sales@onderwijsmedia.nl](mailto:sales@onderwijsmedia.nl), [www.onderwijsmedia.nl](http://www.onderwijsmedia.nl) **Vormgeving en opmaak:** FIZZ | Digital Agency - [fizz.nl](http://fizz.nl), Meppel. Aanbieding en plaatsing van teksten en foto's houdt tevens mogelijk gebruik via andere media-uitingen van de KVLO in, uiteraard met vermelding van auteur en fotograaf. Overname van artikelen is alleen toegestaan met bronvermelding en na goedkeuring van de auteur. De redactie is verantwoordelijk voor de samenstelling. Niet alle artikelen behoeven de (volledige) instemming van de redactie te hebben. Wij hebben dit magazine met uiterste zorg samengesteld. Wij hebben daarbij steeds getracht mogelijke rechthebbenden te achterhalen. Indien u onverhoopt meent rechten te kunnen doen gelden, dan verzoeken wij u dit kenbaar te maken bij de redactie.



## Beweeg- festivals

Van sommige woorden word ik meteen vrolijk. Misschien herken je dat. Ik heb dat bij het woord festival, en dat geluksgevoel komt nog uit mijn pink-poptijd. Inmiddels heb je festivals in alle soorten en maten, met als ultieme festival natuurlijk het Eurovisie songfestival. Hun sterke slogan Open Up was vorig jaar net bekend, toen ook zij door de lockdown een toontje lager moesten zingen. Het zinderend zangspektakel is dit jaar enigszins afgeslankt, maar zal binnenkort toch weer een festijn van verbinding zijn.

Bijkomend voordeel van festivals is dat bij sommige acts flink bewogen wordt. Onze recentste slimste mens heeft wel voor enige bewegingsinhoudelijke inflatie gezorgd door de 'moves voor de massa' terug te brengen tot 'naar links ..., naar rechts ...'. Maar ere wie ere toekomt, de intensiteit is er met zijn 'Springen Nondeju' wel op vooruit gegaan. Als we van de Snollebollekes willen leren, moeten we beweefestivals gaan organiseren. Dat had al als 'fieldlab' gekund, want juist tijdens COVID-19 is het van belang om veilig en verantwoord samen te bewegen. Maar wellicht kunnen we de 'bevrijding' van corona nog vieren met eigen beweefestivals als Movementpop, Harmony in movement, of wat je ook verzint. Als motto nemen we 'co-fit' of 'moving up', we huren Kemps in voor de decibellen, en na de 'summer of love' creëren we zo onze eigen 'autumn of move'.

Genoeg gedagdreamd en terug naar de realiteit: een topic over doorlopende leerlijnen. Die moeten uiteraard passen in een doorlopende investering in het bijbrengen van een sportieve en gezonde leefstijl. Daarom heeft de KVLO, samen met 25 partners, bijgedragen aan het manifest 'Sportieve Gezonde Generatie' dat is aangeboden aan de informateur.

De ontwikkeling van mensen is echter niet op te knippen in generaties. Ook kunnen we geen knip aanbrengen in de sensomotorische ontwikkeling van jeugdigen bij de overgang van basisonderwijs naar voortgezet onderwijs. Juist aan onze argumenten voor een doorlopende lijn van 0-100 jaar hebben we onze ongedeelde eerstegraads lerarenopleiding te danken. Opleidingen moeten daarom zeer terughoudend zijn om opleidingstijd in te ruilen voor modulen ten behoeve van flexibele trajecten, gepersonaliseerde studies of dubbele bevoegdheden. Het bewegingsonderwijsbelang verhoudt zich nu eenmaal niet altijd met het opleidingsbelang, laat staan met het inkomsten- of concurrentiebelang. Devaluatie loert namelijk permanent en juist aan kwaliteit mag op geen enkele manier getornd worden. Voor je het weet ontstaat een nieuwe discussie over het gradenstelsel of wordt gepleit voor een gemeenschappelijke propedeuse van 1 of 2 jaar voor alle lerarenopleidingen. De propedeuse-inhoud wordt dan beslist niet gekozen vanuit de bijdrage aan een 'zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur'.

Vooralsnog moeten we ons echter richten op het weer in beweging krijgen van al onze leerlingen op school, en op het goed leren bewegen in het post-pandemietijdperk. Als we die draad weer op kunnen pakken, is dat een feest waard. Daar hoeft geen apart beweefestival voor georganiseerd te worden, want er komen dit jaar beslist weer festivals waar je onbezorgd uit je dak kunt gaan. Alleen al de gedachte vrolijkt mij op.

Stella Salden

# Doorlopende leerlijnen Bewegen & sport in Curriculum.nu

Eén van de opdrachten binnen Curriculum.nu (zie tabel 1 in kader) was om doorlopende leerlijnen te beschrijven van onderbouw PO tot en met de bovenbouw van VO en om daarbij de inhouden aan te laten sluiten bij de voorschoolse educatie en het vervolgonderwijs en de arbeidsmarkt. In dit artikel wordt beschreven waar dat in de bouwstenen voor Bewegen & Sport toe heeft geleid en of de kwestie van de doorlopende leerlijnen daarmee is opgelost.

TEKST CORIKE VAN DE MERWE, MARCO VAN BERKEL EN BEREND BROUWER

## Doorlopende leerlijnen

Wat bedoelen we met doorlopende leerlijnen? SLO hanteert de volgende definitie van een leerlijn: "Een beredeneerde opbouw van tussendoelen en inhouden op weg naar een einddoel"<sup>1</sup>. Dit gaat over de interne logica van wat we aan leerlingen aanbieden binnen een vak of leergebied, over wat we aan leerlingen aanbieden in het onderwijs, een aanbodgerichte invulling van het begrip leerlijn. Een leerlijn is doorlopend als de inhouden aansluiten bij de vorige fase en bij een volgende fase. In dit geval als de overgangen van kleuters naar groep 3, van groep 8 naar de verschillende sectoren in het VO, van de onderbouw van het VO naar de bovenbouw en van de

bovenbouw naar het vervolgonderwijs vloeiend of drempelloos zijn. Voor het vak Engels is het in de brugklas een probleem om aan te sluiten bij de vorige fase (groep 7/8), omdat in het PO Engels nog erg verschillend wordt gegeven en er grote verschillen tussen basisscholen zijn hoeveel tijd ze besteden aan Engels. Voor het bewegingsonderwijs ligt daar vermoedelijk ook de grootste overgang, zeker als er in het primair onderwijs naast vakleerkrachten of vakspecialisten ook groepsleerkrachten aan hun eigen klas lesgeven en een heel beperkt aanbod hebben (bijvoorbeeld alleen trefbal en paaltjesvoetbal). Voor het bewegingsonderwijs is dit de laatste jaren gelukkig al een stuk beter geworden.

▼  
*Slackline, nieuwe  
activiteit*





Toen het project Curriculum.nu -nu alweer ruim drie jaar geleden- van start ging kregen de ontwikkelteams de volgende werkopdracht mee. Curriculum.nu richt zich op de ontwikkeling van een curriculum:

- dat toekomstgericht is en waarbij de ontwikkeling van de leerling centraal staat
- dat samenhangend is
- waarbij er meer balans is tussen de drie hoofdoelen in het onderwijs: kwalificatie, socialisatie en persoonlijke vorming
- dat een heldere doorlopende leerlijn PO-VO kent, waarbij er ook sprake is van een goede aansluiting op de voorschoolse periode en het vervolgonderwijs
- waarin de – door de overheid vast te leggen – kern voor alle leerlingen in het PO en VO beperkt is zodat overlappendheid wordt teruggedrongen en er voldoende keuzeruimte is voor scholen en leerlingen
- dat scholen voldoende houvast biedt om op schoolniveau tot een samenhangend en doorlopend curriculum te komen.

De ontwikkelteams leveren een basis voor vernieuwing van het landelijke curriculum en richten zich daarbij op:

- het kerncurriculum: dat wat landelijk vastgelegd wordt in doelen voor alle leerlingen en scholen. Het keuzedeel is aan de scholen en biedt hun de ruimte om vanuit hun onderwijsvisie zelf invulling te geven aan de brede opdracht van het onderwijs
- wat uitvoerbaar is binnen het huidige onderwijsstelsel wat betreft de indeling in sectoren en de beschikbare onderwijstijd.

Zorgen voor een doorlopende lijn

Curriculum.nu richt zich op de ontwikkeling van een curriculum met een heldere doorlopende leerlijn van PO naar VO, die voortbouwt op de voorschoolse educatie en aansluit op het vervolgonderwijs. De ontwikkelteams werken de visie en grote opdrachten uit voor de hele doorlopende lijn. Vanuit deze basis werken zij concrete kennis en vaardigheden uit voor de verschillende fasen van het onderwijs, te weten:

- PO-onderbouw: leerjaar 1–4
- PO-bovenbouw: leerjaar 5-8
- VO-onderbouw: voor vmbo betreft dit leerjaar 1-2, voor havo/vwo gaat het om leerjaar 1-3
- VO-bovenbouw: voor vmbo betreft dit leerjaar 3-4, voor havo gaat het om leerjaar 4-5, en voor vwo om leerjaar 4-6.

Bij het uitwerken van deze doorlopende leerlijn zorgen de ontwikkelteams ervoor dat:

- de grote opdrachten en bouwstenen van kennis en vaardigheden per fase op elkaar voortbouwen
- de keuzes voor doelen en inhoud per bouw gebaseerd zijn op recente wetenschappelijke inzichten vanuit de ontwikkelingspsychologie. Hiervoor hebben ze de beschikking over een handreiking ontwikkelingspsychologie
- ze bij hun keuzes de input vanuit het vervolgonderwijs en vanuit voorschoolse instanties meenemen
- de opbrengsten die ze ontwikkelen ertoe bijdragen dat leerlingen door kunnen stromen naar vervolgonderwijs, te weten mbo, hbo en WO, en de arbeidsmarkt
- de opbrengsten die ze ontwikkelen ertoe bijdragen dat leerlingen door kunnen stromen van vmbo naar havo en van havo naar vwo.

▲ **Tabel 1: Opdracht Curriculum.nu**

### Van bouwstenen naar kerndoelen

Het Ontwikkelteam B&S formuleerde zes bouwstenen. Die bouwstenen zijn: leren bewegen, gezond bewegen, bewegen regelen, bewegen betekenis geven, samen bewegen en beweegcontexten verbinden<sup>2</sup>. Die bouwstenen zijn nog geen kerndoelen, ze geven alleen aan over welke onderwerpen er doelen geformuleerd zouden moeten worden. In de vervolgfase moet blijken hoe de bouwstenen omgezet gaan worden in kerndoelen. Hoeveel kerndoelen komen er? Worden het afzonderlijke kerndoelen of worden ze geclusterd? Hoe komt de balans tussen kwalificatie, socialisatie en persoonsvorming te liggen? Zijn alle kerndoelen van dezelfde orde of ontstaat er een prioritering in? Hoe concreet of abstract worden die nieuwe kerndoelen? De huidige generatie kerndoelen biedt scholen heel veel ruimte en weinig richting. Hoe wordt dat bij de nieuwe doelen?

<sup>1</sup> <https://www.slo.nl/thema/vakspecifieke-thema/kunst-cultuur/leerplankader-kunstzinnige-orientatie/lexicon/leerlijn/>

<sup>2</sup> Zie voor de inhoud van de bouwstenen <https://www.curriculum.nu/voorstellen/bewegen-sport/>

Dit is een belangrijke vraag in een land waar de vrijheid van inrichting van onderwijs een groot goed is. En ook al geven de nieuwe kerndoelen meer richting dan de huidige, toch zullen scholen en docenten veel ruimte hebben om er een eigen invulling aan te geven.

### Doorlopende lijn in de bouwstenen

De bouwstenen gelden voor de hele periode van funderend onderwijs. Bovendien is voor die hele periode dezelfde wijze van formuleren gekozen. Voor *leren bewegen* zijn beweeguitdagingen beschreven voor leerlingen van vier tot vijftien en deze zijn ook richtinggevend voor daarna. Ook voor de andere bouwstenen zijn clusters beschreven die gelden van onderbouw PO tot en met bovenbouw VO en elk cluster is uitgewerkt in kennis en vaardigheden met een opbouw in complexiteit. Een voorbeeld van de opbouw in complexiteit binnen *leren bewegen*:

#### Klimmen: de leerlingen leren

<b>Onderbouw PO</b>	Klauteren op en tegen verschillende toestellen Hangend klimmen aan toestellen
<b>Bovenbouw PO</b>	Klauteren tegen, op en over verschillende toestellen en aan toestellen hangend klimmen in verschillende richtingen
<b>Onderbouw VO</b>	Klimmen tegen en aan toestellen met weinig steunpunten

#### Inblijven en uitmaken: de leerlingen leren

<b>Onderbouw PO</b>	Overlooptikspelen en kriskrastikspelen
<b>Bovenbouw PO</b>	Tikspelen waarbij de leerlingen tegelijk meer rollen hebben (tikken, weglopen en bevrijden), jagerbalspelen met meer jagers en bevrijdingsmogelijkheden en eenvoudige slag- en loopspelen
<b>Onderbouw VO</b>	Deelnemen aan complexere tref- en jagerbalspelen en vormen van slag- en loopspelen

### Van macro- naar leerlingniveau

In de voorbeelden hierboven zie je een duidelijke, zij het globale, opbouw in de verschillende activiteiten die in elke fase aangeboden kunnen worden. Maar dit is een opbouw op macroniveau. Leerplannen heb je op veel niveaus (tabel 2). Kerndoelen op macroniveau betekenen nog niet dat het lesaanbod er overal hetzelfde uitziet (microniveau), laat staan dat leerlingen hetzelfde leren (nanoniveau). Misschien geldt dat voor ons leergebied nog meer dan voor andere leergebieden, waarvoor al wel heel lang referentieniveaus en eindexameneisen bestaan. Hier zijn andere middelen voor nodig. Zo'n globale opbouw kan goed uitgewerkt worden in handreikingen of in methodes. Die kunnen dan

Niveau	Voorbeelden
Supra	Internationaal niveau (verdragen, kaders, vergelijkingen)
Macro	Landelijke richtlijnen en kaders (al dan niet voorschrijvend), zoals kerndoelen, examenprogramma's, referentieniveaus taal en rekenen en leerlijnen
Meso	Leerplan (leerlijn) op schoolniveau: eigen invulling en verantwoording door de school
Micro	Leerplan (leerlijn) gericht op het werken in de klas; invulling vooral door de leraar; invloed methode
Nano	Persoonlijke leerplan (leerlijn); invulling op leerlingniveau

▲  
Tabel 2:  
Leerplanniveaus

als basis dienen voor een vloeiende overgang tussen de verschillende fasen in het onderwijs. Daarnaast zorgen studiedagen, artikelen, vakgroepoverleg, enzovoort voor een meer op elkaar afgestemde vertaling van het curriculum op macroniveau naar een praktijk met meer vergelijkbare leerresultaten.

### De ene bouwsteen is de andere niet

Naast bouwstenen voor *leren bewegen* zijn er ook bouwstenen met een wat ander karakter. *Bewegen betekenis geven* bijvoorbeeld, of *bewegen regelen*. We geven weer twee voorbeelden.

Voor *bewegen betekenis geven* is er voor het cluster verkennen de volgende opbouw:

#### Verkennen: de leerlingen leren

<b>Onderbouw PO</b>	Oriënteren op een breed scala aan nieuwe en/of bekende beweegactiviteiten door die te ervaren
<b>Bovenbouw PO</b>	Oriënteren op en ervaren van nieuwe en/of bekende beweegactiviteiten met verschillende aspecten van beweegcontexten
<b>Onderbouw VO</b>	Oriënteren op en ervaren van nieuwe en/of bekende beweegactiviteiten met verschillende aspecten van beweegcontexten

En voor het cluster regels & afspraken binnen bewegen regelen:

#### Regels & afspraken: de leerlingen leren

<b>Onderbouw PO</b>	Aangereikte regels toepassen in arrangementen
<b>Bovenbouw PO</b>	Regels toepassen in arrangementen en aan te passen
<b>Onderbouw VO</b>	Zelfstandig regels afspreken voor een goed verloop van de activiteit Regels aanpassen als de activiteit niet goed loopt of niet interessant meer is Afspraken maken over verdeling van rollen en taken om de activiteit op te starten en op gang te houden

Voor de bouwsteen *leren bewegen* is de opbouw al erg globaal. Maar de geschetste opbouw van de kennis en vaardigheden lijkt wel redelijk parallel

te lopen met recente methodes en basisdocumenten. Voor deze bouwsteen is ook al veel praktijkkennis opgebouwd die daar een goede onderbouwing voor levert. Veel vakleraren hebben de laatste jaren de opbouw van de kennis en vaardigheden van *leren bewegen* al op een vergelijkbare manier opgenomen in hun vakwerkplan. Voor de andere bouwstenen ligt dat ingewikkelder. Voor sommige bouwstenen is het veel lastiger om aan te geven welke kennis en vaardigheden in elke fase haalbaar is voor alle leerlingen. Want ook deze vaardigheden moeten geoefend worden in een zekere herhaling. Kunnen we elke leerling bijvoorbeeld voldoende laten oefenen in de rol van scheidsrechter en/of coach? Daarnaast zijn er ook contextverschillen die de opbouw beïnvloeden. De activiteit bijvoorbeeld, of de groep. Elkaar helpen bij balanceren is eenvoudiger dan het vangen van een salto. In de ene groep wordt het corrigeren van regelovertrekkingen snel geaccepteerd. In een andere klas kan het samen bewegen weer heel moeilijk



<b>Het beoogde curriculum</b>	De visie achter het curriculum Het curriculum zoals opgeschreven (in kerndoelen en in methoden)
<b>Het uitgevoerde curriculum</b>	Hoe de docent dat curriculum begrijpt Hoe de docent feitelijk de lessen geeft
<b>Het gerealiseerde curriculum</b>	De getoetste leerresultaten Wat de leerlingen er echt van meenemen

gaan. Hier spelen veel meer factoren een rol bij de opbouw binnen de bouwsteen. Het karakter van het leerproces lijkt hier veel minder lineair te verlopen. En dit zijn nog tamelijk bekende aspecten van bewegingsonderwijs. Voor de nieuwe bouwstenen bewegen betekenis geven en beweegcontexten verbinden bevinden we ons nog sterker op onontgonnen terrein.

### Verschijningsvormen en interpretatieruimte

Bij alle bouwstenen zie je dat de toename van complexiteit niet langs strakke criteria beschreven is. De vraag is ook of dat kan en wenselijk is als er zulke grote verschillen zijn tussen leerlingen. Om aan die verschillen tegemoet te kunnen komen, moeten docenten hun programma op maat snijden van hun leerlingen. Elke vakgroep en elke docent zal een vertaling van de kerndoelen moeten maken: *“Wat denk ik dat er met die kerndoelen bedoeld wordt? Hoe ga ik dat handen en voeten geven voor mijn leerlingen?”*.

En elke leerling zal zich (misschien) dingen afvragen: als *“Wat wil die docent nou eigenlijk van me? Waarom moet ik dit doen?”*. In elke ver-taalstap ontstaat er meer verschil tussen de oorspronkelijke visie en datgene dat in de praktijk wordt gerealiseerd.

Dat is niet per se slecht, maar het betekent wel dat de verschillen tussen wat leerlingen aangeboden krijgen en leren op school toenemen. De curriculaire verschijningsvormen (tabel 3) geven weer wat er mogelijk ‘lost in translation’ gaat.

### Tot slot: het leerling perspectief

Als een curriculum is beschreven met een opbouw zoals in de bovengenoemde voorbeelden, doorlopen de leerlingen dan vanzelfsprekend een mooi doorlopend leerproces en ervaren zij een vloeiende overgang van kleuters naar groep 3, van groep 8 naar het VO en van de onderbouw van het VO naar de bovenbouw? Nee, niet per definitie. De bouwstenen van Curriculum.nu zijn -slechts- mooie richtingaanwijzers op macroniveau. Maar of daar een betekenisvolle ontwikkeling richting een leven lang met plezier deelnemen aan bewegen en sport uit voortkomt voor elke leerling is toch echt een opdracht aan hun leraren. Leraren vertalen deze meer algemene doelen per fase naar activiteiten, en specifieke klassikale en individuele leermomenten voor leerlingen. Zij moeten er mooie programma's van maken die recht doen aan de behoeften van elk kind. Daar hebben leraren veel vrijheid en dus verantwoordelijkheid in. Zo is het in Nederland georganiseerd.

Tussen klas 1 en klas 2 kan een leerling al een grote overgang ervaren als twee verschillende leraren lesgeven op dezelfde school en op een verschillende manier hun lessen geven. Dat geldt nog veel sterker bij de overgang van de ene school naar de andere. Om een doorlopende leerlijn voor leerlingen te creëren wordt er dus ook veel gevraagd van goed overleg met elkaar en goed samenwerken vanuit de verschillende sectoren. Dat zijn de kwesties die ertoe doen.

Corike van de Merwe en Berend Brouwer zijn curriculumontwikkelaar bewegen en sport bij SLO, het Nationaal Expertisecentrum Curriculumontwikkeling. Marco van Berkel was tot voor kort hun collega bij SLO.

▲  
Tabel 3: Curriculaire verschijningsvormen



Waterpolo, zeldzaam op school

#### Foto's

Anita Riemersma en  
Hans Dijkhoff

#### Contact

c.vandemerwe@slo.nl,  
b.brouwer@slo.nl,  
berkelm@xs4all.nl.

#### Kernwoorden

doorlopende leerlijnen,  
curriculum.nu, po, vo



# En dan gaat het mis. Had ik.....()

Al geruime tijd overdenk ik “dat ga ik eens opschrijven”.

Al een aantal jaren word ik benaderd door derden, vaak ten gevolge van een ongeval, om deskundige informatie omtrent ons vak lichamelijke opvoeding te delen.

Zij vragen dan om het aanleveren van een zogenaamd deskundigheidsrapport.

Nu voeg ik de daad bij het woord. In dit artikel schets ik een deel van mijn ervaringen.

TEKST TON DE RUIJTER



**E**en terugkerend onderdeel bij de vraag om deskundig advies zijn ongelukken die plaatsvinden bij strekhangzwaaien met gebruik van ringen. Hangend zwaaien aan de ringen is een uitdagende en fijne activiteit om mee te verblijven in de derde dimensie. Maar helaas, zowel in het primair als voortgezet onderwijs gaat dat niet altijd goed. Hoe gaat het bij jou? Twijfel je ook weleens? Strookt jouw huidige aanpak nog met goed professioneel handelen?

Dit is mijn ervaring met de doorlopende leerlijn zwaaien en het kunnen verantwoorden en aanbieden van een veilig zwaaiarrangement.

## Doorlopende leerlijnen

Wij streven naar goed doorlopende leerlijnen van basisonderwijs naar voortgezet onderwijs naar eventueel een vervolgopleiding. Bij goed doorlopende leerlijnen kunnen leerlingen en later studenten in hun eigen leerroutes ononderbroken (zonder overlap, breuken of lacunes) leren en hun talenten breed ontwikkelen. Is er continuïteit? Is er samenhang tussen de leerjaren? Dit alles vereist steeds afstemming binnen de onderwijsinstellingen (tussen de verschillende schooljaren en de verschillende niveaus), tussen onderwijsinstellingen (basisschool met middelbare school, middelbare school met vervolgonderwijs etc.). En ook tussen onderwijssectoren en binnen de gehele onderwijssector. Want alleen door met elkaar af te stemmen kan ingezet beleid in de ene instelling of sector voldoende en beter aansluiten bij de vorige fase





Een mooie hoge voorzwaai  
(Foto Bastiaan Goedhart)

▲ van de onderwijsloopbaan en doorlopen in de volgende fase. Die afstemming is mogelijk voor verbetering vatbaar.

Leerlijn	Bewegingsthema	Bewegingsprobleem
Zwaaien	Schommelen	Meebewegen in zit of stand op een schommeltoestel om de zwaai te vergroten of te onderhouden
	Hangend zwaaien	Meebewegen aan een zwaaiend toestel om de zwaai te vergroten of te onderhouden
	Steunend zwaaien	Komen tot steun op een zwaaiend toestel om de zwaai te vergroten of te onderhouden

Wanneer wij inzoomen op de leerlijn zwaaien onderscheiden wij de drie bewegingsthema's :

Als individuele vakleerkracht of als vaksectie worden keuzes gemaakt met betrekking tot deze leerlijn zwaaien. Welk arrangement is uitdagend? Welk uitnodigend? Welk arrangement is voldoende veilig? Welke activiteiten, welke leerstof willen wij aanbieden? Op welke wijze bieden wij de nodige leerhulp?

Bij het maken van deze keuzes is het van groot belang dat de leerlingen hierin een stem hebben, dat zij gehoord worden. Dat gebeurt helaas niet overall. De zelfdeterminatietheorie (Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory) geeft duidelijk aan, dat wanneer de lesgever erin slaagt om aan de drie natuurlijke basisbehoeften van leerlingen te voldoen, er een meer optimale functionering, welbevinden en groei van de leerlingen kan plaatsvinden. De drie behoeftes zullen bekend zijn: autonomie, verbondenheid en competentie.

## Methodische volgorde

In het algemeen wordt voor het bewegingsthema 'hangend zwaaien' deze mogelijke methodische volgorde gehanteerd:

- Het geleidelijk opbouwen van de zwaai-ervaring aan bijvoorbeeld touwen, ringen, trapezestok in veilige arrangementen. Vragen die centraal staan: Kunnen de leerlingen hun eigen lichaamsgewicht hangend verplaatsen in de ruimte? Raken zij bekend met de derde dimensie? In de opbouw varieert de hoogte van de ringen van schouderhoogte, hoofdhoogte- halve reikhoogte tot reikhoogte.
- Aandacht voor het starten van de zwaai, de zwaai onderhouden, vergroten dan wel de zwaai verkleinen. Met hulp van anderen of later meer zelfstandig.
- Het verbeteren van de technische uitvoering van het zwaaien aan de ringen met zo mogelijk afspringen in de achterzwaai en veilig landen (met of zonder hulp) op een mat of landingsmat.
- Het uitbouwen van het aantal zwaaien. De leerlingen moeten gaan aanvoelen of zij voldoende kracht behouden voor een volgende zwaai.

## Belangrijke factoren

Voor ik het boek 'gebruik van matten' opensla, wil ik de andere factoren die een rol spelen bij de ongelukken uitlichten. Want het voorkomen van het losschieten van de ringen, door de juiste voorzorgsmaatregelen speelt een cruciale rol als het gaat over het vraagstuk van ringzwaaien.

- 1 De leerlingen worden bijvoorbeeld niet of nauwelijks betrokken in het maken van de keuzes met betrekking tot de leerstof. Welke eigen verantwoordelijkheid kunnen zij dragen? Welke voordelen heeft hun betrokkenheid? Zijn er goede mogelijkheden om gedifferentieerd te kunnen werken? Is er daadwerkelijk voorkeur voor dit hangend zwaaien i.p.v. het methodisch eenvoudiger zittend zwaaien? Oftewel, in hoeverre wordt er door de lesgever rekening gehouden met een aanbod dat past bij het niveau van het kind? De heterogeniteit wat betreft vaardigheid in een brugklas kan nogal verschillen. Ons schoolstelsel selecteert immers meer op cognitie dan op motorische vaardigheid. Dit doet een groot beroep op het kunnen omgaan met verschillen, een fundament en voorwaarde voor goed (bewegings)onderwijs.
- 2 De longitudinale leerlijn zwaaien is vaak niet voldoende geborgd. Er is een groot onderling instroomverschil in zowel het ervaringsniveau als in het



▲  
Ongewenste situatie?  
(Foto Hans Dijkhoff)

- uitvoeringsniveau van het zwaaien tussen de leerlingen in het voortgezet onderwijs. Heb je de beginsituatie goed ingeschat?
- 3 De gegeven instructie en/of het gegeven voorbeeld zijn te beperkt of niet voldoende professioneel. Voor goede voorbeelden verwijs ik hierbij graag naar een in onze opleiding gebruikt boek: *De bouwstenen van het turnen op school* (ISBN 978-90-76837-23-9) - auteurs Michel Bosman en Joris Hoeboer. In dit boek staan de verschillende technieken en arrangementen goed beschreven. Daarnaast hebben de collega's van de Fontys ALO uit Eindhoven goede videofragmenten van het zwaaien online geplaatst.
  - 4 De leeropdracht om te zwaaien wordt te star, te verplichtend geformuleerd. "Iedereen maakt tien zwaaien" komt nog steeds voor. Een minimaal aantal zwaaien verplichten kan gevaarlijk zijn, leerlingen voelen de druk om aan deze opdracht te voldoen. De docent legt een norm op voor alle

leerlingen alsof ze gelijk zijn. Leer leerlingen zelf de verantwoordelijkheid te dragen, wanneer zij voelen dat het niet meer gaat dan is er altijd de optie om te stoppen.

- 5 Denk goed na over de organisatievorm. Wordt er bijvoorbeeld gezwaaid met zogenaamd etalage-effect? Hierbij wordt aan de leerlingen gevraagd om te gaan zwaaien terwijl (veel) andere leerlingen toekijken. Dit geeft bij een aantal leerlingen meer spanning, een meer faalangstig gevoel. De opgelegde druk om niet onder te willen doen voor een ander (niet 'af te gaan') zorgt ervoor dat ze langer of hoger zwaaien dan ze eigenlijk aankunnen.
- 6 Blijf alert op de sfeer in de les. Soms ontstaat er baldadig gedrag of zwaaien leerlingen met hun gezicht naar wachtende medeleerlingen. Welke groepsdynamische processen spelen een rol bij het goed geconcentreerd kunnen uitvoeren van een activiteit als ringzwaaien?
- 7 Ook de eventuele beoordeling van de activiteit kan een bepalende factor zijn. Er is inmiddels voldoende bewijs dat vaardigheidscijfers een negatieve bijdrage kunnen leveren op de motivatie en het gevoel van plezier in het leren. Minder bekend is dat het geven van vaardigheidscijfers ook een effect kan hebben op de veiligheid van een activiteit. Leerlingen die het onderste uit de kan proberen te halen omdat ze (in een etalage) beoordeeld worden. Niet altijd kunnen leerlingen goed inschatten dat het verstandiger is om eerder af te remmen en de hoop en het belang van een goed cijfer wordt prioriteit boven de eigen veiligheid.
- 8 De grip op de ringen kan een rol spelen. In hoeverre wordt leerlingen verteld om de ringen 'te draaien' zodat je niet de zweetplek van je voorganger vastpakt. Maak je gebruik van magnesium en hoe organiseer je dat? Kunnen de leerlingen de verantwoordelijkheid aan óf heb je er een ordeprobleem bij zodra magnesium gebruikt wordt in de les? Dit kan per school, per klas of zelfs per leerling per dag verschillen. Een overweging die niet altijd eenvoudig is voor een docent.
- 9 Wordt er voldoende rekening gehouden met de verschillen in lichaamsgewicht? De verschillen in spierkracht, armkracht? Houdt de belasting en de belastbaarheid dus goed in evenwicht. Inzicht in zwaaibewegingen en de achterliggende mechanische principes zijn belangrijke instrumenten voor de leraar lichamelijke opvoeding om het onderdeel strekhangzwaaien veilig te houden. Een leraar dient competent te zijn om te voorzien wanneer een zwaai voor een leerling risico's gaat opleveren.



