

# LICHAMELIJKE MAGAZINE *opvoeding*

NUMMER 5 Jaargang 109 | juni 2021

TOPIC

## *Digitalisering in het bewegingsonderwijs*

RESULTATEN KOERS KVLO

VERKIEZING SPORTIEFSTE VSO-SCHOOL

LEERPLANONTWIKKELING IN PO



kvlo.nl

 KVLO

# Topic: Digitalisering in het bewegingsonderwijs

Het valt niet te ontkennen dat technologie een steeds grotere greep krijgt op ons bestaan. Tijd om te kijken hoever technologie doorgedrongen is in het bewegingsonderwijs. Dat doen we vanuit verschillende invalshoeken. Een eerste aanzet werd zeven jaar geleden al gegeven met het symposium 'Tikken en taggen'. Belijning en vloergebruik kunnen anders. Ook nieuw is online onderwijs. Hoe is het met de kwaliteit daarvan gesteld? Hoe kun je technologie inzetten om leerlingen te volgen? En hoe houd je rekening bij het bouwen van een nieuwe accommodatie? Het komt aan bod in dit topic. Veel leesplezier.

## Artikel op de website

**In de klas zit je stil, toch?** Ingrid Wulving  
 In Amstelveen weten ze wel hoe ze kinderen in de klas aan het bewegen moeten krijgen buiten de gymlessen om. Dat wordt beschreven in dit artikel en is te zien op de filmpjes die daarvan zijn gemaakt.



## Topic

- 4** De stand van zaken na zeven jaar taggen / Ivo van Hilvoorde, Jeroen Koekoek & Wytse Walinga
- 7** Smart led-vloertechnologie / Wytse Walinga, Jeroen Koekoek en Ivo van Hilvoorde
- 10** Keuzewijzer online beweegactiviteiten / Steven Mauw, Wim van Gelder en Mirka Janssen
- 13** Volg mij speciaal / Corine Visser, Anna-Maria van Dillen en Christa Rietberg
- 16** Stapsgewijs innoveren van de gymzaal / Jimmy Warnaar

## Praktijk

- 21** Vitaliteit in de school / Dennis van Os
- 24** Gym op afstand / Maarten Massink



**16**



**24**

- 29** Coachen met het model Loopt 't?, Lukt 't?, Leeft 't? 2.0 / Wytse Walinga en Jeroen Koekoek
- 32** Niet-sportende jongeren in beweging krijgen / Sacha Boekelder
- 35** Werken met een methodiek turnen(3) / Guus Klein Lankhorst

## En verder

- 18** Pabo-ALO's: wat zijn de ervaringen tot nu toe? / Paul Welling
- 39** KVLO-koers 2020-2024 De resultaten tot nu toe / Interview Hans Dijkhoff
- 43** Leerplanontwikkeling PO blijft in beweging / Hilde Bax, Chris Hazelebach en Berend Brouwer

## Onderzoek

- 46** Beoordelen en motivatie van leerlingen in de les bewegingsonderwijs / Christa Krijgsman





Reageren op  
vakbladartikelen?  
Twitter @KVLONL



46

## Rubrieken

- 2 Inhoud
- 3 Voorwoord
- 20 Recht
- 38 Onderwijs
- 50 Schoolsport / Dit zijn de sportiefste VSO-scholen van Nederland
- 54 Column Mery Graal
- 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, [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.



## Games

Spelletjes op computer, tablet of smartphone zijn aan mij niet besteed. Ik ben meer van de 'serious games'. Die worden gebruikt om kennis en/of vaardigheden te ontwikkelen in bedrijven, maar ook in het onderwijs (stop pesten) en de gezondheidszorg (dementie). Dat gebruik van game-elementen ('gamificatie') bevordert het leren, maar heeft als nadeel dat we nog minder bewegen. Al lang voor de pandemie zag ik jongere kinderen steeds langer op hun schermpje bezig. Inmiddels neemt de speelgelegenheid af en dreigen spelletjes als verstoppertje, stoepanden en tikkertje uit te sterven. Het sociale leven van jongeren wordt beheerst door computer en smartphone, en velen zijn verslaafd aan de daarop te spelen games.

De bewegingsarmoede werd nog eens versterkt toen we massaal online moesten. Maar onlangs ging het slot er eindelijk af en konden we nog even echt aan de bak. Gelukkig kunnen we nu vooral gaan genieten van een welverdiende zomervakantie want het online bewegingsonderwijs was toch in veel opzichten behelpen, en niet echt digitaal vitaal te noemen. Niet dat we voor de lockdown wereldvreemd waren, want het gebruik van Chromebooks, digiborden en educatieve apps was ons natuurlijk bekend. Maar toen de digitale (r)evolutie gelijktijdig met de pandemie uitbrak, en techbedrijven, uitgeverijen en scholen versneld attractieve applicaties ontwikkelden, bleek 'leren op afstand' toch niet echt ons ding. Er waren bovendien pedagogisch-didactische vraagtekens en objectieve kwaliteitscriteria ontbraken.

Maar ook wij beseffen dat we onze leerlingen moeten voorbereiden op de digitale werkelijkheid tijdens studie en werk. In dit magazine wordt duidelijk dat digitale middelen steeds vaker, ook in ons vak, gebruikt zullen worden. Het zal nog wel even duren voor de led-technologie voor slimme (sport)vloeren gemeengoed is, maar het artikel is wel een eye-opener. Het oplichten van speelveldlijnen ken je al wel, maar misschien niet de mogelijkheden die een volledige full-led-videovloer biedt voor aanpassing van de veldgrootte, videofeedback, targetgames en andere interactieve spelmogelijkheden. Het zal voor zaalsporten zelfs mogelijk worden posities en looplijnen aan te geven. Maar wees gerust, leerlijnen blijven belangrijker dan looplijnen.

Over looplijnen gesproken. Ik heb wat 'achtjes gelopen' in de jaren voordat ik uiteindelijk Europacupwedstrijden speelde bij Vlug en Lenig (Geleen). Het was de tijd dat Limburg (Swift Roermond en Sittardia) het handbal in Nederland domineerden. Maar wist je dat de bakermat van (veld)handbal in Groningen lag. Daar werd damesgymnastiekvereniging Vlugheid en Kracht precies 90 jaar geleden handbalkampioen van Nederland. Ja, je leest het goed, een damesgymnastiekvereniging, en die werd zelfs drie jaar achtereen kampioen. De turnkring Groningen van het toenmalige K.N.G.V. - een handbalbond werd pas in 1942 opgericht - had veldhandbal opgenomen in het programma. Denk nog eens aan die pioniers als onze dameshandbalsters tijdens de komende Olympic Games 'gaan voor goud'. Met dit motto worden sportverwachtingen immers vaak onrealistisch opgeschroefd. Daarbij wordt vergeten dat in de sport - excuus aan De Coubertin voor mijn variant - 'leren verliezen belangrijk is bij deelnemen'. Sporten, maar ook goed leren bewegen, is immers ook leren omgaan met niet lukken en verliezen. Vallen en opstaan, lukken en mislukken, zijn immers inherent aan de allerspannendste game: 'het spel van het bestaan'. Een fijne zomer toegewenst!

Stella Salden

# De stand van zaken na zeven jaar taggen

De redactie van *Lichamelijke Opvoeding Magazine* vroeg enkele betrokkenen om naar aanleiding van het boek *Van tikken naar taggen* in het kader van dit topic digitalisering terug te blikken op tien jaar taggen en stelde de volgende vragen: welke ontwikkeling heeft deze digitale innovatie sindsdien doorgemaakt? Heeft het jullie verbaasd en verrast welke vlucht het heeft genomen? Heeft het aan jullie verwachtingen voldaan? Of heeft deze een wending genomen die jullie optimistische aard heeft doen omslaan? Kortom welke kansen en valkuilen zijn er nog te zien?

TEKST IVO VAN HILVOORDE, JEROEN KOEKOEK EN WYTSE WALINGA

**M**eer dan tien jaar geleden startten we ons onderzoek naar digitalisering in de gymles. In 2014 redigeerden we het boek *Van tikken naar taggen* (Hilvoorde & Kleinpaste, 2014) en volgden er drie druk bezochte symposia op de Calo onder dezelfde titel. In dat boek stelden we vast dat digitale technologie steeds meer greep heeft en krijgt op ons gedrag en dus ook op het beweggedrag van mensen. De toon van het boek is grotendeels optimistisch van aard waar het gaat om digitalisering en innovaties binnen het bewegingsonderwijs.

## Citaten als leidraad

We pakken deze handschoen graag op, en zullen dat doen aan de hand van enkele citaten uit genoemde publicatie. Dat proberen we niet te doen als slager die het eigen vlees keurt voor de verkoop, maar als kritische consument die wil weten of het vlees nog wel smakelijk en houdbaar is.

*“Voor sportbonden en scholen zijn ‘fysieke’ en ‘virtuele’ sport nog grotendeels gescheiden werelden. Bij nieuwe generaties lijken de grenzen tussen ‘offline’ en ‘online’ sport te vervagen.”*

Anno 2014 was dit een tamelijk risicoloze opmerking, om niet te zeggen een open deur. Met iets meer mildheid kunnen we wel vaststellen dat die grenzen – mede versterkt door de coronapandemie – nog verder zijn vervaagd. Afgelopen periode is veel onderwijs digitaal ontwikkeld en aangeboden, om niet te zeggen dat die ontwikkeling in een stroomversnelling is gekomen. Of dit een verandering ten goede is, laten we nog even buiten beschouwing. Maar het is anno 2021 niet heel gewaagd om vast te stellen dat de huidige situatie ons nog

meer dan daarvoor bewust heeft gemaakt van het feit dat ‘offline’ bewegen en sporten op geen enkele wijze vervangen kan worden door een ‘online’ aanbod.

## Is innovatie per definitie vooruitgang?

*“Dit boek is niet bedoeld om alle docenten bewegingsonderwijs met zachte dwang over de digitale drempel te trekken, noch om alleen loftrompetten af te steken over het gebruik van innovatieve digitale technologie in de gymzaal. Het is ook de taak van kritische onderzoekers om te wijzen op nadelen, onzekerheden, commerciële belangen, op de hypes en ideologieën die verbonden zijn aan oproepen tot vernieuwing en innovatie. Kort gezegd: niet iedere vorm van innovatie staat gelijk aan verbetering of vooruitgang”*

Dit citaat lijkt ons niet gedateerd. De laatste zin kan ook worden opgevat als een open deur, maar als het gaat om zogenoemde innovaties kan die niet vaak genoeg worden ingeschopt. Een hypermoderne gymzaal, opgeleukt met nieuwe technologische snufjes kan op heel ouderwetse wijze benut worden. En een vrijwel lege gymzaal kan op zeer innovatieve en uitdagende wijze worden benut. Innovatie is niet logisch verbonden aan de hardware, maar blijft volledig afhankelijk van de aanwezige mogelijkheden en uitnodigingen tot bewegen. Tegelijk is hier sprake van een gedeelde verantwoordelijkheid. Ontwikkelaars hebben invloed om systemen waarvan mensen afhankelijk zijn te ‘laden’ met elementen die wenselijk of onwenselijk zijn. Docenten die innovaties inzetten hebben ook een eigen verantwoordelijkheid om de didactiek van het gebruik op verantwoorde wijze vorm te geven.



## Levert digitale technologie een bijdrage?

*“De tijd is voorbij dat mensen worden uitgenodigd om snuffjes te laten zien, omdat zij toevallig net even iets sneller de snuffjes hebben ontdekt in de appstore. Snuffjes zijn pas interessant als ze in handen zijn van professionals die kunnen beoordelen of ze een bijdrage kunnen leveren aan leerprocessen. Het is tevens van groot belang dat er een (opleiding)plek is waar over dit soort vragen nagedacht kan worden en waar er onderzoek verricht kan worden.”*

Dit zou gelezen kunnen worden als een preek

▲  
Taggen in 2015

voor de eigen ALO-parochie, maar evengoed als een vileine opmerking richting zelfbenoemde futurologen die het onderwijs komen vertellen dat ze achterlopen en moeten vernieuwen. Als onderzoek iets aantoonde, is het dat innovaties alleen zinvol zijn als de motivatie en noodzaak er zijn om te innoveren. Zie hoe snel digitale communicatietools als Zoom en Teams noodgedwongen opgenomen zijn in de tweede natuur van veel mensen, zelfs bij digibeten die lange tijd dachten dat de *flipped classroom* een gek geworden klas was.

Inmiddels kunnen we vaststellen dat lectoraten in Nederland meer aandacht besteden aan digitale technologie. Zo bevat de Windesheim master ‘LO en Sportpedagogiek’ de onderzoekslijn motorisch leren en technologie en is in het onderwijscurriculum op diverse ALO’s in bachelor en masters aandacht voor technologie. Ook (technische) Universiteiten tonen een groeiende interesse om onderzoek naar technologie te verbinden met praktijkvragen uit het (bewegings)onderwijs.

### Wat is de waarde voor het onderwijs?

*“Het onderzoek dat tot nu toe is verricht naar de mogelijkheden om nieuwe technologie in te passen binnen het bewegingsonderwijs, is nog van beperkte waarde voor het onderwijs.”*

Dit was een tamelijk gewaagde en (ook zelf-) kritische opmerking over het onderzoek destijds. De sport kent al een langere traditie van

innovatie en gebruik van digitale technologie. Serieuze toepassingen binnen het bewegingsonderwijs stonden tien jaar geleden nog in de kinderschoenen, maar kwamen destijds wel in een stroomversnelling. Dit citaat was wel op z’n plaats, want er zijn in de loop der jaren wel wat naïeve ideeën de revue gepasseerd over digitale toepassingen in het onderwijs. En het moet gezegd, ook wij bleven in de beginperiode van het onderzoek nog wel eens hangen in de technologische discussies (Wat is er zoal mogelijk? Wat doen we met de snoeren en haspels?) en kwamen niet altijd toe aan het stellen van de pedagogische en didactische vragen over het onderwijs.

In hun hoofdstuk wezen Consten, Van Driel en Walinga in 2014 al op de noodzaak van een zorgvuldige integratie van inhoud, didactiek en technologie (conform het TPACK model). Zij wezen toen ook al op het belang om de technologie te verbinden met de didactische vragen over het leren bewegen, de fasen in het leerproces en het niveau van de deelnemers. Die integratie van technologie, inhoud en didactiek bleek in de praktijk vaak een nogal grillig en soms weerbarstig proces. Ook in nieuwe vervolgonderzoeken (zoals dat naar de ‘slimme vloeren’; zie het andere artikel in dit nummer) hebben we gemerkt dat die integratie vraagt om tijd en zorgvuldigheid.

De cruciale vraag is nu natuurlijk: is er iets veranderd in de waarde en relevantie van onderzoek? We durven daar met enige voorzichtig wel ‘ja’ op te antwoorden. Meer recente internationale publicaties (zie: Koekoek & Van Hilvoorde, 2018) laten een mooi palet zien van relevant onderzoek voor het bewegingsonderwijs. Daarbij kan gedacht worden aan videofeedback, self-modelling, beoordeling, het gebruik van social media, het gebruik van virtual en augmented reality, maar evengoed aan kritische perspectieven op de cultuur van ‘surveillance’ of de relatie tussen technologie en het ‘hidden curriculum’ (vgl. Van Doodewaard & Knoppers, 2018).

### Destructieve ideologie

*“De gedachte dat de leraar slechts een begeleider is, die de leerling met behulp van nieuwe media coacht in de eigen zoektocht naar kennis, is voor het onderwijs een destructieve ideologie gebleken.”*

Dit is wat je noemt een sweeping statement. Hoewel er veel meer nuance denkbaar is tussen ‘de gedachte’ en ‘destructie’ staan we nog steeds achter dit citaat. Digitale technologie legt geen methode of onderwijsideologie op, maar schuurt wel heel makkelijk aan tegen



platte ideeën over zelfsturing en gepersonaliseerd leren. Digitalisering betekent niet: film de hurksprong, laat de beelden zien en het kind neemt de motorische ontwikkeling zelf ter hand. In dat proces van (zelf)sturing en feedback spelen allerlei variabelen een rol (zoals motivatie, inschatting van de eigen mogelijkheden), die in het onderwijs van groot belang blijven en ook in nieuw onderzoek belicht worden (zoals in het promotieonderzoek van Joop Duivenvoorden naar zelfsturing in het bewegingsonderwijs).

### Geen projectie op het kind

*“Het staat iedere volwassene natuurlijk vrij om alles van zichzelf te meten en op te slaan en desnoods te delen met een ieder die daarin is geïnteresseerd. Het is echter wat anders om de volwassen preoccupatie met gezondheid en de inperking van die gezondheid tot meetbare parameters, te projecteren op kinderen of onkritisch te introduceren in het onderwijs.”*

De tegenstelling die we hier wat scherp neerzetten is naar ons idee nog steeds actueel en relevant. Je hoeft Foucault niet te hebben gelezen om te realiseren dat er een spanning bestaat tussen enerzijds wetenschappelijke en commerciële belangen (waar het bijvoorbeeld gaat om het verzamelen en gebruiken van big data) en anderzijds de meer pedagogische en morele overwegingen (bijvoorbeeld ten aanzien van privacy, controle, toezicht). Dat het wandelen in coronatijd een hoge vlucht heeft genomen mag worden toegejuicht, maar we mogen toch veronderstellen dat het tellen van stappen en calorieën geen navolging krijgt in het onderwijs. Het aloude onderscheid tussen intrinsieke en extrinsieke motivatie heeft nog steeds pedagogische relevantie, zeker waar het gaat om de toenemende introductie en omarming van gamificatie, waarin beloningssystemen worden benut die niet altijd synchroon lopen met inhoudelijke doelstellingen van het onderwijs.