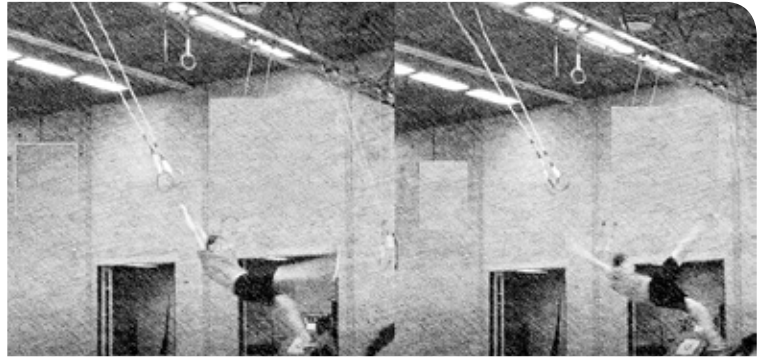
De reden dat de ringen, tegen wil en dank, door de zwaaiër soms worden losgelaten is eenvoudig. De trekkrachten zijn groter dan de kracht die de zwaaiër heeft om de ringen nog vast te houden. Die trekkrachten zijn een gevolg van de werking van de zwaartekracht en van de centrifugale 'kracht.' Het vervelende van die trekkrachten is dat ze, in tegenstelling tot zwaaisnelheden en slingerbewegingen, niet goed zichtbaar zijn. We moeten de grootte van de trekkrachten daarom vooral afleiden uit de kennis van de factoren die een rol spelen bij de opbouw van die trekkracht. Daarnaast speelt de coördinatie, het zich goed kunnen oriënteren in de ruimte een belangrijke rol. De factor massa (gewicht) benoem ik al als punt van aandacht bij het inschatten van de grootte van de trekkracht. Lichaamsgewicht is een eerste en vrij eenvoudige factor waar we rekening mee hebben te houden. Leerlingen met ongunstige kracht- en gewichtsverhoudingen zullen we meer in gaten moeten houden. De combinatie van te zwaar, weinig ervaring met spelen en bewegen en weinig ervaring met vallen, is überhaupt een serieus gegeven in een les lichamelijke opvoeding, maar bij zwaaien aan de ringen geeft dit extra uitdagingen voor een docent.

- 10 Veel van bovenstaande punten zijn te herleiden naar concreet toezicht en goed observeren. Zowel zicht op de sfeer van de les, misschien specifiek gericht op enkele leerlingen, als zicht op de uitvoering van de opdracht. Vraagt een leerling te veel van zichzelf, zwaait hij gevaarlijk lang door? Is het verstandiger om een beurt over te slaan? Is de les net begonnen of zijn sommige leerlingen vermoeid geraakt? Natuurlijk kun je niet alles zien, maar ringzwaaien heeft soms meer toezicht nodig voor een goed verloop. Dat kan ook als er in groepen gewerkt wordt, zodat etalage minder een rol speelt en de les veelzijdiger is, wat weer kan leiden tot meer plezier en een betere verdeling van de intensiteit.

## Beveiligen

Tot slot het complexe vraagstuk over matten. De terechte vraag zou kunnen zijn; *voor welk probleem is het gebruik van matten onder de ringen een oplossing?*

Als met bovenstaande factoren altijd voldoende rekening wordt gehouden, is de kans groot dat er minder ongevallen zullen gebeuren. Toch lijkt het verstandig om ook het gebruik van matten mee te nemen in bijvoorbeeld nieuwe richtlijnen. Want een antwoord op bovenstaande vraag is namelijk dat er in het werkveld onvoldoende rekening gehouden wordt met



deze factoren, dat er op sommige opleidingen geen eenduidig en duidelijk verhaal verteld wordt met voldoende aandacht voor veiligheid en voorzorgsmaatregelen bij ringzwaaien. Dat er in het werkveld veel misverstanden bestaan, onduidelijkheid heerst, en soms angst. En dat er in het verweer – na een claim – soms zeer onprofessionele (onpedagogische) teksten staan van docenten naar aanleiding van het losschieten van een leerling bij ringzwaaien. Alsof de leerling er bewust voor heeft gekozen óf uit een soort baldadigheid in een hoge voorzwaai los heeft gelaten. En natuurlijk moet de discussie ook gaan over dergelijke teksten, maar ook over het feit dat matten een (laatste) redmiddel kunnen zijn om schade aan het hoofd, tanden en romp te voorkomen of te beperken. Laten we dus niet weggijken en de discussie over matten voeren.

Naar mijn mening is het belangrijk dat er in ruime mate matten worden neergelegd onder een zwaaiarrangement. Hierbij wordt dan goed rekening gehouden met de biomechanische kennis over 'dode punten' en 'ophangpunten', zwaaiverlenging, zwaaiverkorting en de centrifugale en centripetale krachten die zich voordoen bij het zwaaien aan de ringen. Heb je matten, landingsmatten? Gebruik deze.

In de gesprekken met betrokkenen wordt vaak aan mij gemeld: "Had ik maar meer matten neergelegd". Maar de realiteit is dat er meer verwarring dan overeenstemming is, als het gaat om heldere richtlijnen op dit gebied. Ik spreek de hoop uit dat voor het zwaaien aan de ringen er duidelijkheid komt door met opleidingen, de KVLO en deskundigen om de tafel te gaan en het werkveld richting te kunnen geven. Dit artikel is hopelijk een aanzet daartoe.

Het voelt goed om deze ervaring met jullie te delen.

Ton de Ruijter is opleidingsdocent aan de ALO van Amsterdam (met dank aan Bastiaan Goedhart voor zijn kritische blik)

*Zie ook het kader over veiligheidsmaatregelen bij ringzwaaien op de volgende pagina.*

## ▲ Val uit ringen

### Contact

t.de.ruijter@hva.nl

### Kernwoorden

ongeval, doorlopende leerlijn, zwaaien

# Veiligheidsmaatregelen bij ringzwaaien

**Ton de Ruijter daagt ons in bovenstaand artikel uit het gesprek aan te gaan over voldoende en adequate veiligheidsmaatregelen bij ringzwaaien. Die uitdaging gaan we graag aan en hierbij een eerste aanzet.**

TEKST MR. SANDRA ROELOFSEN

Voor de beoordeling van zorgvuldig handelen na een ongeval geldt (volgens rechtspraak) het volgende: "In het algemeen gesproken rust op een leraar een bijzondere zorgplicht onder meer ten aanzien van de gezondheid en de veiligheid van de leerlingen, die aan zijn zorg zijn toevertrouwd en onder zijn toezicht staan". Voor een ongeval in de gymles wordt dan gekeken of de docent zodanig zorgvuldig heeft gehandeld als van een redelijk bekwaam en redelijk handelend vakgenoot in gelijke omstandigheden zou mogen worden verwacht. Met andere woorden: hoe zou een redelijk handelende professionele en bekwame collega een dergelijke activiteit bij deze leerlingen in deze situatie vormgeven en aanbieden? Hoe wordt de activiteit ringzwaaien aangeboden bij deze groep leerlingen, welke instructies worden er in deze situatie gegeven en welke veiligheidsmaatregelen worden daarbij genomen? Dat betekent niet dat elke vakcollega altijd hetzelfde moet aanbieden en vastzit aan vastgelegde methodes. Maar de toets van zorgvuldig handelen ligt wel bij de redelijke handelende, professionele en bekwame collega, gerelateerd aan de situatie. Kun je uitleggen en onderbouwen waarom je hebt gehandeld zoals je hebt gedaan? Waarom heb je deze activiteit zo aangeboden, met deze

instructies en deze veiligheidsmaatregelen aan matten en hulpverlening? Wat zeggen veelgebruikte methodes hierover en wat staat er in het jaarplan?

Deze norm van zorgvuldig handelen betekent ook dat uitgangspunten, manieren van aanbieden en gekozen veiligheidsmaatregelen in de loop der tijd kunnen wijzigen. Wat vroeger normaal was, kan nu anders zijn, en andersom. Wat vroeger echt niet plaatsvond in de gymles (klimmen, mountainbiken) gebeurt nu wel. Wat vroeger veelvuldig en klassikaal werd aangeboden, bieden we nu anders aan. Het onderwijs verandert, de materialen veranderen, de leerlingen veranderen. De norm van zorgvuldig handelen kan daardoor dus ook wijzigen.

En wat geldt er nu eigenlijk voor (veiligheidsmaatregelen bij) ringzwaaien? Matjes worden bijvoorbeeld niet voorgeschreven in handboeken bij een strekzwaai in de ringen, maar Ton de Ruijter pleit er in het bovenstaand artikel voor om die juist wel te gebruiken. Dat betekent niet dat er altijd en overal matten geplaatst moeten worden om elke mogelijke claim van aansprakelijkheid te kunnen voorkomen, maar de vraag is wel: weegt het eerder gebruikte

argument dat matjes ook kunnen uitdagen om te springen anno 2021 nog wel op tegen de redelijkheid en veiligheid van het plaatsen van voldoende matjes? Bij ringzwaaien lijkt de waarschijnlijkheid van een ongeval door loslaten groter te zijn geworden in de loop der tijd. En de kans dat dit (grote) schade geeft omdat je 'uit de lucht valt' is waarschijnlijk. Hoe bezwaarlijk is het dan om (voldoende) matten te plaatsen bij ringzwaaien? Hoeveel en op welke plekken zijn matten bij ringzwaaien dan nodig? Hierover bestaat op dit moment geen duidelijkheid.

Deze professionele toets voor de zorgvuldigheid van een redelijk bekwaam en redelijk handelend vakgenoot laten we graag over aan de inhoudsdeskundigen! De KVLO neemt daarom het initiatief om dit met opleiders en leraren in kaart te gaan brengen en hierover te schrijven in een artikelenreeks in het vakblad over ringzwaaien. Daarmee hopen we de juiste handvatten mee te geven om ringzwaaien veilig en verantwoord te blijven aanbieden.

*Sandra Roelofsen is advocaat bij de KVLO*

*Contact: [juristen@kvlo.nl](mailto:juristen@kvlo.nl)*

## Advertorial:

# ShuttleTime hét badmintonprogramma voor op scholen!

Lever via het ShuttleTime programma op een leuke, uitdagende en veilige manier een positieve bijdrage aan de Basis Motorische Vaardigheden en de fysieke fitheid van kinderen!

ShuttleTime is een programma speciaal ontwikkeld om in verschillende situaties en op verschillende niveaus badmintonles te kunnen geven. Door middel van aanpassing aan materialen en tips om oefeningen aan te passen richt het programma zich op plezier en succesbeleving.

Na afloop van de opleiding:

- Ben je in staat om met hulpmiddelen gestructureerd badminton training te geven aan een groep kinderen.
- Ken je de voordelen die de sport badminton biedt voor kinderen en weet je de geleerde stof maximaal in te zetten in de eigen situatie.
- Ken je de structuur van het programma, de typische lesopbouw en het startpunt van je pupillen.
- Weet je hoe je kinderen kan motiveren, organisaties neer moet zetten en een veilige leeromgeving kan creëren.
- Weet je welke technische, tactische en fysieke vaardigheden er aan bod komen in het programma en hoe deze te ontwikkelen.

## Opzet

De cursus bestaat uit acht contacturen. Deze uren kunnen over één of twee dagen verdeeld worden, dit kan per cursus verschillen. Voordat je aan de cursus begint zorg je als cursist ervoor dat je:

- De ShuttleTime app installeert
- Je aanmeldt bij de ShuttleTime website
- Het werkboek doorneemt
- Het lessenplan doorneemt en de video's bekijkt
- Een korte presentatie over jezelf voorbereidt (per club/school 1 presentatie)
- Zorgt dat je actief mee kan doen en neemt daarvoor kleding en spullen mee.

*Vraag de opleiding nu aan via de manager opleidingen van Badminton Nederland door te mailen naar: [opleidingen@badminton.nl](mailto:opleidingen@badminton.nl)*

# SHUTTLE TIME



# Vaardigheidsproeven: bewegingsuitdagingen voor jong en oud

Een doorlopende ontwikkeling zonder breuken, lacunes of overlap, dat is het ideaal van de doorlopende leerlijn. In de Basisdocumenten voor het bewegingsonderwijs voor het primair en voortgezet onderwijs van het Jan Luiting Fonds zijn de leerlijnen verdeeld over twaalf bewegingsuitdagingen en vijf activiteitengebieden (Massink 2017). Deze vertonen opvallende overeenkomsten met de Vaardigheidsproeven waarmee het Nederlands Olympisch Comité (NOC) in de jaren twintig en dertig trachtte Nederlanders lichamelijk te ontwikkelen. Hoe waren deze proeven opgezet? Welke bewegingsuitdagingen stonden erin centraal? En hoe zetten het NOC en de KVLO zich in voor de popularisering ervan?

TEKST JELLE ZONDAG

## Gymnastique Utilitaire

De vaardigheidsproeven waren een idee van Pierre de Coubertin (1863-1937), de grondlegger van de moderne olympische beweging. In 1906 publiceerde hij het boekje *La Gymnastique Utilitaire*, in het Nederlands *Praktische Lichaamsoefening*, ofwel lichamelijke oefening 'die aan het dagelijks leven pasklaar is gemaakt' (De Coubertin 1912; Van Tuyll 1911). De Fransman betoogde hierin dat jongeren over een veelzijdig ontwikkeld lichaam moesten beschikken om zich in de twintigste eeuw – 'de eeuw van de snelle veranderingen' – te kunnen redden.

Om jongeren tot veelzijdig ontwikkelde volwassenen te maken, verdeelde De Coubertin lichamelijke activiteiten onder in drie activiteitengebieden en twaalf bewegingsuitdagingen. Het eerste activiteitenthema was 'redding' te land en te water. Hieronder rekende hij hardlopen, springen, werpen, klimmen en zwemen. Het tweede thema, 'zelfverdediging', bestond uit schieten en schermen, waarbij schermen een verzamelterm was voor schermen per stok, degen en sabel, boksen en worstelen. Het derde activiteitengebied was 'beweging' te voet, te paard en 'mechanisch'. In deze categorie vielen de activiteiten lopen, paardrijden, roeien, zeilen en fietsen. Samen met onderwijzers richtte De Coubertin de *Société des Sport Populaires* op om Franse jongeren te bekwamen in de bewegingsuitdagingen. Deze vereniging organiseerde vaardigheidsproeven en beloonde succesvolle

deelnemers daarvan na afloop met een vaardigheidsdiploma en -medaille.



▲ Nederlandsch Olympisch Comité (1916), *Records en Vaardigheidsproeven*

## De Federatie van Lichaamsvaardigheid

In Nederland ging het in 1912 opgerichte Nederlands Olympisch Comité met de

vaardigheidsproeven aan de slag. Naast een comité dat topsporters afvaardigde naar de Olympische Spelen wilde het NOC nadrukkelijk een volksoepvoedkundig instituut zijn – een Federatie van Lichaamsvaardigheid – dat de lichamelijke opvoeding van alle Nederlanders bevorderde. Om deze ambitie te verwezenlijken, organiseerde het vanaf 1914 de Vaardigheidsproeven.

Deelnemers aan de NOC-proeven moesten in zeven activiteitengebieden aan bepaalde eisen voldoen om een vaardigheidsmedaille en -diploma te behalen (NOC 1914; NOC 1916, Feschotte 1920). In categorie I – ‘hardlopen’ – konden zij kiezen tussen 100 meter, 400 meter en 1500 meter, in categorie II – ‘springen’ – moesten zij hoog-, en verspringen en in categorie III – ‘werpen’ – konden zij kiezen uit discuswerpen, kogelstoten of speerwerpen. Categorie IV – ‘zwemmen’ – moesten zij gekleed en ongekleed afleggen, categorie V – ‘klimmen’ – bestond uit touwklimmen, en bij categorie VI – ‘uithoudingsvermogen’ – was de keuze uit wandelen, hardlopen, wielrennen en roeien. In categorie VII – ‘zelfverdediging’ – konden deelnemers kiezen om te worstelen, schermen of boksen.

Om de doorlopende ontwikkeling van deelnemers te stimuleren, werden zij ingedeeld in verschillende leeftijdscategorieën met oplopende eisen. Zo moesten zij tot 23 jaar een duurloop van 1.500 meter afleggen in vijf minuten en dertig seconden, 27,5 meter speerwerpen en 35 kilometer wandelen in zes en een half uur. Waren zij boven de 23 jaar dan golden de eisen resp. vijf minuten en vijftien seconden, dertig meter en zes uur en een kwartier.

### **Vaardigheidsproeven voor scholieren**

Bij het ontwerpen van de proeven had De Coubertin jongens van boven de veertien jaar

voor ogen en in het bijzonder in de leeftijdscategorie van vijftien tot negentien jaar. Zij moesten in enige mate lichamelijk geoefend zijn, door middel van gymnastiek in het primair onderwijs (De Coubertin, 1912, p.11). Het NOC richtte zich aanvankelijk op volwassenen, maar riep al snel speciale proeven voor middelbare scholieren in het leven, met aangepaste eisen. Scholieren die de leeftijd van zeventien jaar hadden bereikt, moesten net als volwassenen in zeven categorieën hun vaardigheid betonen om de proeven met succes af te leggen. Voor hen golden dezelfde activiteitengebieden en bewegingsuitdagingen als voor volwassenen, alleen bestond categorie VI – ‘uithoudingsvermogen’ – slechts uit wandelen en was categorie VII – ‘zelfverdediging’ – vervangen door gymnastiek.

### **De vaardigheidsproeven voor scholieren moesten de afsluiting zijn van de lessen lichamelijke opvoeding in het onderwijs en bewijs geven van de doorgemaakte lichamelijke ontwikkeling van leerlingen**

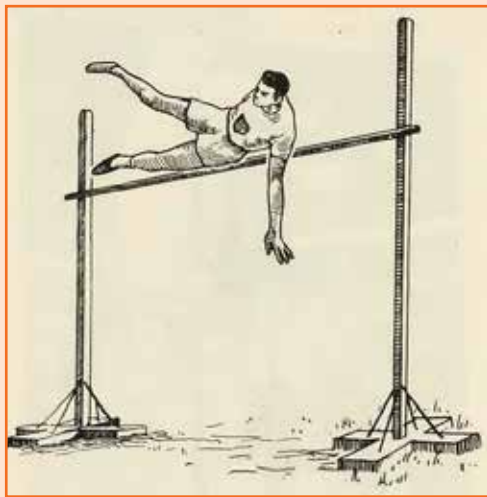
De vaardigheidsproeven voor scholieren moesten de afsluiting zijn van de lessen lichamelijke opvoeding in het onderwijs en bewijs geven van de doorgemaakte lichamelijke ontwikkeling van leerlingen. Het NOC zette zich voortdurend in voor de popularisering ervan (Wijnand, 1937). Het comité riep in 1921 een Schoolsportcommissie in het leven, met KVLO-bestuursleden Jan Luiting (1859-1929) en Henri Antonie Elias (1871-1924), gymnastiekonderwijzer Martinus Graafland (1868-1956), ALO Amsterdam-oprichter Karel van Schagen (1894-1972) en onderwijsinspecteur Gerrit Bolkestein (1871-1956) als leden. De commissie trachtte bij schoolhoofden belangstelling te wekken en riep de regering op de proeven te steunen. Ook had het plannen voor het invoeren van schoolvaardigheidsproeven voor dertien- tot zeventienjarigen, waarop de eisen voor scholieren vanaf zeventien jaar zouden aansluiten.

De vaardigheidsproeven van het NOC werden nooit echt populair, maar het concept sloeg wel aan bij andere organisaties. Zo werden de plannen voor schoolvaardigheidsproeven opgepikt door lokale bonden voor lichamelijke opvoeding. Het Rijkscollege voor Lichamelijke Opvoeding, een adviesorgaan van de regering, zag in de proeven ook een goed middel om de doorlopende ontwikkeling van lagere schoolleerlingen te bevorderen. In 1938 stelde het college voor de vaardigheidsproeven te laten afleggen in aanwezigheid van ouders, leerlingen en onderwijzers bij het verlaten van

▼  
*Haarlemse scholieren oefenen zich in het zwemmen. Bron: Noord-Hollands Archief. Beeldcollectie van de gemeente Haarlem*







▲ *Instructie voor hoogspringen, uit: K.H. van Schagen, Handboek der Sporten (1924), uitgegeven door de Schoolsportcommissie van het Nederlands Olympisch Comité*

het primair onderwijs (Rijkscollege voor de Lichamelijke Opvoeding, 1938, p.28).

### De vaardigheidsproeven van de KVLO

De KVLO ging ook met het concept aan de slag. De afdeling Haarlem nam het voortouw en introduceerde de vaardigheidsproeven aan het begin van de jaren twintig in het onderwijs. Vanaf de zomer van 1922 legden scholieren deze bij het verlaten van de lagere school af. De organisatie werd ondersteund door de lokale wethouder van onderwijs en gesubsidieerd door de gemeente, waardoor de toekomstbestendigheid gewaarborgd was. De deelnemende leerlingen kregen voor de gelegenheid een dag vrij van school, terwijl de onderdelen wandelen en zwemmen plaatsvonden op een vijftal vrije middagen in juni en juli (Vaardigheidsproeven, 1922).

De Haarlemse proeven concentreerden zich op gymnastiek, atletiek en wandelen. Zwemmen was een facultatief onderdeel. De eisen bestonden voor meisjes uit twee vrije oefeningen en een ladderoefening, hoogspringen (52 centimeter), verspringen (2 meter), hardlopen (60 meter in 14 seconde), balwerpen (12 meter met een tennisbal), vangen (2 van 3 tennisballen, geworpen vanaf 10 meter), wandelen (9 kilometer in 2 uur) en eventueel zwemmen (40 meter borst- en 25 meter rugslag). Voor jongens bestonden ze uit een vrije oefening, een ladderoefening en een klimoefening, hoogspringen (1 meter), verspringen (2,75 meter), hardlopen (80 meter in 15 seconde), balwerpen (20 meter met een tennisbal), vangen (twee van drie tennisballen, geworpen vanaf 10 meter), wandelen (15 kilometer in 3 uur) en eventueel zwemmen (50 meter borst- en 30 meter rugslag). Succesvolle deelnemers ontvingen een na afloop diploma.

De proeven van de afdeling Haarlem waren

een succes. Aan de eerste editie in 1922 deden 873 jongens en meisjes mee, waarvan er 595 slaagden, bijna 70 procent. In de hierop volgende jaren bleef het enthousiasme van onderwijzers en leerlingen groot. In de zomer van 1940 namen inmiddels een duizendtal jongens en meisjes aan de vaardigheidsproeven deel, ondanks de aanvankelijke beperkingen door de ontstane oorlogssituatie (Vaardigheidsproeven voor scholieren, 1940).

Of de Haarlemse leerlingen later ook opgingen voor de vaardigheidsproeven voor middelbare scholieren en volwassenen van het NOC valt niet te achterhalen. De basis voor hun doorlopende ontwikkeling was met het behaalde brevet voor vaardigheid in gymnastiek, springen, hardlopen, werpen, vangen, wandelen en zwemmen in ieder geval gelegd.



*Jelle Zondag promoveert op 26 mei aan de Radboud Universiteit Nijmegen op een proefschrift over de geschiedenis van sport en lichamelijke opvoeding in Nederland. Een publieksboek, getiteld 'Volkskracht. Sport, lichamelijke opvoeding en de versterking van Nederland, 1880-1940' is hier te bestellen: <https://www.bol.com/nl/p/volkskracht/9300000032362885/>*

### Referenties

- Coubertin, baron P. de (1912). *Praktische lichaams oefening (Gymnastique Utilitaire)*. Baarn: J.F. van de Ven.
- Feschotte, L.H. (1920). *De Vaardigheidsproeven van het Nederlandsch Olympisch Comité*. Leiden: A.W. Sijthoffs Uitgeversmaatschappij.
- Massink, M. (2017, april). Doorlopende leerlijnen. *Lichamelijke Opvoeding*, jaargang 105, pp. 12-15, via <https://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=8993&m=1532950574&action=file.download>
- Nederlandsch Olympisch Comité (1914). *Vaardigheidsproeven*.
- Nederlandsch Olympisch Comité (1916). *Records en Vaardigheidsproeven*. Amsterdam: De Revue der Sporten.
- Rijkscollege voor de Lichamelijke Opvoeding (1938). *De School en de Lichamelijk Opvoeding*. 's Gravenhage: Algemeene Landsdrukkerij.
- Tuyl, F.W. van (1911). Praktische Gymnastiek. In: Nederlandsche Bond voor Lichamelijke Opvoeding. *Studies over Lichamelijke Opvoeding* (pp. 32-43). Amsterdam: Uitgeversmaatschappij Elsevier.
- Vaardigheidsproeven (1922). *De Lichamelijk Opvoeding. Orgaan van de Vereniging van Leraaren en Onderwijzers in de Gymnastiek in Nederland*, jaargang 10, p. 323-324.
- Vaardigheidsproeven voor scholieren (1940, 22 juni). *Haarlems Dagblad*.
- Wijnand, W.C. (1937). De vaardigheidsproeven van het Nederlandsch Olympisch Comité. In: Nederlandsch Olympisch Comité, Federatie van Lichaamsvaardigheid. *Gedenkboek bij het 25-jarig bestaan 1912-1937* (pp. 155-169). 's Gravenhage: N.V. Amst. Boek- en Steendrukkerij v/h Ellerman, Harms & Co.

# Drempelloze instroom ....

## een eerste stap op weg naar een doorlopende leerroute vmbo-mbo

De School voor Sport en Bewegen van het ROC Tilburg nam in 2019 het initiatief tot intensieve samenwerking met voortgezet onderwijs scholen uit de regio. In eerste instantie om leerlingen van VO-scholen zo goed mogelijk voor te bereiden op een mogelijke doorstroom naar de opleiding Sport en Bewegen. En vervolgens ook om de studiesuccessen van eerstejaars studenten Sport en Bewegen te verbeteren. Vanwaar dit initiatief?

TEKST MARGRIET DEN BAK

**S**tel, je hebt als vmbo'er een passie voor bewegen en bent ook nog eens gezegend met voldoende motorische vaardigheden. Dan is de keuze voor een mbo-opleiding Sport en Bewegen voor de hand liggend.

Jaarlijks maken dan ook vele sportminnende vmbo'ers na het behalen van hun diploma op het voortgezet onderwijs de overstap naar een opleiding Sport en Bewegen op niveau twee, drie of vier.

Succes gegarandeerd, zou je zeggen. Maar toch blijkt ook een aantal van deze studenten de eindstreep bij Sport en Bewegen niet zonder slag of stoot te halen. Voegtijdig verlaten zij soms de opleiding. Gedesillusioneerde vanwege het feit dat de opleiding anders was dan ze zich hadden voorgesteld. Of teleurgesteld omdat zich onvoldoende nieuwe uitdagingen aandienen.

### Instroom zonder intake

Het gesprek is in eerste instantie aangegaan met een drietal scholen voor voortgezet onderwijs in de regio. Deze scholen hebben actieve en vooruitstrevende docenten lichamelijke opvoeding, die willen meedenken over de inhoud van het examenvak LO2 (voor leerlingen van de gemeente of theoretische leerweg) of een sportgerelateerd keuzevak (voor basis- en kaderleerlingen) in relatie tot de opleiding Sport en Bewegen. Binnen de programma's van toetsing en afsluiting (PTA's) wordt gekeken naar mogelijkheden om invulling te geven aan competenties die noodzakelijk zijn op het mbo. Er wordt – naast de inzet op motorische vaardigheden – vooral ook ingezet op vaardigheden als instructie geven, voor de groep staan en organiseren. Van groot belang blijkt ook de aandacht voor acht kernwaarden (zie kader) die worden gehanteerd binnen de opleiding Sport en Bewegen van het ROC Tilburg. De kernwaarden geven een beeld over de beroepshouding van de student. Zo ontstaan uiteindelijk convenanten waarin - naast aandacht voor de samenwerking tussen mbo en VO - ook een pakket aan voorwaarden ligt voor een instroom zonder intake. De zogenaamde drempelloze instroom voor VO-leerlingen die voldoen aan de gezamenlijk opgestelde succesfactoren voor de overgang van de VO-leerling naar mbo Sport en Bewegen.

#### Kernwaarden ROC Tilburg

Ik ben respectvol, ik communiceer, ik ben positief ingesteld, ik ben een teamplayer, ik ben een doorzetter, ik sta open voor feedback, ik denk in oplossingen, ik neem initiatief

Docent LO Caro Bakker (Campus013) zegt hierover: "Een drempelloze instroom motiveert leerlingen en kan daarnaast ook voor een stukje rust zorgen. Deze leerlingen hebben niet de druk van de momentopname tijdens de intake, maar kunnen gedurende het volgen van hun keuzevak en de lessen LO laten zien dat zij geschikt zijn, door de gestelde eisen te behalen".

Precies dát is ook wat Julian Callenfels, eerstejaarsstudent op de opleiding Sport en Bewegen van het ROC Tilburg benoemt. Hij haalde zijn vmbo-diploma aan de Walewyc mavo en volgde daar het LO2-programma. Hij werd met drie uur sport/sporttheorie per week goed voorbereid op de overstap naar de opleiding Sport en Bewegen. Hij ontving in zijn examenjaar een wildcard van zijn LO-docenten en was dus al direct verzekerd van plaatsing op de opleiding van zijn dromen. Hij herinnert zich nog goed hoe fijn het was dat hij zich gedurende zijn LO2-traject al kon bewijzen en niet de stress had op de intakedag zélf.

Inmiddels liggen er convenanten voor drempelloze instroom met zeven VO-scholen uit de regio en zullen er dit schooljaar nog meerdere convenanten worden getekend. Gemiddeld worden per school acht tot tien VO-leerlingen (die voldoen aan de eisen uit het convenant) zonder intake geplaatst bij de opleiding Sport en Bewegen van het ROC



Hoe voelt dat?





Obstakels overwinnen

Tilburg. Leerlingen die (nog) niet voldoen aan de in het convenant gestelde eisen, mogen zich uiteraard gewoon aanmelden bij de opleiding Sport en Bewegen. Zij worden uitgenodigd voor de intake en daar beoordeeld op hun vaardigheden.

### Doorlopende leerroute als stip op de horizon

Een bezoek van het Ministerie van OC&W aan het ROC Tilburg in 2020 was de aanzet tot het verkennen van de mogelijkheden voor een samenwerking die verdergaat dan bovengenoemde convenanten. Met financiële ondersteuning vanuit het programma Sterk Beroepsonderwijs (een initiatief van onder andere het Ministerie van OC&W, de mbo-raad en de VO-raad) is een leerlab opgezet. In dit leerlab werkt een projectgroep bestaande uit vier docenten van de opleiding Sport en Bewegen van het ROC Tilburg sinds oktober 2020, samen met een docent van Campus013 uit Tilburg (een vmbo-school met alle leerwegen) en met een docent van de Walewyc mavo uit Waalwijk (de eerste VO-school waarmee een convenant is gesloten). Tijdens gezamenlijke bijeenkomsten wordt de projectgroep ondersteund door een externe procesondersteuner.