### Ruime aandacht voor nieuwe vormen

*“Gedigitaliseerde spelen zijn niet per definitie een bedreiging voor sportparticipatie. Maar hoe die relatie precies is, daar is op dit moment nog weinig over bekend. We weten bijvoorbeeld nog heel weinig over de effecten van gaming en e-sports op de interpretatie van de eigen sportieve mogelijkheden en de waardering en beleving van het eigen lichaam. Ook is er weinig bekend over mogelijke relaties tussen de beleving en spelervaring bij e-sports en traditionele sport. [...] Nieuwe vormen van ‘digitale sportbeoefening’, zoals ‘e-sport’ en de World Cyber Games, stellen ook onze gangbare denkbeelden over het concept sport op de proef.”*

In het boek uit 2014 besteedden we ruime aandacht aan nieuwe vormen van digitale sport en e-sport. Jaap Kleinpaste stelde in zijn hoofdstuk de vraag wat bewegingsspelletjes te bieden hebben voor het bewegingsonderwijs en de sport. Ook gaf hij een mooi sport-antropologisch inkijkje in de keuken van de eerste officiële e-sportclub in Nederland en interviewde hij een gamer van die eerste Nederlandse e-sportclub in Enschede. Hij interviewde ook Jasper Schoo, voorzitter van de e-sportbond. Die sprak bij de start in 2011 de hoop uit dat e-sport door de komst van verenigingen meer structuur, stabiliteit en zichtbaarheid zou krijgen. En wij schreven: *“Of dit inderdaad de eerste stappen zijn op weg naar de popularisering van gamen als sport, is een vraag waar we pas over pakweg tien jaar een zinvol antwoord op kunnen geven.”*

### E-sport serieus?

In tien jaar is er zeker het een en ander gebeurd als het gaat om e-sport, zowel wat betreft erkenning als bekendheid. In 2016 beargumenteerden we (Van Hilvoorde & Pot, 2016) dat het in e-sport wel degelijk gaat om het aanleren van ‘Fundamental movement skills’ en om ‘belichaamde activiteiten’ en is daarmee niet te verwarren met het begrip *gamification*. Daar was niet iedereen het mee eens, maar inmiddels is dat een visie die op veel plekken wordt gedeeld (zoals in een recente publicatie van Kenniscentrum Sport & Beweging) en wordt e-sport steeds vaker opgevat als serieuze vorm van sportbeoefening.

De vraag die we stelden of e-sport daarmee ook een plek verdient in het bewegingsonderwijs werd nog vooral als provocatief opgevat. Maar dat is het niet. Die vraag is zeker relevant en zal nog wel blijven terugkeren. Overigens geven we goede argumenten om dat niet, of met mate te doen, maar die argumenten kunnen we niet baseren op het (niet-bestaande) onderscheid ‘wel fysiek’ of ‘niet fysiek’, maar heeft vooral te maken met het type activiteit en de verschillen in typen van samenwerking en (zichtbaar) samenspel. Op dit moment kunnen we echter niet geheel uitsluiten dat deze opmerking over tien jaar wordt neergezet als kortzichtig of gedateerd.

Voor wie nog even wil terugkijken? Scan de QR-code.



### Literatuur

Hilvoorde, I. van & Kleinpaste, J. (red.) (2014). *Van tikken naar taggen. Digitalisering van bewegingsonderwijs en sport*. Deventer: ...daM Uitgeverij

Hilvoorde, I. van, & Pot, N. (2016). Embodiment and fundamental motor skills in eSports. *Sport, Ethics and Philosophy*, 10(1), 14-27.

Koekoek, J. & Van Hilvoorde, I. (eds., 2018). *Digital Technology in Physical Education: Global Perspectives*. London: Routledge.

Van Doodewaard, C., & Knoppers, A. (2018). Digital technologie and the hidden curriculum in the educational praxis of physical education. In: Koekoek, J. & Van Hilvoorde, I. (eds.). *Digital Technology in Physical Education: Global Perspectives* (pp.164-180), London: Routledge.

### Foto

Hans Dijkhoff

### Contact

im.van.hilvoorde@windesheim.nl

### Kernwoorden

digitalisering, innovatie, didactiek

# Smart led-vloer technologie:

## serieuze kansen voor het bewegingsonderwijs?

Dit artikel sluit aan op het artikel *Stand van zaken na zeven jaar Taggen* in dit nummer. Daarin wordt teruggeblikt op de digitale ontwikkelingen in het bewegingsonderwijs in de zeven jaar na het eerste congres over digitale technologie op Hogeschool Windesheim in 2014. In dit artikel beschrijven we juist wat we in de toekomst mogen verwachten.

TEKST WYTSE WALINGA, JEROEN KOEKOEK EN IVO VAN HILVOORDE

**A**an de hand van eerste ervaringen met een interactieve led-vloer geven we een inkijk in de mogelijkheden van deze specifieke technologie. Deze ontwikkeling is ontstaan uit praktijkgericht onderzoek door een lopende samenwerking tussen het lectoraat Bewegen, School, & Sport van de Calo (Hogeschool Windesheim), Universiteit Twente, Innosportlab en een commerciële partij voor led-vloer technologie (LEDGO bv). Doel van het onderzoeksproject: het slimmer maken van volleybaltrainingen met behulp van interactieve led-vloeren en sensing technologie. De vraag is: is deze technologie op termijn ook toepasbaar in het bewegingsonderwijs?



▲ *Proefopstelling led-vloer op jeugdsport symposium 2019, Hogeschool Windesheim.*

We beginnen met een conclusie: de digitale wereld heeft het bewegingsonderwijs tot nu toe in de kern nog niet echt veranderd. Tegelijkertijd zijn digitale middelen ook niet meer volledig weg te denken uit de gymzaal. De coronacrisis heeft er bovendien voor gezorgd dat specifieke digitale tools (afstandleren,

video-opdrachten, digitale applicaties etc.) in een versneld tempo zijn ingevoerd. De kansen en bedreigingen daarvan zullen voortdurend kritisch tegen het licht gehouden moeten worden, maar het lijkt erop dat het digitale tijdperk ook voor het bewegingsonderwijs nog wel even blijft doorgaan. Als dat zo is, welke ontwikkelingen kunnen we dan verwachten op de langere termijn?

### Led-technologie en slimme vloeren

Een interessant en veelbelovend voorbeeld van een technologische ontwikkeling is de digitale sportvloer. Hoewel een volledige video led-vloer in sportgebouwen nog ver weg lijkt, wordt toch ook steeds vaker in nieuwbouw van sportzalen nagedacht over de kansen die led-technologie heeft voor de sport en het onderwijs. Toepassingen met led-technologie zijn er namelijk al wel enige tijd en worden vooral in autonome trainingsvormen gebruikt (bijvoorbeeld: ledsreact®, smartgoals®, etc.). Daarnaast worden specifieke sportvloeren ontwikkeld waarin de standaard belijning is uitgefreesd in de vloer. Deze lijnen worden voorzien van led-stroken die onafhankelijk van elkaar aan en uit kunnen worden gezet. Een stap verder in deze ontwikkeling is de introductie van de full-led videovloer, waarbij sporters als het ware op een groot televisie scherm zich verplaatsen en dus kunnen bewegen. Daarbij zorgen aanwezige druksensoren (sensing technologie) in de vloer voor een extra noviteit, omdat alle verplaatsingen en acties van een persoon tijdens een bewegingsuitvoering op de vloer worden 'gevoeld'. Met deze informatie kan het bewegingsgedrag (het bewegingspatroon of de bewegingsacties)

nauwkeurig worden gevolgd, maar ook worden aangestuurd door een trainer. De vraag blijft uiteraard of deze technologie tot de toekomstige uitrusting voor het vak bewegingsonderwijs gaat horen.

### Smart Sport Exercises

Met het onderzoeksproject Smart Sport Exercises (ZonMw project) is in de afgelopen drie jaar in ieder geval duidelijk geworden dat de mogelijkheden ten aanzien van het bevorderen van leerprocessen met inzet van technologie onuitputtelijk kunnen zijn. Tijdens dit project zijn diverse prototypes voor volleybaltrainingen ontwikkeld. De vloer reguleert hierbij de trainingssituatie voor spelers en er wordt op een interactieve wijze geleerd. Een greep uit de prototypes die tijdens het project zijn ontwikkeld laat tevens de breedte van de mogelijkheden zien (Postma et al., 2019):

- Computergestuurde aanpassing van veldgroottes aan het niveau van jeugdvolleyballspelers tijdens 4 tegen 4 wedstrijden.
- Interactieve target-games voor het leren van de service en de smash (grond veroveren, drie op een rij met gebruik van een geregistreerde balaanraking op de vloer).
- Feedbacksystemen en visuele presentatie van persoonlijke verdedigingsruimte voor libero spelers die meeverandert op basis van positionele gegevens van alle spelers.
- Smash timing trainer, waarbij sensoren in de vloer worden gecombineerd met het gebruik van sensoren op de speler.
- Instructie visualisaties op de vloer voor bijvoorbeeld posities of looplijnen die door de trainer worden bestuurd.
- Trainingsoefening ter bevordering van verdedigend opstellen door middel van 'optische flow' en directe videofeedback door de vloer.

### Literatuur

Moreno, A., Van Delden, R., Poppe, R., Reidsma, D., & Heylen, D. (2016). Augmenting playspaces to enhance the game experience: A tag game case study. *Entertainment computing*, 16, 67-79.

Postma, D., Van Delden, R., Walinga, W., Koekoek, J., van Beijnum, B. J., Salim, F. A., ... & Reidsma, D. (2019). Towards smart sports exercises: First designs. In *Extended Abstracts of the Annual Symposium on Computer-Human Interaction in Play Companion Extended Abstracts* (pp. 619-630).

### Contact

GW.Walinga@windesheim.nl

### Kernwoorden:

digitalisering, innovatie, technologie

### Foto's

Lectoraat Bewegen School & Sport, Hogeschool Windesheim

### ▼ Interactie technologie

Deze prototypes vallen onder andere in het kennisgebied interactie technologie. Dit onderzoek richt zich voornamelijk op digitale

Jeugdspelers op een led-vloer met sensing technologie



systemen waarin de mens en de technologie met elkaar zijn verweven. De technologie verzamelt (bijvoorbeeld met 'sensing') informatie en geeft vervolgens output (digitale informatie) terug aan de beweging.

In de sport zijn legio voorbeelden bekend van dit type interactie technologie. Voorbeelden daarvan zijn digitale gezondheidsapplicaties die op basis van hartslag of afgelegde kilometers de beweging informatie verschaffen. Het ontwerpen van dit type systemen is niet eenvoudig omdat het ontwerpproces veel technologische kennis en vaardigheid vraagt, maar met name ook omdat de technologie functioneel moet zijn: het moet doen waarvoor het bedoeld is. Daarin spelen doelstellingen van degene die de technologie laat ontwikkelen een grote rol. Zo zijn er fysieke tikspelen ontwikkeld met bewegende visualisaties op de tikvloer (Moreno et al., 2016). Deze interactieve tikspelen kunnen bij ongelijkheid in vaardigheid van lopers en tikkers automatisch individuele differentiatie realiseren. Dit gebeurt door het vergroten of verkleinen van de persoonlijke zone op de led-vloer welke de tikker probeert te raken (figuur 1). Deze wijze van ontwikkelen lijkt goed aan te sluiten op doelstellingen in het bewegingsonderwijs.



▲ *Figuur 1. Illustratie van een interactief tikspel op een digitale vloer met differentiatie voor lopers.*

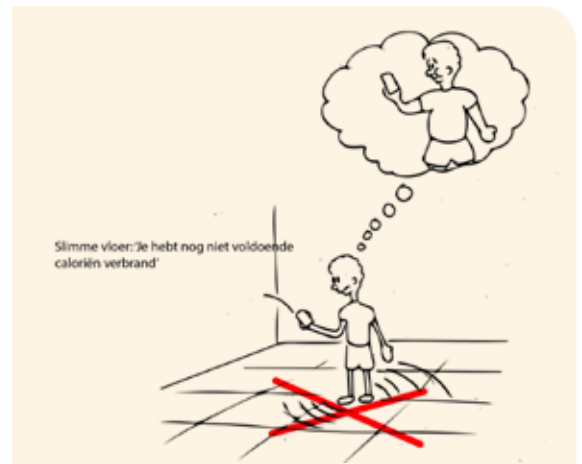
### Pedagogisch didactische overwegingen

Dat doelstellingen een rol spelen in de ontwikkeling van technologie is niet vanzelfsprekend. Om deze reden verloopt het ontwerpen van functionele en inhoudelijke technologie bij voorkeur via een zogenoemd iteratief proces. Het is een ontwikkelcyclus die bestaat uit het verzamelen van relevante informatie, het ontwerpen, testen en bijstellen van een prototype. Hierdoor kunnen innovaties steeds beter bijdragen aan de doelstellingen van gebruikers (lees: docenten of trainers). De kennis die nodig is voor het ontwikkelen van functionele



technologie kan daarbij activiteit-specifiek (beter leren volleyballen), pedagogisch (wat hebben jeugdspelers nodig), filosofisch (ethische vraagstukken over het inzetten van technologie) of methodisch-didactisch (welke volgordes of leerlijnen) van aard zijn. Voor het ontwerpen van de prototype ‘veranderende veldgroottes’ is bijvoorbeeld onderzoek gedaan naar de effecten van verschillende veldgroottes in de praktijk van het jeugdvolleybal. Door het aanboren van verschillende typen kennis wordt een goed beeld verkregen van het ontwerp en kan worden vastgesteld of het bijdraagt aan de doelstellingen die zijn geformuleerd. Gebruik van technologie kan anders onbedoeld een omgekeerd effect hebben. Zo kan een led-vloer gebruikt worden om fysieke activiteit te meten en deze uitkomst om te rekenen naar verbrandingsenergie. Net als bij het gebruik van fitheidsapps bestaat het risico dat onveilig en/of onbegeleid gebruik leidt tot verminderd zelfvertrouwen of een negatief zelfbeeld bij leerlingen. Met andere woorden, niet alles wat de technologie mogelijk maakt is ook wenselijk voor de onderwijspraktijk. De pedagogisch-didactische kernwaarden van de gebruiker zijn voor de ontwikkelaars dus ook relevant.

▼ *Figuur 2: Niet alle mogelijkheden zijn wenselijk in een specifieke context.*



### **Integratie van pedagogisch-didactische kennis met technologische knowhow**

Digitale technologie is dus alleen zinvol voor het onderwijs als de pedagogisch didactische kernwaarden van het vakgebied niet worden vergeten. Dat is voor het bewegingsonderwijs vooral belangrijk omdat technologie ook steeds vaker ondersteuning biedt aan leerlingvolgsystemen of wordt ingezet om leerlingen te kunnen beoordelen. Ook in dit project zijn dit soort mogelijkheden voor beoordelen/assessment met behulp van de led-vloer verkend. We illustreren aan de hand van twee beschrijvingen hoe daarin de ontwikkelrichting bij voorkeur wordt bepaald door pedagogisch-didactische overwegingen (zie kader).

### **Zeven jaar verder**

De vraag rijst natuurlijk of led-vloertechnologie een vaste plaats zal krijgen in het onderwijs. Gelukkig hebben we kunnen vaststellen dat de vakwereld een kritische houding heeft ten aanzien van dit soort ontwikkelingen. We hebben in dit artikel naar voren gebracht dat die houding zelfs essentieel is in het slagen van de integratie van technologie, vakinhoud en didactiek. Hoe snel de ontwikkeling van led-vloeren gaat, blijft lastig in te schatten. Sportwedstrijden vinden nu al plaats op complete led-vloeren (Duitse volleybal supercup in 2019). Financiële middelen en technologische vereenvoudigingen zullen mede bepalend zijn voor het tempo van deze ontwikkeling. Wat ons betreft zullen de pedagogisch-didactische vraagstukken dat ook zijn.

Het *Smart Sports Exercises* project is mogelijk gemaakt door een ZonMw subsidie.

## **Praktijkvoorbeeld interactiedesign**

### **Het technologiegestuurde idee**

De led-vloer zelf beschikt over sensoren en kan bewegingen waarnemen aangevuld met lichaamssensoren, waardoor bewegingen nauwkeurig kunnen worden vastgelegd. De vloer kan met behulp van deze ‘sensing’ techniek dus herkennen en vastleggen in de tijd welke bewegingen een sporter maakt (bijvoorbeeld een salto, een smash, een geworpen speer etc.).

Dit type systemen kunnen in topsport gebruikt worden om nauwkeurige bewegingsanalyses te maken waarin het bewegingsverloop vergeleken kan worden met een ideaal typische uitvoering. Deze informatie kan direct met de beweging gedeeld worden door middel van een projectie op de led-vloer, op de plaats waar de beweging zich op dat moment bevindt. De computer geeft feedback op snelheid van draaien of hoeken van lichaamsdelen. Ook kan een algoritme een objectieve beoordeling maken van de uitgevoerde beweging ten opzichte van de perfecte beweging. Dit idee is technisch mogelijk, in sommige contexten wellicht ook relevant, maar de vraag is of het pedagogisch-didactisch gewenst is voor toepassing van beoordelingen in het bewegingsonderwijs. Voor veel bewegingsonderwijzers is deze vraag een open deur maar een systeem moet een pedagogisch-didactisch alternatief wel toelaten.

### **Het samengestelde, didactisch-pedagogisch-technologische idee voor bewegingsonderwijs**

Met een pedagogisch didactische bril naar het bovengenoemde systeem kijken levert een andere ontwikkelrichting op. Ook in het bewegingsonderwijs is steeds meer vraag naar het volgen van leerprocessen. Beoordelen is daar een onderdeel van. Vaak zien LO docenten meer heil in mogelijkheden voor een procesbeoordeling in plaats van een productbeoordeling. Bijvoorbeeld een vergelijking met eerdere eigen pogingen in plaats van een vergelijking met een ideaal typische beweging. In plaats van feedback, in termen van snelheid en hoeken, gebruiken we dan vloer data en sensoren voor een persoonlijk videoverslag. Hierdoor komt het proces van leerlingen in beeld in plaats van het product. Een docent zou vanzelfsprekend vanuit een dergelijk beoordelingssysteem moeten kunnen bepalen welke beelden worden bekeken en wanneer feedback wordt gegeven. Dat kan een serie van geslaagde pogingen zijn, of een poging van iemand die de beweging net iets sneller uitvoert. Van een docent is nog steeds veel inbreng nodig als het gaat om het bewaken van de inhoudelijke doelstellingen. Integratie van vakkennis blijft dus altijd nodig.

# De Keuzewijzer Online Bewegingactiviteiten

Op welke manier zorg je voor kwaliteit in een online activiteit? Welke activiteit past het beste bij de interesse, het niveau en de leeftijd van de kinderen? Het Lectoraat Bewegen In en Om de School (BIOS) van de Hogeschool van Amsterdam en scholings- en adviesbureau Alles in Beweging zagen de razendsnelle toename van online activiteiten in coronatijd en besloten een overzicht samen te stellen, de Keuzewijzer Online Bewegingactiviteiten. Deze keuzewijzer kan leerkrachten en ouders inzicht geven in (de kwaliteit van) het online aanbod.