Uiteindelijke stip op de horizon is een doorlopende leerroute vanuit het vmbo naar het mbo. Doel van zo'n doorlopende leerroute is een onderwijsprogramma dat start in het derde leerjaar van het vmbo, doorloopt in het mbo en mogelijk zelfs leidt tot een gecombineerd vmbo-/mbo-diploma.

### Hobbels zijn er om genomen te worden

Zover is het echter nog niet. Momenteel is de projectgroep de mogelijkheden voor een doorlopende leerroute op termijn aan het verkennen. Vooralsnog is echter besproken dat de eerste stappen op weg naar die doorlopende leerroute gevormd worden door zogenaamde quick wins.

Zo gaan basisleerlingen van Campus013 die het keuzevak Sport en Leiderschap volgen vanaf komend schooljaar mee-draaien bij verschillende lessen op niveau 2. Denk daarbij aan lessen als les- en leiding geven, zwemmen en medic first aid. Daarnaast vindt er ook regelmatig een uitwisseling plaats tussen docenten, waarbij een keuzevakles op Campus013 bijvoorbeeld wordt gegeven door een docent van niveau 2.

Bakker (Campus013) slaat de spijker op zijn kop: "Als docent van een sportief keuzevak wil je de leerlingen zo

goed mogelijk voorbereiden op de te maken keuze: kiezen voor een vervolgstudie in de sport of niet. Daarnaast wil je dat de leerlingen die daadwerkelijk kiezen voor een studie als Sport en Bewegen zo goed mogelijk zijn voorbereid op de opleiding, zodat ze kunnen voortbouwen op hetgeen is geleerd en ervaren in jouw lessen. En niet te vergeten, is het draaien van een gevarieerd programma met verschillende uitstapjes simpelweg gewoon heel leuk!".

Met de Walewyc mavo wordt eveneens gezocht naar mogelijkheden om de samenwerking te intensiveren en LO2-leerlingen gaandeweg al vertrouwd te maken met de opleiding Sport en Bewegen. Zo is afgesproken dat enkele tweedejaars niveau-4 studenten van de opleiding Sport en Bewegen hun examen van de basiskerntaak 'Organiseren van een evenement' gaan uitvoeren bij de LO2-groep van de Walewyc mavo. Hetzelfde gaan eerstejaars niveau-4 studenten (en tevens oud-leerlingen van de Walewyc mavo) doen met hun proeve van bekwaamheid voor het vak Les- en Leiding Geven. Verder is afgesproken dat Walewyc-leerlingen met het vak LO2 enkele keren per jaar een dag naar de opleiding Sport en Bewegen komen, voor het volgen van theorie- en praktijklessen. En tenslotte gaan docenten van de opleiding Sport en Bewegen op de Walewyc mavo diverse lessen verzorgen voor de groep leerlingen met LO2. Teun Kouwenberg, docent LO aan de Walewyc mavo verwacht dat zijn leerlingen door deze intensieve samenwerking nog veel beter worden voorbereid op hetgeen dat gaat komen. Daardoor zal het percentage oud-Walewycleerlingen dat de opleiding Sport en Bewegen vroegtijdig verlaat vanwege een verkeerde keuze, nihil zijn.

### Overlap verminderen

Waar de projectgroep voor beide VO-scholen mee is gestart, is het naast elkaar leggen van de lesinhoud van LO2 c.q. het keuzevak Sport en Leiderschap en de diverse vakken die studenten Sport en Bewegen krijgen. Waar overlap wordt geconstateerd, wordt gekeken hoe deze kan worden verminderd. Dit kan bijvoorbeeld door studenten - als ze eenmaal op de opleiding Sport en Bewegen zitten - andere taken of andere keuzes te geven. Studenten die op hun middelbare school al hebben kennisgemaakt met diverse 'Sport en Bewegen-onderdelen' moeten we immers enthousiast houden. En dat doe je niet door ze steeds maar programma's te laten herhalen.

Een afspraak die we ook sowieso hebben gemaakt, is dat leerlingen van beide VO-scholen minstens één keer op de opleiding komen kijken of meedraaien. Hoe meer een leerling heeft kennisgemaakt met de school, de docenten en de lessen, hoe soepeler de overstap van vmbo naar mbo!

Margriet den Bak is docent bij de school voor Sport en Bewegen van het ROC Tilburg, en houdt zich onder andere bezig met de intake en de doorstroom vmbo-mbo.

*Met dank aan Caro Bakker, Teun Kouwenberg, Julian Callenfels en Pieter Matthijsse voor hun input.*

#### Contact

[mdbak@roctilburg.nl](mailto:mdbak@roctilburg.nl)

#### Kernwoorden

leerroute, leerlijn, doorstroom

#### Foto's

Anita Riemersma

# Nederland waterland; ieder kind leert bewegen in water (toch?)

Als kind leren bewegen in water en jezelf in water kunnen redden zijn voorwaarden om veilig en plezierig mee te kunnen doen aan activiteiten in en op het water. Soms wordt daar binnen schooltijd en de les bewegingsonderwijs aandacht aan besteed, maar op de meeste scholen niet. In dit artikel willen we je graag uitdagen om na te denken wat jij en jouw school/scholen binnenschools en buitenschools kunnen doen om kinderen (beter) te leren bewegen in water.

TEKST BRIGITTE MULLER EN JARNO HILHORST

**V**erreweg de meeste kinderen in Nederland leren zwemmen tijdens de particuliere zwemles en worden daar door hun ouders op 4- of 5-jarige leeftijd naartoe gebracht. Ze leren er allerlei vaardigheden; drijven, draaien, onder water oriënteren, voortbewegen op verschillende manieren, in en uit het water komen et cetera. Kinderen raken vertrouwd met water en leren hun eigen (on)mogelijkheden kennen. Leren zwemmen is een voorwaarde om mee te kunnen doen aan allerlei activiteiten in en om het water, nu en later. Denk naast wedstrijdzwemmen en waterpolo, bijvoorbeeld aan triatlon, snorkelen en duiken, zeilen en (kite)surfen.



▲ En nu veilig buiten zwemmen

## Zwemles en zwemveiligheid

Bijna iedereen zwemt weleens tijdens vakanties. En niet kunnen zwemmen betekent helaas soms ook niet mee kunnen doen bij een verjaardagsfeestje. Uiteindelijk haalt 96 procent van de kinderen minimaal een zwemdiploma A. Zwemdiploma C (dat gezien wordt als Nationale Norm

Zwemveiligheid) wordt door een veel kleiner deel (36%) behaald. Er is duidelijk een aantal kwetsbare groepen kinderen die op latere leeftijd op zwemles gaan en minder vaak hun zwemdiploma's halen. Een laag inkomen van de ouders, een (niet-westerse) migratieachtergrond en wonen in een grote stad betekent een kleinere kans dat kinderen een of meerdere zwemdiploma's hebben (Floor & Tiessen-Raaphorst, 2019a). Daarnaast halen kinderen met een ontwikkelingsprobleem of een beperking minder vaak een zwemdiploma en ervaren hun ouders verschillende belemmeringen (Hilhorst, 2021). Vanuit het doel zwemveiligheid lukt het de meeste ouders om te zorgen dat hun kind(eren) al jong allerlei zwemvaardigheden beheersen. Voor kinderen met een ontwikkelingsprobleem, uit arme gezinnen, met een migratieachtergrond en woonachtig in grote steden, is zwemveiligheid veel minder vanzelfsprekend. Scholen kunnen daar een belangrijke rol in spelen. Verder is relevant wat betreft de kinderen die jong leerden zwemmen, dat ze minder vaardig en vertrouwd in het water zijn als ze een lange periode niet meer hebben gezwommen.

## Een rol voor scholen?

Ongeveer een derde van de basisscholen biedt haar leerlingen een vorm van schoolzwemmen aan. Soms richt zich dat op het behalen van zwemdiploma's, soms is het een kortere periode met 'natte gymlessen' en soms zijn er creatieve (meng)vormen. In het recente geüpdatete 'Witboek Samen met scholen werk maken van zwemveiligheid' zijn diverse voorbeelden van lessen



▲ Spelletjes in het water

bewegen in water uitgewerkt. Er zijn namelijk verschillende manieren waarop je invulling kunt geven aan bewegen in water en het vergroten van zwemveiligheid. Het is belangrijk dat iedere school bewuste keuzes maakt wat wel en niet te doen, passend bij de kenmerken van de leerlingen, beleid van de school en omgeving waarin de school ligt. In de verbinding met buitenschoolse aanbieders liggen mooie kansen om uitdagende beweegsituaties voor jeugd en jongeren te realiseren. Dat kan vooral via samenwerking met het lokale zwembad, de zwemvereniging of reddingsbrigade en met watersportondernemers uit de buurt. Doelstellingen op het terrein van leren bewegen, zwemveiligheid, gezonde leefstijl en sportdeelname komen zo bij elkaar. Buurtsportcoaches en leraren LO kunnen het initiatief nemen om het netwerk en doelen te verbinden. Ook binnenschools kan de school op verschillende manieren invulling geven aan leren bewegen in water. In elk geval door te helpen signaleren welke kinderen nog geen zwemdiploma's hebben en dan



## Weet jij een nieuwe naam voor schoolzwemmen?

In het witboek, waar we al naar verwezen, wordt de definitie van schoolzwemmen omschreven als: alle vormen van activiteiten waar kinderen tijdens schooltijd diverse aspecten van bewegen in water leren op het vlak van:

- Vaardigheden (Wat kan ik?);
- Kennis/inzicht (Wat weet en beseft ik?);
- Attitudes (Wat doet ik?).

(De Martelaer, Hilhorst & Postma, 2021)

Ze geven aan dat het om diverse aspecten van beter leren bewegen in water gaat. Hierbij heeft, de school ofwel een trekkende/coördinerende rol, of de school is partner bij een samenwerking die uitgaat van het zwembad, de gemeente of een andere organisatie (bijvoorbeeld een reddingsbrigade). Schoolzwemmen is dus niet per se gekoppeld aan het behalen van een zwemdiploma, zoals dat decennia terug wel het geval was. In de nieuwe definitie staat beter leren bewegen in water centraal. Om verwarring te voorkomen lijkt een nieuwe naam zinvol. Maar wat past het best? Heb je een suggestie? Mail die dan naar [bmuller@nrz-nl.nl](mailto:bmuller@nrz-nl.nl).



samen met de gemeente, de buurtsportcoach (en het zwembad) actief stimuleren dat kinderen op zwemles gaan. Maar ook om zwemvaardig te blijven en beter te leren zwemmen kunnen schoolklassen in het kader van bewegingsonderwijs lessen volgen in het zwembad.

### Praktijkvoorbeelden

In de tweede helft van het witboek worden een aantal praktijkvoorbeelden beschreven. Bijvoorbeeld het concept Swim2play dat erop is gericht om kinderen in aanraking te laten komen met zwemmen én diverse andere watersporten. Ieder kind kan hierbij op zijn eigen niveau meedoen en wordt uitgedaagd om te leren. Plezier staat hierbij altijd voorop. Maar ook het lesprogramma van de gemeente Hengelo en het schoolzwemprogramma in Amsterdam komen aan bod. Er zijn theorielessen beschikbaar, vlogs gericht op adolescente nieuwkomers en ook de Nationale ZwemChallenge en het Beweeg-ABC zijn mooie en bruikbare tools. Lees het witboek om je te laten inspireren. Er staat vast een voorbeeld tussen dat past bij de situatie op jouw school.

### Aan de slag en bewuste keuzes maken

Welke keuze maak jij en maakt jouw school? Scholen kunnen een belangrijke

rol spelen om te zorgen dat kinderen veilig en met plezier kunnen bewegen in water. De mogelijkheden zijn niet overal hetzelfde en de achtergronden van leerlingen en scholen verschillen. Als leraar LO of buurtsportcoach kun je in kaart brengen wat wenselijk en mogelijk is. Zoek de samenwerking op en vraag aan het zwembad, de vereniging, de watersportondernemer en/of gemeente wat je voor

elkaar kunt betekenen en hoe ze jouw school kunnen helpen. Organiseer samen (eerst op kleine schaal) eens een nieuwe zwemactiviteit voor de leerlingen en ervaar hoe dit gaat. En misschien vormt dat een basis om, passend bij de unieke Nederlandse water- en zwemcultuur, te komen tot een structureel lesprogramma, binnen- en/of buitenschools.

### Facts:

- 13% van de kinderen haalt zwemdiploma A via schoolzwemmen, vooral in de grote steden (Tiessen-Raaphorst, 2019).
- Bij gemeenten die betrokken zijn bij schoolzwemmen is het aanbod gericht op het behalen van een zwemdiploma (16%), op bewegingsonderwijs in het water (49%) of op beide (35%) (Floor & Brouwer, 2018).
- 4% van de kinderen 11-16 jaar heeft geen enkel zwemdiploma en kinderen uit arme gezinnen, uit grote steden en met een niet-westerse migratieachtergrond halen minder vaak en op latere leeftijd zwemdiploma's (Floor & Tiessen-Raaphorst, 2019).
- 13% van de ouders van kinderen met een beperking of ontwikkelingsprobleem geeft aan dat hun kind geen zwemdiploma haalt en 45% geeft aan dat hun kind na het zwemlestraject niet zelfredzaam in het water is (Hilhorst, 2021).
- Zwemvaardigheid neemt af in de jaren na het behalen van zwemdiploma's (Van der Weijden, 2019).
- 32% van de basisscholen biedt zelf nog schoolzwemmen aan (89% in G3) (Floor, 2017a).
- Driekwart van de scholen gericht op kinderen met een lichamelijke of verstandelijke beperking (cluster 3) biedt schoolzwemmen aan (Floor, 2019).
- 79% van de bevolking is voor verplicht schoolzwemmen (Floor, 2017b).
- 91% van de gemeenten heeft een subsidieregeling voor zwemvaardigheid van kinderen via Jeugdfonds Sport & Cultuur, stichting Leergeld of een eigen regeling (Floor, 2021).
- In ongeveer de helft van de lokale sportakkoorden komt zwemmen of zwemveiligheid specifiek aan bod en in ongeveer een kwart van de gemeenten voert een buurtsportcoach taken uit gerelateerd aan zwemvaardigheid of zwemveiligheid (Floor, 2021).



▲ Kick off Nationale ZwemChallenge

In het kader van het Nationaal Plan Zwemveiligheid 2020-2024 vormt de samenwerking tussen scholen, zwemorganisaties en gemeenten een belangrijk thema. Heb je vragen over dit onderwerp stel ze dan gerust aan Herman Rijdsdijk (Vereniging Sport en Gemeenten) of Brigitte Muller (Nationale Raad Zwemveiligheid). Ze denken graag met je mee.

### Witboek Samen met scholen werk maken van Zwemveiligheid:

<https://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=10025&m=1614345180&action=file.download>



### Contact

[h.rijdsdijk@sportengemeenten.nl](mailto:h.rijdsdijk@sportengemeenten.nl)  
[bmuller@nrz-nl.nl](mailto:bmuller@nrz-nl.nl)

### Kernwoorden

doorlopende leerlijn, zwemmen, onderwijs

### Foto's

Gerben Pul

De literatuurlijst is op te vragen bij de redactie of de auteurs



# Eerder met pensioen gaan: hoe zit dat juridisch?

Per 1 januari 2021 is de tijdelijke vrijstelling van de eindheffing van de Regeling Vervroegd Uittreden (RVU) in werking getreden als onderdeel van het pensioenakkoord. Dit betekent concreet dat werknemers eerder kunnen stoppen met werken, zonder dat werkgevers het risico lopen een boete van 52% te moeten betalen over de vergoeding die zij aan hun werknemer meegeven ter compensatie van het vervroegd met pensioen gaan.

TEKST MR. DANIELLE DUBBEL

## Wat is een RVU-boete?

RVU staat voor Regeling Vervroegd Uittreden. In het verleden was de wens van de regering dat werknemers zo lang mogelijk (tot aan de pensioenleeftijd) bleven werken. Wanneer een werkgever met een werknemer een regeling overeenkwam, gericht op het vervroegd met pensioen gaan, liep de werkgever het risico dat zo'n regeling door de belastingdienst werd aangemerkt als een RVU-regeling. Om misbruik te voorkomen door werkgevers die 60-plussers wilden ontslaan met een ontslagvergoeding of transitievergoeding bestraft de belastingdienst deze werkgevers met een RVU-boete van 52%.

De intentie van de nieuwe regeling is met name om medewerkers met zwaar werk die niet in staat zijn door te werken tot hun pensioen de mogelijkheid te bieden om eerder te stoppen met werken. Een belangrijk element van deze regeling is de dubbele vrijwilligheid: vrijwilligheid bij de werkgever om de regeling aan te bieden aan werknemers en vrijwilligheid bij de werknemer om al dan niet aan de RVU-regeling deel te nemen. Het kabinet vindt het belangrijk dat als een werknemer wil doorwerken tot aan de AOW-leeftijd, dat moet kunnen. Tegelijkertijd komt het kabinet hiermee tegemoet aan de zorgen van werknemers die niet hebben kunnen anticiperen op de verhoging van de AOW-leeftijd en niet gezond kunnen blijven werken tot deze leeftijd.

## Looptijd en inhoud van de regeling

In de periode van 1 januari 2021 tot en met 31 december 2025 worden werkgevers in de gelegenheid gesteld om werknemers die maximaal

36 maanden van de AOW-leeftijd verwijderd zijn een uitkering te betalen. Deze uitkering dient ter overbrugging van de periode tot het moment dat de AOW ingaat. Een werkgever mag zonder boete een vergoeding verstrekken van maximaal € 1.847,- bruto per maand gedurende maximaal 3 jaar, dus over een periode van totaal 36 maanden. Dit is een bedrag dat netto overeenkomt met het AOW-bedrag. Werknemers krijgen dan als het ware eerder AOW, betaald door de werkgever. Zij kunnen dit zelf aanvullen, bijvoorbeeld met spaargeld of door hun aanvullend pensioen eerder in te laten gaan.

## Voorbeeld vergoeding vervroegd uittreden

Stop je een jaar voor de AOW-datum dan mag de werkgever  $12 \times € 1.847,- =$  maximaal € 22.164,- meegeven om eerder te stoppen met werken.

Stop je drie jaar voor de AOW-datum dan mag de werkgever  $36 \times € 1.847,- =$  maximaal € 66.492,- meegeven om eerder te stoppen met werken.

Stop je bijvoorbeeld vier jaar voor AOW-datum dan mag de werkgever nog steeds maximaal € 66.492,- geven. De uitkering over het eerste jaar wordt dan als RVU aangemerkt, de uitkeringen over het 2e, 3e en 4e jaar zijn vrijgesteld. Wil je eerder stoppen omdat het echt niet meer gaat om tot aan de AOW-leeftijd door te werken? Informeer dan bij je werkgever naar de mogelijkheden om van deze regeling gebruik te maken. Komen jullie er samen niet uit, neem dan contact op met onze juridische afdeling. ■

Contact [juristen@kvlo.nl](mailto:juristen@kvlo.nl)

# Lessenpakket Atletiekunie in de maak (4) **Leerlijn werpen**

De Atletiekunie werkt aan de ontwikkeling van het Ren.Spring.Gooi-programma en wordt daarbij ondersteund door het Het Mulier Instituut (sportonderzoek voor beleid en samenleving). In het programma Ren.Spring.Gooi van de Atletiekunie staan rennen, springen en gooien als belangrijke basisbewegingen centraal. Het doel van de lessenreeks is om kinderen in de schoolsetting kennis te laten maken met, en te enthousiasmeren voor atletiek. Het programma wordt ingezet in de reguliere lessen lichamelijke opvoeding. Voor een structurele verbetering van de basisbewegingen is het programma doorontwikkeld en uitgebreid zodat gedurende langere tijd aandacht besteed kan worden aan het verbeteren van rennen, springen en gooien. In het eerste artikel is met voorbeelden een introductie gegeven op de onderdelen (rennen, springen, gooien) die in het programma aan bod komen. In het tweede artikel stond de leerlijn *springen* centraal. In het derde artikel hebben we voorbeelden laten zien van de leerlijn *lopen* (rennen). In dit vierde en laatste artikel gaat het om voorbeelden van de leerlijn *werpen*.

TEKST ANKE TE BOEKHORST E.A.

## Leerlijnen

De kerndoelen zijn door de Stichting Leerplanontwikkeling (SLO) in samenwerking met de Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke Opvoeding (KVLO) uitgewerkt in leerlijnen. Ook atletiek heeft een plaats gekregen in de leerlijnen: het lopen, springen en werpen is in verschillende leerlijnen ondergebracht. De Atletiekunie wil als inhoudsdeskundige voor de verschillende onderdelen binnen de atletiek een aanpassing voorstellen voor de uitwerking en invulling van de leerlijnen. Alle activiteiten in het Ren.Spring.Gooi-programma zijn gebaseerd op deze aanpassingen en sluit aan bij de leerlijnen uit het Basisdocument; leerlijn 5 springen, leerlijn 6 lopen en leerlijn 7 mikken. In dit laatste artikel willen we voorbeelden laten zien van een uitwerking van de leerlijn 7 mikken.

## Leerlijn 7: mikken

In de leerlijnen is werpen ondergebracht onder mikken, bij het beweegthema 'wegspelen'.

Kenmerken/Beweeguitdaging:

- het werpmateriaal in de juiste positie brengen
- zo ver mogelijk wegwerpen (stoten) van het werpmateriaal.

Bewegingsthema werponderdelen:

Uitdaging: een voorwerp zo ver mogelijk weg stoten/slingeren of werpen (vanuit een steeds langer wordende versnellingsbaan die in een zo kort mogelijke tijd doorlopen wordt met een juiste afwerkhoeck).

De complexiteit wordt voornamelijk bepaald door:

- de lengte van de versnellingsbaan (hoe langer de versnellingsbaan hoe complexer de beweging).
- het werpmateriaal:
  - (kogel)stoten: een grotere (medicine)bal is makkelijker dan een kogel
  - (speer)werpen: hoe langer het werpmateriaal hoe complexer<sup>1</sup>
  - (discus)werpen (slingeren): werpmateriaal dat groot is en dat je vast kunt houden is makkelijker dan klein materiaal zonder handgreep (fietsband → oefendiscus → discus).

Werpen met speren doen we in het basisonderwijs niet, maar de vormen van slagwerpen zijn vanuit de leerlijn in Atletiek gezien een voorfase voor het speerwerpen. Goed bovenhands werpen geeft in veel andere sporten een voordeel. Overigens zijn er leuke indoor speren waar kinderen in groep 7 en 8 prima mee zouden kunnen werpen.

Slingeren in een zaalles kan niet. Maar leerlingen vanaf groep 5 kunnen buiten prima slingervormen doen met fietsbanden (uiteraard gebruiken we geen discus).

## Kernactiviteiten aangeboden in het Ren.Spring.Gooi-programma

Bewegingsthema wegspelen: stoten

Kernactiviteiten	
Groep 1/2	<i>Maak je vak leeg – Over de sloot</i>
Groep 3/4	<i>Pylon stoten – Over de sloot</i>
Groep 5/6	<i>Stoot hem erin – Muurstoten</i>
Groep 7/8	<i>Risicostoten – Muurstoten</i>

Bewegingsthema wegspelen: bovenhands werpen

Kernactiviteiten	
Groep 1/2	<i>Krantwerpen – Over de lijn werpen</i>
Groep 3/4	<i>Krantwerpen – Raamwerpen</i>
Groep 5/6	<i>Raamwerpen – Muurkaatsen</i>
Groep 7/8	<i>Hard raak gooien! – Muurkaatsen</i>

Dit was het laatste artikel in deze serie. Meer informatie over dit lessenpakket is te verkrijgen bij de Atletiekunie.

## Contact

[anke.teboekhorst@atletiekunie.nl](mailto:anke.teboekhorst@atletiekunie.nl)

## Kernwoorden

Ren.Spring. Gooi., lessenpakket atletiek

Les 1 - Activiteit 3

Groep 1-2

Maak je vak leeg

**Doelstelling**

Ervaren van het met twee handen (symmetrisch) stoten van een grote bal

**Inhoud**

*Maak je vak leeg*

De zaal in twee vakken verdeeld, in ieder vak staat een groepje van 3-4 kinderen. In ieder vak liggen evenveel ballen.

Op het signaal van de leerkracht proberen de groepen alle ballen uit hun vak te stoten.

*Regels*

- Kinderen mogen gaan stoten na het begin-signaal
- Je mag lopen met de bal om dichterbij het vak van de andere groep te komen.
- Je stoot met twee handen vanaf je borst.
- Het spel stopt als je eigen vak helemaal leeg is.

**Materiaal**

- 3 situaties naast elkaar, met elk 6-8 kinderen
- Markers om de zaal in 3 delen te verdelen
- Per situatie 6-8 grote, zachte, ballen
- 3 banken om een vak in tweeën te verdelen

*Tip*

Zet een scherm tussen de verschillende vakken.

**Didactische tips**

*Loopt het*

- Begin met tweetallen tegenover elkaar om de beweging te 'oefenen': duwen tegen de bal
- Bij grotere of kleinere groepen: meer of minder groepjes maken zodat de groepjes 3-4 blijven.
- Kinderen hebben moeite met de regels: het spel begeleiden
- Kinderen die bang zijn voor de bal samen op een veldje zetten en spelen met aangepaste regels: per kind een bal; eerst stoten alle kinderen van de ene groep de bal, en daarna zijn de kinderen van de andere groep aan de beurt; als de andere groep stoot, sta je achter in het vak.

*Lukt het*

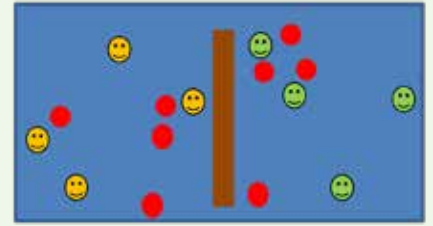
- Als kinderen zichzelf overschatten: een paar rubberen tegels neerleggen waar kinderen naar toe lopen en in gaan staan om te stoten.
- Geef kinderen tips zoals:
  - de bal met twee handen nawijzen
  - door je knieën zakken
  - ga eerst in de goede richting staan (tenen naar voren)

Noot: Stoten is een moeilijke beweging voor kleuters, als het tijdens het spel worden wordt is dat niet erg, zolang het maar tweehandig is.

*Leeft het*

Steeds tegen een andere groep spelen.

**Organisatie**



Les 2 - Activiteit 3

Groep 3-4

Over de sloot

**Doelstelling**

Verbeteren van het tweehandig (symmetrisch) stoten vanuit een frontale positie (voeten in de stootrichting)

**Inhoud**

*Over de sloot*

Twee kinderen staan tegenover elkaar in een hoepel, met tussen hen een sloot. Ze proberen de bal over de sloot te stoten met een tweehandige frontaal stoot (voeten naar voren). Als dit lukt leggen ze de hoepel een klein stukje naar achter.

*Regels*

- Je mag stoten als de docent een teken geeft.
- Laat de bal stuiten voordat je hem pakt.
- Stoot je over de sloot: dan mag je hoepel een 'voetje' naar achteren. (Als je niet over de sloot stoot, dan mag je gewoon blijven staan.)

**Materiaal**

- Per tweetal een (medicine)bal
- Per leerling een hoepel
- 3/4 matten als sloot

**Didactische tips**

*Loopt het*

Veiligheid: bal eerst laten stuiten voordat kinderen deze (proberen) te vangen.

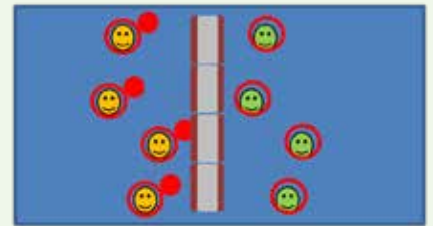
*Lukt het*

- Geef kinderen tips zoals:
  - bal voor de borst
  - ellebogen naar de muur laten wijzen
  - de bal met twee handen nawijzen
  - door je knieën zakken (Om dit af te dwingen kun je kinderen de bal van een pylon laten pakken en in één vloeiende beweging door laten stoten)
- Een koord spannen waar de kinderen over heen moeten stoten.

*Leeft het*

- Hoe ver kun jij naar achteren?
- Variatie inbrengen:
  - bal van pylon af laten pakken
  - springen en dan stoten
- l.p.v. over de sloot laten stoten over een koord laten stoten.

**Organisatie**





**Les 4 - Activiteit 3****Groep 7-8****Hard raak gooien!****Doelstelling**

Leren bovenhands "raken" van een voorwerp dat je hard weggooit.

**Inhoud****Hard raak gooien!**

Gooi vanaf de eerste streep tegen één van de hangende lintjes aan. Is dat drie keer gelukt; dan mag je een streep naar achteren

**Regels**

- 6-8 kinderen per situatie
- Kinderen maken tweetallen en gooien om en om
- 3 keer raak: lintje met corresponderende kleur om doen en streep naar achteren gaan.
- Als je niet hoeft te gooien, zit je op de bank
- Als de bak met ballen leeg is, gaan de kinderen gezamenlijk de ballen halen.

**Materiaal per situatie**

- 3 afstandsstrepen op 4, 6, 8, meter vanaf raam (markers)
- 2 hoogspringpalen
- Veel lintjes die naast elkaar aan het touw hangen
- Lintjes om bij de lijnen te leggen
- 15 werpballen (bij voorkeur no bounce ballen)
- 1 wachtbank

**Didactische tips****Loopt het**

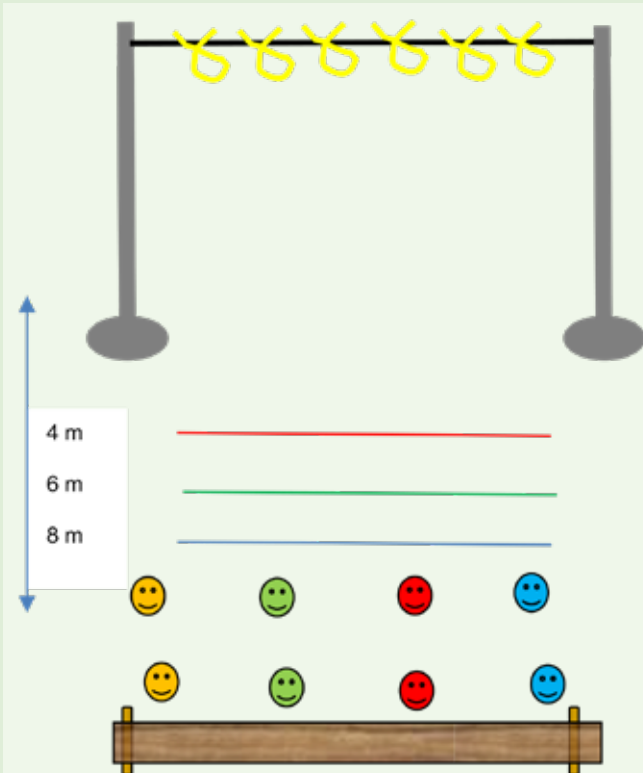
- Maak de situatie zo dat je naar een muur toegooit.
- Als er geen hoogspringpalen zijn, dan kun je ook gebruik maken van ringen met een trapezestok waar je lintjes aan hangt.
- Je kunt ook het klimrek benutten om lintjes aan op te hangen of mikpunten tekenen op de muur.

**Lukt het**

- De ideale hoogte voor het lintje is een hoogte waarbij de afwerphoek 35-45 graden is.
- Leer de kinderen bovenhands te gooien.
- Laat kinderen zijwaarts klaarstaan: linkerbeen voor als je met rechts gooit en andersom.
- Betere kinderen kunnen uit een zijwaarts aanloopje gooien

**Leeft het**

- Hoe hard kun jij gooien?

**Organisatie****Les 5 - Activiteit 3****Groep 5-6****Muurkaatsen****Doelstelling**

Leren bovenhands "raken" van een voorwerp dat je hard weggooit

**Inhoud****Muurkaatsen**

Gooi zo hard mogelijk tegen de muur, dat de bal zo ver mogelijk terugkomt.

**Regels**

- Kinderen maken twee- of drietallen en gooien om en om
- Als het je vanaf de eerste streep 3 keer gelukt is om 1 punt te halen, mag je naar de 2e lijn en daar beginnen met werpen.
- Als het je daarna weer drie keer lukt, mag je nog een lijn verder.
- Als je niet hoeft te gooien, zit je op de bank
- Elk groepje heeft 1 bal.

**Materiaal per situatie**

- 6-8 kinderen per situatie
- 3 afstandsstrepen op 3, 5, 7 meter vanaf raam
- 4 werpballen (bij voorkeur zachte tennisballen of 'no bounceballen')
- 1 wachtbank

**Didactische tips****Loopt het**

- Als het te chaotisch is met ballen: probeer dan beter af te bakenen met materialen uit de berging.
- Als het te chaotisch is met ballen: maak 1 groepje minder en creëer meer tussenruimte.

**Lukt het**

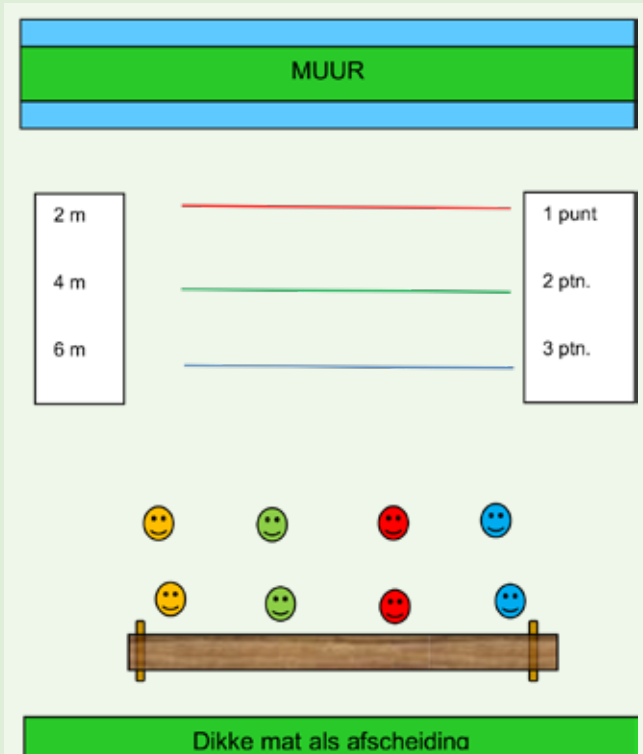
- Vind samen met de kinderen uit op welke hoogte je het beste de bal tegen de muur kunt kaatsen.
- Leer de kinderen bovenhands te gooien.
- Laat kinderen zijwaarts klaarstaan: linkerbeen voor als je met rechts gooit en andersom.
- Betere kinderen kunnen uit een zijwaarts aanloopje gooien (3 pas)

**Leeft het**

- Hoe hard kun jij gooien?
- Hoeveel punten heb jij gehaald na drie worpen?

**Variatie**

Je kunt ook een bank een meter voor de muur zetten. De bal moet dan via de muur terugkaatsen over de bank.

**Organisatie**

# Doorlopende leerlijnen in de praktijk

## Doorlopend of doodlopend?

Voor het opstellen van leerlijnen en ontwikkellijnen is het noodzakelijk duidelijke doelen te stellen die verschillen per onderwijsdoelgroep. De uitwerkingen van kerndoelen voor PO en VO die doorgaans als basis gebruikt worden zijn te vinden in de basisdocumenten bewegingsonderwijs. Voor bovenbouw VO zijn er eindtermen opgesteld voor vmbo, havo en vwo die richting geven. De leerlijnen in PO zijn meer gericht op beweging- en regelvaardigheid. In het VO zijn de kerndoelen in het basisdocument en eindtermen van het examenprogramma steeds meer gericht op bewegen in een contextuele en sociale verkenning. Er is daar meer sprake van op persoonlijkheid- en ontwikkelingsgericht onderwijs. Hebben we hier te maken met een accent verschuiving of met een meer fundamentele verschuiving van doelen? Van eerst (PO) meer aandacht voor bewegingsontwikkeling naar later (VO) meer aandacht voor persoonlijkheidsontwikkeling?

TEKST MAARTEN MASSINK

### Kerndoelen en leerlijnen

Leerlijnen geven een volgorde aan van na te streven (tussen)doelen en daaraan gekoppelde leerinhouden. De algemene doelstelling van bewegingsonderwijs welke door de vakwereld wordt onderschreven is door Harry Stegeman geformuleerd (2000, *Belang van bewegingsonderwijs, JLF*): het bewegingsonderwijs is erop gericht de leerlingen bekwaam te maken voor zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur.

De doelen en leerinhouden die later geformuleerd zijn in kerndoelen en eindtermen zijn hierop gebaseerd. Vaak zijn (delen van) formuleringen hierin letterlijk terug te vinden.

Bron: [www.slo.nl/thema/meer/tule/bewegingsonderwijs/](http://www.slo.nl/thema/meer/tule/bewegingsonderwijs/)

Hier valt op dat voor het PO in kerndoel 57 twaalf leerlijnen zijn uitgewerkt die gaan over bewegingsvaardigheden. Verder staan onder kerndoel 58 negen regelvaardigheden beschreven die in samenhang met de bewegingsvaardigheden aan bod komen. Deze staan op de site van de SLO als Tussendoelen & Leerlijnen geformuleerd voor primair onderwijs voor groep 1 tot en met 8.

De kerndoelen voor bewegingsonderwijs VO zijn geformuleerd in zes kerndoelen (53 tot en met

58). Daarbij valt op dat 53 en 54 specifiek gaan over bewegingsvaardigheden en het uitbreiden van het bewegingsrepertoire. Dit is verwijzend naar het PO omdat er wordt gesproken van een *uitbreiding*. De kerndoelen in VO van 55 tot en met 58 gaan meer over toepassen, verschillen respecteren, regelen en waarderen.

### Verschuivingen

Het VO geeft richting aan de bewegingsvaardigheden door te verwijzen naar activiteengebieden zoals we die kennen in de sportwereld: spel, atletiek, turnen, bewegen op muziek, zelfverdediging en actuele ontwikkelingen in de bewegingscultuur. Hiermee wordt een relatie gelegd met de ons omringende bewegingscultuur. De leerlijnen in het Basisdocument VO bouwen voort op de leerlijnen PO en slaan een brug naar de activiteiten in de ons omringende sport- en beweegcultuur zodat leerlingen ook daar hun weg kunnen vinden en voortzetten. Dat kan via club of vereniging maar kan ook door zelf bewegingsactiviteiten te regelen voor zichzelf en/of voor anderen. Kerndoel 55 tot en met 58 verwijzen naar bekwaamheden die leerlingen in staat stellen zelf bewegingsactiviteiten te organiseren en uit te voeren en de waarde hier van in te zien. Ook hier is sprake van een aansluiting bij de kerndoelen PO maar we zien ook een lichte verschuiving in de richting van het zelfstandig uit kunnen voeren in wisselende omstandigheden.



QR-code site SLO





### ▲ Doorlopende leerlijnen

De kerndoelen die omschreven zijn in Bewegen regelen (VO), zijn lastiger uit te werken in een leerlijn. In het basisdocument PO staan reguleringsdoelen en thema's. Daarbij zijn per reguleringsdoel vier niveauiduidingen geformuleerd. Maar deze niveauiduidingen zijn niet gekoppeld aan bepaalde leeftijdsgroepen zoals bij de twaalf leerlijnen die gaan over bewegingsvaardigheden. Per groep en per individu zal de docent proberen 'de reguleringsdoelstellingen zo optimaal mogelijk te realiseren' (blz. 31 *Basisdocument bewegingsonderwijs van het basisonderwijs 6<sup>e</sup> druk 2011*)

#### *Basisdocument bewegingsonderwijs voor het basisonderwijs:*

Er zijn twaalf leerlijnen bewegingsvaardigheden in het PO onderscheiden, met vier niveauiduidingen per leeftijdsgroep.

Er zijn negen reguleringsdoelen losgekoppeld van leeftijdsgroep.

#### *Basisdocument bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs:*

Leer- en ontwikkellijnen

Er worden vier sleutels onderscheiden:

- 1 bewegen verbeteren; met zeven activiteitengebieden met negentien voorbeelden van leerlijnen.
- 2 bewegen regelen; er worden vijf regelthema's onderscheiden
- 3 gezond bewegen; met drie thema's
- 4 bewegen beleven met twee thema's
  - gerichtheid op bewegen
    - ingaan op uitdagingen
    - gerichtheid op leren
    - waarderen van bewegen
  - betrokkenheid bij de (bewegings)lessen
    - regels, materiaal, zelfstandigheid, samenwerken
    - zelfstandig deelnemen, initiatieven nemen
    - omgaan met elkaar, samenwerken omgaan met verschillen.

### Nieuwe activiteiten in VO



Er zijn verschuivingen zichtbaar in de kerndoelen van PO naar VO. In het VO wordt het meer sportgericht maar ook meer gericht op zelfstandig uit kunnen voeren, verschillen respecteren, leren regelen, samenwerken en waarderen in wisselende omstandigheden. Deze kerndoelen en de daarmee samenhangende leerlijnen die gaan over reguleren en bewegen beleven zullen individueel afgestemd moeten worden. Dat vraagt langdurige begeleiding en leren kennen van je leerlingen.

### Voorbeeld

Dit betekent in de praktijk dat naarmate ik mijn leerlingen en leerlingengroepen (klassen) beter leer kennen ik mijn doelen beter ga afstemmen. Daarbij zijn de leerlijnen (bewegen verbeteren) en ontwikkellijnen (bewegen regelen en bewegen beleven) wel helder. Maar ik kan moeilijk van tevoren vaststellen waar een groep of een leerling zal uitkomen. Doelen stellen vooraf is lastig. Het algemene doel, zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur blijft herkenbaar. Maar bij de ene groep of leerling zal ik dat met andere activiteiten, of in een andere uitvoering van dezelfde activiteiten bereiken, dan met de andere groep of leerling.

#### *Voorbeeld*

De klas komt binnen. Op het bord staat een plattegrond van het lokaal en het programma van de dag. Er worden drie onderdelen klaargezet; zwaaien met ringen en trapeze, volleybal en tumblingbaan. Leerlingen helpen met klaarzetten. De tumblingbaan wordt uitgerold en aangezet. Ringen en trapeze worden afgesteld en gecontroleerd door docent. Volleybalnet wordt opgehangen.

- 1 Tumblingbaan: seriespringen met drie sprongen over hindernissen met keuze uit hurkspringen over medeleerlingen zonder afzet van handen (zelf hoogte bepalen; liggend, knielend of gebukt), of over hindernis (turnblok) hurksprong zonder handen, hurkwendsprong met handen, rol op/over blok.
- 2 Volleybal: keuze uit volleybal met strandbal (direct spelen) of met volleybal (via medespeler met tussenvang).
- 3 Zwaaien met trapeze of ringen:
  - Trapeze op spronghoogte; aanspringen vanaf kast en in strekhangzwaai komen, in voorzwaai afspringen.
  - Trapeze op borsthoogte vanaf kast; steunzwaaien en voorover afduikelen in voorzwaai. Met de keuze met borstwaartsom tot steun komen.
  - Ringen op reikhoogte: strekhangzwaai met draai in en uit en achter afspringen.
  - Ringen op borsthoogte: achterover duikelen tot stand, of tot vouwhang met aanloopje tot vouwhang zwaai en terug tot stand.

De activiteiten uit het voorbeeld zijn uitdagend, vooral in de onderbouw VO. Ze kunnen gedaan worden in zowel de oriëntatieperiode (klas 1) als in de uitbouwperiode (klas 3). Dat betekent dat de leerlijn voor bewegen verbeteren die wordt voorgesteld in het basisdocument VO door ons minder strikt wordt toegepast wat betreft de onderverdeling oriëntatie en uitbouw. Voor ons vakwerkplan (OSG de Meergronden) geldt ook

hier de opmerking die werd gemaakt voor de reguleringsdoelen in basisdocument PO: er zijn wel niveauiduidingen geformuleerd maar niet (strikt) gekoppeld aan bepaalde leeftijdsgroepen. Wat bewegen verbeteren betreft geldt in het VO dat leerlijnen steeds meer individueel worden afgesteld en de verschillende jaarlagen doorlopen. Het is wel goed om leerlijnen te (h)erkennen. Maar van tevoren doelen stellen en tussendoelen voor de hele klas doet geen recht aan de realiteit. Wat blijft is het opzetten van bewegingssituaties waarin door leerlingen op verschillende niveaus gewerkt kan worden met verschillende uitdagingen. Iedere leerling werkt op zijn niveau. De mate van vrijheid in het kiezen van de activiteiten is klasafhankelijk. Goedlopende klassen krijgen meer vrijheid in het klaarzetten, aanpassen en kiezen van de activiteiten en zijn verder in de ontwikkeling qua zelfstandig werken. Een andere klas krijgt minder vrijheid en meer controle van de docent. Maar we werken in dezelfde richting naar het hoofdoel (zie formulering Harry Stegeman).

### Meer sleutels

Dit wordt nog lastiger bij de *ontwikkellijnen* in VO met de sleutels Bewegen regelen en Bewegen beleven waarvoor in het VO meer ruimte komt. Vooral de sociale context, maar ook het zelfstandig keuzes kunnen maken, bewegen waarderen en de kans krijgen op basis van eigen keuzes te kunnen werken wordt steeds belangrijker. Het is lastig daar specifieke leerdoelen aan te koppelen, terwijl er wel gewerkt wordt aan de algemene vakdoelstelling: bekwaam maken voor zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur.

Hoe is dit concreet en meetbaar te maken, zoals één van de aanbevelingen is voor het maken van rubrics en leerlijnen (Lars Borghouts en Menno Slingerland artikel 'Formatief beoordelen met rubrics', LO 3 topic Stoppen met beoordelen?)?

### Heldere doelen formuleren

Heldere doelen stellen voor een specifieke doelgroep is lastig.

#### Voorbeeld hulpverleners 1:

De leerling kan:

- ...in veilige bewegingssituaties de helpende hand bieden;
- ...in veilige bewegingssituaties de mate van hulpverlening inschatten;
- ...in uitdagendere bewegingssituaties het bewegingsverloop van anderen ondersteunen;
- ...in een aantal uitdagendere bewegingssituaties het bewegingsverloop gedoseerd ondersteunen.

Dit voorbeeld van hulpverleners komt uit *Basisdocument bewegingsonderwijs voor het basisonderwijs*. Het is een niveauiduiding van een reguleringsdoel hulpverleners bij bewegingsactiviteiten. Deze formulering en leerdoelen zouden niet misstaan bij de betere klassen in de bovenbouw havo/vwo.

Dit laat het volgende zien; er is weinig verschil tussen doelen en eindtermen PO en VO. Die zijn soms inwisselbaar waar het reguleringsdoelen/ bewegen regelen (beleven) betreft. Er is geen duidelijk onderscheid tussen vmbo en havo/vwo. Het examenprogramma met eindtermen geeft alleen houvast qua aantallen bewegingsactiviteiten. Wat opvalt is wat dat betreft het verschil tussen vmbo en havo/vwo qua keuzeplicht. Zo komen in het vmbo atletiek, turnen, bewegen op muziek en zelfverdediging alle vier voor in de eindtermen. Binnen havo/vwo is er een keuzeplicht en moeten leerlingen uit deze vier twee kiezen. Verder is de inhoud inwisselbaar. Er is geen duidelijkheid over leerlijnen, ontwikkellijnen en thema's. Van alles kan aan bod komen maar er is geen duidelijkheid over de diepgang. Wat is diepgang in dit geval? Er is geen duidelijkheid over het niveau waarop een vaardigheid beheerst moet worden. Handlingsdelen vragen geen beheersingsniveau. Maar wanneer is eraan voldaan? Heeft dat te maken met frequentie van deelname of ook met kwaliteit? Wat is dan kwaliteit?

### Is er een trend?

Het PO is meer gericht op bewegingsontwikkeling uitgewerkt in de twaalf leerlijnen met niveauiduidingen per leeftijdsgroep. In het VO verschuift het naar deelnemen in verschillende contexten en sociale verbanden. Meer gericht op keuze van leerlingen. De ontwikkeling in beweegvaardigheid gaat soms achteruit in het VO door groei en de onbalans die dat (tijdelijk?) met zich mee



Verskillende contexten





▲  
Uiteenlopende bewegingssituaties

brengt. Het lichaam raakt uit evenwicht en er moet opnieuw balans worden gevonden (soms letterlijk). Leerlingen krijgen meer uitgesproken voorkeuren en er is behoefte aan experimenteren en uitdagen. Ook sociaal, met alle onzekerheden daarbinnen tot gevolg. De aandacht verschuift in heterogene groepen van bewegingsvaardigheden naar meer aandacht voor sociale vaardigheden en persoonlijkheidsontwikkeling. Het is moeilijk om daar heldere doelen aan te verbinden. De ontwikkeling gaat sprongsgewijs (soms zelfs achteruit om later weer verder te kunnen springen).

Het is een opdracht aan de vakwereld te werken aan heldere doelen die recht doen aan deze verschuiving van doelstellingen waarbij het beter leren bewegen in het voortgezet onderwijs ruimte maakt voor het leren omgaan met verschillende (sociale) contexten waarin bewogen wordt. Beter leren bewegen kunnen leerlingen ook elders leren. Binnen school is er meer ruimte en aandacht voor zelfgekozen (ontworpen?) bewegingssituaties en sport en bewegen in hetero-

gene groepen. Beter leren omgaan met elkaar in uiteenlopende bewegingssituaties en beter leren omgaan met een grote diversiteit aan deelnemers en een grotere verscheidenheid van deelname-motieven is iets waar we in bewegingsonderwijs onze doelen op zullen moeten afstellen.

Het zal niet meevallen daar heldere doelen voor te formuleren. Maar het is beter deze verschuiving te onderkennen dan te merken dat je met sommige doorlopende lijnen in een doodlopende straat bent terechtgekomen met activiteiten die leerlingen niet meer motiveren. Wellicht dat de laatste alinea van de Canon LO richting kan geven aan de draai die we kunnen/moeten maken. Daarbij moet worden aangetekend dat deze draai op sommige scholen al is gemaakt als het gaat om aandacht voor het diverse aanbod aan actuele activiteiten. Aandacht voor de daaraan gekoppelde persoonlijkheidsontwikkeling is de volgende uitdaging. Zeker als het gaat om heldere doelen stellen.



▲  
QR-code Canon LO

#### **Eigen speelse wijze**

De meest recente ontwikkeling is het integreren van de bewegcultuur van jongeren in het bewegingsonderwijs door aandacht voor actuele activiteiten en freesport (waaronder freerunning en freebiking): het op eigen speelse wijze ontdekken ingaan op de bewegingsuitdagingen van de direct toegankelijke landschappelijke en stedelijke leefomgeving (Van Mossel, Massink). ...

[www.canonlo.nl/venster/49](http://www.canonlo.nl/venster/49)

#### **Foto's**

Anita Riemersma

#### **contact**

[m.massink1@upcmail.nl](mailto:m.massink1@upcmail.nl)

#### **Kernwoorden**

doorlopende leerlijnen, ontwikkellijnen, kerndoelen, eindtermen



# Bouwstenen Bewegen & Sport als basis voor betekenisvol online onderwijs

## (Online) lesgeven in coronatijd

“Zeker de helft van de middelbare scholen doet niets aan online bewegingsonderwijs” kopte dagblad Trouw in februari. Veel docenten LO lijken te worstelen met de inhoud van het vak Lichamelijke Opvoeding in de onlinelessen tijdens de sluiting van de scholen. Ook nu de lessen fysiek weer doorgang mogen vinden, blijft het zoeken naar een zinvolle invulling. Veel collega’s zullen het gevoel herkennen dat ze vooral bezigheidstherapie aan het uitvoeren zijn. De vakgroep Bewegen & Sport van het Antonius College Gouda gaf betekenis aan de onlinelessen door een lessenserie te ontwerpen, gebaseerd op de bouwstenen van Curriculum.nu Bewegen & Sport, exclusief de bouwsteen Leren Bewegen.

TEKST VAKGROEP BEWEGEN & SPORT ANTONIUS COLLEGE GOUDA



**D**an is er ineens een lockdown en gaan ook de scholen dicht! Leren bewegen staat centraal en dus is online lesgeven lastig leek de heersende gedachte.

Daily challenges, jongleren met wc-rollen en dansjes passeerden de revue. Mooie initiatieven waarmee de docenten in het werkveld zich wisten te inspireren en waarmee gehoopt werd dat de leerlingen geactiveerd werden. Zo ook op het Antonius College te Gouda. Door middel van een Instagram-account werden leerlingen uitgedaagd door het posten van korte filmpjes en foto's, ook van leerlingen die het leuk vonden om anderen uit te dagen. Voor de onderbouwleerlingen werd een opdracht gemaakt, waarin ze hun eigen sportbiografie moesten invullen. Hierdoor verkregen werd informatie verkregen over voorkeuren en beweegmotieven.

Toen kwam in juni de heropening en gold: 'First things first'. Het vak LO werd geschrapt en de collega's werden ingezet voor andere taken, zoals surveilleren bij toetsen en toezicht houden terwijl leerlingen online les kregen. Na de welverdiende zomervakantie werd er gelukkig 'gewoon' lesgegeven, al diende zich in december de volgende lockdown aan. Reeds vooraf had de vakgroep bij de directie aangekaart graag ruimte te willen krijgen om (online) bewegingsonderwijs te blijven geven. De taak was om het te geven onderwijs van betekenis te maken voor de leerlingen die weer vanuit huis de lessen moesten gaan volgen.

### Betekenis geven aan bewegen in coronatijd

'Gebaseerd op de bouwstenen van Curriculum.nu (2019) exclusief de bouwsteen Leren Bewegen.' Het klinkt alsof de hele kern van het vak Lichamelijke Opvoeding wegvalt en er daarmee geen recht gedaan wordt aan wat het vak is of volgens velen zou moeten zijn. De vraag is echter of dat wel een terechte gedachte is. In opmars van de herziening van de kerndoelen en eindtermen van het vak Lichamelijke Opvoeding is er door het ontwikkelteam Bewegen & Sport van curriculum.nu breder gekeken naar de invulling van het leergebied. De missie is 'Een leven lang met plezier bewegen als onderdeel van een actieve en gezonde leefstijl en je daarin blijvend kunnen ontwikkelen.' Deze staat inmiddels als een huis en wordt steeds vaker gebruikt door professio-



nals die zich bezighouden met de bewegende mens. Voor de invulling ervan is het belangrijk om te kijken wat de centrale opdracht is voor ons leergebied. Deze wordt door het ontwikkelteam beschreven als 'beter leren deelnemen aan beweegsituaties'. Deze opdracht onderscheidt zich wezenlijk van de term 'beter leren bewegen', welke geïnterpreteerd kan worden als motorisch vaardiger worden. Om beter te leren deelnemen aan beweegsituaties is het verkrijgen van een meervoudige deelnamebekwaamheid een voorwaarde. De bouwstenen van curriculum.nu zijn onder andere gebaseerd op deze meervoudige (deelname)bekwaamheid. Hier is leren bewegen, onderdeel van meerdere bouwstenen, waarmee onderwijsleeractiviteiten binnen een schoolcurriculum kunnen worden vormgegeven.

Vanuit bovenstaand perspectief is het eenvoudig de centrale opdracht 'beter leren deelnemen aan beweegsituaties' breder te beschouwen dan alleen motorisch vaardiger worden. Daarmee is een andere en bredere invulling van onderwijsleeractiviteiten ten opzichte van beter leren bewegen eenvoudig te verklaren.

Leren Bewegen online blijkt een lastige klus te zijn; leerhulp is lastig te bieden en arrangementen inrichten en aanpassen, zodat we onze leerling op afstand vaardiger kunnen maken, is schier onmogelijk. De vraag is dan: hoe kunnen we de (beweeg)onderwijsleeractiviteiten zo vormgeven dat er toch planmatig gewerkt kan worden aan de centrale opdracht van ons leergebied? Het antwoord voor ons als vakgroep Bewegen en Sport luidde: gebruik alle bouwstenen, behalve leren bewegen.

### Lessenserie

Een lessenserie voor zeven online lesweken met verschillende thema's die de bouwstenen dekten was het resultaat. De lessen binnen deze serie kregen allemaal hetzelfde format: informatief, actief en reflectief. Ofwel ruimte voor kennis en inzicht, beweegtijd en een verwerkingsopdracht van wat in de les is aedaan en aeleerd.

Afbeelding 1  
Thema's onlinelessen

AC	Thema	Leren bewegen	Gezond Bewegen	Bewegen betekenis geven	Bewegen Regelen	Samen Bewegen	Bewegcontexten Verbinden
Online les 1	Gezond Thuiswerken	✗	✓			✓	
Online les 2	Beweegidentiteit	✗	✓	✓			✓
Online les 3	Gymquizz	✗	✓				
Online les 4	Beweegweek Plannen	✗	✓		✓		
Online les 5	Reflectie op Beweegweek	✗	✓	✓			
Online les 6	Beweegdoelen Stellen	✗	✓	✓			
Online les 7	Evaluatie Onlineperiode	✗	✓	✓			
Online les 8	Online Toetsweek						

### Informatief gedeelte

Iedere online les LO duurde tachtig minuten. Van deze tijd werd ongeveer twintig à dertig minuten gebruikt voor een klassikaal, informatief gedeelte. De inhoud hiervan had iedere week een ander thema. Het behandelen van het inhoudelijke deel bestond uit een online contactmoment met de leerlingen, waarbij er naar zoveel mogelijk interactie gestreefd werd. De thema's van de lessen en de bouwstenen waar de nadruk op lag, zijn te zien in de tabel van afbeelding 1.

Er is gestart met *les 1 thema: Gezond Thuiswerken* om de leerlingen (en hun ouders) voorlichting te geven over het belang van bewegen als onderdeel van gezond thuiswerken. Het eerste deel van de inhoud bestond uit inrichten van de werkplek, het hebben van de juiste ergonomische houding, afwisseling zittend/staand werken en het belang van goed eten en drinken gedurende de dag. Het tweede deel uit het belang van bewegen (Scherder, 2014) in het algemeen. Hiervoor gebruikten we onder andere twee filmpjes waarin Erik Scherder vertelt over de waarom bewegen zo belangrijk is en wat het met je lijf en hersenen doet. (filmpjes youtube: zie bronnenlijst).

Voor het *thema: Beweegidentiteit in les 2* is een filmpje gemaakt waarin alle docenten Bewegen & Sport vertelden hoe ze aan hun beweegidentiteit zijn gekomen: Wat heb je gedaan, wat doe je nu, wat heeft bepaald dat je voor een bepaalde sport hebt gekozen? Na het beweegmoment, kregen de leerlingen in de verwerkingsopdracht vragen die gericht waren op voorkeuren, beweegmotieven, belemmerende factoren en het in kaart brengen van lokale favoriete beweegaanbieders in de buurt van de leerling.

Gedurende *les 3* is een 'Gymquizz' gedaan met de leerlingen. Ontspannen online ontmoeting met de leerlingen stond hier centraal, naast de aandacht voor de gezonde leefstijl tijdens de quiz. Weer eens lachen met elkaar en kijken wie de ultieme sportkenner uit je klas is, was het resultaat. Op vrijdagmiddag was de Grand Final met alle klassenwinnaars en docenten. Ruim 50 leerlingen stredden mee voor mooie prijzen.

Het volgende thema in *Les 4* was: *Beweegweek plannen*. Tijdens de les kregen de leerlingen de opdracht om hun eigen beweegactiviteiten gedurende een hele week te plannen. Zo konden ze hun eigen bewegen leren organiseren en beweegactiviteiten doen die voortkwamen vanuit een intrinsieke motivatie.

Na het plannen kwam *Les 5 thema: Reflectie op Beweegweek*. Hiervoor is een klein beetje aangepaste versie van het model van Korthagen gebruikt. De leerlingen hebben gereflecteerd

### Invulesschema beweegactiviteit lockdown januari week 4

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Geplande activiteiten	Rondje lopen	Paardrijden	Krante lopen	Rondje lopen	Rondje lopen	Rondje lopen	Rondje lopen
Hoe lang wil ik dit doen?	15-30 min	1 uur	2-3 uur	15-30 min	15 minuten	30 minuten - 1 uur	20 minuten
Daadwerkelijk uitgevoerde activiteiten	-	Paardrijden	Krante lopen	-	Rondje lopen	Gelopen	Hardgelopen
Hoe lang heb ik dit gedaan	-	1 uur	2 uur	-	20 minuten	1 uur	15 minuten



### Reflecteren op eigen handelen van week 4

**1. Handelen**

Wat wilde ik bereiken? Dat ik deze week het ging proberen om zo goed mogelijk alles te doen wat op mijn planning staat. Op een lange termijn wil ik een betere conditie krijgen.

Waar wilde ik op letten? Ik wilde letten om echt het schema aan te houden.

**2. Terugnijken**

Wat dacht ik? Ik dacht dat het gewoon goed was om te bewegen en meestal had ik ook zin om te bewegen.

Wat deed ik? bewegen

Wat voelde ik? Ik voelde me wel beter na het sporten.

Heb ik mijn planning helemaal kunnen volgen? Niet helemaal, ik heb maandag en donderdag niet bewogen.

**3. Bewustwording**

Wat ging goed? De meeste dagen heb ik wel aan mijn schema kunnen houden.

Waar ben ik tegenaan gelopen? Op maandag en donderdag heb ik niks gedaan i.v.m. schoolwerk wat de volgende dag af moest zijn.

Hoe kwam dat? Omdat mijn huiswerk dat ik moest doen iets langer duurde dan gedacht.

**4. Alternatieven ontwikkelen**

Welke alternatieven zie ik voor mijn planning komende week? Ik heb nu maandag en vrijdag omgedraaid.

Welke voordelen zijn er als je dat doet? Vrijdag doe ik meestal minder voor school dan maandag, en ik ga sneller een rondje lopen dan dat ik ga hardlopen.