TEKST STEVEN MAUW, WIM VAN GELDER EN MIRKA JANSSEN

**M**aart 2020 sloten de scholen, de kinderopvang en de sportverenigingen voor onbepaalde tijd. Deze sluiting zorgde voor bijzonder veel creativiteit in het maken van online bewegingactiviteiten. Vakleerkrachten bewegingsonderwijs, pedagogisch medewerkers en sporttrainers probeerden hun leerlingen en pupillen te bereiken door middel van het sturen van filmpjes met allerlei beweginguitdagingen. Verschillende media werden hiervoor gebruikt. Er werden app-groepen opgericht, Facebookgroepen maar ook complete Instagram-accounts en YouTube-kanalen om op deze manier verbinding te houden met elkaar. Het waren allen goedbedoelde initiatieven, maar kwaliteitsverschillen waren er ook. Dat was dus de reden om een keuzewijzer op basis van kwaliteit te ontwikkelen.

De Keuzewijzer maakt een onderscheid in: zes leeftijdscategorieën: van 0-2 jaar, 2-4, 4-6, 6-9, 9-12 tot en met 12 jaar en ouder.

Vier verschillende type activiteiten: 1. Beter leren bewegen 2. Bewegen tussen leren 3. Bewegen tijdens leren 4. Bewegen om te leren. Een indeling waar de verbondenheid tussen bewegen en leren centraal staat.

Meer toelichting over de indeling van deze type activiteiten is terug te vinden in het artikel *De Dynamische Schooldag: de complexiteit van het succesvol aanbieden van bewegingactiviteiten* uit *Lichamelijke Opvoeding Magazine 2* van maart dit jaar. Naast deze indeling werden er vanwege het ruime aanbod in de online activiteiten, de categorieën 5. Fitness en 6. Kleine motoriek en schrijven aan toegevoegd.

## Kwaliteitskader

Na een indeling op doelgroep en type activiteit werd er naar de initiatieven gekeken middels een

kwaliteitskader. Dit kader bestaat uit zeven criteria en een aantal randvoorwaarden zoals materiaal, ruimte en eventuele kosten. Met het opstellen van de criteria is geprobeerd een werkbaar kwaliteitskader te stellen, de criteria worden beoordeeld door gebruik te maken van een 4-puntsschaal.

Criterion 1: De technische kwaliteit. Hoe is de kwaliteit van het beeld en geluid? Is de instructie goed te verstaan?

Criterion 2: De kwaliteit van de instructie. Wordt het doel van de activiteit snel duidelijk? Is de instructie te volgen voor kinderen? Gaat de activiteit uit van verschillende beginniveaus?

Criterion 3: Attractiviteit van de activiteit. Is de oefening of het spel aantrekkelijk voor doelgroep, is er een grote wens tot herhalen?

Criterion 4. Zelfstandigheid. Is er een mate van zelfstandigheid in de activiteit? Op welke manier draagt de instructie bij aan de zelfstandigheid en welke tips worden gegeven zodat het kind de activiteit zelfstandig kan uitvoeren en volhouden?

Criterion 5. Differentiatie. Wordt er rekening gehouden met de verschillen tussen kinderen in bewegingsniveau- of interesse? Worden er meerdere niveaus binnen de activiteit aangeboden?

Criterion 6. Autonomie. Kunnen kinderen eigen keuzes maken? Is er bijvoorbeeld een mogelijkheid om keuzes te maken in startniveau of type uitdaging? 7. Ligt er nadruk in de instructie of feedback op hoe hoger het niveau, hoe beter je bent of hoe goed je het doet? Is de activiteit zo opgebouwd dat er aan een bepaald niveau moet worden voldaan om naar het volgende level te gaan?

Aan de hand van twee voorbeeldactiviteiten hebben we het gebruik van het kwaliteitskader geïllustreerd.

## Kwaliteitskader voor een online beweeg-activiteit

	-	+/-	+	++	opmerking
De kwaliteit van de video en het geluid is goed					
Ten aanzien van de instructie: - de bedoeling is duidelijk - er wordt ingegaan op het eigen begin niveau van elk kind					
De activiteit is leuk/ aantrekkelijk					
Een kind kan de activiteit zelfstandig op gang houden					
Er is sprake van differentiatie					
Er is de mogelijkheid om keuzes te maken					
Er ligt geen nadruk dat het hoogste niveau het beste is (NB. bij ++ is er dus geen nadruk)					

### Randvoorwaarden

Gebruikte materiaal	
Het materiaal is passend/duurzaam	
Hoeveelheid ruimte	
Kosten	
Anders	

Hogeschool van Amsterdam



## Filmpjes voorbeeldactiviteiten



<https://www.youtube.com/watch?v=9o8eOaMAFAQ&t=54s>



<https://www.youtube.com/watch?v=t7pGUu38nRA>

Na vele activiteiten te hebben bekeken door de bril van de kwaliteitscriteria ontstonden er drie categorieën. De aanbevolen beweegactiviteiten werden in het overzicht geplaatst voor de verschillende type activiteiten en doelgroepen. In de categorie 'initiatieven met potentie' kwamen een aantal vermeldingen inclusief een leeswijzer met feedback. De activiteiten die wel bekeken zijn, maar ongeschikt gebleken voor de Keuzewijzer kwamen in het derde overzicht terecht.

Opvallend was dat er in het aanbod veel fitness-achtige activiteiten met sterk competitief karakter verschenen. Denk aan wc-rol stapelen en plank wedstrijden. Deze activiteiten worden in het algemeen vooral leuk gevonden door kinderen die vaak bewegen en goed kunnen bewegen. Voor kinderen die minder vaardig of fit zijn zullen deze activiteiten hoogstwaarschijnlijk minder belonend zijn.

De samenstellers van de Keuzewijzer Online Beweegactiviteiten streven er naar deze



**Kwaliteitskader voor een online beweeg-activiteit**

Activiteit 1: Riskcare; thuis bewegingsonderwijs – jeu de boules met houtjes  
 Activiteit 2: OPOZ Gym Challenge 17-03-2020

Kwaliteit van de video/geluid/beweegkaart	-	+/-	+	++	opmerking
Instructie				X	De activiteit is van beide kanten goed in beeld gebracht.
- is de bedoeling duidelijk - wordt ingegaan op eigen (begin) niveau (van elk kind)		XX		XX	Aan het begin niveauniveau wordt geen aandacht besteed. Er wordt gemikt met verschillende materialen. De bedoeling is duidelijk. Er is één niveau van deelname
Hoe goed/leuk is de activiteit?		X		X	We kunnen ons voorstellen dat dit (aangepast) een activiteit is die voor vele leeftijden aantrekkelijk is. Het zijn verschillende fitnessactiviteiten. De jongleeractiviteit is van hoog niveau en o.i. niet haalbaar/motiverend voor veel kinderen.
Mate waarin een kind de activiteit zelfstandig op gang kan houden			X	X	Uiteraard afhankelijk van de leeftijd en begeleidingsbehoefte van de kinderen. Zeker voor kinderen vanaf 7 jaar goed zelfstandig op gang te houden. Kinderen kunnen dit zelfstandig uitvoeren. Echter om de vier rondes compleet te maken is er o.i. veel intrinsieke motivatie nodig.
Mate van differentiatie	X	X			Niet expliciet gemaakt in de beelden. Er zijn vele mogelijkheden in afstand, materiaal en regels. Er wordt geen rekening gehouden met verschillen tussen kinderen.
Mogelijkheid om keuzes te maken	X		X		Ja, keuze in materiaal, de wijze van gooien. Met betrekking tot afstand en regels wordt in het filmpje en de begeleidende tekst niet duidelijk. Geen, het aantal herhalingen van de oefeningen en de rondes staan vast.
Geen nadruk op moeilijker = beter of hoogste niveau is best/ben je klaar		X		X	Er is geen nadruk, tenzij er competitiedruk is. Niet op moeilijker = beter. Wel op als je vier rondes hebt gedaan dan mag je pas beginnen aan de jongleeractiviteit

**Randvoorwaarden**

Welk materiaal wordt gebruikt	Kan met allerlei materiaal wat voor handen is WC rollen
Is materiaal passend/duurzaam	Ja Ja
Hoeveelheid ruimte	Zowel binnen als buiten Zowel binnen als buiten
Kosten	Geen Geen
Anders	

regelmatig te updaten. Hierbij ook de uitnodiging aan de collega's om jullie online initiatief kenbaar te maken. Daarnaast hopen we dat het kwaliteitskader een hulpmiddel kan zijn bij het (door)ontwikkelen van nieuwe activiteiten.

**Een Keuzewijzer voor een Dynamische Schooldag?**

Er is een grote vraag naar het meer dynamisch maken van de schooldag in het Primair Onderwijs.

Nederlandse kinderen zitten namelijk gemiddeld zo'n 7 uur per dag<sup>1</sup> en scholen kunnen een belangrijke rol spelen in het stimuleren van bewegen, omdat alle kinderen, ongeacht hun achtergrond, daar een groot deel van de dag en vijf dagen per week doorbrengen. Nederlands onderzoek laat echter zien dat kinderen 60-67% van de schooldag zittend in de klas doorbrengen<sup>2,3</sup>. Zoals in het artikel *Meer bewegen in en om de scholen in de Westelijke Tuinsteden (LO2 2021)* beschreven is, geven

leerkrachten aan dat zij meer kennis en ervaring nodig hebben om beweegactiviteiten op maat te maken en op die manier leuk en interessant te houden voor ieder kind. Een keuzewijzer zou een tool kunnen zijn om leerkrachten te helpen op zoek te gaan naar geschikte activiteiten die passen bij de school, de klas, de leerlingen en de leerkracht. Door te kijken naar de verschillende typen activiteiten met behulp van een kwaliteitskader wordt gewerkt aan een kwalitatief aanbod. Dit geldt voor online activiteiten maar zeker ook voor offline activiteiten. De komende tijd wordt deze keuzewijzer verder ontwikkeld met vak- en groepsleerkrachten uit de praktijk, zodat deze kan bijdragen aan een schooldag met regelmatig kwalitatieve beweegmomenten, voorafgaand, tussen of tijdens aan het leren. Zo werken we samen aan de Keuzewijzer voor een Dynamische Schooldag.

**Door te kijken naar de verschillende typen activiteiten met behulp van een kwaliteitskader wordt gewerkt aan een kwalitatief aanbod**

**Over de auteurs**

Steven Mauw is opleidingsdocent en projectleider bij het lectoraat Bewegen in en om School, verbonden aan de Academie voor Lichamelijke Opvoeding, Hogeschool van Amsterdam.  
 Wim van Gelder is opleidingsdocent aan de pabo in Haarlem en heeft een scholings- en adviesbureau op het gebied van Bewegingsonderwijs, Schoolplein, MRT en Dynamische schooldag, en werkt bij Alles in Beweging ([www.allesinbeweging.net](http://www.allesinbeweging.net))  
 Mirka Janssen is lector van het lectoraat Bewegen in en om School, verbonden aan de Academie voor Lichamelijke Opvoeding, Hogeschool van Amsterdam.

<sup>1</sup> LSM-A Bewegen en Ongevallen/ Leefstijlmonitor, CBS Centraal Bureau voor de Statistiek in samenwerking met RIVM Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu en VeiligheidNL, 2015 en 2017.

<sup>2</sup> Van Stralen, M., Yildirim, M., Wulp, A., te Velde, S.J., Verloigne, M., Doesseger, A., Andrououts, O., Kovács, E., Brug, J., & Chinapaw, M.J.M. (2013). Measured sedentary time and physical activity during the school day of European 10- to 12-year-old children: The ENERGY project. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 17, 2, 201-206.

<sup>3</sup> Verjans, S., Gerards, S., Kremers, S., Vos, S., Jansen, M., Van Kann, D. (2020). Effecten van de KEIGAAF interventie op de BMI z-score, het beweeggedrag en voeding van basisschoolkinderen na 2 jaar. Presentatie op DSO online.

[www.hva.nl/keuzewijzer-lo](http://www.hva.nl/keuzewijzer-lo)



# VolgMij Speciaal

## Het digitale leerlingvolgsysteem bewegingsonderwijs voor Cluster 3

Het Mulier Instituut heeft recent een onderzoek gedaan naar het meten van motorische vaardigheden in het speciaal onderwijs. Daaruit blijkt dat op dit moment VolgMij Speciaal het meest geschikt is om de motorische vaardigheden van kinderen in het speciaal onderwijs te meten (de Jonge et al, 2021). Dit artikel beschrijft het ontstaan van VolgMij en geeft een inkijkje in het gebruik ervan.

TEKST CORINE VISSER, ANNA-MARIA VAN DILLEN EN CHRISTA RIETBERG

**H**et digitale leerlingvolgsysteem VolgMij bewegingsonderwijs voor het regulier onderwijs bestaat al een aantal jaren. Het systeem is ontwikkeld door de vakgroep bewegingsonderwijs ASG Almere. Het leerlingvolgsysteem is nu doorontwikkeld voor het speciaal onderwijs (cluster 3).

▼  
*Lekker voetballen*



De voordelen van VolgMij zijn:

- Handzaam
- Vernieuwend
- Flexibel
- On- en offline te gebruiken

### Het gebruik van leerlingvolgsystemen in het speciaal onderwijs

Uit de peiling bewegingsonderwijs in het speciaal en praktijkonderwijs van het Mulier Instituut in 2019 blijkt dat de helft van de scholen in het speciaal onderwijs geen meetinstrument voor motorische vaardigheden gebruikt (Slot-Heijs & Lucassen, 2019). Het gebruik van meetinstrumenten komt het vaakst voor bij cluster 3-scholen.

In het rapport 'Meten van motorische vaardigheden bij kinderen in het speciaal onderwijs' staat beschreven dat het mogelijk is dat de beschikbare meetinstrumenten in hun huidige vorm onvoldoende geschikt geacht worden om motorische vaardigheden van kinderen met een beperking te meten (de Jonge et al, 2021). VolgMij Speciaal is inderdaad ontwikkeld vanuit deze vraag. De ontwikkelaars zochten een handzaam systeem dat recht doet aan de verschillen tussen kinderen binnen cluster 3.

### Ontstaan VolgMij Speciaal

VolgMij Speciaal is een initiatief dat vanuit de praktijk is ontstaan. Bestaande volgsystemen voldeden niet omdat de doelgroep binnen het cluster 3 zeer specifiek is. In 2016 organiseerde de KVLO een netwerkbijeenkomst waarbij 28 vakleerkrachten bewegingsonderwijs voor (speciaal) onderwijs aanwezig waren. Het doel van de bijeenkomst was om te kijken wat de beste aanpak zou zijn om beweegvaardigheden te volgen op cluster 3-scholen.

Tijdens die bijeenkomst werd besloten om VolgMij verder te ontwikkelen voor het speciaal onderwijs. Er is een werkgroep gecreëerd die verantwoordelijk was voor de verdere ontwikkeling. De werkgroep bestond uit vakleerkrachten werkzaam in het bewegingsonderwijs voor het speciaal onderwijs, de ontwikkelaars van VolgMij van regulier bewegingsonderwijs, docenten van hogescholen en een vertegenwoordiger van de SLO. In 2018 heeft één van de vakleerkrachten, Anna-Maria van Dillen, een beurs ontvangen van het LerarenOntwikkelFonds (LOF) om VolgMij Speciaal verder te ontwikkelen. Met die impuls konden in twee jaar activiteiten uitgetoetst worden en de app worden omgebouwd voor cluster 3 scholen. Het was een enorm uitdagende klus waarin het belangrijkste was dat er recht werd gedaan aan de verschillen tussen de kinderen zonder daar een waardeoordeel aan te geven.

Het speciaal onderwijs is er voor leerlingen die specialistische of intensieve begeleiding nodig hebben. Omdat er veel verschillen bestaan tussen leerlingen is het speciaal onderwijs in vier clusters ingedeeld. De clusters zijn ingedeeld op de problematiek van de leerlingen. Onder cluster 3 van het speciaal onderwijs vallen scholen voor leerlingen met verstandelijke en lichamelijke beperkingen, en leerlingen die langdurig ziek zijn.

### Opzet VolgMij Speciaal

Het leerlingvolgysteem is gebaseerd op de leerlijnen uit het Basisdocument bewegingsonderwijs voor het basisonderwijs (Mooij et al., 2011) en het Basisdocument bewegingsonderwijs ZML (Berkel, van et al., 2009). Om recht te doen aan de verschillen tussen de leerlingen is VolgMij Speciaal gebaseerd op vier stromen en wordt er niet gewerkt in leerjaren. Hiermee kunnen leerlingen worden gevolgd die buiten de reguliere lesinhoud vallen en zodoende op hun eigen niveau succesmomenten kunnen behalen.

Binnen elke stroom staan 3 kernactiviteiten per leerlijn beschreven van A tot en met C. Deze kernactiviteiten gaan van makkelijker naar moeilijker binnen een stroom en ook is er een opbouw in moeilijkheid tussen de stromen EMB, ZML en Basis. Alleen de kernactiviteiten van rolstoel zijn opzichzelfstaande activiteiten (tabel 2).

De opbouw van de activiteiten binnen de EMB-stroom tussen de a, b en c kernactiviteiten is veel kleiner dan bijvoorbeeld de basisstroom. Niet voor niets, want de ontwikkeling binnen de EMB-stroom loopt in veel kleinere, subtiele stappen. Een leerling kan binnen VolgMij Speciaal per leerlijn in een andere stroom geduid worden. Door hun beperkingen kunnen deze leerlingen in de ene leerlijn uitblinken terwijl zij in de andere leerlijn veel aanpassingen in de kernactiviteit nodig hebben en daarmee ook in een andere stroom vallen.

▼ Tabel 1

stroom	uitleg	korte inhoud
<b>EMB</b>	Ernstig meervoudig beperkt	Evaringsgerichte activiteiten voor leerlingen in de ontwikkelingsleeftijd 2 jaar en jonger
<b>ZML</b>	Zeer moeilijk lerend	Activiteiten beschreven vanuit het basisdocument ZML
<b>basis</b>	Basisdocument	Activiteiten beschreven vanuit het basisdocument
<b>rolstoel</b>	Rolstoelactiviteiten	Activiteiten voor rolstoelleerlingen hierin wordt onderscheid gemaakt tussen handbewogen rolstoel en elektrische rolstoel

Tabel 2 ▼  
voorbeelden kernactiviteiten binnen leerlijn balanceren

**Een leerling kan binnen VolgMij Speciaal per leerlijn in een andere stroom geduid worden**

EMB	ZML	Basis	Rolstoel
A) Ligger op wiebelmat	A) Lopen over breed stabiel vlak	A) Lopen over stabiel schuin vlak	A) Rijden over lange mat met materialen eronder
B) Zitten op wiebelmat	B) Lopen over breed stabiel schuin vlak	B) Lopen over breed half instabiel vlak	B) Rijden over de wipwap
C) Kruijen over wiebelmat	C) Lopen over smal stabiel vlak	C) Lopen over breed instabiel vlak	C) Wheelie





Ook is er nog ruimte voor de leerkracht om een kernactiviteit zelf aan te maken. Daarmee geeft VolgMij ook genoeg ruimte voor scholen om het te laten aansluiten bij het eigen programma.