Welke nadelen zijn er als je doet? -

Wat ga ik concreet doen? -> Vul het schema in voor de komende week op de volgende pagina

### Invulesschema beweegactiviteit voor week 5

Wat is je doel (qua bewegen) op de lange termijn?

Een betere conditie krijgen

Wat wil je (qua bewegen) deze week bereiken?

Om het deze week weer zo goed mogelijk vast te houden en me niet al te veel te laten beïnvloeden door huiswerk e.d.

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Geplande activiteiten	Rondje lopen	Paardrijden	Krante lopen	Rondje lopen	Hardlopen	Rondje lopen	hardlopen
Hoe lang wil ik dit doen?	15 - 30 minuten	1 uur	2 - 3 uur	15 - 30 minuten	15 minuten	30 minuten - 1 uur	20 minuten
Daadwerkelijk uitgevoerde activiteiten							
Hoe lang heb ik dit gedaan							

Afbeelding 2  
Beweegactiviteiten  
plannen en reflecteren

op de eigen beweegactiviteiten die ze in les 4 gepland hadden. Wat lukte wel, wat lukte niet en wat ga ik de komende week anders doen?

Volgend op les vijf hebben de leerlingen tijdens Les 6 thema: (Beweeg)doelen stellen geleerd hun eigen (beweeg)doelen SMART te formuleren.

In de laatste les voor de online toetsweek Les 7 thema: Evaluatie Onlineperiode hebben de leerlingen uitgebreid geëvalueerd op de kwaliteit van de lessen en op hun eigen deelnameniveau aan de hand van een evaluatie-rubric voor deelname-niveau. Deze werd vanaf week één elke week

voorafgaand aan het actieve gedeelte met de leerlingen besproken.

### Activeringsgedeelte

Na elk informatief gedeelte van de les, moesten de leerlingen verplicht een beweegactiviteit uitvoeren. Doel van dit actieve gedeelte was vooral dat leerlingen geactiveerd werden en hun werkplek zouden verlaten om te ervaren wat het effect is van bewegen tijdens en (online)werkdag. Het gezondheidsaspect van bewegen stond hier dan ook centraal.

Leerlingen mochten natuurlijk zelf invulling geven aan de beweegactiviteit. Om leerlingen te ondersteunen bij het invulling geven aan hun beweegtijd tijdens de les en om hun ouders en de collega's ook te activeren, werden 'Workouts Of the Day' (WOD) gemaakt. Er was contact met een lokale sportschool om de WOD te maken. De sportschool zorgde voor de inhoud, de vakgroep voor een aantrekkelijke lay-out en voor de distributie via website en interne kanalen.

De beweegactiviteiten liepen uiteen van het gebruik maken van de app 'Ommetje', skaten, hardlopen, fietsen en de hond een keer extra uitlaten tot volledige workouts en WII fit-toernooien uitgevoerd samen met broertjes, zusjes, vaders en/of moeders. De leerlingen werden extra gestimuleerd om samen te bewegen. Hiervoor werd in de evaluatie-rubric van week zeven 'hogere' scores opgenomen voor het meenemen van bijvoorbeeld huisgenoten en ze te vertellen over het belang van bewegen.

Naast vijftien WOD bood de sportschool ook aan dat alle betrokkenen van de school tijdens de onlineperiode elke week kosteloos konden deelnemen aan maar liefst 25 online groepslessen!

### Verwerkingsgedeelte

Na het actieve gedeelte kwamen de leerlingen terug voor een reflectieve afsluiting. Ze konden laten zien wat ze gedaan hadden door een bewijsstukje te uploaden. Een bewijsstuk kon een foto of een filmpje zijn waarmee duidelijk was dat er een actieve beweegactiviteit gedaan was. Het aanleveren van een bewijsstuk was niet verplicht, maar werd ook gestimuleerd door 'hogere score' in de evaluatie-rubric. In verwerkingsformulier werden ook verwerkingsvragen gesteld over het informatieve gedeelte van de les.

### Opbrengsten

De eerste zes weken leverden maar liefst 3651 bewijsstukken op die geaccepteerd werden. Dat komt neer op zo'n 75% van het aantal bewijsstukken dat ingeleverd had kunnen worden. Leerlingen geven de online lessen gemiddeld een





online weken is er veel interactie met leerlingen geweest. Verrassend genoeg was er behoorlijk veel ruimte om met leerlingen in gesprek te gaan. Bijvoorbeeld tijdens het binnendruppelen voor een les of bij terugkomst na het uitvoeren van de beweegactiviteit. Leerlingen geven massaal aan dat ze het belang van bewegen meer zijn gaan zien en hebben de positieve effecten van het bewegen kunnen ervaren. Ze hebben ook ervaren hoe snel en makkelijk je een beweegactiviteit zelf kan regelen en uitvoeren. In de eerste weken waarin er weer met halve groepen op het veld gewerkt mocht worden, hebben we de positieve effecten daar ook al van gezien in het deelnameniveau van de leerlingen. De succeservaringen van de leerlingen worden rijkelijk met ons gedeeld in de leuke gesprekken die we hierover hebben.

De verwerkingsopdracht over de beweegidentiteit heeft veel inzicht gegeven in voorkeuren van leerlingen en in de beweegmotieven. Ook is duidelijk geworden waar eventuele belemmeringen zijn voor deelname aan bijvoorbeeld georganiseerde sport. De verkregen gegevens worden gebruikt om het huidige schoolcurriculum te herzien ten bate van een levenslange en plezierige deelname aan bewegen en sport.

*Ruben, Jon en Léon zijn docent Bewegen & sport op het Antonius College*



*Filmpje: spelen en bewegen; zuurstof voor het kinderebrein*  
<https://www.youtube.com/watch?v=GUg-F8TIUHA>



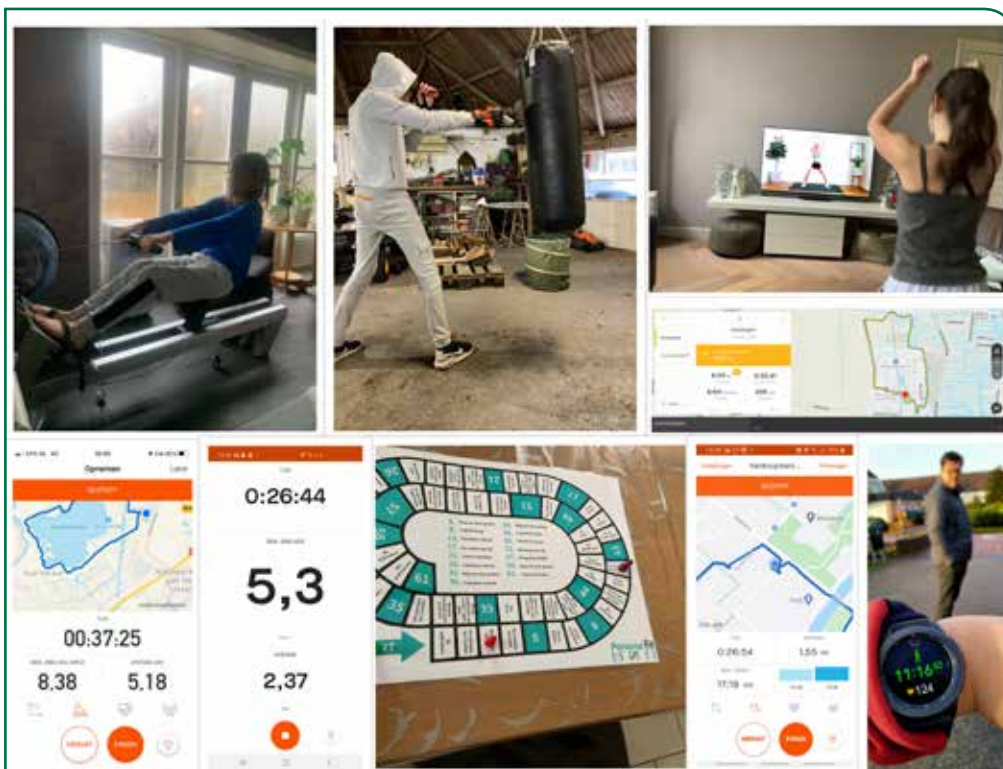
*Filmpje: Erik Scherder; waarom is wandelen goed voor je brein?*  
<https://www.youtube.com/watch?v=wjEH2CSi1-s>



*Curriculum.nu (2019). Voorstel herziening kerndoelen en eindtermen leergebied bewegen & sport. Geraadpleegd van <https://www.curriculum.nu/voorstellen/bewegen-sport>*

7,6. Hierbij moet worden opgemerkt dat een groot deel van de leerlingen die een laag cijfer gaf, noemde dat ze vooral een laag cijfer gaven omdat ze graag 'echt' wilden sporten. In de

*Afbeelding 3 bewijsstukken*



### Afbeeldingen

Vakgroep Bewegen & Sport Antonius College Gouda

### Foto's

Hans Dijkhoff

### Bronnen

Korthagen, F., Koster, B., Melief, K & Tigchelaar, A. (2002). Docenten leren reflecteren: systematische reflectie in de opleiding en begeleiding van leraren. Soest: Nelissen.

Scherder, E. (2014). Laat je hersenen niet zitten. (2<sup>e</sup> druk) Amsterdam: Singel Uitgeverijen

### Contact

[r.bosman@carmelcollegegouda.nl](mailto:r.bosman@carmelcollegegouda.nl)  
[j.emmelkamp@carmelcollegegouda.nl](mailto:j.emmelkamp@carmelcollegegouda.nl)  
[l.neven@carmelcollegegouda.nl](mailto:l.neven@carmelcollegegouda.nl)

### Kernwoorden

onlinelessen, gezond bewegen, curriculum.nu Bewegen & Sport

# Doorlopende leerlijnen op Het Vlietland College

De vaksectie Bewegen en Sport van Het Vlietland College in Leiden heeft in mei 2020 de online enquête *Gym's'cool* bij hun leerlingen afgenomen. De resultaten waren aanleiding om het programma te beschrijven in doorlopende leerlijnen met de planningstool het *Kompas Bewegingsonderwijs*. In dit artikel staat een voorbeelduitwerking. Op de website van de KVLO staat de Excel-tool.

## TEKST SECTIE LO HET VLIETLAND COLLEGE

nr	Leerlijn	Thema	Lesuren							Leerjaar 1 Kernactiviteit	
			1	2	3	4hv	5v	6v	tot 6v		
<b>Atletiek</b>									<b>29</b>		
1	Lopen	Duurlopen	3	3	2	2	4		14	6x1,5 min. loop; Parkloop; Prognosaloop; Ontmoetingsloop; Groeps-estafette met hindernis; Duo-sprint;	
2	Lopen	Sprinten	1	2	1				4		
3	Springen (atl)	Enkelvoudige vertesprongen		1	1				2		
5	Springen (atl)	Hoogtesprongen			2				2		
6	Werpen	Werpen	2	2	1				5		
7	Werpen	Slingeren	1						1		
8	Werpen	Stoten		1					1		
<b>Bewegen op muziek</b>									<b>12</b>		
9	Bewegen op muziek	Uitvoeren van een dansmotief	3	3	2	2	2		12	BOM: aanleren grapevine/lunge/zij-voor-achterwaarts verpla	
<b>Spel</b>									<b>165</b>		
10	Doelspelen (hand)	Vormen van handbal	6	4	1,5	1			12,5	Tienen; Cirkelbal; Ringbal; 3-Vakbal	
10	Doelspelen (hand)	Vormen van basketbal	4	4	3	8	4		23	Two-basketbal ½ veld zonder dribbel (set-shot); Heel veld drit	
10	Doelspelen (hand)	Vormen van korfbal	4	3					7	Korfbal half veld grote ring; heel veld 2 vakken 6:6	
10	Doelspelen (hand)	Vormen van Frisbee			1,5	2	2		5,5		
11	Doelspelen (voet/stick)	Vormen van voetbal	3	3	1,5	2	2		11,5	Voetbal, 3:3; (passen-stoppen); 5:5 met 5-meter doellijn	
11	Doelspelen (voet/stick)	Vormen van (uni)hockey		3	1,5	2	2		8,5		
12	Doelspelen (lopen/tackel)	Vormen van rugby			1	1			2		
12	Doelspelen (lopen/tackel)	Vormen van flagfootball			1	1	2		4		
13	Inbl. en uitmaken	Slag en loopspelen	2	6	4	4	4	4	24	Baseball 5; Virus-baseball; Softbal hit and run met statief	
14	Inbl. en uitmaken	Afgooispelen	5	5	3	1			14	Jagerbalspelen; Trefbalspelen	
15	Inbl. en uitmaken	Tikspelen	3	3	2				8	Tikspelen	
16	Terugslagspelen	Volleybalachtige spelen	3	3	3	8	4		21	Volleybal; Intro BH; Ramvolleybal; Circulatie-volleybal	
17	Terugslagspelen	Racketachtige spelen	3	3	3	5	4	6	24	Badminton; o.a. mikcircuit	
<b>Turnen</b>									<b>36</b>		
18	Balanceren	Acrobatiek	2						2	Samen in Balans (SIB): vormen van acrobatiek; V-hang; rug op	
19	Springen (tur)	Vrije sprongen	2	2	4		2		10	Mt doorgeefluik-strekspr.; tiprol/tipsalto; salto plof	
20	Springen (tur)	Steunsprongen	2	1					3	Mt spreidspr. bok; mt hurkspr. kast (breedte)	
21	Springen (tur)	Herhaald springen		1					1		
22	Springen (tur)	Freerunnen	3	3					6	Enjoy en Cool parkour	
23	Zwaaien	Schommelen	2	2					4	Trapeze: schommelen in zit met duwen; Saltstoel	
24	Zwaaien	Hangend zwaaien	3	2					5	Touwzwaaien vanuit aanloop; vanaf verhoogd vlak met afspr	
25	Zwaaien	Steunend zwaaien	3	2					5	Trapezezwaaien: steunzw. vanuit aanloop met achter en voor	
<b>Zelfverdediging</b>									<b>6</b>		
26	Stoeispelen	Vormen van judo		2					2		
28	Trefspelen	Zonder wapen			2	2			4		
<b>Actuele activiteiten</b>									<b>87</b>		
34	Golf	Driven, pitchen, chippen en putten	2	2	1	2	2		9		
35	Golf	Pitchen, chippen en putten	1	1	1				3		
37	Klimmen	Horizontaal, omhoog en omlaag klim	3	3	2	2			10	Klimmen tendue	
38	Klimmen	Horizontaal klimmen (traverseren)							0		
39	Biketrial	Behendigheid met de fiets	2	2	1				5		
39	Schaatsen	Baanschaatsen							0	Schaatsen	
41	Skaten/skeelers	Skaten	2						2	Intro streetsurfen; streetsurfen	
42		Touwspringen	1	1					2	Groepstouwspringen	
43		Jongleren	1	1					2		
45		Fitness			4	6	6		16		
46		Instuif	6	6	4	2	2		20	Tumbling; saltstoeltje; grote trampoline; biketrial; kinball; C	
47		SOK-intern					6		6		
		SOK-1						6	6		
		SOK-2						6	6		
									0		
		<b>Keuze</b>				-2	-8		-10		
		<b>Vrije ruimte</b>	3	1	0	3	14	0	21	21	
		<b>Totale tijd</b>	81	81	54	54	54	22	346	346	
		<b>Beschikbare tijd</b>	81	81	54	54	54	22	346	346	
			27 lesweken								

Op onze website is deze sheet te downloaden en aan je eigen situatie aan te passen



## Bronnen

Brouwer, B., Houthoff, D., Massink, M., Mooij, C., Mossel, G. van, Swinkels, E., & Zonnenberg, A. (2012). *Basisdocument Bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs*. Enschede: SLO.

Mossel, G. van (2015). Kompas bewegingsonderwijs, een digitaal planningstool voor het vak LO in het voortgezet onderwijs. *Lichamelijke Opvoeding 103 (10)*, 10-12.

## Contact

mos@vlietlandcollege.nl

## Kernwoorden

doorlopende leerlijnen, plannen

Leerjaar 2 Kernactiviteit	Leerjaar 3 Kernactiviteit	Leerjaar 4 Kernactiviteit
Parkloop; Shuttle-run loopvormen; Vlietloop (keuze) Loopvormen: sprint, interval; sprint Verspringen	Loopvormen; Parkloop; Vlietloop (keuze) Sprint 20-60 meter Verspringen	Veldloop
Speerwerpen	Fosbury flop Speerwerpen	
Kogelstoten		
BOM: ontwerpen eigen groepsdans bijv. grapevine/lunge	BOM: ontwerpen eigen groepsdans bijv. graj	BOM-les door IIn (uit keuzeblok)
Tchoukbal Hollands Pleinlijesbasketbal; Basketbal heel veld, fast-break (lay-up Korfbal heel veld 2 vakken 6:6 of 8:8; Korfbal heel veld 1 v	Tchoukbal(I) Hollands & Belgisch Pleinlijesbasketbal; Basketbal heel veld, spel	Tchoukbal(I) Hollands & Belgisch Pleinlijesbasketbal; Zbls basketba
Voetbal Hockey	Ultimate frisbee 5-5 b.d.p.; opstelling 3-2/2-1-2 5-5 b.d.p. Tikrugby Flagfootball	Frisbee Voetbal Hockey
Baseball/5; Virus-baseball; Hit and run; 4-honken softbal (I Afgooispele Tikspelen	Baseball/5; Virus-baseball; 4-honken softbal (I Jagerbalspele Tikspelen; pilonnenroof; estafette tik; Go-tik	Flagfootball Baseball/5; 4-honkensoftbal Afgooispele
Volleybal: 3:3 met 2e bal vangen; 3:3 met 1e bal vangen Badminton; Tafeltennis bh/wh en spelen; Tennis 1/2 klas 1-1	Volleybal 4-4 ruitvorm Badminton: kort/lang; li./re	Zbls volleybal Tennis; Badminton/Mini-tennis/
Sib: afsluiten; steel/bolk; groepsdemo		

*Gym's'cool* is een eenvoudig af te nemen webenquête onder leerlingen van het voortgezet onderwijs en docenten LO, bijvoorbeeld aan het einde van het schooljaar. Via *Gym's'cool* krijgt de vaksectie inzicht in hoe de leerlingen het programma bewegingsonderwijs waarderen. De resultaten van de eigen leerlingen kunnen worden vergeleken met die van andere scholen (de zgn. benchmark) en worden eventueel aangevuld met eigen gegevens uit de docentenvragenlijst.

De resultaten op VLC lieten zien dat leerlingen behoefte hebben aan meer lessen in atletiek, bewegen op muziek, zelfverdediging en fitness. Voor de vaksectie was dit de aanleiding om het programma te herzien en de doorlopende leerlijnen te versterken. In figuur 1 staat een deel van programma wat in het afgelopen jaar is uitgewerkt.

## Planningstool

Het programma is uitgewerkt met de planningstool *Kompas Bewegingsonderwijs*. De tool is een Excelandocument dat bestaat uit twee tabbladen die aan elkaar zijn gekoppeld. In het eerste tabblad staan 64 thema's, ingedeeld naar de vier sleutels uit het basisdocument VO: bewegen verbeteren, bewegen regelen, gezond bewegen en bewegen beleven (Brouwer et al., 2012). In dit tabblad legt de vaksectie haar thema's vast en verdeelt zij de beschikbare lestijd over de

thema's. Vervolgens kiest de vaksectie voor een of meerdere kernactiviteiten per thema.

Het tweede tabblad *Tussendoelen* beschrijft per thema de deelnameniveaus van leerlingen (zie een voorbeeld van slag- en loopspelen in figuur 2 en van bewegen beleven in figuur 3). Vanuit het eerste tabblad *Themaplannen* kan eenvoudig worden gelinkt naar deze tussendoelen. De tussendoelen komen inhoudelijk overeen met de rubrics uit het basisdocument VO maar zijn korter en bondiger beschreven. Bij de deelnameniveaus zijn drie niveaus onderscheiden: rookie, expert en master. Naast de deelnameniveaus als referentiekader voor de vaksectie zelf, kunnen docenten de tussendoelen voorleggen aan hun leerlingen. Dat kan bijvoorbeeld door de tussendoelen te plastificeren of digitaal te projecteren. De leerlingen krijgen dan perspectief op wat zij zouden kunnen leren. Daarmee is de planningstool ook functioneel bij de formatieve evaluatie.

Ben je nieuwsgierig naar de online enquête *Gym's'cool* en het *Kompas Bewegingsonderwijs*? Neem dan contact op.

◀ *Figuur 1: Kompas Bewegingsonderwijs van Het Vlietland College*

### ▼ *Figuur 2: Tussendoelen bij slag- en loopspelen*

Rookie	Expert	Master
<i>Als slagman en loper</i> • Slaat de bal soms raak en in het binnenveld. • Blijft regelmatig in.	<i>Als slagman en loper</i> • Slaat de bal regelmatig raak en soms geplaatst. • Blijft regelmatig in en steelt af en toe honken.	<i>Als slagman en loper</i> • Slaat de bal geplaatst in het veld. • Benut en creëert loopkansen voor zichzelf en anderen.
<i>Als veldspeler</i> • Verwerkt geslagen ballen. • Gooit met een boogje naar medespelers. • Maakt de dichtstbijzijnde loper uit door uitbranden of uitikken.	<i>Als veldspeler</i> • Verwerkt geslagen (grond)ballen en maakt vangballen. • Gooit vlakke ballen naar medespelers. • Maakt de voorste loper uit door uitbranden of uitikken.	<i>Als veldspelerr</i> • Kiest als veldspeler positie tussen veld- en honkdekking. • Verwerkt geslagen (grond)ballen, en maakt vangballen. • Gooit op maat naar medespelers en hard en ver indien nodig. • Maakt de voorste loper uit door uitbranden of insluiten en maakt een 'dubbelspel'.

### ▼ *Figuur 3: Tussendoelen bij bewegen beleven*

Thema's	Rookie	Expert	Master
Ingaan op uitdagingen in bewegings-situaties	Gaat in op de meeste bewegingsuitdagingen, maar haakt soms nog wel eens af.	Gaat in op alle bewegingsuitdagingen en toont actieve deelname aan verscheidene activiteiten.	Gaat enthousiast in op alle bewegingsuitdagingen. Stimuleert daarmee dat ook anderen met plezier gaan deelnemen.
Gerichtheid op leren	Doet actief mee en verbetert zich daardoor. Is zich minder bewust van de eigen deelname-niveaus.	Is zich bewust van de eigen deelnameniveaus en wil zichzelf daarin verbeteren.	Is zich bewust van de eigen deelnameniveaus en wil zichzelf daarin verbeteren. Richt de aandacht op bepaalde verbeterpunten.
Waarderen van bewegen	Geeft van de meeste aangeboden activiteiten aan wat hem of haar daarin niet of wel aanspreekt.	Vergelijkt verschillende aangeboden activiteiten met elkaar. Maakt voor zichzelf keuzes tussen wat hij/zij wel kan en wil en wat niet.	Geeft de voorkeuren aan over waar, wanneer en met wie hij/zij zou kunnen bewegen en sporten. Heeft kijk op wat anderen zouden kunnen en willen.



# Virus-baseball

Virus-baseball is een inblijf en uitmaakspel dat is ontwikkeld door de vaksectie van Het Vlietland College tijdens corona. Het spel is een mix van baseball5 en kastiebal met twee partijen van zo'n vijf of zes spelers. Net als bij baseball5 probeert de slagpartij een punt te scoren door na vier honken veilig thuis te komen. De veldpartij probeert dat te voorkomen door een slagpartijspeler af te gooien (vergelijk kastiebal). Als een slagpartijspeler wordt afgegooid is er de paniekwissel. Softbalachtige spelen worden met de paniekwissel heel dynamisch: zowel de veld- als slagpartij blijven enorm betrokken bij het spelverloop. Het spel is ook iets vóór na coronatijd en kan worden uitgebouwd naar Dynamisch baseball en Dynamisch softbal. Dit artikel beschrijft de spelregels en de opbouw.

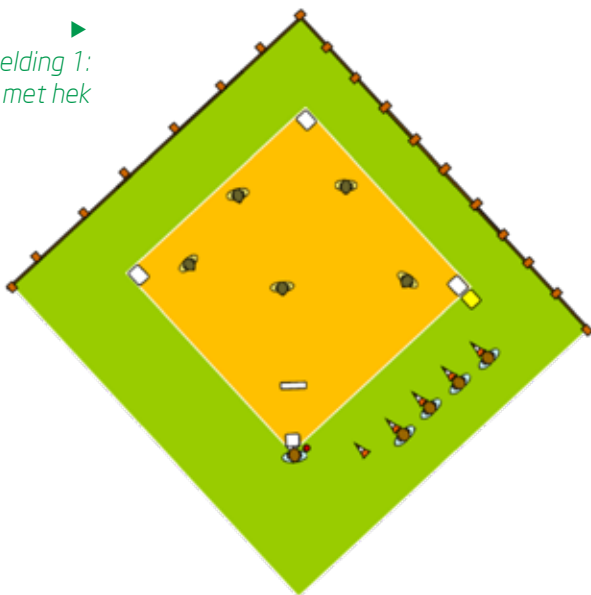
TEKST SECTIE LO VAN HET VLIETLAND COLLEGE

## Startsituatie: baseball5 met afgooien

Arrangement:

- twee partijen van vijf leerlingen: veldpartij en slagpartij (één partij heeft lintjes)
- vier honken: drie honken en een thuisplaat (zie afbeelding 1)
- werpplaat op 3 meter van de thuisplaat
- afstand honken: 13 meter (afstand kan worden aangepast)
- outfield van 5 meter omheind met een hek dat doorgeschoten ballen tegenhoudt (vergelijk baseball5).
- vijf pilonnen onderling op 1,5 meter en 5 meter van de looplijn: voor iedere slagpartijspeler een pilon
- zachte handbal, mini-foambal of 'soft tennisball'
- telbord voor het bijhouden van de punten.

►  
Abbeelding 1:  
Baseball5 veld met hek



Opdracht:

Voor de slagpartijspeler: sla vanuit het slagperk de bal met de hand het speelveld in. De bal moet voorbij 3 meter (aangegeven door markeringshoedjes of werpplaat) en minimaal één keer stuiteren binnen de foutlijnen (thuis-eerste honk en thuis-derde honk) en in het infield (binnen de honken). Na de stuit mag de bal niet in foutgebied terecht komen. Na een foutslag, slaat de slagpartijspeler opnieuw (slagpartijspeler mag oneindig keer fout slaan).

Loop na een goede slag direct naar het eerste honk, en op eigen risico door naar het tweede, derde en thuishonk. De slagpartijspeler mag daarbij niet meer dan 1 meter uitwijken van de loopbaan (vergelijk softbal). Op een honk is de slagpartijspeler vrij (maximaal één speler op een honk, inhalen mag niet). Als een slagpartijspeler veilig de thuisplaat heeft bereikt, krijgt de slagpartij een punt.

Voor de veldpartij: verwerk of 'field' de geslagen bal en probeer de slagpartijspeler uit te maken door hem/haar af te gooien voor hij/zij op een honk is. Afgooien kan direct of via de grond. Bij een vangbal is de slagpartijspeler uit. De veldspelers mogen lopen met de bal. Bij een 'uit', wisselt de veldpartij met de slagpartij.

Spelverloop: als het de veldpartij niet lukt om een slagpartijspeler uit te maken, dan is de volgende slagpartijspeler aan de beurt (in vaste volgorde). Zodra de bal is geslagen mogen of moeten (bij gedwongen loop) andere slagpartijspelers naar het volgende honk.

De slagpartijspelers moeten worden afgestopt door de veldspelers. Als de slagpartijspelers de honken vast hebben, stopt het spel en de volgende slagpartijspeler is aan de beurt.



▲ Sla de bal de bal met de hand het speelveld in



▲ De bal 'virus-vrij' maken

Als een veldspeler de bal door een 'overthrow' in een onbespeelbaar gebied gooit dan mogen de slagpartijspelers één honk verder opschuiven dan waarnaar zij toe op weg waren. Het spel stopt.

### Vervolg: virus-baseball met afgooien en paniekwissel

*Arrangement:*

- idem als startsituatie
- vijf pilonnen als vrijplaats voor de slagpartij (één vrijplaats per slagpartijspeler)
- de slagpartijspelers met lintjes staan bij een pilon in vaste slagvolgorde
- spelleider met fluit.

*Spelverloop met de 'paniekwissel':*

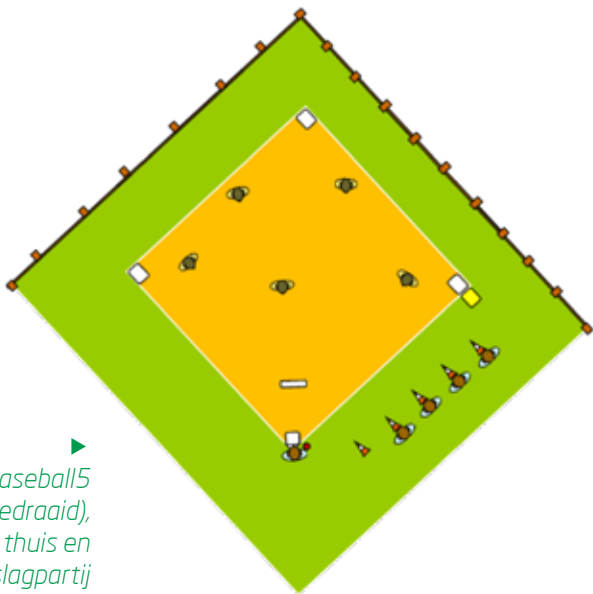
Het spel wordt gespeeld zoals in de startsituatie. Zodra een slagpartijspeler door een vangbal of afgooien wordt uitgemaakt, is er echter de 'paniekwissel'. Bij een vangbal dropt de veldspeler de bal op de grond waar hij/zij staat. Bij de paniekwissel blaast de spelleider hard op zijn/

haar fluit. De rollen van slagpartij en veldpartij draaien om: er ontstaat 'paniek'. De spelers van de nieuwe slagpartij proberen veilig een pilon te bereiken (maximaal één speler per pilon) en de nieuwe veldspelers proberen dat te voorkomen door een nieuwe slagpartijspeler af te gooien. Er ontstaat opnieuw een paniekwissel, et cetera, totdat alle slagpartijspelers veilig een pilon hebben bereikt. Een slagpartijspeler is vrij met een voet op/tegen een pilon.

Let op: als een nieuwe slagpartijspeler per ongeluk de bal oppakt of aanraakt vóórdát de bal virusvrij is gemaakt, is er opnieuw een paniekwissel. De slagbeurt eindigt als een veldspeler de bal op de werpplaat legt (spel is gestopt, bal is 'virus-vrij'). Als de bal 'virus-vrij' is verlaat de eerst volgende slagpartijspeler zijn/haar pilon en mag de bal 'vrij' oppakken voor een nieuwe slagbeurt. Als een slagpartijspeler te vroeg van zijn/haar vrijplaats naar het slagperk loopt, kan hij/zij worden afgegooid door een veldspeler.

### ▼ Didactische tips

Als dit gebeurt...	Dan kun je dat proberen...
<ul style="list-style-type: none"> <li>• De bal 'fladdert' door de lucht of afgooien doet pijn</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Balkeuze is cruciaal: niet te licht en niet te hard</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Het lukt de veldspelers niet om slagpartijspelers af te gooien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eerst lopen met de bal om van dichtbij te kunnen afgooien</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• De bal raakt steeds onbespeelbaar door een 'overthrow' voorbij het eerste honk</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Draai het veld een kwartslag zodat achter het eerste en thuishonk een hek is op vijf meter dat de bal tegenhoudt en plaats de slagpartij tussen het derde en thuishonk (zie afbeelding 2)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• De slagpartij is te sterk</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vergroot de afstand tussen de honken</li> <li>• Leg de honken in een ruit zodat de foutlijnen in een kleinere hoek dan 90 graden komen te liggen</li> <li>• Maak een kleiner outfield omheind met hekken</li> <li>• Tips voor de veldspelers: <ul style="list-style-type: none"> <li>- geef eerst velddekking ('keepen'), daarna honkdekking ('uitmaken')</li> <li>- gooi vóór de loper uit</li> <li>- eerst lopen met de bal daarna van dichtbij afgooien</li> <li>- sluit de slagpartijspelers in en gooi van dichtbij af</li> </ul> </li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• De veldpartij is te sterk</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verklein de afstand tussen de honken</li> <li>• Bij de paniekwissel zijn de honken een extra 'vrijplaats' (maximaal één speler per honk) voor de nieuwe slagpartijspelers</li> <li>• Tips voor de slagpartijspelers: <ul style="list-style-type: none"> <li>- zodra de bal is geslagen, dreigen door vanaf het honk te gaan</li> <li>- lokken en dreigen: laat elkaar lopen, vooral bij een loop op eigen risico, dan mag je terug</li> <li>- vang bij de paniekwissel de bal af en probeer de andere partij af te gooien.</li> </ul> </li> </ul>



► *Afbeelding 2: Baseball5 veld (kwartslag gedraaid), met hek achter thuis en honk 1 en slagpartij achter thuis en honk 3*

**Uitbouw mogelijkheden**

Virus-baseball met afgooien én uitbranden. Naast afgooien mogen de veldspelers de slagpartijspelers bij een gedwongen loop uitbranden op een honk. Vervolgens dropt de veldspeler de bal op het honk en is er de paniekwissel.

- Dynamisch baseball5 met uitbranden én uittikken (zonder afgooien) en paniekwissel.

Arrangement: dubbele eerste honk voor de slagpartijspeler en voor de veldspeler.  
 Spelverloop: de bal wordt door de slagpartijspeler met de hand het veld ingeslagen. Als een slagpartijspeler wordt uitgemaakt door een vangbal, uitbranden (bij gedwongen loop) of uittikken (bij een loop op eigen risico), is er de paniekwissel. De nieuwe veldspelers proberen de slagpartijspelers uit te tikken met de bal voordat zij veilig een pilon (of honk) bereiken.

- Dynamisch softbal, als Dynamisch baseball5.  
 Arrangement: met een reguliere softbal, knuppel, slagpartij achter thuis/honk 1 en alle veldspelers én slagpartijspelers een softbalhandschoen aan.

Spelverloop: de bal wordt door de slagpartijspeler uit de hand met de knuppel het veld ingeslagen. Als een slagpartijspeler wordt uitgemaakt door een vangbal, uitbranden (bij gedwongen loop) of uittikken (bij een loop op eigen risico), is er de paniekwissel. De nieuwe veldspelers proberen de slagpartijspelers uit te tikken met de bal voordat zij veilig een pilon of honk bereiken.



▲ *Paniekwissel*



▲ *Na de paniekwissel proberen de nieuwe slagpartijspelers veilig een pilon te bereiken*

De vaksectie Bewegen & Sport van het Vlietland College in Leiden heeft in coronatijd gezocht naar mogelijke buitenspelactiviteiten en kwam door de '1,5 meter richtlijn' uit op dit nieuwe spelidee.

**Foto's**

Ger van mossel

**Contact**

mos@vlietlandcollege.nl

**Kernwoorden**

virus-baseball, baseball5



# Het speellokaal

Vroeg begonnen, is vroeg gewonnen en jong geleerd, is oud gedaan. Starten met bewegen en het aanleren van beweegvaardigheden bij het jonge kind is dan ook van groot belang voor later. Een deel van de motorische ontwikkeling gaat 'vanzelf' (omrollen, grijpen, enz.), maar daarna is er ondersteuning, begeleiding en onderwijs nodig.

TEKST JORIEKE STEENAART

**D**e basis voor de ontwikkeling van bewegen zijn de breed motorische vaardigheden die kinderen leren vanuit de betrokkenheid op hun omgeving. Kinderen bewegen, omdat ze die mogelijkheid hebben en willen gebruiken als de omgeving daar voldoende toe uitdaagt. Bij jonge kinderen is bewegen een aspect van de totale ontwikkeling. Kinderen leren grijpen, lopen, springen in een directe en onontkoombare confrontatie met de materiële werkelijkheid. Dit leert hen hun eigen grenzen (ver)kennen, maar ook die van anderen en van de omgeving.

## Fundament ontwikkelen

In de eerste zes jaar ontwikkelen kinderen hun fundamentele motorische vaardigheden. Om te komen tot een breed motorisch ontwikkeling is het in deze levensjaren van belang om een veelzijdig en gevarieerd beweegaanbod (onder professionele begeleiding) aan te bieden<sup>1</sup>. Dit stimuleert kinderen hun eigen mogelijkheden te (ver)kennen en gebruiken en ze ontwikkelen in de interactie motorische en sociale vaardigheden die zij later nodig hebben voor een actieve levensstijl en context specifieke motorische vaardigheden zoals sportdeelname.

De beweegomgeving en de inrichting van de beweegomgeving van het jonge kind is hiermee van groot belang voor de ontwikkeling van kinderen. Voor 4- tot 6-jarigen is deze omgeving met name de school en het bewegingsonderwijs in het speellokaal.

## Inrichting

Om te komen tot een veelzijdige, uitdagende en veilige inrichting van het speellokaal heeft de KVLO in samenwerking met diverse experts uit de kleuteronderwijs-praktijk een nieuw handboek *Huisvesting bewegingsonderwijs in het speellokaal* samengesteld en een nieuwe inventarislijst speellokaal. Dit is nodig omdat er momenteel voor het speellokaal zeer weinig is vastgelegd aan normen en adviezen. Hierdoor heeft men in het speellokaal vaak te maken met een niet

praktische inrichting die afbreuk doet aan de kwaliteit van het bewegingsonderwijs en het leren bewegen van kleuters.

Het speellokaal dient in de eerste plaats voor het bewegen en beter leren bewegen van kleuters en daarna kan gekeken worden naar de bredere inzetbaarheid van de ruimte. Deze dient echter niet ten koste te gaan van het eerste en belangrijkste doel en dat is van jongs af aan vaardig (worden) in bewegen. Wat overigens ook een deelambitie is van het nationaal sportakkoord. Aandacht voor bewegen en leren bewegen is van belang en daarmee ook de huisvesting en inrichting om dit bewegen en leren bewegen mogelijk te maken.

Nieuwsgierig naar het nieuwe *Handboek huisvesting bewegingsonderwijs speellokaal* en de nieuwe 'inventarislijst speellokaal'? Download ze nu op de website via: onderstaande qr-code of vraag ze op bij [onderwijs@kvlo.nl](mailto:onderwijs@kvlo.nl)



<sup>1</sup> Clark, J. E. (2007). On the problem of motor skill development. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 78(5), 39-44

**Contact**  
[onderwijs@kvlo.nl](mailto:onderwijs@kvlo.nl)

# In balans op school: over welzijn en leren

Kinderen gaan naar school om te leren. De primaire taak van een school is kennisoverdracht. Daarnaast heeft school een pedagogische doelstelling om leerlingen zich te helpen ontwikkelen tot kritische, (zelf)verantwoordelijke, en dus ook gezonde, burgers. De taak van de docent is dan ook het creëren van de randvoorwaarden om het leerproces bij de leerling zo effectief mogelijk op gang te brengen en te houden. In dit artikel worden drie rollen van de docent (didacticus, pedagoog en coach) ingezet om te voorzien in de randvoorwaarden bij de leerling om (weer) ontvankelijk te worden voor (zelf)ontplooiing.

TEKST JENNIFER NUY

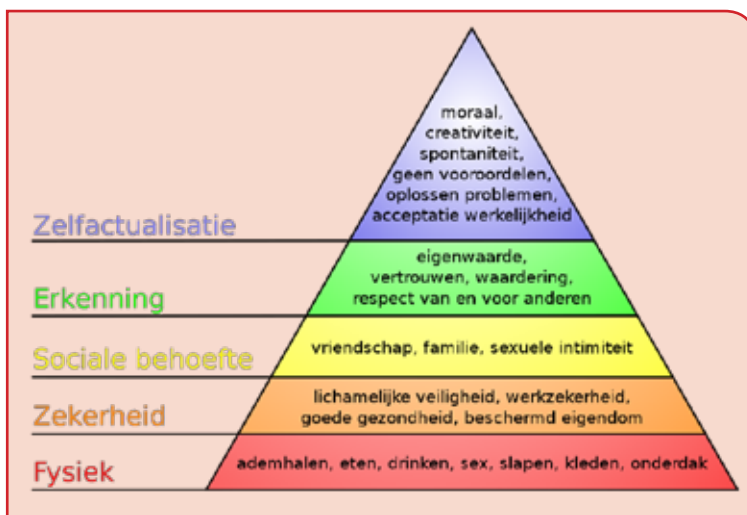
## Kanttekening bij dit artikel

In dit artikel worden de verschillende rollen van de docent gebruikt om het docentgedrag (meer)effectief af te stemmen op het leerproces van de leerlingen. De rollen zijn op deze manier, juist voor de beginnende lesgever, een handige tool om het eigen docentgedrag effectiever af te kunnen stemmen op het leerproces in de klas. Het docentgedrag is immers gereduceerd tot een keuze uit vier 'hulprollen' die ertoe leiden dat het leerproces bij de leerling weer geoptimaliseerd wordt. Daarmee verschillen de rollen, zoals ze hier beschreven zijn, van de originele rollen zoals Martie Slooter deze heeft omschreven. Het is voor de lezer goed om dit in het achterhoofd te houden bij het lezen van dit artikel om verwarring te voorkomen.

## Welzijn als sleutel

Wanneer komt een kind nu eigenlijk tot leren? Wanneer is er ruimte voor nieuwsgierigheid en is een kind écht ontvankelijk voor kennisoverdracht? In de piramide van Maslow (zie afbeelding 1) komt duidelijk naar voren dat er aan een aantal randvoorwaarden voldaan moet worden vóórdat er daadwerkelijk geleerd kan worden: fysieke randvoorwaarden, gevoel van (sociale) veiligheid én acceptatie. Deze randvoorwaarden kunnen we simpel samenvatten: welzijn. Een

▼  
Afbeelding 1: piramide van Maslow (Wikipedia)



kind dat zich ontspannen en prettig voelt, en lekker in zijn vel zit, zal meer ontvankelijk zijn voor nieuwe kennis en vaardigheden dan een kind waarbij er, bijvoorbeeld, thuis van alles aan de hand is. Sta maar eens stil bij je eigen ontwikkeling: wat waren de momenten waarop je volledig ontvankelijk was voor iets nieuws en waarin je al je nieuwsgierigheid kwijt kon? Zijn wij als docenten eigenlijk wel in staat om per kind aan al deze randvoorwaarden te voldoen zodat bij elk kind een écht leerproces kan ontstaan?

## De verschillende rollen van de docent

In Turnen voor beginnerz zijn de vaardigheden van de verschillende rollen van de docent van Martie Slooter vertaald naar die van de docent bewegingsonderwijs. Daarin worden zes rollen beschreven waarvan er één nieuw is maar wel heel kenmerkend én belangrijk voor het geven van goed onderwijs, namelijk de rol van 'observator'. Zie afbeelding 2. De andere vijf rollen zijn:

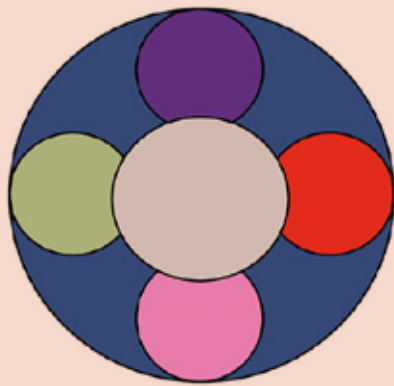
- de didacticus
- de organisator
- de presentator
- de coach
- de pedagoog.

Kort samengevat werken deze rollen als volgt samen: de docent is een didacticus. Hij wil de leerlingen iets leren. Al zijn handelen staat in het teken van het op gang brengen of in stand houden van het leerproces bij de leerling. Dat noemen we intentioneel leren. Het 'oog' van de didacticus is de 'observator'. In de rol van observator observeert de docent de leerling en zijn leerproces en kijkt hij of het leerproces

## De verschillende rollen van de docent

(Turnen voor beginnerz, Nuij, J. (2016))

-  Didacticus
-  Observator
-  Organisator
-  Presentator
-  Coach
-  Pedagoog



▲ Afbeelding 2:  
De verschillende  
rollen van de docent

nog voldoende 'loopt', 'lukt', 'leeft' en 'leert'. Als dat het geval is, kan de docent doorgaan met het programma zoals hij dat uitgedacht heeft. Maar als dat leerproces ergens stagneert, zal hij een van de overige rollen (organisator, presentator, coach of pedagoog) inzetten het leerproces bij te sturen en te optimaliseren. In de rol van organisator 'organiseert' de docent alle randvoorwaarden. Denk hierbij aan groepjes maken bij de lessen bewegingsonderwijs of plattegrond in de klas. Maar ook aan de tijd, ruimte, regels en materialen. Zo kan een minder vaardige leerling bij badminton uitstekend meekomen met een mini-tennisracket in plaats van een (mini) badmintonracket. De steel is korter waardoor de oog-handcoördinatie makkelijker wordt én het blad is groter waardoor de shuttle makkelijker geraakt kan worden. In de rol van presentator geeft de docent (extra) instructie of voorbeelden zodat de leerling (opnieuw) ziet wat er moet gebeuren en hoe dat dan moet. Het beeld van de leerling van de activiteit wordt zo wat bijgeschaafd of de focus wordt opnieuw gericht op wat belangrijk is. In de rol van coach probeert de docent de leerling uit te dagen om het gewenste gedrag te zien. Een bijzonder effectieve rol want een kind dat zich gewaardeerd en gezien voelt, zal makkelijker te sturen zijn in zijn gedrag. En tot slot de rol

van pedagoog: in deze rol bewaakt de docent de grenzen en treedt hij consequent op wanneer afspraken niet nagekomen worden. Deze rol is van groot belang bij het creëren van veiligheid in de klas en is bij de beginnende docent (logischerwijs) nog niet zo goed ontwikkeld. In de volgende paragraaf wordt uitgelegd waarom.

### De ontwikkelingsfase en het effect

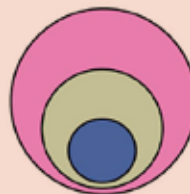
Een beginnende docent is zich aan het ontwikkelen als didacticus (zie ook afbeelding 3). De focus van de docent ligt op de eigen rol, het lesgeven en de kennisoverdracht. Hij is zich bewust van zijn gedrag maar kan nog niet helemaal goed overzien wat zijn vak, en het lesgeven, precies inhoudt. Het betreft hier methodiek (wat wil ik overbrengen) en didactiek (hoe doe ik dat effectief). Alhoewel de beginnende docent wel heel begaan is met zijn leerlingen heeft hij nog veel aandacht nodig om zijn eigen kennis en vaardigheden als docent te ontwikkelen. De les gaat voorsnog over kennisoverdracht. In deze fase treedt de docent pas op als pedagoog als het verزندt, als het misgaat en het leerproces stagneert. Vaak is het dan al te laat. De leerlingen weten dat de docent nog niet voldoende grip heeft op de klas. De onrust van de klas gaat ook in veel gevallen ten koste van het leerproces.

► Afbeelding 3:  
De ontwikkeling  
van de docent:  
van didacticus,  
via de pedagoog  
naar de coach.

### De ontwikkeling van de docent:

Van didacticus, via de pedagoog naar coach

1. In de rol van **didacticus** is de docent bezig met kennisoverdracht. De docent is in deze fase nog erg gericht op zijn eigen handelen (methodiek, didactiek en klassenmanagement).



2. In de rol van **pedagoog** verschuift de aandacht van de docent steeds meer van zichzelf naar de leerling: hij is steeds beter in staat om in de klas de randvoorwaarden te faciliteren. Daarbij geldt: de docent is éérst een pedagoog en daarna pas de didacticus.

3. In de derde rol is de docent een expert in zijn vakgebied en weet hij hoe hij de zaken in de klas effectief moet organiseren om voor elk kind leerkansen te creëren. In de rol van **coach** ziet de docent het individuele kind in de klas niet meer als 'leerling' maar als 'mens' met een eigen geschiedenis en met eigen wensen en belangen/verlangens. De docent overziet in deze rol wanneer het (sociaal-emotioneel of fysiek) **welzijn** niet in orde is en weet hij wat hij kan doen om hier een positieve bijdrage aan het leveren. In deze rol geldt: éérst de relatie, dan de prestatie. Dat betekent: eerst moet het kind weer in zijn kracht staan, voordat er hoge eisen gesteld kunnen worden.



# Het Leefstijlroer

## Voeding

- Eet minimaal 250 gram groenten en 2 stuks fruit per dag
- Eet zo min mogelijk suiker en andere snelle koolhydraten
- Eet vers en onbewerkt (geen pakjes of zakjes)
- Eet drie volwaardige maaltijden per dag, zo min mogelijk tussendoortjes
- Drink voldoende (1,5 tot 2 liter) water, koffie en (kruiden) thee
- Eet onverzadigde vetten zoals (extra vierge) olijfolie en noten
- Eet veel plantaardig en dierlijke producten met mate
- Rook niet, gebruik geen drugs en drink zo min mogelijk alcohol
- Stop met calorieën tellen

## Zingeving

- Geniet van het leven
- Bepaal je persoonlijke doelen en missie
- Focus op wat goed gaat
- Wees dankbaar voor de goede dingen
- Blijf jezelf ontwikkelen

## Ontspanning

- Ga elke dag naar buiten
- Zoek een ontspannende activiteit of hobby
- Zet je smartphone vaker uit
- Leeg je hoofd door mindfulness of meditatie
- Vermijd te veel stress
- Luister naar je lichaam



## Beweging

- Beweeg 30 - 60 minuten per dag (10.000 stappen)
- Sport twee keer per week
- Gebruik een stappenteller of fit-app
- Zoek iemand om samen mee te sporten of te bewegen
- Ga op de fiets naar het werk of maak een lunchwandeling
- Neem de trap in plaats van de lift

## Sociaal

- Breng tijd door met dierbaren
- Investeer in vriendschappen
- Maak ook fysiek contact
- Bouw een sterk sociaal netwerk op
- Omring je met mensen die je energie geven

## Slaap

- Zorg voor een koele en eventilerde slaapkamer
- Drink geen cafeïne voor het slapen gaan
- Zorg voor een regelmatig slaappatroon
- Slaap 7 tot 8 uur
- Zet twee uur voor het slapen gaan alle beeldschermen uit



▲ Afbeelding 4:  
Het leefstijlroer

De meer ervaren docent krijgt steeds meer grip op zijn eigen handelen waardoor er meer ruimte ontstaat om zich te focussen op het proces in de klas. Klassenmanagement is daarbij het sleutelwoord: duidelijke afspraken, consequent optreden, voorspelbaarheid, ruimte om af te wijken als er zich een uitzonderlijke situatie



voordoeft, et cetera. Leerlingen weten feilloos bij wie zij de ruimte krijgen om te klieren en bij wie dat absoluut niet kan. De rol van pedagoog, de tweede cirkel in afbeelding 3, laat zien dat de docent is gegroeid in de invloed die hij heeft op de klas en op de individuele leerling. De meer ervaren docent weet deze rol effectief in te zetten waardoor leerlingen niet meer na hoeven te denken over het proces in de klas. Dat is immers zo klaar als een klontje. Er blijft dus meer ruimte over voor de kennisoverdracht. In dit stadium geldt: de docent is éérs een pedagoog en dan pas de didacticus. Tot op heden heeft het leerproces van de leerling steeds centraal gesteld maar is er nog weinig oog geweest voor de leerling zelf. Nu wordt het pas écht interessant!

### De overstijgende rol: de coach

Nu de coronacrisis al een jaar voortduurt, wordt steeds duidelijker dat het welzijn van velen in het geding komt en we vinden dan het als maatschappij dan ook ontzettend belangrijk dat we meer aandacht moeten gaan besteden aan het creëren van omstandigheden die het welzijn vergroten of op zijn minst in stand houden. *Arts en leefstijl* ontwikkelde het leefstijlroer (zie afbeelding 4) om de zelfredzaamheid van patiënten te vergroten en zelf meer controle te kunnen uitoefenen op je eigen welzijn.

Ook op school wordt het duidelijk dat het welzijn van de leerling meer aandacht behoeft

én verdient maar gek genoeg lijkt het erop alsof we in de veronderstelling zijn dat het heel logisch en normaal is om te weten wat een gezonde leefstijl is. Dat terwijl er, los van de crisis, vandaag de dag meer dan ooit mensen depressief zijn en last hebben van burn-out. Tijd om daar verandering in te brengen door ons bewust te worden van de rol die we als docent hebben en de rol van 'coach' kan ons daarbij helpen. In de rol van coach (derde cirkel in afbeelding 3) probeert de docent, zoals eerder ook al geschetst is, de leerlingen uit te dagen om gewenst gedrag te laten zien. Een leerling die niet lekker in zijn vel zit, kun je helpen om weer 'in balans' te komen.

### Enkele voorbeelden

- Een meisje uit de brugklas doet niet actief mee tijdens de les bewegingsonderwijs. De docent neemt het kind apart en vraagt aan de leerling of het goed gaat omdat zij ziet dat het kind niet zo actief is. Het kind legt uit dat het te weinig geslapen heeft. Na enkele malen doorvragen blijkt het kind 's avonds niet in slaap te kunnen komen en gebruikt het de telefoon om de tijd te doden. Daardoor gaat het kind te laat slapen en is het overdag moe en minder ontvankelijk voor de kennisoverdracht.
- Een jongen uit de tweedeklas is heel temperamentvol en extravert. Hij kan ook behoorlijk kort door de bocht zijn. Dat heeft een impact op de klas en op de docenten. De sfeer wordt er wat onveilig door omdat andere leerlingen niet meer hardop durven uit te spreken wat zij denken of nodig hebben. Zowel voor de jongen als voor de klas (en de docenten) is dat lastig. De jongen heeft goede bedoelingen maar is nog niet zo goed in staat om rekening te houden met anderen zodat anderen óók de kans krijgen om te laten zien wat zij kunnen.
- Een meisje uit de derdeklas is al langere tijd geblesseerd. Het meisje turnt en heeft al enkele jaren last van rugklachten. Ondanks meerdere interventies van de fysiotherapeut is nog niet helder wat er precies aan de hand is. Het kind zit niet lekker in haar vel, letterlijk en figuurlijk. In een gesprekje is het kind zichtbaar geëmotioneerd maar vindt het ook moeilijk om er over te praten en hulp te zoeken (of te accepteren).
- Een jongen uit de bovenbouw is weer terug nadat hij in de onderbouw van school moest omdat zijn prestaties en ook zijn gedrag ondermaats waren. Nu de jongen terug is, na het behalen van zijn vmbo-diploma, heeft de jongen het gevoel dat hij nog steeds wordt veroordeeld door zijn docenten. Het resulteert erin dat zijn gedrag allesbehalve positief is.



### Je leert het makkelijkst als je in je kracht staat

In dit artikel heb ik geprobeerd om duidelijk te maken dat onze focus vaak ligt bij de ontwikkeling van het kind met betrekking tot de kennis en vaardigheden die het op school op doet. De voorbeelden die hierboven zijn genoemd, zijn niet verzonnen. Deze leerlingen bestaan echt. En zij hebben iets anders van ons nodig dan onze goede bedoelingen om het leerproces op gang te brengen. Hun evenwicht is verstoord en als wij dat 'zien' en erkennen, kunnen wij de leerlingen ondersteunen om de balans te herstellen. De leerling voelt zich dan gezien en erkend, serieus genomen, en hij (of zij) weet dat wij klaar staan en NIET opgeven. Vaak wordt de quote 'eerst de relatie dan de prestatie' aangehaald. Er wordt dan min of meer gesuggereerd dat we vooral moeten investeren in de banden met de leerlingen door, bijvoorbeeld, je in te leven in de belevingswereld van de leerlingen. Mijns inziens betekent deze quote dat je het welzijn van de leerling in de gaten houdt en er een actieve bijdrage aan levert om het gevoel van welzijn bij de leerling te helpen vergroten. Leerlingen willen voelen dat je het beste met hen voor hebt en dat je hen serieus neemt. Je investeert in de band omdat je wilt dat het goed gaat met het kind en omdat je het belangrijk vindt om op de hoogte te zijn van wat er speelt in zijn of haar omgeving. Als je dan ook nog laat zien dat je bereid bent om een stapje harder te lopen en rekening met hen te houden, dan help je het kind om (weer) in zijn kracht te staan. Die boodschap is belangrijker dan elk ander leerdoel dat je je maar kunt bedenken want laten we eerlijk zijn: de belangrijkste dingen leer je niet op school.

Martie Slooter:

In dit artikel wordt duidelijk hoe Jennifer een verdieping aanbrengt in haar model uit het boek *Turnen voor beginnerz*, een handboek voor docenten bewegingsonderwijs. In dat boek zijn de vaardigheden van de verschillende rollen van de docent van Martie Slooter vertaald naar vaardigheden van de docent bewegingsonderwijs. Zij benadert het lesgeven nu vanuit de gedachte dat welzijn een sleutel is in de ontwikkeling van leerlingen en hoe de docent bewegingsonderwijs daar aan kan bijdragen. In het artikel zijn de rollen bij bewegingsonderwijs verder uitgewerkt en passen helemaal bij het specifieke en de mogelijkheden die je hebt bij die vorm van onderwijs. Het enthousiasme waarmee Jennifer dit beschrijft is een regelrechte uitnodiging om dit toe te passen en het bewegingsonderwijs in deze corona tijd een kwaliteitslag te geven dat ook in een school zijn uitwerking zal hebben.

#### Foto's

Anita Riemersma

#### Contact

jen.nuij@gmail.com

#### Kernwoorden

rollen van de docent, leefstijl roer, welzijn en leren



# Een diploma met risico op aansprakelijkheid?

## De Pabo en de veiligheid van het bewegende en spelende kind

De opleiding tot leraar basisonderwijs geeft de afgestudeerde leerkracht de bevoegdheid om aan kleuters bewegingsonderwijs te geven en aan alle groepen 'brede context' activiteiten. Deze brede contextactiviteiten omvatten al het bewegen en spelen dat op een basisschool plaatsvindt naast bewegingsonderwijs, zoals buitenspelen, schoolkampen, sportdagen, bewegend leren, et cetera. In dit artikel zoomen we in op wat dat betekent voor de vele opleidingsvarianten van de Pabo die er zijn.

TEKST BRECHTJE PAIJMANS EN BASTIAAN GOEDHART

**E**r zijn inmiddels vele varianten van de opleiding tot leraar basisonderwijs met evenveel verschillen in opleidingstijd, toetsing en stage voor het vak bewegingsonderwijs aan kleuters en brede context. In sommige opleidingen komt het voor dat een Pabo-student er geen onderwijs in krijgt en/of geen praktijkervaring hoeft op te doen. Hoe (on)veilig is dat eigenlijk? Voor de leerlingen van deze leerkrachten brengt dat mogelijk risico's op ongevallen en letsel mee en voor de leerkracht in dat geval het risico om voor deze schade aansprakelijk te worden gesteld. En de Pabo's? Ook die zijn niet gespeend van een aansprakelijkheidsrisico.

▼  
Spelen en bewegen  
is de wereld van  
het (jonge) kind



### Terugblik

Zo'n 25 jaar geleden bestond er naast de klassieke voltijd Pabo-opleiding hooguit een deeltijdvariant die het voor een specifieke doelgroep mogelijk maakte om de Pabo te volgen; binnen deze deeltijdopleiding kon de student soms 'versnellen' of 'verkorten'. Vervolgens kwam er een verkorte opleiding voor geïnteresseerden die reeds een hbo- of wo-opleiding hadden afgerond, dus meer studie- en levenservaring hadden ('de verkorte deeltijd'). Daarna werd het mogelijk om halverwege het studiejaar te starten (de 'februarivarianten'). En niet lang daarna kwamen de speciale vwo-classes combinaties met universiteiten zoals de academische Pabo's. Ook de zij-instroomopleiding was er vroeg bij. In 2000 werd namelijk de *interimwet zij-instroomleraren primair en voortgezet onderwijs* aangenomen waardoor er meer personen benoembaar waren als leerkracht of directeur in het primair onderwijs en docent in het voortgezet onderwijs; deze tijdelijke wet kwam te vervallen toen de nieuwe wet op het leraarschap in werking trad. Ten slotte verdwenen de zij-instroomopleidingen weliswaar van de Pabo's en ALO's, maar inmiddels wordt de zij-instroom – onder druk van het lerarentekort – weer op de Pabo's aangeboden.

### Ontelbare varianten Pabo-opleidingen

Anno 2021 blijkt het credo 'flexibel studeren' de nieuwe goudmijn voor hogescholen en schieten de verschillende Pabo-varianten als paddenstoelen uit de grond. De Universiteit Leiden heeft bijvoorbeeld een aanvraag ingediend voor een 'educatieve master primair onderwijs'; de opleiding zou *academisch geschoolde leerkrachten moeten afleveren die een*





▲ Opleidingsdocent geeft les in de speelzaal

*schoolteam diverser maken en een bijdrage leveren aan het verminderen van het lerarentekort*, aldus de PO-raad. Studenten krijgen bij sommige opleidingen op voorlichtingsdagen te horen dat de opleiding zich aanpast aan hun persoonlijke situatie. De student krijgt verschillende keuzemogelijkheden voor de stage (of leer-werkplek), het volgen van vakken, het inleveren van opdrachten en het maken van toetsen. Het klinkt ideaal voor de zelfstandige student die goed kan plannen en veel vrijheid aankan in het zelf inrichten van de studie naar hun eigen situatie. Maar als het bij één keuzeplek blijft of bij één leer-werkplek, dan kan het betekenen dat de focus hier komt te liggen en er nauwelijks of geen ervaring wordt opgedaan in andere groepen op een basisschool. Tunnelvisie en gebrek aan ervaring liggen op de loer. Zo ook het risico dat studenten met zo weinig mogelijk inspanning een diploma willen halen.