Voor elke activiteit zijn vijf niveauiduidingen gemaakt. Een niveauiduiding geeft aan in welke mate een kernactiviteit lukt en welke ontwikkelingsstappen een leerling nog kan maken. Hieronder staat een voorbeeld van de opbouw van de 5 niveauiduidingen binnen de ZML stroom.

#### ZML A: Lopen over breed stabiel vlak

De leerling loopt over een breed stabiel vlak naar de andere kant

Het lukt de leerling niet

De leerling loopt met hulp over het vlak

De leerling loopt zelfstandig over het vlak

De leerling loopt met regelmatig tempo en in balans over het vlak

De leerling loopt in balans over het vlak en kan onderweg opdrachten uitvoeren

### De app VolgMij Speciaal

VolgMij is ontwikkeld als app die met de iPad uitstekend werkt. De leerlinglijsten kunnen vanuit een edex-bestand dat beschikbaar is vanuit de leerlingenadministratie geïntegreerd worden in de app. Daarnaast kan het programma ook op een computer gebruikt worden. Wanneer de leerlingenlijsten zijn ingevoerd kan er zowel op klas als leerling gescoord worden.

### Netwerk bewegingsonderwijs cluster 3

Voor vakleerkrachten in cluster 3 is er de mogelijkheid om mee te denken in het 'netwerk bewegingsonderwijs cluster 3' over de verdere ontwikkeling van het leerlingvolgsysteem. De wens van de ontwikkelgroep is nog te werken aan sociaal-emotionele doelen gekoppeld aan de kernactiviteiten. Wil je deelnemen aan het netwerk bewegingsonderwijs cluster 3?

Ga naar [www.speciaalbewegingsonderwijs.nl](http://www.speciaalbewegingsonderwijs.nl) en meld je aan. Wil je VolgMij cluster 3 daarbij uitproberen? Neem contact op met Anna-Maria van Dillen en vraag naar de mogelijkheden (zie contact).

### Bronnen

Mulier Instituut (2021). Meten van motorische vaardigheden bij kinderen in het speciaal onderwijs. Geraadpleegd op 4 mei 2021, van 1 ([kennisbankportenbewegen.nl](http://kennisbankportenbewegen.nl))

Slot-Heijs, J.J. & Lucassen, J.M.H. (2019). Bewegingsonderwijs en sport in het speciaal onderwijs. Utrecht: Mulier Instituut.

Mooij, C., Berkel, M. van, Consten, A., Danes, H., Geleijnse, J., Graft, M. van der, ... Tjalsma, W. (2011). Basisdocument Bewegingsonderwijs voor het Basisonderwijs (6e gewijzigde druk). Zeist: Jan Luiting Fonds.

### Foto

KVLO

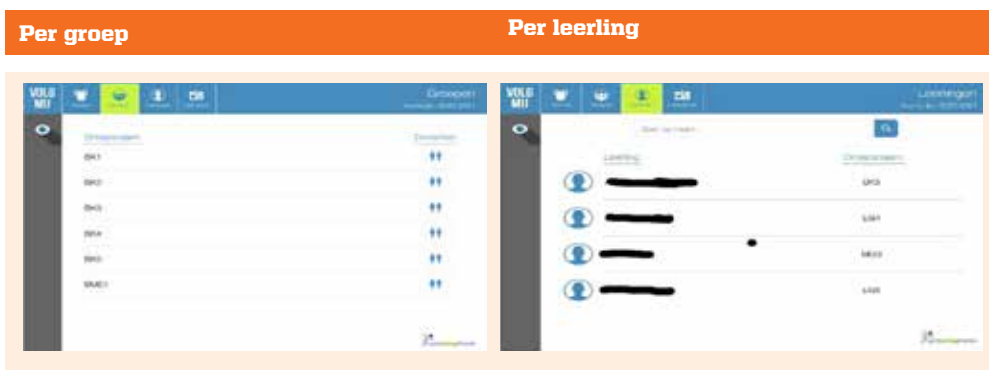
### Contact

[cbj.visser@windesheim.nl](mailto:cbj.visser@windesheim.nl)  
[a.vandillen@almere-speciaal.nl](mailto:a.vandillen@almere-speciaal.nl)

### Kernwoorden

digitalisering, innovatie, leerlingvolgsysteem

▼ *Het scoren van leerlingen kan per leerling of per groep*



# Stapsgewijs innoveren van de gymzaal

Sluit de inventaris van de gymzaal nog wel voldoende aan bij de ontwikkelingen binnen het bewegingsonderwijs? Helaas is het antwoord in veel situaties 'nee', schreef Erik Spiegelenberg, beweegspecialist Nijha Expertisecentrum, in 2013 in *Lichamelijke Opvoeding Magazine*. Hoe is op dit moment gesteld met de innovaties?

TEKST JIMMY WARNAAR

**U**it recent huisvestingsonderzoek van de KVLO, (december 2020) blijkt dat veel gymzalen die gebruikt worden voor onderwijs nog steeds over eenzelfde herkenbare sportinventaris als tien jaar geleden beschikken. Uit dit onderzoek komt naar voren dat de zalen op orde zijn en voldoen aan de beschreven basis eisen die aan de zalen worden gesteld. Oud en kapot materiaal wordt vervangen, maar innovaties in de zalen zijn zeldzaam. Wat hier wel telt is dat het inrichtingsbudget van de overheid nog dateert uit 1987 en te beperkt is om accommodaties echt te kunnen vernieuwen.

Innovatie van de gymzalen blijft een actueel thema. Verwachtingen die leerlingen hebben bij docenten en het lesaanbod veranderen met de

tijd mee. Veel leerlingen komen in aanraking met eigentijdse beweegmogelijkheden buiten de school en willen dit terugzien in de reguliere gymles. In het nieuwe curriculum wordt niet voor niets het accent gelegd op het aansluiten bij de beweegcultuur van de jeugd. Hiervoor zijn onder andere aanpassingen van de inventaris in de gymzaal noodzakelijk.

## Kansrijk

De kansen om in de traditionele gymzalen aanpassingen aan te brengen zijn groot. De technische en interactieve mogelijkheden om te innoveren zijn aanwezig. Het is mogelijk om creatieve, aanpassingen te maken op bestaande toestellen, te werken met video walls, vloeren met led-patternen, flexibele wanden, etc. Maar de vernieuwing in bestaande zalen schiet niet echt op. De spanning tussen wat technisch mogelijk is en de basisvereisten wordt steeds groter schetst Jo Lucassen (2020). Wel zijn er vernieuwende concepten ontwikkeld voor de bouw van compleet nieuwe zalen, zoals de Beweegbox of een zaal die is ingevuld volgens het ASM-gedachtegoed. Deze concepten zijn nog maar sporadisch gerealiseerd in een aantal steden. Het is echter niet reëel om van alle scholen te verwachten dat zij nieuwe zalen gaan bouwen met moderne faciliteiten. Hoe dan wel? In de master Sport- en Beweginnovatie heeft Jimmy Warnaar, student MSBI, een plan uitgewerkt om bestaande gymzalen stapsgewijs te innoveren. Dit plan is een opmaat om op lange termijn iedere traditioneel ingerichte gymzaal in het voortgezet

▼  
*Ouderwets lijnenspel*



Foto Hans Dijkhoff



Foto Jimmy Warnaar

onderwijs te innoveren, zodat eigentijdse uitdagingen voor de leerlingen mogelijk worden. Wat is daarvoor nodig? Verdiep je als school en docententeam LO in de innovatieve mogelijkheden voor de zalen en inventariseer de wensen van leerlingen en LO-docenten. Maak jaarlijks een budget vrij om langzaam van een traditioneel ingerichte gymzaal naar een moderne zaal met creatieve uitdagingen toe te groeien.

### Stapsgewijs invoeren

Het plan is even simpel als uitdagend en vraagt om een mind-set bij schooldirecties en LO-docenten om optimale, vernieuwende accommodaties te scheppen voor het aanbod in de gymles. Het gaat er niet om of er een gymzaal bij de school is, maar het gaat erom hoe de gymzaal die gebruikt wordt is geutiliseerd. Leerlingen van deze tijd verwachten andere uitdagingen in een zaal dan twintig jaar geleden. Het op gang krijgen van een ontwikkeling gaat langzaam. Er zijn altijd argumenten om iets niet te doen, maar docenten LO die de urgentie zien van een aanpassing van hun gymzaal kunnen ontwikkelingen aanjagen en bespoedigen bij de directie en de beheerders van de zaal. Er zijn gelukkig ook voorbeelden van scholen die al op deze manier werken. Het stapsgewijs innoveren van een gymzaal heeft een aantal voordelen:

- De financiering van een geleidelijke innovatie kan jaarlijks worden opgenomen in de begroting.
- Veel innovaties zijn klaar voor gebruik en ieder jaar zijn er weer nieuwe innovaties, zodat je met de tijd mee blijft gaan.
- Docenten kunnen hun eigen creativiteit gebruiken bij de keuzes die zij maken.
- Leerlingen kunnen betrokken worden bij jaarlijkse keuzes.
- Docenten blijven vrij in hun didactische benadering en de keuze van hun lesprogramma.

### Voorbeelden

Stapsgewijs innoveren van bestaande gymzalen is een proces van jaren en houdt eigenlijk nooit op. Daarvoor is het nodig dat er voorbeelden worden getoond, gedeeld en dat op basis van goede voorbeelden eerste stappen worden gezet. Leerlingen die in de aanloop naar de Sportiefste school-verkiezing de zaal van de toekomst mochten ontwerpen noemden het ontwerpen van een Ninja Parcours in de gymzaal het meest frequent. De ontwikkeling van een Ninja Parcours in de gymzaal is een stap die in de Master Sport- en Beweeginnovatie door Jimmy Warnaar is uitgewerkt. Het is een voorbeeld wat je kunt doen als je stapsgewijs de gymzaal gaat aanpassen.

Het idee is om het wandrek van de muur horizontaal te plaatsen, op ongeveer twee meter boven de grond. Een positie die met wandrekken die ondersteuning hebben aan het plafond mogelijk is. Wandrekken kunnen in deze horizontale positie bijvoorbeeld als monkeybar worden belast. In het wandrek worden koppelingen tussen de sporten geplaatst om obstakels aan op te hangen, zoals verschillende ninja modules (Spinners, Ovals, Supersnakes, Pegboards). Op deze manier kan het wandrek functioneren als een Urban Sport parcours. Dit idee is inmiddels in concept uitgevoerd en bij leerlingen getest.

### Tot slot

Het is een mooi voorbeeld om nu door te pakken en te werken aan de zaal voor de toekomst, zodat de lessen beter aansluiten op de ontwikkelingen in de bewegingcultuur. In een artikel elders in dit blad wordt meer de digitale kant belicht met 'slimme' vloeren met led-verlichting. Het uiteindelijke doel is gemotiveerde leerlingen die met plezier zich inspannen in de gymles en een eigentijds aanbod met passende faciliteiten is daarbij onontbeerlijk.

### Bibliografie

- Lucassen, J., (2020). Laat je niet gek maken door het Athletic Skills Model. *Lichamelijke opvoeding* 9.
- Spiegelberg, E, & Dijkhoff, H. (2013, februari). Indeling en gebruik van gymzaal voor onderwijs verandert. *Lichamelijke opvoeding* 101 (pp. 54)

### Contact

[jtmwarnaar@gmail.com](mailto:jtmwarnaar@gmail.com)

**Kernwoorden**  
digitalisering, innovatie, technologie



# Pabo-ALO's: wat zijn de ervaringen tot nu toe?

Steeds meer hogescholen bieden een gecombineerde Pabo-ALO-opleiding aan. De vorm verschilt. Het doel is hetzelfde: het opleiden van dubbelbevoegde leerkrachten die breed inzetbaar zijn. Hoe goed zijn deze nieuwe opleidingen? Vorige keer in *Lichamelijke Opvoeding Magazine* ging het over het ontstaan van de Pabo-ALO's. Nu over de praktijk: wat zijn de ervaringen tot nu toe?

TEKST PAUL WELLING

**I**neens zijn ze er. De HAN in Nijmegen is de eerste in 2018. In 2020 volgen Fontys Eindhoven, Hanzehogeschool Groningen en Windesheim Zwolle. Dat in verschillende steden op hetzelfde moment nieuwe Pabo-ALO's verschijnen, heeft vanzelfsprekend met de maatschappelijke opdracht van de hogescholen te maken. Maar tegelijkertijd er ligt ook een duidelijke behoefte aan ten grondslag. Veel ALO-studenten willen na hun diploma een Pabo-bevoegdheid halen en omgekeerd. Omdat een deeltijdstudie naast een baan belastend is, is een gecombineerde Pabo-ALO voor hen een aantrekkelijke optie. Daarnaast hebben basisscholen grote behoefte aan breed inzetbare, dubbelbevoegde leerkrachten voor zaal en lokaal. Een ander voordeel is dat de aanwezigheid van meer vakleerkrachten ervoor zorgt dat bewegingsonderwijs weer meer kwalitatieve voet aan de grond in het basisonderwijs krijgt. Redenen genoeg dus om de nieuwe Pabo-ALO's een kans te geven. Maar hoe voer je het uit? Dit pakt elke hogeschool vooralsnog op zijn eigen wijze aan.

## Verschillende vormen

Alle hogescholen hebben een traject ontwikkeld dat vier en een half of vijf jaar duurt. De HAN kiest voor een constructie met nog steeds twee afzonderlijke opleidingen, die door organisatorische aanpassingen en vrijstellingen toch naast elkaar kunnen worden gevolgd. Fontys heeft het Pabo-ALO-programma van onderaf opnieuw opgebouwd, waarbij universele competenties van het leraarschap uit beide opleidingen op basis van leeruitkomsten zijn gecombineerd. Hanzehogeschool Groningen heeft een tussenvorm gekozen, zegt programmanager ALO-Pabo Suzanna Bakker: 'Wij gebruiken de bestaande programma's, maar hebben overlappende pedagogische en didactische onderdelen samengesmolten. Hierbij werd al snel duidelijk dat je er met knippen

en plakken niet bent. We hebben de gemeenschappelijke modules echt ALO-Pabo-specifiek gemaakt. Ook hebben wij ervoor gekozen om de twee bevoegdheden vanaf het begin bij elkaar te houden om onze studenten zo breed mogelijk op te leiden. Deze brede benadering past bij de onderwijsvisie van Hanzehogeschool. Dus Pabo en ALO komen beide elk jaar gelijkmatig aan bod. Alleen aan het eind van het traject zoomen we twee semesters in op de afzonderlijke bevoegdheden.'

## Tegen de trend

Windesheim Zwolle pakt het weer op een heel andere manier aan, vertelt Chris Hazelebach, lid van de projectgroep ALO-Pabo: 'Wij doen het niet naast, maar ná elkaar. Eerst drieënhalft jaar Calo (ALO), daarna anderhalf jaar Pabo. Als onze Calo-studenten hiervoor kiezen volgen zij in het tweede semester van het vierde jaar een specifieke pre-Pabo-minor, met aansluitend een verkorte Pabo-opleiding van één jaar.' Windesheim kiest hiermee nadrukkelijk eerst voor het gehele ALO-programma om te specialiseren en pas daarna voor verbreding. Hazelebach: 'De huidige trend is andersom, inderdaad. Eerst studenten twee jaar lang breed opleiden en pas daarna specialiseren voor het jonge of oudere kind of een vakinhoudelijke lerarenopleiding. Wij doen dit niet. Wij hebben de overtuiging dat een student eerst houdt van sport en daarvoor wil gaan. Vanuit dat vak zetten wij de verbreding in en in de praktijk werkt dat goed. Studenten pakken het lesgeven goed op en kunnen zich dan focussen op de didactiek van de vakdomeinen.'

## Vol vertrouwen

Doordat alle hogescholen hun eigen vorm geven aan het nieuwe Pabo-ALO-traject lijkt het erop dat nog niemand weet wat het beste werkt. Hazelebach is er heel uitgesproken over: 'Wij zijn nog niet zeker dat je in vijf jaar een dubbele bevoegdheid kunt halen. Simpelweg omdat we het nog niet weten. Wel zijn we vol vertrouwen dat het kan en dat het een goede oplossing is waar studenten en scholen echt op zitten te wachten. Maar hoe precies? Dit zijn we nu in de praktijk aan het onderzoeken.' De eerste groep die in Zwolle sinds februari de pre-Pabo-minor doet betreft 20 studenten. Voor de minor en daarna het vijfde jaar worden de bestaande modules van de reguliere Pabo-deeltijdopleiding gebruikt. Maar Hazelebach merkt nu al dat dit niet ideaal is: 'Uit het bestaande Pabo-deeltijdprogramma hebben we alle vakken verwijderd die de studenten al tijdens hun drieënhalft jaar Calo hebben gehad, zoals pedagogiek, psychologie, algemene didactiek en onderzoeksvaardigheden.

De vakinhoudelijke modules blijven over. Maar deze modules gaan uit van een start in jaar 1, terwijl onze studenten al een hele Calo-opleiding hebben afgerond. De stof past dus niet bij hun beginsituatie. Wij weten nu al: De modules kunnen nog meer op maat gemaakt worden.'

### **Pioniers**

Ook Hanzehogeschool Groningen is volgens Suzanna Bakker volop aan het leren. Het eerste jaar ALO-Pabo is met maar liefst 90 studenten in drie klassen overvol. 'Dit komt bovenop de aanmeldingen voor onze reguliere ALO- en Pabo-opleidingen, die zelf ook al groeien. Misschien heeft corona de urgentie en waarde van het onderwijs benadrukt', aldus Bakker. 'Feit is dat de nieuwe ALO-Pabo een duidelijke behoefte lijkt in te vullen.' Extra wrang is dat de stages van de eerstejaarsstudenten voor een groot deel door de pandemie in het water vielen. 'Ze waren natuurlijk teleurgesteld. Maar we hebben samen met de studenten een goed vervangend programma opgesteld. Deze studenten zijn heel actiever en blijven positief. Ze weten dat ze pioniers zijn.'