### Overwegingen

Zowel commerciële overwegingen (marktwerking) als idealistische overwegingen (bijdrage aan het terugdringen van het lerarentekort) spelen hier ongetwijfeld een rol. Geïnteresseerden in een loopbaan in het basisonderwijs, maar ook lerarenopleiders zelf, zien echter dikwijls door de bomen het bos niet meer: de flexibele Pabo, de digi-Pabo, de ALO(Pabo), de Pabo-ALO, de Pabo via de duale route, de samen opleiden-route, de vwo-route, et cetera. En dan zijn er binnen sommige varianten ook weer keuzemogelijkheden en (zo kent de digi-Pabo ook een deeltijd variant en ook de verkorte deeltijd-digi-Pabo bestaat). Er zijn versnellingsmogelijkheden: opleidingen waarvoor vier jaar staat, kunnen in drie jaar en opleidingen waarvoor drie jaar staat, kunnen in 2,5 jaar of zelfs korter. De Pabo is dus volop 'in beweging', maar komen alle aankomende leerkrachten ook voldoende in aanraking mét beweging?

### Uitdagingen of risico's?

Deze kansen zorgen in de praktijk voor uitdagingen, of zelfs risico's. Opleiders hebben kritiek en constateren dat er zoveel vrijheid en flexibiliteit wordt gegeven dat overzicht houden (te)

moeilijk is, ondanks een coördinator per opleidingsvariant. Daarbij wordt het opbouwen van een relatie met de student en het kennen van de student erg lastig, als deze studenten versnipperd en in wisselende samenstellingen onderwijs volgen of zelfs niet aanwezig hoeven te zijn in lessen. Een docent kan een beginsituatie moeilijk inschatten als hij de student niet of nauwelijks ziet. Het beoogde maatwerk is dan ineens ver weg. Er komen vrijstellingsverzoeken binnen bij examencommissies, bijvoorbeeld voor bewegingsonderwijs, zonder dat de docent de mogelijkheid heeft de student in zijn les te bevragen en/of te beoordelen. Opleidingsdocenten geven aan dat ze soms nauwelijks zicht hebben op – bijvoorbeeld – de aantallen zij-instromers die deze opleiding volgen. Hierdoor is het onmogelijk om overzicht te houden over welke studenten de (facultatieve) lessen volgen.

Welke plek heeft het vak bewegingsonderwijs gekregen in deze verschillende opleidingsvarianten en binnen het fenomeen van flexibel studeren? De afgestudeerden zijn weliswaar niet bevoegd om bewegingsonderwijs te geven aan de groepen 3 tot en met 8 (ook geen spelles) want daarvoor moet *de leergang vakbekwaamheid bewegingsonderwijs via Pabo* zijn afgerond. Maar de afgestudeerden zijn wél bevoegd om bewegingsonderwijs te geven aan de groepen 1/2 en om brede contextactiviteiten te organiseren en begeleiden. Zij moeten hierin dus ook bekwaam zijn. En daar wringt te vaak de (sport)schoen.

### Minimale contacttijd

Qua onderwijstijd zijn er opleidingsvarianten waarbij de contacttijd met een opleidingsdocent voor het vak bewegingsonderwijs (te) minimaal is. In de meest extreme varianten is het voor opleidingsdocenten zelfs onduidelijk of studenten überhaupt lessen bewegingsonderwijs hebben gevolgd en onduidelijk of in de stagesituatie (rijke) ervaringen zijn opgedaan. Hoe gaan deze studenten straks als startende leerkracht een les bewegingsonderwijs verzorgen? Een les met 27 kleuters, verschillend in leeftijd, vaardigheid en gedrag, in een niet al te grote speelzaal. En dan een organisatorisch complexe werkvorm met vier verschillende activiteiten, zoals een tikspel en een rijke klimsituatie en/of een bobbelbaan waarbij de kleuters ook over de kop kunnen met een stuntrol en daarnaast een (kleuter)trampoline. Studenten en met name zij-instromers komen er pas in de praktijk achter, hoeveel er komt kijken bij een les bewegingsonderwijs aan kleuters. Los van het feit dat het noodzakelijk is om deze kennis en ervaring tijdens de opleiding op te doen, is het tegelijkertijd een leerschool voor vriendelijk leiding geven, organiseren, overzicht houden, timemanagement en hopelijk ook voor een

(h)erkenning van het belang van spelen en bewegen voor (jonge) kinderen. Hetzelfde geldt voor brede context-activiteiten en de benodigde kennis en vaardigheden om de pauzes en het buitenspelen in goede banen te leiden. Hoeveel aandacht is er op alle varianten van Pabo's (en ALO's) voor het voldoende toerusten van studenten, zodat ze 'streetwise' genoeg zijn en bekwaam om hier op de juiste manier inhoudelijk en pedagogisch het verschil te kunnen maken? Het is geen eenvoudige opdracht, maar wel cruciaal voor dat wat kinderen elke dag doen – spelen en bewegen – en waar ook veel kansen liggen voor het positief beïnvloeden van het zelfbeeld ten aanzien van spelen, bewegen en groepsdynamische processen.

**Variabele toetsing**

Qua toetsing van het vak bewegingsonderwijs zijn er ook grote verschillen te zien. Tegelijk met de opkomst van de flexibiliteit van de opleiding, heeft het fenomeen 'leeruitkomsten' zijn intrede gedaan, soms 'leerdoelen' geheten of 'proeve van bekwaamheid'. Op sommige hogescholen krijgen studenten in dat kader louter 'de stippen' aan de horizon voorgeschoteld en mogen zij vervolgens volledig hun eigen invulling geven aan het traject om bij die stip uit te komen. Onderwijsdoelen zijn natuurlijk belangrijk in een leerproces; onderwijs zonder doel heeft het gevaar van vrijblijvendheid, met onvoldoende of een verkeerde opbrengst. Maar leerdoelen stellen en de weg 'geheel vrij laten' is een vrijheid geven die moeilijk past bij de verantwoordelijkheid die de meeste studenten aankunnen. Veel studenten voelen zich competent omdat ze zelf vinden dat het goed gaat op hun stage of leer-werkplek, maar weten niet wat ze allemaal (nog) niet weten. Het zogenaamde 'Dunning-Kruger effect'.

▼  
Een sportdag organiseren moet je leren



Al deze flexibiliteit kan voor enkele studenten en voor sommige vakken mogelijk bevrijdend werken en een leerzame weg zijn, maar voor bewegingsonderwijs kunnen de juiste leeruitkomsten – naar onze mening – onmogelijk worden gehaald als er geen of onvoldoende opleidingstijd en toetsing voor het vak bewegingsonderwijs aan de student wordt geboden, zeker als de student daarnaast geen of onvoldoende ervaring opdoet in de (stage)praktijk.

**Zorgplicht en aansprakelijkheidsrisico's, ook voor de hogeschool**

Niet alleen ervaren leerkrachten, maar ook startende leerkrachten hebben vanzelfsprekend een zorgplicht tegenover de kleuters aan wie zij gymles geven. Ook zij kunnen al aansprakelijk zijn bij een schending hiervan. Die zorgplicht is bij bewegingsonderwijs bovendien complexer dan bij veel andere vakken. In elke les ligt immers een spanningsveld tussen enerzijds het beoogde nut, namelijk de lichamelijke en sociale ontwikkeling van de leerlingen, en anderzijds het daaraan verbonden risico op lichamelijk letsel bij die leerlingen. De veiligheid van een leerling kan natuurlijk niet volledig worden gegarandeerd, zeker niet bij bewegingsonderwijs, en dat hoeft ook niet, maar de risico's moeten voor de leerling wel aanvaardbaar zijn. Die aanvaardbaarheid vertaalt zich doorgaans in het criterium uit het aansprakelijkheidsrecht dat elke leerkracht behoort te handelen volgens 'de professionele standaard', dus met 'de zorgvuldigheid van een redelijk bekwaam en redelijk handelend vakgenoot'.

Stel dat een kleuter een ongeval overkomt en gewond raakt in een gymles van een *net afgestudeerde* leerkracht, dan zal dus onverkort worden beoordeeld of een zorgvuldig handelende leerkracht de les ook op die manier zou hebben kunnen geven. Van alle (ervaren en onervaren) leerkrachten wordt immers hetzelfde zorgvuldige handelen verwacht. Als een kleuter dat ongeval overkomt bij een *net afgestudeerde* leerkracht die een *bijzonder flexibele Pabo-opleiding* heeft afgerond waarin de leerkracht zelf geen, of een enkele les in het vak bewegingsonderwijs heeft gevolgd, dan is het helaas goed voorstelbaar dat de gymles waarin de kleuter gewond raakte, niet voldeed aan de professionele standaard. De *net afgestudeerde* leerkracht is in dat geval aansprakelijk voor de letselschade van de kleuter; op de leerkracht rust een verplichting tot schadevergoeding. Dat het bevoegd gezag als werkgever van de leerkracht (en/of diens verzekeraar) die schadevergoeding feitelijk zal uitkeren en deze dus niet op de persoonlijke schouders van de leerkracht zal komen te rusten, zal – mede afhankelijk van de ernst van de letsel van de leerling – waarschijnlijk slechts een

schrane troost zijn voor de leerkracht. Die voelt zich ongetwijfeld schuldig, draagt deze last mee in eventuele volgende lessen bewegingsonderwijs of durft misschien zelfs helemaal geen gymlessen meer te geven. Al met al geen wenselijke situatie: niet voor de kleuter, niet voor de net afgestudeerde leerkracht, niet voor de school en niet voor het bevoegd gezag.

En wat te denken van de Pabo-opleiding, de hogeschool waaraan de leerkracht is afgestudeerd? In dit scenario heeft de hogeschool immers een diploma verstrekt aan deze net afgestudeerde leerkracht, waarmee de leerkracht volledig bevoegd werd om gymlessen te geven aan kleuters, terwijl de leerkracht zelf geen, of slechts een enkele les in het vak bewegingsonderwijs had gevolgd. Het is goed voorstelbaar dat de net afgestudeerde leerkracht die opeens in een akelig aansprakelijkheidsgechil is beland – of diens aansprakelijkheidsverzekeraar – enkele pijlen zal richten op deze hogeschool, om verhaal te halen of regres te nemen. Vergelijkbare zaken zijn er niet, maar het ligt voor de hand dat een (regres)vordering op de hogeschool (een grote) kans van slagen zal hebben.

## Oproep

Wij stellen graag voorop: dit artikel gaat niet over de kwaliteit van de opleidingsdocenten bewegingsonderwijs aan de Pabo's. Zij hebben doorgaans veel kennis en ervaring om studenten de specifieke pedagogisch-didactische aanpak te leren die nodig is bij een les bewegingsonderwijs aan kleuters en bij brede context activiteiten. Het zijn (vooral) de bestuurlijke lagen die wij oproepen om mee te bewegen en te faciliteren wat nodig is.

Wij willen namelijk de dringende vraag centraal stellen wat de minimale hoeveelheid opleidings-tijd en minimaal benodigde ervaring in de (stage) praktijk moet zijn om de competenties van een student te borgen die passen bij de bevoegdheid van de afgestudeerde leerkracht om bewegingsonderwijs aan kleuters te geven en 'brede context' activiteiten aan alle groepen. Anders gezegd: bij welke *kwantiteit* aan onderwijs, toetsing en stage tijdens de opleiding wordt de *kwaliteit* van de eenmaal afgestudeerde leerkracht voldoende geborgd, zodat de kleuters bewegingsonderwijs krijgen waarin er enerzijds aandacht is voor aanvaardbaar risicovolle activiteiten en zij anderzijds geen onaangevaardbaar risico lopen op letselschade? Die kwantiteit – en daarmee kwaliteit – zou in elke Pabo-opleiding moeten worden geborgd, ook in de bijzonder flexibele opleidingen. Dat is voor iedereen een wenselijke situatie: voor de kleuter, voor de net afgestudeerde leerkracht, voor de school en het bevoegd gezag, én voor de hogescholen die Pabo-opleidingen aanbieden.



En ten slotte een vraag die past bij de doelgroep van dit tijdschrift: in hoeverre gaan de ALO's hier eigenlijk vrijuit? Ook zij timmeren momenteel immers (flexibel) aan de weg door bijvoorbeeld een ALO-Pabo opleiding aan te bieden; welke keuzes maken zij? Mogelijk moeten ook zij kritisch in de spiegel kijken als het gaat om de opleidingstijd, toetsing en stageopdrachten die wordt gereserveerd voor onderwijs aan kleuters in de speelzaal. Als goed bewegen bij de basis – het jonge kind – begint, kan hier ook op ALO's winst worden behaald en is deze oproep niet alleen voor de Pabo's.

*Brechtje Paijmans is advocaat bij Doelen Advocatuur in Utrecht en treedt veelvuldig op voor verzekeraars, scholen en docenten, onder meer in geschillen over gymongevallen. Zij promoveerde in 2013 aan de Universiteit Utrecht op een proefschrift over de aansprakelijkheid van scholen en publiceert daar ook nu nog regelmatig over.*

*Bastiaan Goedhart is opleidingsdocent bij de hogeschool Inholland, bestuurslid van het netwerk Pabodocenten bewegingsonderwijs en treedt als onafhankelijk deskundige op in aansprakelijkheidsverschillen. Hij verzorgt scholing over de kwaliteit van de lessen LO vanuit het perspectief van aanvaardbaar risicovol bewegen, veiligheid en aansprakelijkheid.*

*Met dank aan Wim van Gelder voor zijn opmerkingen en aanvullingen*

De KVLO zegt het volgende over deze oproep:

"Basis bewegingsonderwijs op orde"?

De KVLO vindt het van zeer groot belang dat kinderen/kleuters vanaf 4 jaar op school (en vanaf 2 jaar voorschools) spelenderwijs en met veel plezier samen leren bewegen. De basis van goed leren bewegen begint op de basisschool in groep 1 en 2 en dat moet goed op orde zijn. Niet alleen vanwege de aansprakelijkheid, maar juist ook voor de kwaliteit; het is de basis van het bewegingsonderwijs.

We gaan er vanuit dat betrokken partijen gehoor zullen geven aan de oproep van de auteurs en hiermee aan de slag gaan, al was het alleen al om elke twijfel over de kwaliteit weg te nemen.

▲ *Bewegingsonderwijs aan kleuters, de ervaring is de les*

## Foto's

Bastiaan Goedhart

## Contact

Bastiaan.Goodhart@inholland.nl

## Kernwoorden

aansprakelijkheid, alo, pabo



# Waarom een gecombineerde Pabo-ALO een geweldig idee is

Op de HAN zijn ze er drie jaar mee bezig. Bij Fontys en Hanzehogeschool Groningen ronden ze nu het eerste jaar af. En op de CALO van Windesheim werken ze met een pre-Pabo minor waarna het vijfde jaar gevolgd kan worden.

Een gecombineerde Pabo-ALO. Twee volwaardige opleidingen in vier of vijf jaar. Hoe kan dat goed gaan? Op verzoek van ALO Nederland vertellen vier onderwijsprofessionals vanuit Pabo en ALO over hun ervaringen met het nieuwe opleidingstraject. Is het een kwalitatieve teloorgang? Of juist een geweldig goed idee?

TEKST PAUL WELLING

**D**e HAN in Arnhem-Nijmegen biedt de hbo-opleiding Pabo-ALO al sinds 2018 aan. Als Fontys en de Hanzehogeschool er in 2020 ook mee beginnen komen er vragen. Ook in dit blad klinkt kritiek.

Hoe kunnen Pabo-studenten er ineens een eerstegraads ALO-studie bij doen en omgekeerd? Wat is weggelaten, waar zit de overlap? Zijn er geitenpaadjes gekozen die afbreuk doen aan de kwaliteit van één of beide opleidingen? Het beantwoorden van die vragen start met een andere vraag: hoe en waarom is de allereerste Pabo-ALO op de HAN eigenlijk ontstaan?

## Tijdwinst

‘Wij zien al langer dat veel van onze ALO-studenten na hun opleiding de Pabo gaan doen. Sommige Pabo-studenten volgen juist weer de ALO na hun diploma.’ Dit zegt Marcel Mutsaarts. Hij is teamleider ALO op de HAN en was vanaf het begin bij de totstandkoming van de nieuwe Pabo-ALO betrokken. ‘Wij juichen deze ontwikkeling toe. Wij vinden namelijk dat er op basisscholen te weinig vakdocenten LO zijn, wat niet goed is voor de kwaliteit van het bewegingsonderwijs aan de jeugd. Maar vaak is zo’n vervolgstudie een belastend traject in deeltijd. Daarom dachten we: is er niet een systematische en meer aantrekkelijke manier om de twee opleidingen samen aan te bieden? Dit zijn we gaan verkennen.’ In tegenstelling tot wat Fontys later doet heeft de HAN de Pabo-ALO niet van onderaf opnieuw opgebouwd. Mutsaarts: ‘Het zijn nog steeds twee afzonderlijke opleidingen. Onze Pabo-ALO-studenten doen volledig de Pabo en volledig de ALO. Wel hebben wij het rooster-technisch en qua begeleiding mogelijk gemaakt voor studenten om de twee opleidingen parallel te volgen. Daarnaast hebben we wederzijdse vrijstellingen gecreëerd voor toetsen die bij beide opleidingen veel overlap hebben. Ontwikkelingspsychologie komt bijvoorbeeld in Pabo en ALO voor. Dit hoeft je niet twee keer te toetsen. Ook kunnen studenten hun minor van de ene opleiding inzetten voor de andere opleiding. Zo win je een half jaar onderwijs terug. Maar in essentie is er naast de tijdswinst niets aan de kwaliteit van de twee opleidingen veranderd. Onze studenten volgen gewoon de Pabo én ALO.’

## Universele competenties

Fontys koos er wel voor om hun Pabo-ALO-opleiding volledig nieuw te ontwerpen, vertelt Jan Beijers. Hij is docent aan

Fontys’ Pabo (FHKE) en onder andere lid van de curriculumcommissie: ‘Tafel leeg en opnieuw beginnen. Wij waren niet alleen geïnspireerd door het voorbeeld van de HAN, maar ook door het rapport ‘Ruim baan voor leraren’ van de Onderwijsraad. Er is een lerarentekort. Zorg dat leerkrachten mobieler worden, breder inzetbaar, sectordoorbrekend met meer ruimte voor specialisaties en het stapelen van bevoegdheden. Dit sluit heel erg aan bij onze eigen visie en bevindingen. Met deze mindset zijn wij de pilot ingegaan.’ Brenda Cervenka zit als docent en nu projectleider Pabo-ALO in de curriculumcommissie van Fontys ALO: ‘Met mensen vanuit bijna alle lerarenopleidingen binnen Fontys zijn er op basis van de landelijke bekwaamheidseisen van leraren leeruitkomsten geformuleerd. Leeruitkomsten die voor alle leraren uit verschillende vakgebieden van toepassing zijn en binnen Fontys de ‘universele leeruitkomsten’ worden genoemd. Met deze universele leeruitkomsten (LUK) is de (grote) overlap tussen de verschillende lerarenopleidingen zichtbaar gemaakt en wordt het overbodig dat een student deze leeruitkomsten binnen verschillende lerarenopleidingen (b.v. ALO en Pabo) aan dient te tonen. Naast deze universele LUK zijn er ook opleiding specifieke LUK geformuleerd. Met de mix van deze universele en specifieke LUK wordt het startbekwaamheidsniveau zoals beschreven in de verschillende landelijke kennisbases en/of opleidingsprofielen geborgd. Daarmee kan dus over de volwaardigheid en kwaliteit van de Pabo-ALO opleiding geen twijfel bestaan, aldus Cervenka’

## Excellentietraject

Hoe goed en efficiënt de nieuwe Pabo-ALO’s ook mogen zijn, feit blijft dat de studenten twee vierjarige opleidingen in vier tot vijf jaar kunnen doen. ‘We ontkennen ook niet dat het pittig is’, aldus Beijers. ‘Bij Fontys hebben we het benoemd als een excellentietraject. Dit betekent dat de studenten de capaciteit, kwaliteit en mentaliteit moeten hebben om zo’n opleiding aan te gaan. Anders reddend ze het niet. Ook verwachten we basisvaardigheden en affiniteit met beide opleidingen.’ Cervenka: ‘Een belangrijk verschil is dat we al voor de poort toetsen of de studenten aan de excellentienormen voldoen. Zo maken ze vooraf de landelijke instroomtoetsen, de wiscat-rekentoets en hbo-taaltoets voor de Pabo. Voor het ALO-deel hanteren we dezelfde praktische toelatingstoets



▲ De (gym)juf



als voor de reguliere ALO. Op basis van hun scores op al die toetsen geven we een bindend advies om te starten met dit traject. Hiermee weten we zeker dat we ons over deze cognitieve en motorische vaardigheden geen zorgen hoeven maken. Daarnaast voeren we met alle studenten een motivatie- en informatiesprek waarin we vertellen dat we veel van de studenten verwachten, maar dat ze vooral van hun eigen discipline en zelfregulerende vaardigheden moeten uitgaan. Uiteindelijk geven we elke student een bindend advies: doe dit traject wel of niet. Voor het eerste jaar hebben we zo'n 70 studenten gesproken. Van hen zijn er 43 daadwerkelijk gestart.'

### Reacties

De HAN is nu aan het derde jaar van de Pabo-ALO bezig. Hoe zijn de reacties? Mutsaarts: 'Ook bij ons zijn de studenten enorm gemotiveerd om dit zware traject te doen. Zij vinden de opleiding een duidelijke verrijking. Vooral omdat zij de kinderen niet alleen in het klaslokaal, maar ook in de gymzaal zien. Door die twee verschillende omgevingen en interacties leren docenten veel meer over de dynamiek in de groep. Dit is precies de transfer die we met de nieuwe Pabo-ALO voor ogen hadden. Ook schoolbesturen zijn blij met het initiatief. Zij willen bewegingsonderwijs graag op een hoog niveau aanbieden. Door budget of schoolgrootte is dit vaak niet mogelijk. Zij vinden het een enorme kans dat ze straks onze afgestudeerden voor twee volwaardige functies kunnen aannemen, zo horen wij uit het werkveld.' Ook Cervenka noemt de transfer van klaslokaal naar gymzaal en vice versa als groot pluspunt van de opleiding. Maar de 'kruisbestuiving' gaat volgens haar nog verder: 'Een Pabo-ALO gediplomeerde leerkracht is beter in staat om het bewegend leren op de school een impuls te geven en beweeginitiatieven in en rond de school te stimuleren. Het bewegen raakt dus meer ingebed in de overige schoolvakken en de schoolomgeving. En op onze Pabo-ALO-opleiding zelf staan bij die lessen die betrekking hebben op het universele deel twee docenten voor de klas: een Pabo-docent en een ALO-docent. Echt geïntegreerd onderwijs. Ik vind het fantastisch.'

### Boost

Volgens Mutsaarts geven de nieuwe Pabo-ALO's een enorme boost aan het bewegingsonderwijs in het PO: 'Het wordt weer een integraal onderdeel van de school en geen bijvak. Er komt letterlijk meer beweging in het basisonderwijs.' Volgens Fontys' docent-onderzoeker en lid van de curriculumcommissie Gwen

Weeldenburg wordt met deze opleiding ook ingespeeld op de landelijke ontwikkelingen die gaande zijn in het onderwijs: 'Er is grote behoefte aan ontkokering: niet meer jezelf als leraar opsluiten in je eigen klaslokaal of gymzaal, maar als onderwijsprofessional de samenwerking opzoeken en gezamenlijk verantwoordelijkheid dragen voor het realiseren van een dynamische leer- en leefgemeenschap. Daar zijn breed inzetbare en flexibele docenten voor nodig.'

### Kom kijken

De onderwijsprofessionals begrijpen dat de nieuwe Pabo-ALO's met een kritische blik worden bekeken, zegt Beijers: 'Natuurlijk. Het is allemaal hartstikke nieuw en het beste bewijs is om te laten zien dat het werkt. Maar wij zijn niet zomaar wat aan het prutsen. Wij hebben heel nadrukkelijk gebruikgemaakt van alle kwaliteitsborgingsmechanismen die we uit onze opleidingen kennen zoals wettelijke kaders, eindtermen, niveaubepalers voor bacheloropleidingen, landelijke kennisbases die er zowel voor de Pabo als ALO en tweedegraadsopleidingen zijn. En we hebben jarenlange ervaring met opleiden van jong volwassenen tot leraar basis-onderwijs en leraar lichamelijke opvoeding. Het is ons vak. Ik zou graag willen zeggen tegen mensen die twijfelen: kom gewoon eens bij ons kijken hoe het er in de praktijk aan toe gaat. Dan kun je met eigen ogen zien hoe we in Pabo-ALO de kwaliteit borgen en waarom de opleidingsroute goed past bij deze specifieke doelgroep studenten.'

In de volgende uitgave van *Lichamelijke Opvoeding Magazine* zoomen we in op de opleidingen van Hanzehogeschool en Windesheim. We laten dan ook studenten van deze opleiding en het betrokken werkveld aan het woord.

Meer weten over of contact met de verschillende opleidingen? Kijk op [www.alo.nl](http://www.alo.nl). Daar vind je alle gegevens op een rij.

*Paul Welling is tekstschrijver en deed dit in opdracht van ALO Nederland.*

### Foto's

Archief HAN

### Contact

[pieter.cornelissen@fontys.nl](mailto:pieter.cornelissen@fontys.nl)

# Gedachtegoed Gordijn nog steeds inspiratiebron voor bewegingsonderwijs

Een boek over C.C.F. Gordijn, oprichter van de Calo en grondlegger van bewegingsonderwijs met een sterk pedagogische inslag, laat zien hoe zijn ideeën voortleven, ook in het huidige onderwijs en onderzoek.

TEKST FRANK VAN DER VEEKE



**D**e wereld van het gymnastiekonderwijs werd in de naoorlogse jaren gekenmerkt door tegenstellingen. In de traditionele benadering van gymnastiek lag het accent op de lichamelijke ontwikkeling van kinderen en op discipline. Op de door hem opgerichte Calo wilde de van oorsprong Zwolse gymleraar Carl Gordijn die traditie doorbreken met pedagogisch ingesteld bewegingsonderwijs. Zijn afwijzing van de benaming lichamelijke opvoeding en voorkeur voor het begrip bewegingsonderwijs, was een afspiegeling van een heel andere kijk op de rol en de betekenis van bewegen voor de ontwikkeling van kinderen. Onder redactie van professor dr. Adri Vermeer verscheen onlangs een boek over Carl Gordijn, 'Actuele grondslagen van het bewegingsonderwijs', onder meer met bijdragen van medewerkers en onderzoekers van de Calo Windesheim. Het boek is een zoektocht naar en een analyse van de actuele betekenis van de ideeën van Gordijn voor het hedendaagse bewegingsonderwijs.

## Sacrale sfeer

Oud-directeur van de Calo Windesheim Gert van Driel heeft nog levende herinneringen aan de academie zoals die destijds in Arnhem onder Gordijn functioneerde. 'Er heerste een haast sacrale sfeer bij de opleiding. Bij de wekelijkse bijeenkomst werden alle lessen stilgelegd en vertelde Gordijn een verhaal of legde hij een mening of thema uit. Die samenkomsten hadden haast het karakter van een kerkdienst met uitweidingen over zingeving en levenshouding. Er werden zelfs liederen gezongen uit een bundel die door een aantal docenten zelf was gemaakt. De herinneringen daaraan zijn me dierbaar. De Calo was in mijn beleving een bevrijding, juist door de opvattingen van Gordijn. Niet alleen met betrekking tot het vak maar ook omdat hij de

christelijkheid op een nieuwe manier wilde vormgeven.'

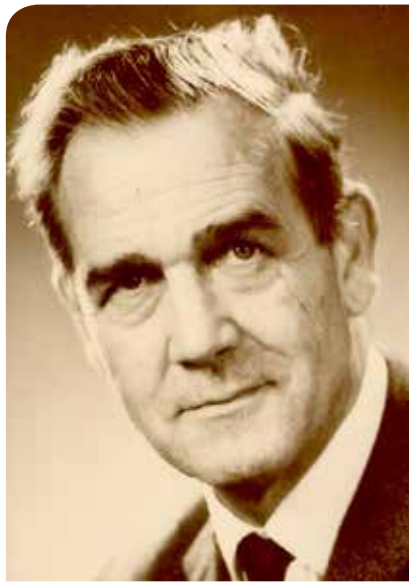
Van Driel: 'De Calo ontstond als onderdeel van de Vrije Leergangen van de VU nadat aan Gordijn was gevraagd om een lerarenopleiding voor lichamelijke opvoeding te starten, die was gericht op het protestants-christelijke volksdeel. Een gereformeerde grondhouding vormde in die kringen een rem op aandacht voor sport en bewegen en was daardoor onderbelicht. Het lichaam was immers belast met zonde en lusten en die opvatting had tot gevolg dat een vak als lichamelijke opvoeding weinig aandacht kreeg. Tegelijkertijd brak Gordijn radicaal met het idee van lichamelijke opvoeding want zo zei hij: "Ik voed geen lichamen op maar mensen, en dat doen we door middel van bewegen. Beweging is de kern van dit vak en daarom moet het bewegingsonderwijs heten."

**Het denken van Gordijn is heel goed te verbinden met de huidige technologische innovaties binnen het bewegingsonderwijs en de sport**

## Actuele betekenis

Gordijn ging reeds in 1974 met pensioen maar bleef nog lange tijd als mentor in contact met de docenten die hij in zijn filosofie had opgeleid, zoals genoemde Vermeer en Van Driel. Ook onderzoeker Ivo van Hilvoorde van het lectoraat Bewegen, School en Sport benadrukt de continuïteit van de ideeën van Gordijn via zijn 'discipelen' en ziet zichzelf ook in die traditie staan. Van Hilvoorde: "Het boek laat zien hoe betekenisvol en actueel de ideeën van Gordijn nog steeds zijn. Veel van zijn denkbeelden zijn geactualiseerd en nog steeds in gebruik. Daarom wilden we het boek ook een mooie presentatie geven maar helaas kon dat





Carl Gordijn stond aan de basis van de oprichting van de Calo. Hij werd gevraagd om een lerarenopleiding op te zetten als onderdeel van een leergang bij de VU in 1947 en kwam in 1953 aan het hoofd te staan van een zelfstandige Christelijke Academie voor Lichamelijke Opvoeding in Rotterdam. Deze was vanaf 1959 gevestigd in Arnhem. Toen het hbo in 1986 gedwongen werd te fuseren, verhuisde de Calo naar Zwolle als onderdeel van Windesheim. De fusie met Windesheim viel samen met een geheel nieuwe accommodatie. Gordijn heeft de Calo in Zwolle ooit één keer bezocht. Oud-directeur Gert van Driel: "Hij vond het maar niks. Hij hield niet van grootschaligheid. Een bijzondere man, heel inspirerend maar ook heel eigenwijs."

niet doorgaan vanwege corona. De actualiteit van zijn ideeën zit hem in de manier waarop Gordijn een pedagogische waarde toekende aan het leren(d) bewegen. Hij pleitte voor vrijheid en ruimte voor het kind, zodat het spelenderwijs de wereld van het bewegen kon ontdekken, als onderdeel van zijn totale ontwikkeling. Spel was in zijn filosofie erg belangrijk, hij had veel aandacht voor didactiek en pedagogiek en voor de inrichting van een omgeving die kinderen kon uitlokken tot betekenisvol bewegen. Ook voor het speciaal onderwijs en onderwijs voor kinderen met een stoornis of een beperking, waren de ideeën van Gordijn belangrijk en invloedrijk. De nadruk lag op het ontdekken van ieder kind in plaats van op de prestatie en vergelijking. Die sterk pedagogische benadering van bewegen vormt nog steeds een belangrijk uitgangspunt van de Calo-filosofie en het onderzoek dat we doen."

### **Meer inspirator dan wetenschapper**

Volgens Van Hilvoorde was Gordijn naast een charismatische persoonlijkheid ook sterk polemisch ingesteld en bond hij veel en graag de strijd aan met vakgenoten en wetenschappers van zijn tijd. In eerste instantie met de aanhangers van de traditionele school met hun focus op het lichamelijke en gerichtheid op discipline en later ook met de steeds wetenschappelijker ingestelde bewegingswetenschappen aan de VU die hij mede zelf had opgericht, destijds onder de naam Inter Faculteit Lichamelijke Opvoeding, IFLO. Van Hilvoorde: "De wetenschappelijke betekenis van Gordijn is achteraf minder groot gebleken dan zijn rol als inspirator en grondlegger van het pedagogisch ingestelde bewegingsonderwijs. Hij was geen empirisch wetenschapper en hij heeft die strijd in feite ook verloren. Zijn grootste verdienste voor de wetenschap is dat hij aan de basis heeft gestaan van nieuwe onderzoeksvragen, bijvoorbeeld over motorisch leren. Hij heeft met zijn

ideeën bewegingswetenschappers gestimuleerd om onderzoek te doen en achteraf bleek vaak dat zijn ideeën ondersteuning kregen door de resultaten daarvan."

### **Hedendaags onderzoek**

Volgens Van Hilvoorde zijn de tegenstellingen momenteel veel minder sterk dan in het verleden. Er bestaan veel vruchtbare samenwerkingen tussen de Calo en de bewegingswetenschappers aan de VU. Toch blijft er altijd wel een verschil tussen de wereld van sport en die van het bewegingsonderwijs. "Wij staan met de Calo, meer dan sommige andere academies, in de 'relationele' traditie van bewegen, het plezier in bewegen en nemen daarin een pedagogisch perspectief in. Dat is deels de erfenis van Gordijn en in die zin is het nog steeds zinvol om kennis te nemen van zijn ideeën, ook als opleiding. Je moet weten in welke traditie je staat. Tegelijkertijd is er veel meer ruimte gekomen voor wetenschap en technologie. Maar ook in onderzoek dat we doen naar een slimme sportvloer met bewegingssensoren kun je kijken vanuit de traditie van Gordijn. In welke zin kan zo'n vloer met al zijn technische mogelijkheden een betekenisvolle omgeving bieden voor ontdekkend bewegen? Het denken van Gordijn is heel goed te verbinden met de huidige technologische innovaties binnen het bewegingsonderwijs en de sport."

De lector besluit met de hoop dat de pedagogische grondslag in het curriculum van de Calo bewaard blijft. "Je ziet in deze tijd een tendens naar psychologisering van het onderwijs met het gevaar dat er een vrijbrief ontstaat om heel therapeutisch te gaan denken met veel nadruk op reflecteren. Als dat te veel wordt benadrukt, drijven we af van een waardevol aspect uit Gordijns visie, namelijk zijn vraag hoe je het kind kunt inleiden in de wereld en het de blik naar buiten kan doen richten. Wat dat betreft is er genoeg reden om de agenda van Gordijn nog steeds serieus te nemen."

### **Contact**

fjmm.van.der.veeke@windesheim.nl

### **Kernwoorden:**

lezing, grondlegger, windesheim

# Canon LO; de geschiedenis bij de tijd

Onze website die de geschiedenis van ons vak, belangrijke ontwikkelingen en personen in beeld brengt, is vernieuwd. Aanleiding om in de komende nieuwsbrieven en in ons magazine aandacht te besteden aan deze digitale vraagbaak. Deze keer het op een na laatste venster: *2018 De veranderende praktijk in de loop der tijd; Van lichamelijke weerbaarheid naar meervoudige deelnamebekwaamheid*. Via het laatste venster kom je altijd uit op de nieuwspagina van de KVLO-website.



▲ Voorgeschreven houdingsoefeningen

**B**ovenaan ieder venster of biografie staat een regel met daarin van links naar rechts de pagina waarop je je bevindt met daarnaast (voor zover aanwezig) Biografieën Vensters Verdiepingen Pop-ups. Als je op een van die woorden klikt, krijg je direct een overzicht van wat op die pagina aan doorklikmogelijkheden te vinden is. Je kunt ze natuurlijk ook in de tekst op de pagina aanklikken. De kleuren staan voor verschillende soorten verwijzingen; groene, rode en blauwe 'links'. Als je op een **groene 'link'** klikt, verschijnt een pop-up met een korte toelichting op het onderwerp. Met de **rode 'links'** krijg je een verdieping of achtergrondinformatie in beeld. Dat is meestal een langere tekst waar vaak ook weer illustraties bij staan. De **blauwe 'links'** staan voor interne of externe links en schakelen naar een andere pagina van de Canon LO of naar een andere website.

Daarnaast zijn er ook literatuurverwijzingen. Op de bovengenoemde pagina vind je de volgende:

- Dohker, M. en Tolleneer, J. (2000). Het vergeeten lichaam: geschiedenis van de lichamelijke opvoeding in België. Apeldoorn/Leuven: Garant.
- Massink, M. (2011). Salto en flip; in turnen en freerunning een begrip (2). Lichamelijke Opvoeding, 99, nr. 1.

▼ Actuele activiteiten



- Stegeman H. (2000). Belang van bewegingsonderwijs, Zeist: Jan Luiting Fonds.
- Stegeman, H., Brouwer, B. en Mooij, C. (red.) (2011). Onderwijs in bewegen. Basisthema's in bewegingsonderwijs en sport op school. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Timmers, E. (1998). Spelen(d) leren spelen. Haarlem: De Vrieseborch.

## Zich verplaatsende focus

Op deze pagina heb je een overzicht van de zich verplaatsende focus van het vak: van Lichamelijke weerbaarheid in de 19<sup>e</sup> eeuw via Natuurlijk bewegen (o.a. Oostenrijkse School) tot WO II, Zelfrealisatie tot jaren 50 vorige eeuw en emancipatie (verzet in de jaren 60 tegen toenmalige cultuur), Gebruikswaarde (eind jaren 80) naar de Eigen speelse wijze door het integreren van de huidige bewegcultuur (heden). Daarmee heeft het beeld van de praktijk in de afgelopen honderd jaar een **behoorlijke draai gemaakt**. Van de docent voor de klas, die eenzijdig houdingsoefeningen voordoet, gericht op lichamelijke weerbaarheid, naar de docent die leerlingen ruimte en vrijheid geeft voor een eigen invulling van een blijvende deelname aan de bewegingscultuur.

Via de QR-code kom je op deze pagina:  
<https://www.canonlo.nl/venster/49>



Het artikel van Maarten Massink 'Doorlopende leerlijnen in de praktijk' (zie praktijkkatern) verwijst naar deze pagina.

# Maartje wil het anders



**E**en goede vriendin van me heeft me laatst verteld over haar ongenoegen. Corona speelt daarin uiteraard een rol. Ze is het wel zat om les te geven aan beeldschermen. Maar dat is niet het enige wat haar dwarszit. Echt de vinger kan ze er niet opleggen maar de richting waarin het LO-onderwijs zich ontwikkelt is niet haar richting. Ze merkt een cultuur waarin het belangrijk is om wat je doet vast te leggen. Daar vindt ze op zich niks mis mee. Alleen dat wat moet worden vastgelegd heeft over het algemeen te maken met motoriek. Lekker meetbaar maar niet allesomvattend het is een aspect van waar het in ons vak over gaat. En zij vindt dat er meer is.

Toen las ze een stuk in de Groene Amsterdammer donderdag 22 april 2021 van Frank Mulder met als titel 'We moeten de afgrond in de ogen durven zien'. Het ging over het leren leven met COVID-19 en waardoor dat werd bepaald.

De volgende citaten gebruikt ze om uit te leggen wat ze bedoelt: *Wat niet gekwantificeerd kan worden, komt nauwelijks aan de orde. Dus ook niet de schade die de maatregelen zelf veroorzaken. We krijgen geen dagelijkse nieuwsupdates over de toegenomen eenzaamheid in verpleeghuizen, over depressies, ontslagen of bedrijfssluitingen.*

Je kan dat vertalen naar ons vak. Als je je vooral bezighoudt met de kinderen laten bewegen, zoals een duurloop of een wandeling, omdat dit makkelijk meetbaar is (kwalificatie), bestaat de kans dat die andere kant (socialisatie en persoonsvorming) uit het oog wordt verloren

en Maartje vindt dat het binnen haar sectie die kant op gaat.

Nog een citaat: *De focus op cijfers en modellen is een fenomeen dat veel breder speelt dan de coronabestrijding. De Franse socioloog Jacques Ellul noemde dit in de vorige eeuw al een cruciaal aspect van het 'technische systeem', het complex van politieke, economische en wetenschappelijke actoren. Dat complex zoekt almaar meer middelen om te kunnen beheersen. Er zit geen geheime elite achter, zelfs het bedrijfsleven is niet de baas, alles is ondergeschikt aan dit streven naar beheersing en efficiëntie, dat een soort autonome kracht wordt.*

Vaak wordt het doen van tests en de verslaglegging daarvan gebruikt om ons vak te legitimeren. Dan hebben we een poot om op te staan bij bijvoorbeeld een bestuur. We doen dus mee in de beweging hierboven geschetst.

Een laatste: *wetenschappers en experts bepalen in toenemende mate hoe we met ons lichaam omgaan, via epidemiologische modellen, protocollen, regels en draaiboeken, constateert de Vlaamse wetenschapshistoricus Bert De Munck.*

Ook dit is te vertalen naar ons vak, volgens Maartje. Als wetenschappers er maar op hame ren hoe belangrijk gezondheid is en dat sociale en persoonlijke belangen moeten wijken dan bestaat de gymles straks alleen nog uit fitnesssoefeningen en daar zijn sportscholen veel beter in dan het onderwijs.

De nadruk op gezondheid zorgt ervoor dat de pedagogische gymleraar niet meer nodig is; geven we straks alleen nog maar les in joggen en fietsen en maken we onszelf overbodig want dat kan iedereen. Ze overweegt om iets anders te gaan doen. Dat vind ik jammer.

Gelukkig levert corona ook een lichtpuntje op. Iedereen is het zat om thuis te zitten. We moeten weer naar buiten. Niet alleen omdat dat goed is voor ons fysiek maar ook omdat we elkaar weer willen/moeten ontmoeten. We gaan er mentaal aan onderdoor en dat stoppen we door contact met anderen. Komen we toch weer een beetje richting de andere doelen van ons vak. Niet stoppen Maartje! ■



**Mery Graal**

is een vrouw van onbestemde leeftijd en geeft les op een school ergens in Nederland.

**Mery Graal**



Voor het team communicatie zoekt de Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke Opvoeding (KVLO) per 1 oktober 2021 een

## Hoofdredacteur Lichamelijke Opvoeding Magazine ca. 0.6-0.8 fte

**D**e KVLO is een belangenorganisatie van ruim 11.000 leden die werkzaam zijn op het gebied van lichamelijke opvoeding, bewegen en sport in en rondom de school. De KVLO staat voor het belang van goed leren bewegen voor alle kinderen in de leeftijd van 4 -18 jaar én voor het belang van de professionals die daar invulling aan geven. De komende jaren ligt het accent op versterking en verankering van de kwaliteit van de lichamelijke opvoeding binnen alle schoolsoorten en intensivering van de na- en buitenschoolse sport voor alle kinderen. Daarnaast blijft de verdere professionalisering van onze leden en de vernieuwing van het (landelijk) onderwijscurriculum van groot belang.

De KVLO werkt met vijf resultaatverantwoordelijke teams die integraal samenwerken en flexibel kunnen inspelen op actuele ontwikkelingen binnen het speelveld van de lichamelijke opvoeding in en rondom de school. In totaal werken er ongeveer 20 mensen bij de KVLO. Het team communicatie bestaat uit een hoofdredacteur, een praktijkredacteur, een webredacteur, een redactiemedewerkster en twee ondersteunende medewerkers. Ten behoeve van het Magazine is er een redactieraad, bestaande uit vakmedewerkers van verschillende stakeholders zoals de lerarenopleidingen (ALO's). Dit team is verantwoordelijk voor de algehele communicatie via de website, sociale media (dagelijks), nieuwsbrief (wekelijks) en het Magazine (9 x per jaar).

### De functie

Als hoofdredacteur ben je onderdeel van het team communicatie en ben je primair verantwoordelijk voor het Magazine. Meer concreet bestaat het werk vooral uit het

persklaar maken van geleverde teksten en illustraties, alsmede uit het indelen en samenstellen van het Magazine.

Daarnaast is er een verschuiving van papieren publicaties naar onze digitale media en wordt er ook veelvuldig naar elkaar verwezen. Die koppeling vraagt ontwikkeling, speciale aandacht en een intensieve samenwerking met de web- en praktijkredacteur.

Ook het leggen van en onderhouden van contacten met stakeholders, auteurs en redactieleden behoort tot het takenpakket. Als hoofdredacteur zoek je ook zelf actief naar kopij en onderhoud je een netwerk van mogelijke informatiebronnen, juist ook binnen het politieke krachtenveld waarbinnen de KVLO zich begeeft. Je interviewt mensen en daar waar nodig begeleid je auteurs. Tot slot verwachten we van de hoofdredacteur dat deze op strategisch niveau een bijdrage kan leveren aan de communicatiestrategie van de KVLO.

### Wij vragen

Wij zoeken een collega die ziet waar verbetering en ontwikkeling de komende jaren nodig is en daarbinnen de verbinding met anderen weet te maken.

Je hebt niet alleen grote affiniteit met de Nederlandse taal, maar ook veel plezier in omgaan met taal en kunt deze ook functioneel hanteren op diverse media.

Je hebt belangstelling voor zowel de praktijk als de theorievorming van het vakgebied in en rondom de school. Vanwege de toenemende breedte van het leergebied en het maatschappelijk belang van *goed leren bewegen*, ben je ook in staat vanuit een strategisch perspectief ontwikkelingen te duiden. Daarnaast zoeken we iemand die goed kan afstemmen en aansluiten bij behoeften van de leden en professionals in het werkveld. Wij zoeken daarmee iemand met een

servicegerichte houding, die makkelijk contact maakt, besluitvaardig, gezaghebbend en ondernemend is.

Je hebt een goede antenne voor politieke, beleidsmatige en strategische verhoudingen wat blijkt uit ervaring.

### Jij biedt

Minimaal een hbo-opleiding Lichamelijke Opvoeding en bij voorkeur een WO-opleiding op het gebied van bewegen en/of onderwijskunde of Nederlandse taal. Je hebt een grote affiniteit en aantoonbare ervaring met het vakgebied in de onderwijscontext. Verder ben je een echte teamplayer (die goed kan samenwerken).

### Wij bieden

Een verantwoordelijke, afwisselende en zeer dynamische functie met ruimte voor eigen initiatieven en ontwikkeling. Wij werken in een aantrekkelijke werkomgeving op het bureau van de KVLO in Zeist. Uitgangspunt is een aanstelling voor minimaal vier jaar via een vrijstelling van de school waar je werkt (buitengewoon vakbondsverlof). Daarmee behoud je het bestaande dienstverband en salaris van de school. Aanstelling in loondienst is niet uitgesloten en behoort in overleg ook tot de mogelijkheden.

### Sollicitatie:

*Inlichtingen over de functie en over de KVLO ([www.kvlo.nl](http://www.kvlo.nl)) zijn te verkrijgen bij Cees Klaassen, [cees.klaassen@kvlo.nl](mailto:cees.klaassen@kvlo.nl), tel.nr. 06-81107168*

*Gesprekken zullen plaatsvinden in de periode van 07-11 juni 2021  
Geïnteresseerden worden uitgenodigd om uiterlijk op 28 mei 2021 per e-mail een brief met CV te sturen naar [corry.dijkstra@kvlo.nl](mailto:corry.dijkstra@kvlo.nl)*

# Master Sport- en Bewegingsonderwijs: Verander je LO-omgeving



'Ik wil niet  
bijblijven,  
maar voorop  
lopen.'

Fontys Pro  
VOOR VOORUITDENKERS

De Master Sport- en Bewegingsonderwijs richt zich op leraren Lichamelijke Opvoeding en vakleerkrachten Bewegingsonderwijs die klaar zijn voor de volgende stap. Wil jij je ontwikkelen en gefundeerde invloed uitoefenen op het vak LO op jouw school? Wil jij in staat zijn om in jouw vakgebied echte verandering in te zetten en LO naar een hoger niveau te brengen?

De master legt het **accent op het beïnvloeden van gedrag, het verbinden van school, sport en omgeving, en curriculumvernieuwing binnen de Lichamelijke Opvoeding**. Dit alles wordt evidence based onderbouwd aan de hand van kritische onderzoeksvaardigheden, waarin we je bekwaam maken. Hiermee stellen we je in staat om goed onderbouwd praktijkveranderingen door te kunnen voeren binnen het vakgebied van Lichamelijke Opvoeding.

Fontys Sporthogeschool biedt deze succesvolle **NVAO** geaccrediteerde opleiding in deeltijd aan en deze start jaarlijks in september. De opleiding wordt aangeboden op vrijdagden en omvat twee jaar.

## Financieel

De opleiding heeft inmiddels een **bekostigde status** en daarmee betalen studenten het wettelijk collegegeld. Daarnaast kunnen deelnemers uit het onderwijs gebruik maken van de **Lerarenbeurs voor (co)financiering**.

## Online Voorlichting

Gezien de ontwikkelingen als gevolg van het Coronavirus lijkt het soms moeilijk om je te oriënteren op een studie. Niet bij Fontys. We hebben dat zo makkelijk mogelijk gemaakt door de Online Voorlichtingssites in het leven te roepen.

Daar delen huidige studenten hun ervaringen en drijfveren, docenten zijn beschikbaar om je vragen te beantwoorden en de FAQ-lijst helpt je een heel eind op weg.

## Geïnteresseerd?

Ga voor meer informatie of voor het abonneren op de master-nieuwsbrief naar [fontys.nl/mastersportenbewegingsonderwijs](https://fontys.nl/mastersportenbewegingsonderwijs). Daar vind je ook de directe link naar de online **voorlichtingsbijeenkomst van woensdag 9 juni**.



## Cursussen 'Van start met BSM of LO2' (twee dagdelen van 15.00-17.30 uur)

### cursusdata 'Van start met BSM':

- 20 september & 4 oktober 2021

### cursusdata 'Van start met LO2'

- 1 & 15 november 2021

Nog altijd groeit het aantal scholen dat het schoolexamenvak BSM op havo/vwo aanbiedt. De voor dit vak gestelde eisen zijn globaal omschreven in eindtermen. Scholen hebben veel vrijheid in het maken van keuzes. Welke zijn de juiste? Welke keuzes passen bij de visie en doelstellingen van de school en de vaksectie? Hoe zet je een vakwerkplan op dat als leerplankader moet dienen voor de te geven lessen?

Deze online cursussen bestaan uit twee dagdelen (totaal 5 uur) en zijn bedoeld voor docenten die willen starten met het aanbieden van de examenvakken BSM op havo/vwo óf LO2 op vmbo. In deze cursussen wordt stapsgewijs gewerkt naar het fundament voor een vakwerkplan voor BSM of LO2. Het doel is dat aan het eind van het tweede dagdeel er een basis ligt voor het Programma van Toetsing en Afsluiting (PTA) en vakwerkplan voor BSM óf LO2.

**Kijk op onze website voor meer informatie.**

### Kosten

135 euro voor KVLO-leden, 190 euro voor niet-leden



## Scholingen van afdelingen en opleidingsorganisaties

Op de webkalender vind je scholingen van de diverse afdelingen en opleidingsorganisaties.



**Reageren op  
vakbladartikelen?  
Twitter @KVLONL**

### contact

astrid.vanderlinden@kvlo.nl

## Webinar PTA LO in coronatijd maandag 15 maart 2021

De KVLO kreeg de afgelopen maanden veel vragen over of en hoe het PTA in de bovenbouw LO (h/v) en LO1 (vmbo) aangepast mag worden. Examenklassen kregen de afgelopen maanden fysiek les op school, maar veelal nauwelijks lessen LO(1). Nu scholen vanaf begin maart weer open zijn, is het de vraag wat je dit schooljaar volgens de inspectie van OC&W nog aan moet bieden.

Het webinar duurde ruim een uur en bestond uit drie delen:

- Welke problemen worden ervaren met het PTA LO(1)?
- Waar moet het PTA aan voldoen?
- Hoe mag je het PTA aanpassen?

Tussen elk blok konden de bijna 70 deelnemers vragen stellen en werd direct antwoord gegeven.

De oplossingen liggen in het opschonen van het programma naar wat leerlingen minimaal moeten doen om te voldoen aan alle eindtermen. Dat is sowieso goed voor alle scholen om hun PTA LO(1) nog eens goed te controleren. Beperk je in het PTA tot wat beslist noodzakelijk is, zodat leerlingen met een volledig schoolexamen LO(1) voldoen aan alle eindtermen LO of kerndoelen LO1. In deze coronatijd zijn de struikelblokken de binnen activiteiten, waarbij leerlingen onderling en de docent LO 1,5 m afstand moeten blijven houden. Zelfverdediging met fysiek contact, turnen waar hulpverleners noodzakelijk is en indoorspelen vormen de grootste obstakels om naar behoren af te sluiten. Bij de examenvakken BSM (havo) en LO2 (vmbo) komt daar het onderdeel stage nog bij, aangezien veel sportverenigingen strenge beperkingen hebben en alleen buiten sporten mogelijk is. Als KVLO stellen we de fysieke activiteiten en ervaringen voorop in plaats van (te snel) terug te vallen op vervangende theoretische opdrachten. Nu we sinds maart weer fysieke lessen LO(1) kunnen aanbieden, zijn docenten LO creatief en inventief genoeg om daar passende oplossingen bij te vinden. Heb je het webinar gemist en wil je hem nog graag terugkijken, mail dan naar [scholing@kvlo.nl](mailto:scholing@kvlo.nl) voor 5 euro ontvang je dan de terugkijklink.

## Webinar Akoestiek maandag 22 maart 2021

De KVLO weet dat akoestiek in de top 3 staat als het gaat om gebreken op de werkplek van de docent bewegingsonderwijs.

Dat werd bevestigd door de peiling huisvesting van november j.l. waarin 44% in het PO aangeeft dat de akoestiek op orde is. In het VO is dat 52%. Dat we hier als KVLO aandacht aan besteden is dus volkomen terecht. Je zaal is je leermiddel en je werkplek en deze dient veilig en gezond te zijn. Tijdens het webinar namen diverse experts de deelnemers mee in verschillende thema's rondom akoestiek:

- Wat is nu geluid en akoestiek?
- Hoe maak je nu gevoel meetbaar?
- Wat mag je nu verwachten van zo'n meting, wat is nu een goede meting?
- Wat kunnen we nu met de uitslag van een meting?
- Hoe maak je dit bespreekbaar met je werkgever en wat mag je van haar verwachten?
- Wat zijn nu kortetermijnoplossingen?
- Wat zijn duurzame oplossingen en hoe kom je daar?

Uiteraard werden alle bovenstaande vragen beantwoord en door de diverse experts toegelicht.

Heb je het webinar gemist en wil je hem nog graag terugkijken, mail dan naar [scholing@kvlo.nl](mailto:scholing@kvlo.nl) voor 10 euro ontvang je dan de terugkijklink.



## Voorjaarsvergadering KVLO

De 159e Voorjaarsvergadering van de KVLO vindt vanwege de coronacrisis digitaal plaats, op vrijdag 28 mei a.s.

De voorlopige agenda is als volgt:

- |   |  |    |  |
|---|--|----|--|
| 1 | Opening en mededelingen                | 5  | Concept contributieregeling per 01-01-2022   |
| 2 | Notulen Wintervergadering 2020         | 6  | a. Vaststelling contributie per 01-01-2022   |
| 3 | a. Jaarrekening en verantwoording 2020 |    | b. Vaststelling abonnementsprijs <i>Lichamelijke Opvoeding Magazine</i> per 01-01-2022 |
|   | b. Decharge bestuur                    | 7  | Voorstel wijziging Huishoudelijk Reglement KVLO  |
| 4 | Jaarverslag 2020                       | 8  | FvOv-zaken   |
|   |  | 9  | Rondvraag  |
|   |  | 10 | Sluiting.  |

## Ontslag? Vaak recht op een vergoeding

Wist je dat, indien je werkgever je ontslaat of besluit je aflopende dienstverband niet te verlengen, je in de meeste gevallen recht hebt op een ontslagvergoeding (de zogenaamde transitievergoeding)? De transitievergoeding is voor elk jaar dat de arbeidsovereenkomst heeft geduurd gelijk aan een derde van het loon per maand en een evenredig deel daarvan voor een periode dat de arbeidsovereenkomst korter dan een

jaar heeft geduurd. Bij de berekening van de transitievergoeding telt ook de duur van voorafgaande dienstverbanden bij dezelfde werkgever mee (zolang er tussen de dienstverbanden geen onderbreking is geweest van 6 maanden of meer). Overigens is er niet in alle gevallen recht op een transitievergoeding (bijvoorbeeld als het einde van je dienstverband samenhangt met ernstig verwijtbaar handelen of indien je zelf besluit het dienstverband te beëindigen).

Heb je hier vragen over of krijg je een beëindigingsovereenkomst aangeboden? Neem dan even contact op met onze juridische afdeling. [Juristen@kvlo.nl](mailto:Juristen@kvlo.nl)

*Wil jij ook meepraten over cao-zaken en onze onderhandelaars voorzien van input? Meld je dan aan voor het digitale KVLO Opiniepanel Arbeidsvoorwaarden voor jouw onderwijssector (PO, VO, mbo, hbo). Voor meer informatie of aanmelding: [corry.dijkstra@kvlo.nl](mailto:corry.dijkstra@kvlo.nl) of 030-6937671.*

## Beweegrichtlijnen

De Gezondheidsraad (2017) heeft de volgende beweegrichtlijnen voor kinderen van vier tot en met achttien jaar opgesteld:

- Bewegen is goed, meer bewegen is beter.
- Doe minstens elke dag een uur aan matig intensieve inspanning. Langer, vaker en/of intensiever bewegen geeft extra gezondheidsvoordeel.
- Doe minstens driemaal per week spier- en botversterkende activiteiten (zoals volleybal, dansen, buitensporten en fietsen).
- En: voorkom veel stilzitten.

Volgens de Gezondheidsraad (2017) blijkt dat de gunstige effecten toenemen naarmate de hoeveelheid beweging toeneemt. Relatief wordt de meeste gezondheidswinst geboekt door van lichamelijk inactief actief te worden (ten minste matig intensief bewegen). Bij kinderen verlaagt bewegen het risico op depressieve symptomen, verbetert het de insulinegevoeligheid en botkwaliteit en verlaagt de body mass index en vetmassa bij jongeren met overgewicht en obesitas. Verder verbetert bewegen de fitheid en spierkracht. Veel zitten lijkt daarentegen ongunstig voor de gezondheid. Veel zitten hangt samen met een hoger risico op hart- en vaatziekten en vroegtijdige sterfte. Het verband wordt zwakker naarmate mensen ook meer bewegen en is niet aanwezig bij mensen die heel veel bewegen.

## Arme kinderen sporten te weinig

In het NRC (21 april 2021) staat een artikel dat de overheid de jeugd uit de lagere sociaaleconomische milieus niet aan het sporten krijgt ondanks miljoeneninvesteringen.

Op onze website staat een onderzoek, beschreven door Ger van Mossel, naar bewegen in coronatijd. De conclusie daar is dat de niet-sportleden, ook als het weer kan, minder zullen bewegen dan al sportende kinderen. De aanbeveling is: 'middelbare scholen hebben een belangrijke taak om vooral voor niet-sportleden een beweeg- en sportprogramma aan te bieden in de vorm van schoolsport, pauzesport en méér lessen bewegingsonderwijs, waarin zij succes en beweegplezier ervaren en op deze wijze gestimuleerd worden om meer te gaan bewegen en te sporten.' Op school komen alle kinderen, ook die uit lagere sociaaleconomische milieus. Laten we daar ns voordeel mee doen. Dat kan dus o.a. met meer lessen bewegingsonderwijs.

# → KORFBAL SPELEN IS KORFBAL LEREN



Korfbal wordt (uiteraard) beoefend bij korfbalverenigingen. Ook in het bewegingsonderwijs wordt van oudsher veel aan korfbal gedaan.

In *Korfbal spelen is korfbal leren* wordt een brug geslagen tussen jeugdsport en bewegingsonderwijs. Het boek biedt docenten en studenten bewegingsonderwijs alsmede korfbaltrainers (in opleiding) een visie op korfbal en op het leren van korfbal. Veel praktijksituaties worden besproken. Dat alles met het doel om korfbal op de juiste manier aan te leren en om trainers een beeld te geven hoe ze spelers kunnen helpen bij het ontwikkelen van hun korfbalspel. De kern daarbij is dat jonge spelers het korfbalspel eerst leren begrijpen. Vervolgens kunnen

(korfbalechte) oefenvormen worden aangeboden die de spelers helpen bij het ontwikkelen van hun spel.

#### Over de auteurs

*Rob Lof* was verantwoordelijk voor de opleidingen bij het KNKV en is, als vrijwilliger, actief bij clubs in het kader van 'coach de coach'. *Kees Vlietstra* is docent bewegingsonderwijs en werkt bij het KNKV als consultant.



€16,<sup>90</sup> incl. btw

ISBN: 978-90-72335-63-0

Te bestellen via [www.janluitingfonds.nl](http://www.janluitingfonds.nl)

Geheel  
herziene druk!

→ In samenwerking met Arko Sports Media

janluitingfonds  
LEZEN OVER BEWEGEN

# → ROEIEN JONG AAN DE SLAG



Roeien wordt in hoofdzaak beoefend bij roeiverenigingen, maar ook op school wordt de laatste jaren steeds vaker geroeid. In *Roeien, jong aan de slag* wordt een brug geslagen tussen de roeisport en het bewegingsonderwijs.

Het boek biedt zowel roei-instructeurs (in opleiding) als docenten en studenten lichamelijke opvoeding een visie en veel praktijksituaties om roeien bij kinderen te introduceren. Er wordt dus een brede toegankelijkheid nagestreefd.

De kernpunten van de roeitechniek komen aan bod, maar ook het omgaan met het materiaal en de veiligheid van de leerlingen. Naast oefeningen om het bootgevoel en de techniek te verbeteren, worden speelse roeivormen beschreven. Steeds is hierbij het uitgangspunt dat roeien een bron van plezier en ontspanning kan zijn, vaak voor de rest van het leven.



€16,<sup>90</sup> incl. btw

ISBN: 978-90-72335-42-5

Te bestellen via [www.janluitingfonds.nl](http://www.janluitingfonds.nl)

→ In samenwerking met Arko Sports Media

janluitingfonds  
LEZEN OVER BEWEGEN