### **Motiverend en superleuk**

Terwijl de hogescholen achter de schermen bezig zijn met de ontwikkeling van hun Pabo-ALO's zit Floris Brinkman midden in de praktijk. De 20-jarige Apeldoornse student is tweedejaars aan de Pabo-ALO van de HAN Nijmegen. Hij houdt van sport, is meerkamper en vindt het leuk om kinderen iets te leren: 'Ik wilde na mijn vwo eigenlijk voor de ALO kiezen of bewegingswetenschappen aan de universiteit. Maar tijdens open dagen hoorde ik van de nieuwe Pabo-ALO op de HAN. De dubbele bevoegdheid sprak me enorm aan. Ze zeiden vooraf dat het een pittige opleiding zou zijn, en dat klopt. Maar omdat ik dit heel graag wil is het goed te doen.' Wat Floris vooral aanspreekt zijn de stages: 'Al vanaf het begin in het eerste jaar ga je twee dagen in de week stage lopen: Pabo en ALO. Je ontwikkelt je hierdoor razendsnel. Je bent lekker bezig met sport en je krijgt snel veel mee over pedagogiek en didactiek. Alles is gericht op die dubbele bevoegdheid en jouw

uiteindelijke rol als breed inzetbare leerkracht. Dit maakt de opleiding ontzettend motiverend en superleuk.'

### **Verrijking**

Volgens de hogescholen heeft de dubbele Pabo-ALO-bevoegdheid extra meerwaarde omdat de leerkracht de kinderen in de zaal én het lokaal ziet. Komt die belofte uit, volgens Floris? 'Absoluut. Je krijgt veel meer facetten van het kind te zien. Kinderen die in de klas de braafste leerlingen zijn, kunnen in de gymzaal megafanatiek zijn. Ik had ook een leerling die in de klas alleen met zichzelf bezig was, maar zich in de gymzaal vanuit zijn sport ineens heel helpend en zorgzaam opstelde. Het is echt een verrijking om die twee kanten te zien. Ik merk nu al tijdens evaluatiegesprekken met mijn Pabo-mentor dat ik regelmatig situaties uit de gymzaal bespreek. Dan zegt zij: tof dat jij die dingen meekrijgt. Een andere meerwaarde is dat je als Pabo-ALO-leerkracht haast automatisch bezig bent om meer beweging in het onderwijs te krijgen. Je denkt er voortdurend creatief over na. Daarnaast geloof ik dat de combinatie van sport en lesgeven een goede aansporing is voor mannen om in het basisonderwijs te gaan werken.'

### **Gezond opgroeien**

Floris hoopt dat scholen de meerwaarde van de dubbele bevoegdheid zien. Bij Windesheim en Hanzehogeschool twijfelen ze er niet aan. Hazelebach: 'De stage-groepsleerkrachten zijn in ieder geval zeer positief over de pedagogische kwaliteiten van de studenten en zien dat de vakinhoud snel eigen gemaakt wordt. We hebben onszelf drie jaar gegeven om te onderzoeken en experimenteren. Dan moet 'het alo-pabo traject' staan als een huis. Het is een geweldige kans voor leraren LO die in het basisonderwijs willen gaan werken. Je hoeft niet langer een zwerver tussen de gymzalen te zijn. Nu kan je op één basisschool vak- én groepsleerkracht zijn, zodat je een stabiel bestaan krijgt en een band met de school en de kinderen kunt opbouwen.' Bakker: 'De meerwaarde kan niemand ontgaan. De voordelen zijn legio. Natuurlijk zijn de opleidingen nog niet perfect en zoeken we als hogescholen nog naar de beste vorm. Maar de leeruitkomsten zijn geborgd, bij ons en alle collega's. En de grondhouding van onze studenten is goed, anders zouden zij deze opleidingen niet aankunnen. Maar misschien het belangrijkste is dat de nieuwe Pabo-ALO's een teken zijn van deze tijd. De huidige generatie studenten wil iets doen dat waardevol is. Doordat zij de talenten van kinderen in de zaal en in de klas zien, kunnen zij als leerkracht beter bijdragen aan het fysiek en mentaal gezond opgroeien van kinderen. Daar gaan onze studenten vol voor. En dit is heel mooi om te zien.'

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

#### **Foto**

Fontys

#### **Contact**

pieter.cornelissen@fontys.nl

#### **Kernwoorden**

combi-opleiding, dubbele bevoegdheid



# Nevenwerkzaamheden

Het komt regelmatig voor dat een docent nog andere werkzaamheden verricht naast zijn werkzaamheden op school (ook wel “nevenwerkzaamheden” genoemd). Zoals beschreven in de onderwijscao's ben je als werknemer verplicht andere werkzaamheden bij je werkgever te vermelden (en ook de aard en de omvang van die werkzaamheden). Als de werkgever de betreffende werkzaamheden in strijd acht met “de belangen van de instelling” kan de werkgever deze werkzaamheden verbieden.

TEKST MR. MAARTEN SEGERS

**E**nkele jaren terug heeft een kantonrechter van de Rechtbank Rotterdam een uitspraak gedaan over een discussie over nevenwerkzaamheden tussen een school en een docent (28 september 2018).

In deze zaak ging het om een docent (groepsleerkracht) werkzaam in het speciaal onderwijs (onder de cao primair onderwijs). Naast zijn werk als groepsleerkracht verrichtte hij ook werkzaamheden voor een aan de school verbonden GGZ-instelling. Daarnaast heeft de docent op enig moment besloten een eigen buitenschoolse opvang op te richten zonder zijn werkgever (school) hierover te informeren. De school komt hier op enig moment achter en gaat met de betreffende docent in gesprek. De school geeft aan de nevenwerkzaamheden (BSO) onverenigbaar te achten met zijn werkzaamheden op school (mede vanwege een overschrijding van de arbeidstijdenwet). De docent en school spreken af dat de werkzaamheden gedurende 5 maanden afgebouwd worden waarna de docent zijn nevenwerkzaamheden geheel stopt. De school heeft de docent aan het eind van die 5 maanden nogmaals benadrukt niet in te stemmen met nevenwerkzaamheden (omdat deze in strijd zouden zijn met het belang van de instelling).

Ruim een jaar later bereiken de school signalen dat de betreffende docent nog steeds nevenwerkzaamheden verricht. De school schakelt vervolgens Hoffman Bedrijfsrecherche in. Uit het rapport blijkt dat de docent nog steeds nevenwerkzaamheden verricht die niet

gemeld zijn en volgens de school in strijd zijn met het belang van de school. De school verzoekt de rechter vervolgens het dienstverband met de werknemer te beëindigen. Dit onder meer vanwege het in strijd met de cao en de herhaaldelijk gegeven instructies voorzetten van nevenwerkzaamheden voor zijn eigen financieel gewin met gebruikmaking van lokalen en middelen van de school zonder de school daarover te informeren en daarvoor toestemming te vragen.

De kantonrechter stelt vast dat docent in nevenwerkzaamheden heeft verricht die hij niet bij zijn werkgever heeft gemeld. Daarmee stelt de kantonrechter ook vast dat de docent hiermee in strijd heeft gehandeld met de cao. De kantonrechter geeft ook het volgende aan: “Dat de verrichte nevenwerkzaamheden geen BSO-activiteiten zijn doet niet ter zake. Evenmin doet ter zake of de belangen van werkgever met de nevenwerkzaamheden zijn geschaad. De docent is voorts in strijd met de duidelijke instructies van zijn (onderwijs) werkgever doorgaan met het verrichten van nevenwerkzaamheden, te weten het bieden van specialistische begeleiding aan kinderen, terwijl de werkgever duidelijk heeft medegedeeld dat het verrichten van nevenwerkzaamheden in welke vorm dan ook niet is toegestaan dan wel dat docent deze werkzaamheden dient te melden c.q. toestemming dient te vragen.”

Voor de rechter weegt ook mee dat de docent de mogelijkheid heeft gekregen om zich te oriënteren op het ontplooiën van activiteiten buiten de organisatie van de school. De docent moest daarvoor een

businessplan opstellen of een verzoek indienen om toestemming tot het verrichten van nevenwerkzaamheden. De school heeft echter noch een businessplan noch een verzoek om toestemming voor nevenwerkzaamheden ontvangen. De docent heeft zich volgens de rechter tegen de afspraken in beziggehouden met nevenwerkzaamheden en daarmee wilens en wetens tegen de regels van de school in gehandeld. Bovendien verwijt de werkgever de docent dat hij geen open kaart heeft gespeeld. Zo had de docent volgens de rechter de mogelijkheid om openheid van zaken te geven tijdens de diverse gesprekken voorafgaand aan de escalatie. De docent is echter blijven ontkennen en heeft ook getracht zijn nevenwerkzaamheden voor de school verborgen te houden. Hij heeft volgens de rechter in feite pas ter zitting openheid van zaken gegeven.

De kantonrechter oordeelt dat er sprake is van “verwijtbaar handelen” van de docent en hij ziet daarmee voldoende grond voor beëindiging van het dienstverband. Alhoewel er dus sprake is van verwijtbaar handelen is er volgens de rechter geen sprake is van “ernstig verwijtbaar handelen”. De docent ontvangt daarom nog wel een ontslagvergoeding (transitievergoeding).

Opvallend in deze zaak is dat de kantonrechter zeer veel waarde hecht aan het feit dat de docent zijn werkzaamheden niet heeft gemeld (een verplichting conform de cao). Omdat de nevenwerkzaamheden niet gemeld zijn ziet de kantonrechter geen grond om in te gaan op de vraag of de betreffende werkzaamheden in strijd zijn met de belangen van de school. Alhoewel er in deze zaak veel meer speelde ziet de kantonrechter in het niet melden van nevenwerkzaamheden en het consequent trachten die werkzaamheden te verbergen voldoende om het dienstverband te beëindigen.

Ook vragen over het nevenwerkzaamhedenbeding? Neem dan contact op met de juridische afdeling van de KVLO.

**Contact**  
juristen@kvlo.nl



## Vitaliteit in de school brengen voor medewerkers en leerlingen

Op onze school Stad en Esch te Meppel maak ik deel uit van een werkgroep die zich bezighoudt met Vitaliteit. Ik ben naast mijn werk als docent lichamelijke opvoeding ook werkzaam geweest als personal trainer. Al jaren ben ik zelf bezig met gezonde leefstijl door middel van voeding en training. In mijn lessen online heb ik bijna elke week wel een workout online gedaan. De eerste weken werd er met veel enthousiasme meegedaan. Het is niet gek dat dit op een gegeven moment minder is geworden. Mijn leerlingen gaven ook aan dat ze het lastig vonden om actief te zijn. Sommigen vroegen mij in de eerste golf al om hulp op gebied van voeding en training omdat ze merkten dat het lichaam veranderde.

TEKST DENNIS VAN OS

### Invloed van corona op de lichamelijke conditie

In de coronaperiode merkte ik bij mezelf dat ik thuis al snel de neiging had om meer te eten en minder te bewegen omdat je voornamelijk online zit. Mijn trainingen deed ik nog wel maar vooral het zitten heeft mijn lichaam nadelig beïnvloed. Dit heeft mij aan het denken gezet. Wat kan ik voor mijn leerlingen betekenen? Hoe kan ik de leerlingen van Stad



▲ TRX-training aan medewerkers

en Esch bereiken om hiermee bezig te gaan? Maar ook medewerkers zijn hierin betrokken.

### Medewerkers

Medewerkers kunnen via een digitaal systeem inschrijven en deelnemen aan deze training. Elke medewerker traint met een TRX die aangeschaft is door de school. Het doel van de work-out is dat ze in 30 minuten zo maximaal mogelijk belast worden. Elke medewerker probeer ik op zijn/haar eigen level te bedienen. Enkele medewerkers kiezen ervoor om aan het begin van het traject zich te laten meten. Er wordt gemeten op BMI en vetpercentage. Op die manier kunnen medewerkers heel makkelijk de progressie die ze willen maken meten.

Ik probeer mijn medewerkers op die manier fitter te maken en/of te houden. Dit wordt gedaan met behulp van H.I.I.T. work-outs (High Intensity Interval Training) van 30 minuten op 3 momenten

in de week. In de coronaperiode heb ik de H.I.I.T. workouts aangepast of buiten gegeven

### Leerlingen

Ook bied ik de leerlingen van Stad en Esch de mogelijkheid om te komen trainen in tussenuren bij mij in de zaal. De afgelopen jaren had ik vier groepen leerlingen per week die hier gebruik van hebben gemaakt. Het doel van deze training was voornamelijk het trainen van het hele lichaam. Sommige leerlingen komen bij mij met een persoonlijk doel. Hier maak ik dan een persoonlijk plan voor.

De lichamelijke gesteldheid van de puber heeft mij doen besluiten om er iets mee te willen doen in mijn lessen. Ik heb een les ontwikkeld waarbij ik leerlingen op een eenvoudige manier gezondheidsbewustwording probeer mee te geven. Leerlingen zijn heel positief over de les en geven aan er wat mee te kunnen. Mijn LO-vakcollega's wilden graag dat ik deze les aan hun klassen ga geven. Op deze manier is het een les geworden die schoolbreed is gegeven.

### De les 'gezondheidsbewustwording'

Hier volgt een uitwerking van de les.

#### Doel van de les:

Bewustwording invloed van voeding en training op je lichaam.

#### Benodigheden:

- digibord met laptop of iPad
- zaal

►  
Uitleg



Leerlingen komen binnen en gaan zitten op 1,5 meter op de grond of op de banken. Ik begroet ze allemaal en leg uit wat we gaan doen en benoem gelijk dat de workout erg zwaar is maar dat ze niet alles hoeven te doen als het niet lukt. Op deze manier stel ik leerlingen gerust. In de uitleg geef ik duidelijk aan wat ik van ze verwacht:

- lukt het even niet? Neem dan even tijd om op adem te komen
- je bent voor jezelf bezig en hebt dus focus op jezelf.
- lukt iets niet omdat je ergens last van hebt, doe dan iets wat je wel kunt.

#### De work-out:

Centraal staat de 1000 calories workout. Het begint met een verhaal vooraf met de volgende aandachtspunten over een 1000 calories workout:

- 1000 calorieën opeten is zo gedaan. (Mac D, pizza...)
- pubers eten veel suikers en verzadigde vetten
- 1000 calorieën verbranden is best lastig.

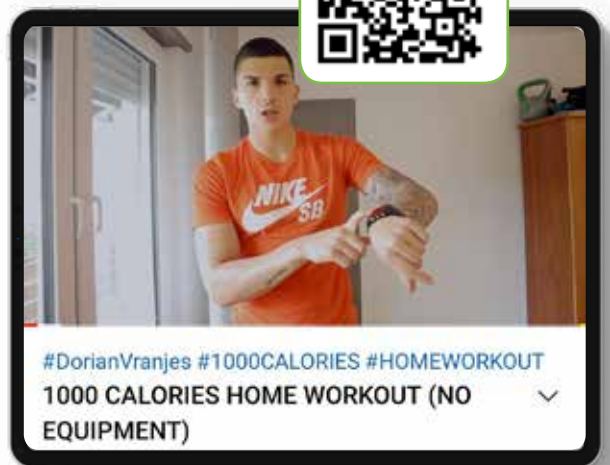


#### ▲ Warming-up

#### De film:

- geen materiaal nodig, alleen scherm/digibord
- oefeningen op basis van gebruik van eigen lichaamsgewicht (bodyweight training)
- hartslagmeter om voor het bewijs van calorieën verbruik en fatburn
- aan het eind van de film worden de verbrande calorieën en fatburn getoond
- we beginnen met de work-out de duur is dertien minuten zonder rust
- de film wordt gestart (gedownload van YouTube).

YouTube Dorian Vranjes  
1000 calories



Dit is een foto die ik plaats in de stories van mijn instagrampagina. Als de leerling het wil doet hij/zij hetzelfde



◀ Film / Workout

De oefeningen:

- jumping jacks
- knee taps
- push-ups (knie/tenen)
- squats
- burpees
- mountain climbers
- jump squats
- planking

De nabespreking:

Na de film/work-out vraag ik de leerlingen te schatten hoeveel calorieën ze verbrand hebben. Er wordt vaak hoog ingezet. (500, 700, 1200cal). Na dertien minuten alles te hebben gegeven blijkt dat de man op de video maar 280 calorieën heeft verbrand. Leerlingen zijn verbaasd. Hierna volgt een korte bespreking over de werking van verbranding van de calorieën.

Wat aan bod komt:

- 80% - 20% regel; voeding bepaalt voor 80% hoe je lichaam er uit ziet – bewegen 20%
- dagelijkse caloriebehoefte van een puber (rond de 2000 calorieën)
- werking van een afterburn
- verschillen in lichaamsbouw
- visceraal vet, wat is dat?
- belang van het ontbijt en wat er gebeurt als je niet ontbijt
- vijf dagen gezond, twee dagen iets meer suikers en verzadigde vetten
- relatie leeftijd en verbranding/ stofwisseling
- invloed van alcohol en junkfood op het lichaam.

**Persoonlijk maken**

Persoonlijke ervaringen vinden leerlingen interessant. Ik maak mijn verhaal vooral eigen door veel persoonlijke ervaringen en voorbeelden in de presentatie te verwerken. Door de korte spanningsboog van vele pubers is het belangrijk om de 'taal van de pubers' te spreken. Dit betekent dat het herkenbaar moet zijn. De leerlingen kunnen bij alle voorbeelden of verhalen die ik vertel een duidelijk beeld vormen.

**Een voorbeeld**

"1000 calorieën heb je zo gegeten. Je stapt vanaf school op je fiets en steekt hier de weg over en komt aan bij het bedrijf met zo'n grote gele M." Nu heb ik de aandacht van de meeste leerlingen gelijk omdat ze de Mac D herkennen. Ik benoem een Big Mac menu als 1000 calorieën bom. Dat hadden ze even niet verwacht. Als ik dan benoem dat een zakje M&M's 480 calorieën bevat als toetje in de avond, schrikken ze helemaal.



In mijn verhaal beschrijf ik mijn eigen regel; vijf dagen tegenover twee dagen. Oftewel, vijf dagen gezond en twee dagen iets meer suikers en vetten. Gelukkig mogen ze dan nog steeds ongezonde producten eten. Vijf dagen weinig suikers en verzadigde vetten eten en drinken is nog te doen voor pubers.

Zo doe ik het al 20 jaar. Een leefstijl zonder minder gezonde voeding houdt een mens, laat staan een puber, niet vol. Het gaat voornamelijk om eetwissels die door de weeks belangrijk zijn. Bijvoorbeeld een frikandelbroodje vervangen voor een bruin broodje pure pindakaas. Cola vervangen voor spa citroen, water of thee.

Aan het einde geef ik mijn instagram; personal-training.dennis aan de leerlingen. Langs deze weg kunnen ze mij inschakelen voor hulp met voeding en een work-outschema op de telefoon.

Ik heb rond 60 leerlingen geholpen in de afgelopen twee jaar. De inhoud van deze les is makkelijk over te nemen met behulp van de bijbehorende powerpoint 'Gezondheidsbewustwording'.

Er is bij ons op school in de onderbouw een keuzeprogramma waarbij leerlingen ook voor sport en gezondheid kunnen kiezen. Dit betreft ook bewustzijn en leren over voeding en sluit aan bij mijn lessen. De leerlingen kunnen al een aantal jaren bij mij komen om te trainen. Dit doe ik op persoonlijke titel door een oproep te doen via de digitale leeromgeving.

Ik ga binnenkort naar andere scholen in Meppel om een plan te introduceren dat uit dezelfde vorm bestaat als beschreven in dit artikel. Dit wordt door de gemeente Meppel gesteund. De gemeente Meppel heeft hiervoor op mijn initiatief een werkgroep gevormd in het kader van gezondheidsbewustzijn. Het gaat daarmee verder en breder dan alleen mijn lessen.



▲ *Reactie van een leerling die is gaan ontbijten na het advies om daar mee te beginnen.*

**Foto's**

Dennis van Os

**Kernwoorden**

Vitaliteit tijdens corona, H.I.I.T.

**Contact**

dvanos@stadenesch.nl

# Gym-op-afstand van dichtbij bekeken!

## Wat moet ik met LO in de lockdown?

In de coronatijd is er veel werk gemaakt van LO-lessen online. Dit heeft geleid tot veel creativiteit, maar ook tot nadenken over de essentie van ons vak. Wat doe je als er geen contact mag zijn met leerlingen anders dan online? Wil je leerlingen laten bewegen, leren bewegen of leren over bewegen? Of gaat het vooral om contacten onderhouden, gesprekjes voeren en leerlingen stimuleren tot gezond gedrag? De site van de KVLO 'Gym-op-afstand-lessen delen!' laat een aantal internetadressen van deze producten zien. Wat kunnen we hier van leren? Wat bieden we leerlingen aan als de belangrijkste voorwaarden van ons vak (fysieke ruimte, fysiek contact) opeens wegvallen. Welke mogelijkheden blijven er dan over in de praktijk en waar leggen we nadruk op?

TEKST MAARTEN MASSINK



*Gym-op-afstand-lessen delen! (kvlo.nl)*

### Overvallen door corona

In de coronatijd worden LO-docenten en hun secties geconfronteerd met de vraag of zij ook online lessen willen geven. Een nieuw fenomeen wordt opeens realiteit. Ons vak is het vak bij uitstek dat leerlingen leert omgaan met de specifieke ruimte, de beweegwereld waarin fysieke nabijheid en contact tussen leerlingen onderling en met de docent, eventueel met tussenkomst van spelmaterialen en toestellen en handgereedschappen, essentieel zijn. Wat blijft erover als dat wegvalt?

Voor sommige vakgroepen betekent dit dat zij in de 'pauzestand' zijn gegaan en andere ondersteunende taken en rollen zijn gaan invullen. Leerlingbegeleiding en taken als mentor of coach werden uitgebreid en sommigen zijn ingezet voor de opvang van leerlingen die op school een werkplek toegewezen kregen omdat de thuissituatie niet geschikt was voor thuiswerken.

Andere vakgroepen gingen zich verdiepen in mogelijkheden om leerlingen ook online met ons vak bezig te laten zijn. Al dan niet hiertoe opgedragen door de schoolleiding. Dit heeft geleid tot veel voorbeelden die met elkaar gedeeld worden via YouTube of andere kanalen. Vooral filmpjes met veel wc-rollen waren populair. Geen wonder dat er een wc-rollen tekort in de supermarkt ontstond...





Op de site van de KVLO zijn veel voorbeelden verzameld van mogelijke invulling van LO-lessen online. Bij bestudering van deze voorbeelden is het interessant te inventariseren wat dat heeft opgeleverd.

### LO-docent actief op internet

Er is een enorme hoeveelheid aan materiaal ontstaan. Het laat zien dat LO-ers ook erg actief zijn op het internet. Dit blijkt ook uit de site [www.rubricsmaken.nl](http://www.rubricsmaken.nl). In een vorig artikel over Beoordelen (KVLO magazine 2021 nummer 4) is hiernaar verwezen. LO-docenten bleken daar heel actief in het maken van rubrics om niveauiduiding te geven. De ordening van activiteiten is echter een probleem. Deze site heeft de rubrics geordend op alfabet. De meeste inzending hebben de activiteit een naam gegeven als atletiek, badminton, volleybal. Anderen hebben hun inzending de naam van de school gegeven. Dat maakt het zoeken van voorbeelden lastig en vermoeiend. Je gaat willekeurig door een hoeveelheid aan informatie waarbij van alles rijp en groen door elkaar staat.

### Dilemma

Hetzelfde fenomeen doet zich voor bij de schat aan informatie die er is op de site is te vinden over voorbeelden van online lessen. De KVLO heeft een aantal voorbeelden op de site gezet maar een disclaimer toegevoegd:

*\* De KVLO kan niet aansprakelijk gehouden worden voor de kwaliteit van bovenstaande inzendingen. Bijdragen kunnen ook vooral als inspiratie voor collega's dienen.*

Dit toont het dilemma en het tijdsverschijnsel waarmee we nu te maken hebben. Iedereen heeft toegang tot het internet en er wordt met veel energie van alles ontwikkeld. Er is echter geen check op kwaliteit. Dat wordt overgelaten aan de LO-docenten zelf om te beoordelen. Dat is aan de ene kant een goede zaak. Wat hier echter mist is een reflectie op nieuw lesmateriaal. Tot enkele jaren geleden was het zo dat vernieuwingen en ideeën voor de LO-praktijk via studiedagen van de ALO's al dan niet in samenwerking met de KVLO of SLO of andere onderwijsondersteunende instellingen werden uitgewisseld. Dit ging gepaard met kritische reflectie en discussie voorafgaand, tijdens en na de studiedagen. Dit leidde tot publicaties in de vakbladen.

Nu met de komst van het internet kan iedereen lessen ontwikkelen en delen via het internet. Dat is prachtig want het is laagdrempelig en direct voor iedereen toegankelijk. De KVLO wil de LO-docenten wijzen op die mogelijkheid. Aan de andere kant willen we als vakvereniging ook staan voor kwaliteit en daar de discussie over op



gang houden. Deze laatste stap wordt overgeslagen als er van alles op het internet geplaatst en gevonden kan worden. De zoekmachines van Google selecteren helaas nog niet op kwaliteiten en categorieën die we als vakwereld graag willen gebruiken. Als we steeds minder of niet meer reflecteren op inhoud is alles mogelijk en leeft ieder in zijn eigen bubbel. Voorbeelden hiervan zien we op meerdere vlakken in de samenleving. Onderzoek en wetenschap en de zoektocht naar waarheden en afstemming van deelgebieden worden links en rechts ingehaald door een bombardement aan soms bedenkelijke informatie en persoonlijke boodschappen.

Dit betekent niet dat we de creatieve kracht moeten gaan afstoppen. Integendeel het internet maakt veel mogelijk en kan stimulerend werken. Het vraagt echter wel om kritische reflectie en ordening van materialen zodat de waarde van mooie ideeën en producten onderkend kan worden en niet verloren gaat in de veelheid van informatie die het internet over ons uit stort. Dit vraagt veel tijd en wellicht nieuwe functies of uitbreiding van functies binnen de organisaties die de kwaliteit in ons vakgebied bewaken; ALO's, KVLO en SLO.

**Voorbeelden PO**

Even weer terug naar de voorbeelden die staan op de site van de KVLO 'gym-op- afstand delen!' Er is een verdeling gemaakt voor PO en VO. Daarna staan er een vijftigtal adressen. Als ik op zoek ga naar een geschikt activiteit wil ik eerst weten;

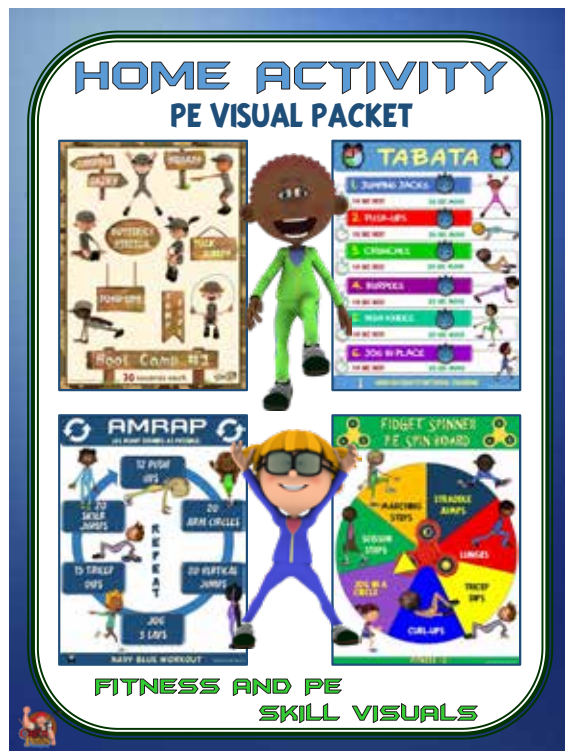
- waarom wil ik een activiteit aanbieden aan leerlingen. Betekenis geven. Gaat het om leuk, leerzaam, veel beweging/gezondheid?
- welke activiteit past daarbij?
- hoe kan ik deze activiteit online aanbieden (vorm)?

In de normale situatie met lesgeven aan een klas in een gymzaal of op het veld is de volgorde dat we een leerplan hanteren dat gebaseerd is op betekenis geven in de vorm van leerlijnen (zie basisdocument PO en VO en Curriculum.nu). Daarna ga je op zoek naar geschikte activiteiten voor leerlingen om zich te ontwikkelen binnen de leerlijn. Tot slot zoek je geschikte vormen waarbij het gaat om uitdagende bewegingssituaties en opdrachten die uitdagend en haalbaar zijn om te doen. Bij een indeling van de voorbeelden op het internet zou dit een mogelijke indeling kunnen zijn.

In de voorbeelden die nu op het internet staan zie ik de volgende thema's:

*Betekenis geven:* gezondheid bewegen, beter leren bewegen, leren over bewegen, bewegen als ondersteuning van leren (rekenen), leren ontwerpen

Leuke activiteiten op school en thuis



Voorbeeld Home activity PE visual packet, 1<sup>e</sup> pagina

*Activiteiten:* warming up, fitheidsoefeningen, work-outs yoga, challenges, oog-handcoördinatie oefeningen, leerlijngerelateerde activiteiten als dansen, balanceren (acrobatiek), klimmen, springen (touwtjespringen), hardlopen (buiten), mikken, jongleren, dansen.

*Vorm:* bingokaarten, ganzenbordspel, video maken, weekkaarten, werkkaarten, Strava Runkeeper beweegschema's (beweegtips KVLO), sportfolio app bijhouden, logboek bijhouden

Veel activiteitenbedenkers zijn begonnen, heel begrijpelijk overigens, met het bedenken van activiteiten die in de huiskameromgeving mogelijk zijn en leuk om te doen. De betekenis die eraan gegeven wordt is meestal; in beweging komen/ blijven in deze periode van veelvuldig stilzitten. De meeste opdrachten gaan over work-outs en fitheids oefeningen, ook in het PO. Terwijl er in het PO geen leerlijnen voorkomen die gericht zijn op het verbeteren van fitheid. Toch zie je opdrachten als planken, jumping jacks en squads voor leerlingen in het PO voorbijkomen. Heel populair zijn opdrachten in de vorm van Bingo of ganzenbordspel of beweegkaarten met opdrachten die vaak een mix zijn van fitheidsopdrachten of allerlei uitdagingen die je in huis kunt doen. Zij vallen in de categorie 'ook leuk om te doen' maar ze hebben andere betekenis dan in beweging blijven (in welke vorm dan ook).

Gym Bingo binnen		
Maak een koprol op elk bed in huis	Verzamel alle plastic bakjes in huis en bouw hiermee een zo hoog mogelijke toren	Balanceer 20 seconden op 1 voet en wissel daarna
Kruip onder 4 voorwerpen door	Doe washandjes om je voeten en schaats over je zelfgemaakte schaatsbaan	Spring 10 keer op je linker voet Spring 10 keer op je rechter voet Spring 10 keer met beide voeten
zet alle deuren in huis open en doe ze vervolgens allemaal weer dicht	Verzamel alle knuffels in huis en gooi ze van een afstand in de wasmand/emmer	Ren 7 keer de trap op

#### Voorbeeld gymbingo:

Er zijn ook scholen die in hun online opdrachten een duidelijke relatie met de leerlijnen willen onderhouden. Als scholengroep hebben zij de handen in een geslagen en gezamenlijk een programma gemaakt voor leerlingen waarin opdrachten gekoppeld aan leerlijnen worden afgewisseld met beweegopdrachten die lijken op een op fitheidgerichte work-out. Waarschijnlijk om tegemoet te komen aan de beweegnood van leerlingen.

#### Voorbeeld AKSO beweegkaarten:

zie QR-codes\* (rechts op deze pagina)

#### Voorbeelden VO

In het VO worden veel opdrachten gegeven in vorm van challenges waarbij gebruik wordt gemaakt van bestaande apps als Strava en Ommetje om leerlingen te stimuleren hun dagelijkse portie beweegtijd te krijgen in de vorm van buiten wandelen/lopen/fietsen. Verder neemt het aantal voorbeelden van fitnessworkouts toe in de bovenbouw. Dat lijkt enigszins gerechtvaardigd aangezien er in de basisdocument een 'sleutel' gezond bewegen is waarin het er om gaat dat leerlingen leren hoe ze door bewegen fitter kunnen worden.

Lock down part 2 (Jennifer Nuij) is een voorbeeld waarin leerlingen opdrachten krijgen waarin een mix wordt gezocht van werken aan (uitgebreide) fitheid en reflectie daarop gekoppeld aan opdrachten gericht op beter leren bewegen.

Verder zijn er de leerlingvolgsystemen voor PO als gymwijzer ([www.gymwijzer.nl](http://www.gymwijzer.nl)) en Volg mij (Volg mij | Vakgroep bewegingsonderwijs Almere (asg.nl)) en voor VO Volg Mij in de sportfolio app ([www.sportfolioapp.nl](http://www.sportfolioapp.nl)). Deze leerlingvolgsystemen bevatten opdrachten die leerlingen thuis kunnen doen en die gaan over beter leren bewegen (beweegactiviteiten met niveauiduidingen binnen acrobatiek, jongleren, en bewegen op muziek).

#### Wat leren we van de lock down?

De lockdown in deze coronatijd heeft een explosie aan materiaal opgebracht van online opdrachten voor leerlingen. Het heeft LO-docenten aangezet tot nadenken over wat mogelijk is aan opdrachten die thuis te doen zijn zonder aanwezigheid van meerdere medeleerlingen of docent. Daarvoor zijn leuke en creatieve opdrachten bedacht. Er zijn scholen die hierin zeer actief zijn geweest. Er zijn ook LO-docenten die hierin stelling hebben genomen door geen LO te doen online omdat het geen recht doet aan de betekenis van ons vak; 'beter leren bewegen'. Daarmee komt de discussie boven tafel over wat die betekenis is; gaat het om (meer) laten bewegen of om beter leren bewegen?

Sommige 'LO online versies' geven allerlei (soms bedenkelijke) opdrachten die weliswaar leuk (kunnen) zijn om te doen, maar weinig bijdragen aan het beter leren bewegen. Dit is niet erg zolang het een tijdelijk coronatijdperk betreft. Het kan de bedoeling hebben gedurende een overbruggingsperiode contact te onderhouden met de leerlingen. Het 'blijven bewegen' staat voorop en 'beter leren bewegen' staat op een lager pitje. Het gevaar bestaat dat 'meer bewegen' en fitheid de nieuwe norm wordt ten koste van 'beter leren bewegen' en gerichtheid op de kwaliteit van bewegen op basis van leerlijnen.

**Sommige 'LO online versies' geven allerlei (soms bedenkelijke) opdrachten die weliswaar leuk (kunnen) zijn om te doen, maar weinig bijdragen aan het beter leren bewegen**

Dit wordt in de hand gewerkt door een grote hoeveelheid aan materiaal op het internet voor lessen bewegingsonderwijs. Het is zaak en taak van de vakwereld (samenwerking ALO's, KVLO, en SLO) een soort van kwaliteitskeurmerk in het leven te roepen waarbij een reflectie heeft plaats gevonden op het aanbod op internet. Daarvoor moeten criteria ontwikkeld worden voor het aanbod op internet die landelijk gedragen worden. Dit zou alle LO-docenten kunnen helpen die nu verdwaald raken in de jungle van YouTube reclame en internetaanbiedingen. Een mooi begin van het ontwikkelen van criteria voor een kwaliteitskenmerk is te vinden in het artikel elders in dit blad; De Keuzewijzer Online Beweegactiviteiten door Steven Mauw, Mirka Jansen en Wim van Gelder (Het Lectoraat Beweging In en Om de School (BIOS) van de Hogeschool van Amsterdam en scholings- en adviesbureau Alles in Beweging).



\*QR code AKSO beweegkaarten (Amsterdam)



QR code vakgroep bewegingsonderwijs Almere



Qr code Lockdown part 2

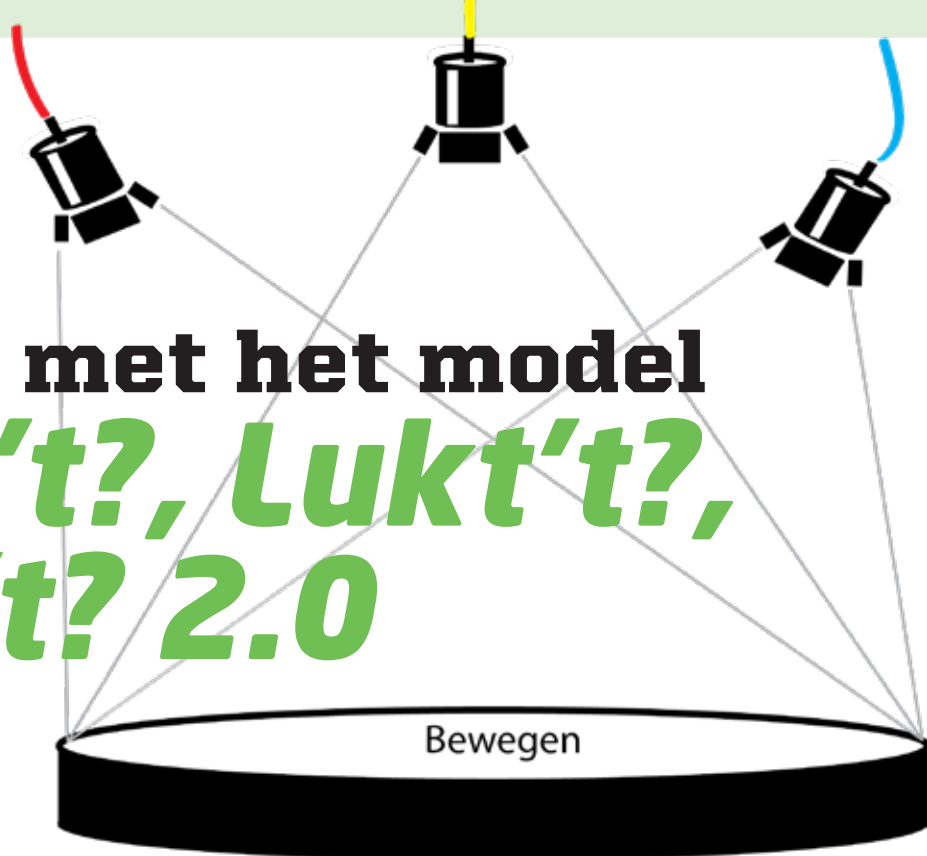
**Kernwoorden**  
digitalisering, LO online, lockdown

**Foto's**  
Anita Riemersma

**Contact**  
m.massink@upcmail.nl



# Coachen met het model *Loopt't?, Lukt't?, Leeft't? 2.0*



In dit artikel geven we een korte inkijk in een methodiek van coachen volgens het loopt 't, lukt't, leeft't model. Het is een voorschot op de publicatie die volgend jaar verschijnt: *Bewegen loopt, lukt en leeft*. Onderdeel in het boek is een coachmethodiek waarmee coaches lesgevers en trainers in spe op een betekenisvolle en verantwoorde manier kunnen begeleiden.

TEKST WYTSE WALINGA EN JEROEN KOEKOEK

**C**oaching en begeleiding in onderwijs en sport wordt steeds belangrijker. Dat komt omdat LO-docenten vaak ook stagecoach zijn voor studenten van een ALO of Pabo. En met de introductie van de clubkadercoach komt er veel werk aan voor pedagogische professionals die vrijwillig kader begeleiden op sportverenigingen (Swier, 2021). Zowel opleiders als stagecoaches weten dat het coachen van startende docenten in bewegingsonderwijs en trainers in de sport een ingewikkelde taak is. Rijke ervaring met lesgeven of trainen is niet één op één overdraagbaar op iemand die het docentschap wilt leren. Om de kennis van de coach ook daadwerkelijk betekenisvol te laten worden is een kapstok nodig en een plan van aanpak. Geen eenzijdige hoorcolleges, maar coachinggesprekken waarbij aansluiting wordt gezocht bij de kennis, beleving en belangen van degene die wordt gecoacht.

Om structuur te geven aan dit type gesprekken is het loopt't, lukt't, leeft't model een gangbare werkwijze. Het model is oorspronkelijk voor het opleidingsonderwijs voor LO-studenten ontwikkeld door Chris Hazelebach aan de Calo (Hogeschool Windesheim). Verschillende opleiders hebben in navolging het model verder ontwikkeld (Oldeboom & Ten Brinke, 2008; Van

Berkel et al., 2005). Inmiddels is de eenvoudige en handzame structuur niet meer weg te denken in vakpublicaties, methodieken en boeken in de context van het bewegingsonderwijs. Bovendien heeft het model zijn weg gevonden in de sport, waarbij de terminologie is terug te vinden in verschillende cursusmappen van trainingsopleidingen bij sportbonden (bv. KNVB, Tennisfrendz, KNHB, NHV).

In diverse onderzoeksprojecten is gekozen om deze werkwijze in te zetten voor het coachen van beweegprofessionals (buurtsportcoaches, docenten en trainers) in het kader van onder andere *breed motorische ontwikkeling, start(v)aardig* en een *veilig sportklimaat*. Daarin wordt het model ook meer een pedagogisch handelingskader voor lesgeven, coachen en trainen.

Een centraal element in het huidige model is het gebruik van metaforen. De vragen loopt't?, lukt't? en leeft't? worden voorgesteld als *spotlights* die zicht geven op wat er gebeurt in de gymzaal of op het speelveld. Met het schijnen van lichten kunnen verschillende delen van het lesgeven worden benadrukt, waardoor er een gemeenschappelijke taal ontstaat tussen coach en coachee (degene die wordt gecoacht). Met behulp van een *schuifpaneel* (om de lichten te bedienen,



zie figuur 1) kunnen wensen voor ontwikkeling in het lesgeven worden geoperationaliseerd. In de afgelopen 15 jaar is deze werkwijze gebruikt voor onderwijs aan mbo-studenten sport en bewegen, ALO studenten, maar ook BSM-klassen in het voortgezet onderwijs. Bovendien is deze kennis gedeeld met het werkveld en tijdens intercollegiaal overleg tussen opleiders van ALO's.

### Afstemmen in plaats van afvinken

De kracht van het model en de werkwijze zit in een aantal factoren. We noemen er drie.

- 1) Context centraal. Door de vragende vorm van de gebruikte termen aan de coachee is er meteen sprake van een contextgebonden analyse.
- 2) Laagdrempelige start. De eenvoud van de taal maakt dat op laagdrempelige manier kan worden gestart met coachen.
- 3) Verdiepend coachen. De mogelijkheid uit te bouwen naar een diepgaand coachinggesprek.

Zoals gezegd worden drie thematieken als vraag aan de beweegprofessional gesteld: loopt het samen organiseren, lukt de vaardigheid en leeft de betrokkenheid? Door als coach met deze vragen te beginnen wordt de lesgever gedwongen om met de situatie in de praktijk te starten in plaats van uit de theorie. Daarmee wordt een natuurlijke volgorde van coaching gevolgd. Het gesprek start bij hoe de les gaat en er wordt aangesloten bij de concerns van de lesgever. Dit voorkomt dat leren lesgeven of training geven gezien wordt als een proces van afvinken van een reeks kwaliteiten die een lesgever of trainer zou moeten bezitten ongeacht de context. Veel meer is coaching daardoor een situatief proces wat maatwerk betekent. Lesgevende kwaliteiten worden op die manier door de coach in de volle betekenis van de lesgeefcontext behandeld, in plaats van losgezongen lesgeeftrucjes.

Met de eenvoud en de toegankelijkheid van het model voor coachingsdoeleinden bestaat een reëel risico dat de uitwisselingen en gesprekken oppervlakkig van aard blijven. In dat geval helpt het de kwaliteit van het aanbod niet veel verder. De metaforen *spotlights* en *schuifpaneel* (figuur 1) helpen bij het verdiepen van de antwoorden in een coachinggesprek. Achter de eenvoud van de taal op het schuifpaneel schuilt namelijk een kans voor de coach om zijn kennis op maat te delen. Vervolg analyses kunnen als het ware aan deze taal kapstok worden gehangen en op een betekenisvolle wijze kan specialistische kennis worden ingebracht (figuur 2)

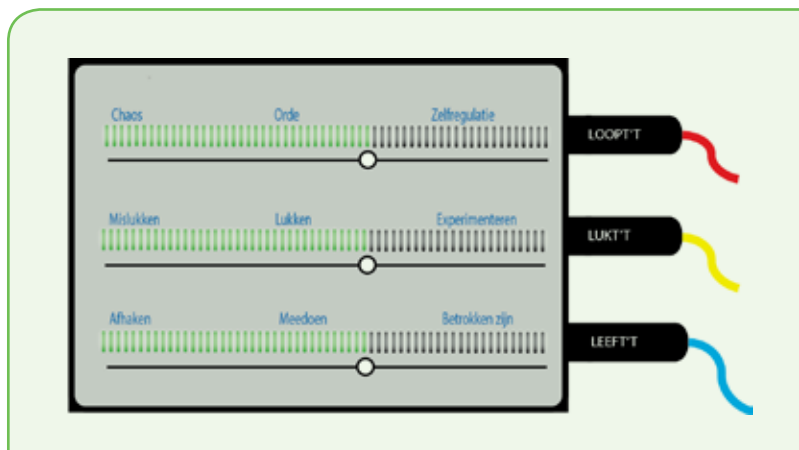
### Niet ja of nee, maar een mate van

Om informatie boven tafel te krijgen tijdens een coachinggesprek geeft de aanbieder bij de start van de activiteit aan op de schuif hoe 'goed' het lesgeven verliep en daarmee ook het effect van het handelen van de lesgever. De gekozen posities op het schuifpaneel (figuur 1) vormen de eerste aanleiding voor het gesprek.

Deze metafoor leidt er enerzijds toe dat een gesprek altijd start bij het geheel om vervolgens daarna pas in te zoomen op een deel. De keuze voor deze volgorde is essentieel omdat de drie thema's elkaar voortdurend tijdens het lesgeven beïnvloeden.

De *loopt't?* spotlight geeft zicht op alles wat te maken heeft met het samen regelen van de activiteit. Het gaat hier dus ook regelmatig over de

▼ *Figuur 1. Analyse en vervolgen met behulp van een schuifpaneel*



▼ *Loopt de afstemming?*



gekozen organisatie. De *lukt't* spotlight laat zien hoe goed de activiteit lukt. Het gesprek gaat dan over de bewegingsvaardigheid van de deelnemer en of het aanbod passend is. De *leeft't?* spotlight moet zicht geven op de betrokkenheid van deelnemers aan de les of activiteit. Door tijdens het gesprek in te zoomen op een afzonderlijke spotlight kan vaak beter duidelijk gemaakt wor-

▼ *Lukt 't op eigen wijze?*



▼ *Leeft het succes?*



den wat er is gebeurd in de les. Het uitgangspunt voor de deelnemers in de praktijk is dat passende pedagogisch didactische beslissingen van de docent een grotere kans geeft op duurzaam leren bewegen. Concreet gezegd betekent dit voor ons dat deelnemers:

- een goede samenwerking hebben die tot een prettige, veilige en kansrijke leeromgeving leidt
- de juiste bewegingsuitdaging krijgen aangeboden, die passend is voor hun leerfase
- betrokken zijn en zich mede-eigenaar voelen in de activiteit, waardoor ze een betekenisvolle bijdrage kunnen geven aan de groep.

Via deze uitgangspunten introduceren we op de schuiven per spotlight (figuur 1) de specifieke stadia waarlangs de coach zich in leerdoelen kan ontwikkelen. Die ontwikkeling verloopt van links naar rechts op de schuiven van eventueel mislukken van deze doelen tot een autonoom lukken van de deelnemers.

### De coaching methodiek 3 X 3

Een goed coachgesprek in deze methodiek voldoet aan drie voorwaarden. Allereerst bepalen de vragen loopt't, lukt't, en leeft't de inhoud. Als tweede wordt voor de gespreksvolgorde gebruik gemaakt van technieken, zoals het in de psychologie veelgebruikte GROW-model. Oldeboom en anderen (2019) formuleren soortgelijke technieken op toegankelijke wijze door het coachen te beschrijven van *Feit* naar *Fantasie*, naar *Focus*.

### Lesgevende kwaliteiten worden op die manier door de coach in de volle betekenis van de lesgeefcontext behandeld, in plaats van losgezongen lesgeeftrucjes

Om de coach eigenaar te laten zijn van het leerproces en om goed te leren lesgeven of trainen, is het van belang om de volgorde van de coaching zorgvuldig uit te voeren. Er wordt ruim de tijd genomen om stil te staan bij wat er zich voor heeft gedaan (*Feit*). Vervolgens wordt door navraag achterhaald wat in ideale zin de wens van de coach is (*Fantasie*). Hierdoor wordt als het goed is de energie voor het zoeken naar een oplossing of kans groter. Tot slot wordt gezamenlijk een *Focus* geformuleerd die de coach een stap dichterbij de gewenste situatie kan brengen. Deze focus kan een samenspel zijn van kennis van de coach én van de coach. De schuiven dwingen bijna tot deze methodiek, maar de praktijk van coaching leert dat het goed navragen van feiten, het ruim stilstaan bij wensen, en het in cocreatie formuleren van een haalbare focus een hele uitdaging is.

De laatste stap van de focus in de metafoor is bedoeld om een klein beetje op te schuiven (naar rechts) op het paneel. Om goed door te kunnen vragen op deze inhoud bevragen we ze, als derde voorwaarde, op meerdere lagen. Structuur wordt hiervoor geboden via de trits *Denken, Voelen, Doen*. Bijvoorbeeld: Wat dacht je toen het gebeurde, hoe voelde dat, en wat deed je toen? Dit uitdiepen van de casus die besproken wordt is essentieel voor het vinden van passende vervolgen omdat het de coach inzicht geeft in de wereld van de coachee.

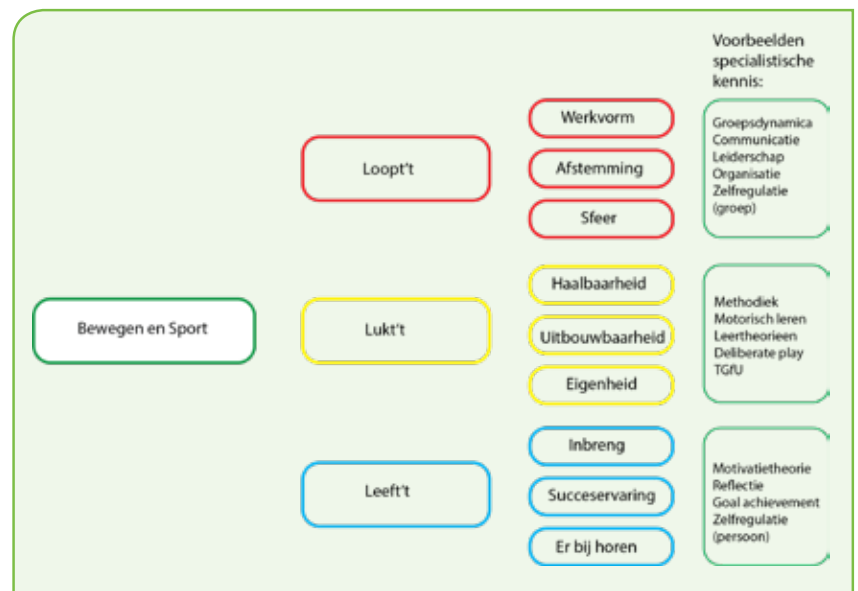
### Achtergronden en vervolgen

In de publicatie *Bewegen loopt, lukt en leeft* (Walinga & Koekoek, in druk) worden achtergronden van dit model behandeld. De ontstaansgeschiedenis is vanuit een relationeel bewegingsconcept, maar ook theorieën die de laatste jaren meer aandacht hebben gekregen worden gekoppeld aan deze methodiek. Duidelijk is dat diverse inzichten (in bijvoorbeeld didactiek, motorisch leren, leerfasen, pistes van bewegen, groepsdynamica, motivatietheorieën), uiteindelijk kunnen leiden tot het steeds beter handelen in de praktijk. Ter illustratie, in figuur 2 is te zien hoe de kapstok van loopt't, lukt't, leeft't uiteindelijk kennisopbouw (praktisch en theoretisch) bewerkstelligt bij lesgevers en trainers. Deze methode bestaat niet uit het top-down aanbieden van kennis. Er is gekozen om vragenderwijs in te haken op concerns van de coachee. Deze concerns worden behandeld van globaal naar gedetailleerd om vervolgens, indien nodig, te verwijzen naar andere bronnen of methodisch didactische vormen. Afhankelijk van het niveau en de beschikbare tijd van degene die gecoacht wordt.

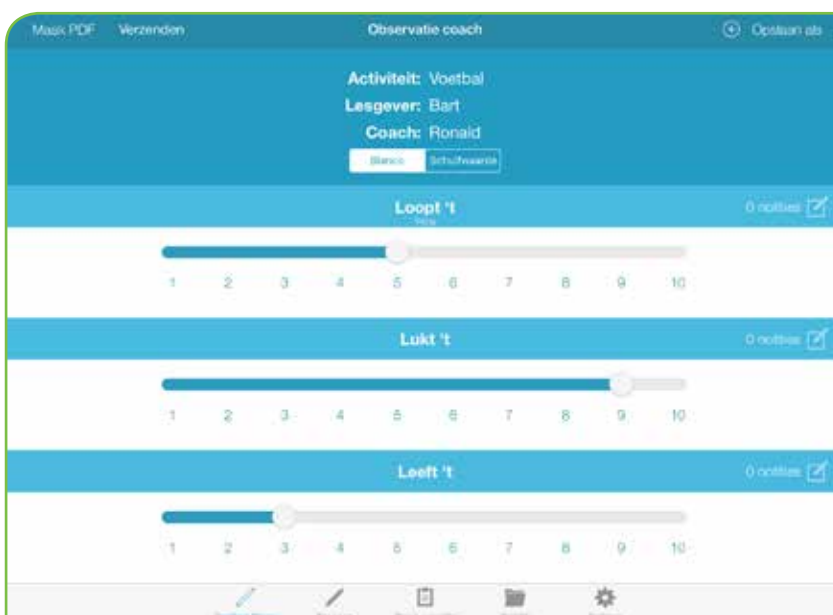
Het boek wordt komend studiejaar gepubliceerd. Het bevat achtergronden, thematische leskaarten en praktische suggesties voor ieder die zich cursorisch of in opleiding bezighoudt met aanbieden van bewegen. Naast het boek wordt ook gewerkt aan een digitale app waarmee tijdens coachinggesprek ook notities kunnen worden gemaakt. Deze analyses zijn verwerkbaar tot een document en kan als een (proces) evaluatie tool eenvoudig met de startende lesgever of docent worden gedeeld (figuur 3).

Wytse Walinga en Jeroen Koekoek zijn beiden docent onderzoekers aan de Calo, opleiding LO en verbonden aan het lectoraat Beweging, School & Sport van Hogeschool Windesheim.

▼ *Figuur 2 Loopt't, lukt't en leeft't als kapstok voor specialistische kennis*



▼ *Figuur 3. Prototype coaching app 3Lcoach*



### Referenties

Berkel, M., Danes, H., Dijk, S.V., Geleijnse, J., Hazelebach, C., Hofman, N., Pieters, L., van Iersel, B., Oldeboom, B., & Visser, C. (2005). *Perspectieven op bewegen*. Netwerk rondom bewegen.

Oldeboom, B., Tempels, C., Franken, E., Meij, E., Planting, E., La Roi, H., De Vries, J & Bruijn, R (2019) *Doen we het goed?* Gompel & Svacina Bv

Walinga, W. & Koekoek, J. (in review), *Bewegen loopt lukt en leeft*.

Oldeboom, B., & Ten Brinke, G. (2008). De bloemkool theorie. *Lichamelijke opvoeding*, 14, 31-35.

Swier, E. (2021). *Clubkadercoach. Het nieuwe normaal. Rapportage eerste tranche proeftuinen*. Nieuwegein: Arko Sports Media.

### Foto's

Hans Dijkhoff

### Contact

[GW.Walinga@windesheim.nl](mailto:GW.Walinga@windesheim.nl)

### Kernwoorden

digitalisering, innovatie, didactiek

# Niet sportende jongeren in beweging krijgen

Een aanzienlijk gedeelte van de jongeren sport niet op regelmatige basis. Van de vmbo'ers beweegt slechts 44 procent voldoende terwijl dit onder havo/vwo'ers 58 procent is, blijkt uit de Gezonde Generatie Trendmonitor<sup>1</sup>. Om deze reden wil NOC\*NSF deze niet sportende jongeren aansporen om (weer) te gaan sporten. Maar wel op een manier die aansluit bij hun behoeftes.

TEKST SACHA BOEKELDER

## Niet sportende vmbo'ers

Om de behoeftes en wensen van niet sportende vmbo'ers in kaart te brengen, is er een behoefte-onderzoek uitgevoerd onder deze doelgroep. Uit dit onderzoek bleek dat de drempel om (weer) te gaan sporten te hoog is. Dit heeft onder andere te maken met het lage zelfvertrouwen dat deze niet-sporters hebben. Meedoen aan een proefles, waarin het niveau wordt bepaald door de sporters, is spannend.

Daarnaast is het huidige sportaanbod gefocust op prestatie, competitie en beter worden. Terwijl niet-sporters vooral sporten voor de gezelligheid en om iets te ondernemen met hun vrienden. Tot slot zijn ze op zoek naar afwisseling en keuzevrijheid. Een vast lidmaatschap van een jaar sluit daarom niet aan bij hun behoeftes.

## Een vernieuwend sportaanbod

Met ShuffleSports proberen we deze doelgroep weer in beweging te krijgen. ShuffleSports is een sportactiviteit waarbij we twee bestaande sporten combineren zodat er een vernieuwend sportaanbod ontstaat. Denk aan longboarden golven, trampoline trefbal en skatend jeu de boules. Door dit vernieuwende karakter ligt het instapniveau lager en maken we het toegankelijker voor niet sportende jongeren. Bij ShuffleSports draait het niet om prestatie en iets kunnen, maar om gezelligheid en dingen proberen. Daarnaast zit je niet een jaar lang vast aan één ShuffleSport, maar heb je elke maand de vrijheid om een andere te kiezen.

## Testen met de doelgroep

Door continu in gesprek te blijven met de niet-sporters, scherpen we ShuffleSports aan en proberen we het volledig aan te laten sluiten op de behoeftes en wensen van deze jongeren. Tijdens de pilot hebben we ShuffleSports in de praktijk getoetst en aan de hand daarvan feedback opgehaald.

De pilot vond plaats op OSG de Meergronden in Almere en was voor alle eerste en tweede vmbo-klassen. De eerste week boden we Trampoline Fitness aan en de tweede week was Obstacle Voetbal aan de beurt. Jongeren konden zich eenvoudig via de website van ShuffleSports aanmelden en konden daarbij kiezen uit twee tijdvakken direct aansluitend op de reguliere lessen op school.

## Trampoline fitness

Tijdens Trampoline Fitness kreeg elke leerling een eigen trampoline. De instructeurs stonden voor de leerlingen zodat iedereen ze goed kon zien. Op muziek werden verschillende oefeningen uitgevoerd en na elk nummer was een korte pauze waarin de leerlingen wat konden drinken en met elkaar konden kletsen. De oefeningen werden steeds moeilijker, maar de moeilijkheidsgraad en de intensiteit werd aangepast aan het niveau van de leerlingen. De instructeurs wisten hier goed op in te spelen!

Naast individuele oefeningen deden we ook een aantal spellen. Elke trampoline had zijn eigen





◀ Trampoline fitness

kleur en tijdens het 'wisselspel' moesten de leerlingen op commando van trampoline wisselen. De instructeur riep een bepaalde kleur en dat betekende dat de leerlingen die op deze trampolines stonden zo snel mogelijk van hun trampoline moesten komen en op zoek moesten gaan naar een andere trampoline in dezelfde kleur.

### Obstacle voetbal

Obstacle voetbal kende ook verschillende spelvarianten. De gymzaal was door de instructeur volgezet met kasten, bokken, banken en andere objecten. Ook stonden er overal interactieve paaltjes die willekeurig van kleur veranderen en poortjes die gebruikt konden worden om de paaltjes weer te resetten.

Aan het begin van de activiteit werden de jongeren verdeeld over twee teams. Als warming-up gingen ze met een bal door de zaal rond dribbelen om zo snel mogelijk op de paaltjes in hun kleur te slaan met vlakke hand. Het team dat als eerste 20 punten op het scorebord haalde, was de winnaar van de startronde. In de spelrondes die volgden waren de teams verdeeld in dribbelaars en gooiers. De dribbelaars moesten wederom met een bal aan de voet rondtribbelen en interactieve paaltjes uitslaan om punten te scoren. De obstakels in het veld konden ze gebruiken ter bescherming. De gooiers mochten vanaf de zijkant van het veld met ballen en zachte frisbees (en later ook met een zachte pijl-en-boog) proberen de dribbelaars af te gooien. Als iemand afgegooid was haalden ze een lintje op bij de instructeur en mochten ze weer het veld in.

Aan het einde van de ronde werden de lintjes van de totaalscore afgetrokken als minpunten. Toen beide teams zowel rol van dribbelaars als van gooiers hadden gespeeld, werden de totaalscores van beide teams met elkaar vergeleken om te zien wie de meeste punten hadden gescoord.

De interactieve paaltjes en ook het schieten met pijl-en-boog (met maskers op) zorgde voor een nieuwe dimensie aan deze activiteit ten opzichte van de bekende gymzaalspellen en -sporten. Door deze vernieuwende elementen, de afwisseling in spelvorm en een opbouwende moeilijkheidsgraad werden de jongeren continu uitgedaagd en bleef het energieniveau van de groep hoog!

▼ Obstacle voetbal met interactieve lichtpaaltjes en Archery tag





▲ *ShuffleSport een schot in de roos*

#### Resultaten pilot

Het aantal aanmeldingen en aanwezigheid was één van de belangrijkste succesfactoren voor ons. Bijna een vijfde van alle onderbouwleerlingen heeft zich aangemeld voor één van de ShuffleSports. Helaas waren er afmeldingen door regen, gymspullen vergeten en Ramadan, waardoor twaalf procent daadwerkelijk aanwezig was. Hier van was bijna 60 procent niet sportend!

Daarnaast hebben we ook feedback gevraagd aan de jongeren. Door middel van een scheurkaart konden zij antwoord geven op de voor ons vier belangrijkste vragen: wat vonden ze van de activiteit, de trainer, de locatie en zouden ze nog een keer meedoen? Deze vragen konden ze beantwoorden door het aantal sterren te kiezen, waarbij we een schaal hanteerden van één tot en met vijf. De gemiddelden van de antwoorden op deze vragen lagen allemaal boven de vier en 37 procent van de deelnemers wil sowieso nog een keer meedoen. Daarnaast heeft 45 procent van de deelnemers aangegeven misschien nog een keer mee te willen doen.

#### Contact

*remco.nieuwenhuis@nocnsf.nl*

#### Foto's

Remco Nieuwenhuis

#### Kernwoorden

Shufflesport, bewegingsarmoede jongeren

Elina van der Linde, docent lichamelijke opvoeding op OSG De Meergronden, heeft een cruciale rol gespeeld in het enthousiasmeren van de jongeren. Door Elina hebben we veel jongeren persoonlijk kunnen benaderen. Daarnaast werkte het enthousiasme van de buurtsportcoaches, die de activiteit verzorgden, aanstekelijk op de jongeren.

**Elina van der Linde:**  
**“Ik vind het heel belangrijk dat jongeren naast de gymlessen het plezier vinden in het bewegen en het daardoor meer gaan doen. Dat is goed voor de gezondheid en het verbindt de jongeren.”**

#### De volgende stap

Bij een volgende pilot zal retentie centraal zijn. Blijven jongeren enthousiast en komen ze terug voor een tweede sportactiviteit van ShuffleSports? Samen met een aantal jongeren die hebben deelgenomen aan de eerste pilot, hebben we ShuffleSports bedacht voor de tweede pilot. Op deze manier proberen we de jongeren meer te betrekken bij het proces en erachter te komen welke ShuffleSports zij graag willen doen. Tijdens de tweede pilot hopen we daarom nog meer jongeren enthousiast te maken voor ShuffleSports!

*Ben je geïnteresseerd in onze aanpak of wil je graag een pilot doen op jouw school? Neem dan contact op met Remco Nieuwenhuis (remco.nieuwenhuis@nocnsf.nl).*

<sup>1</sup><https://www.mulierinstituut.nl/publicaties/25680/de-gezonde-generatie/>



# Werken met een methodiek, turnen (3)

## Voorbeelden van ringzwaaien



Dit artikel is een vervolg op het artikel “Werken met een methodiek, waarom zou je?” in *Lichamelijke opvoeding magazine 2* - februari 2021 blz. 29-32, en magazine 3 - april blz. 34-36). Hierin werden vijf methodieken behandeld uit het thema Balanceren en één uit Klimmen. In dit artikel volgen voorbeelden van ringzwaaien. Een selectie van de toegankelijke vormen voor VO.

TEKST GUUS KLEIN LANKHORST

**I**n de kleuren zit een volgorde in opbouw van makkelijk naar moeilijk. Deze kleuren zijn afgeleid van de moeilijkheidsgraad bij skipistes. Groen is eenvoudig, blauw iets moeilijker, rood is pittig en zwart is zeer uitdagend. In het paars is een manier van hulpverleners beschreven. De filmpjes zijn gebruikt van internet. Daarnaast wordt er gebruikgemaakt van organisatietekeningen hoe je de oefeningen kunt aanbieden in de zaal.

### Strekhangzwaaien

- |    |                                                                                                                                                                                                          |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| a. | Hangen aan ringen stil, ringen op strekhanghoogte                                                                                                                                                        |
| b. | Kleine zwaai, begin naar achteren, dan naar voren met twee tellenritme: “Ta – dom”, één voet voor en één voet achter de projectie van het ophangpunt van de vloer, 2x, daarna slepen (in de achterzwaai) |
| c. | Zwaai vermeerderen door actieve afzet en heupen krachtig naar voren duwen, “lang maken”, 4x                                                                                                              |
| d. | Hoge zwaai, met lichaamsspanning, in de achterzwaai hol trekken, in de voorzwaai is de heup licht gebogen, 6 x                                                                                           |
|    | Hulpverleners is eigenlijk niet nodig, als je het niet meer houdt, sleep je zo snel mogelijk                                                                                                             |

### Buighang

- |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| a. | Ringen stil, optrekken tot buighang, ringen op halve reikhoogte                                                                                                                                                                                                                                                        |
| b. | Klein aanloopje en opspringen tot buighang, vingers tegen de borst houden, achter wegzetten en dit enige keren herhalen                                                                                                                                                                                                |
| c. | Idem, ringen nog steeds op halve reikhoogte, maar nu zo ver doorlopen dat de buighang via een spanboog in de rug bereikt kan worden. De benen worden krachtig naar voren gebracht waarna een felle heupactie naar voren volgt, alsmede het optrekken met de armen. Deze “slag” wordt gemaakt iets voor het “dode punt” |
| d. | Ringen op strekhanghoogte vanuit gewone zwaai buighang in de voorzwaai, daarna achter weer wegzetten uit buighang tot zwaai<br>Idem maar nu in de achterzwaai komen tot buighang                                                                                                                                       |

Hulpverleners: eventueel twee helpers bij de voorzwaai die je helpen met optillen bij de bovenbenen. Het verblijven in buighang is een kwestie van kracht



## Draaien om de lengteas

- a. Maak een hele draai met de ringen stil en ga dan zwaaien met gedraaide touwen, ringen op strekhanghoogte. Halve draai uit in de derde voorzwaai vlak voor het "dode punt" (dus niet vlak na de afzet = te vroeg), in de volgende voorzwaai nogmaals een halve draai uit (2x dezelfde kant op)
  - b. Halve draai in de voorzwaai gevolgd door halve draai uit in de voorzwaai vanuit een gewone zwaai (touwen niet meer gedraaid), draai wordt ingezet door een heupstrekking
  - c. Tweemaal achter elkaar afwisselend halve draai in, in de voorzwaai en halve uit, in de achterzwaai, flinke opzwaai met lichaamsspanning
  - d. Halve draai in, in de voorzwaai, daarna nog een halve draai in, dan hele draai uit, hele draai in en uit in de voorzwaai
- Hulpverleners is eigenlijk alleen mogelijk via de gedraaide touwen

## Achter afspringen



QR-code ringzwaaien achter afspringen

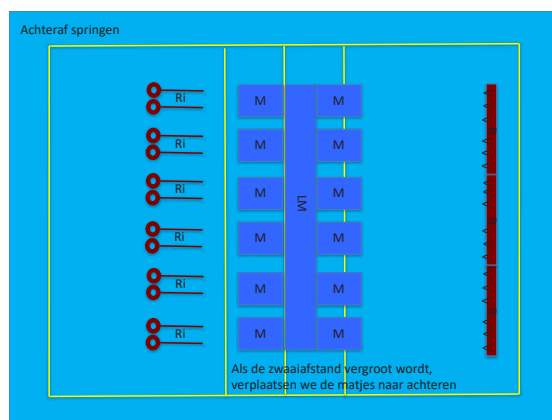
<https://www.youtube.com/watch?v=9gjPaErE7uU>

## Achter afspringen

- a. Zwaaien in strekhang, slepen met de voetzolen over de lange mat in de achterzwaai, kijk hierbij tussen de armen door naar de grond en spring rechtstendig af
  - b. Na de tweede (derde) voorzwaai, sleephouding aannemen, dus de voeten net boven de mat houden, op het dode punt loslaten (timing), kijk langs je benen recht naar beneden
  - c. De zwaaihoogte nu opvoeren, benen niet te hoog opzwaaien
  - d. Idem met halve draai
- Hulpverleners: twee helpers naast de landingsplaats tegenover elkaar. Vroegtijdig de handen klaar houden voor evt. te vroeg loslaten, met 1 hand voor de borst en de andere hand in de rug vastpakken en vasthouden tot hij op de mat staat

## Voor afgolven

- a. Vanaf een Zweedse bank dwars achter de ringen op zodanige afstand van de ringen dat een leerling staande op de bank de ringen net goed kan vasthouden, welke op reikhoogte zijn gesteld. Vanaf de bank benen opzwaaien naar voren, maak een twee-pas ritme en op het eind van de voorzwaai voeten naar de mat door de heup naar voor te brengen en de armen achterwaarts en los
  - b. Idem, nu twee banken op elkaar (dus hoger)
  - c. Zonder banken, zelf zwaai halen en bij de derde voorzwaai afgolven
  - d. Over een toverkoord of hoogspringlijn afgolven met gestrekte benen (timing)
- Hulpverleners: twee helpers naast de landingsplaats, steungreep op de romp (één hand bij de rug van de leerling ("poortje open") en de andere hand bij de buik ("poortje dicht")  
Hulpverleners: twee helpers die in steungreep voor en achter de romp de leerling vangen



## Zaalindeling





## ◀ Halve draai

### Literatuur

- Agelink, R. e.a. (1999) Allround, lichamelijke opvoeding voor de basisvorming. Groningen, Nederland: Wolters Noordhoff
- Bakker, J. e.a. (1996) Turnen in de basisvorming. Baarn, Nederland: Bekadidact
- Bijlsma, R. (1970) Toestelspringen. Leiden, Nederland: N.V. Uitgeverij Meander
- Brouwer, B. e.a. (2021) Basisdocument bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs. Nieuwegein, Nederland: Arko Sports Media
- Cooper, J. (2016) Calisthenics. United States of America
- Friedrich, E. e.a. (1986) Turnen, training, techniek en tactiek. Rijswijk, Nederland: Elmar
- Gantois, J. e.a. (1991) Van kopstand tot kasamatsu. Leuven, België: Acco
- Knirsch, K. (1983) Reihenbildserien für Gerät- und Kunstturnen. Böblingen, Duitsland: CD-Verlagsgesellschaft
- Koch, K. (1976) Elementair toestelturnen. Baarn, Nederland: Hollandia b.v.
- Meusel, H. (1978) Van kopje duikelen tot salto, Heinz Meusel. Baarn, Nederland: Hollandia b.v.
- Nuij, J. (2016) Turnen voor beginnerz. Rotterdam, Nederland: 2010 Uitgevers
- Polman, H. e.a. (1986) Praktijk methodiek en didactiek gymnastiek/turnen. Groningen, Nederland: ALO Groningen
- Räupke, R. e.a. (1978) Van klauteren, klimmen tot turnen aan de ringen. Baarn, Nederland: Hollandia b.v.
- Sliedrecht, R. e.a. (1992) Turnen, lichamelijke opvoeding voor de tweede fase voortgezet onderwijs. Meppel, Nederland: Edu'Actief
- Stroo, R. (1994) Turnen op school. Baarn, Nederland: Bekadidact
- Van den Berg, T. (1982) Leer spelenderwijs turnen. Haarlem, Nederland: De Vrieseborch
- Van den Berg, T. (1992) Turnen in beeld. Haarlem, Nederland: De Vrieseborch
- Van den Berg, T. (1997) Stimulering turnen, deel 1 t/m 5. Beekbergen, Nederland: KNGU
- Van Elteren, F. e.a. (1987) Turnen, compleet leerplan. Baarn, Nederland: Tirion
- Wiemann, K. (1977) Van kippen naar overslagen. Baarn, Nederland: Hollandia b.v.
- Witfeld, J. e.a. (2018) The ultimate parkour & freerunning. Maidenhead, United Kingdom: Meyer & Meyer Sport
- Video/foto's**  
Fontys Sporthogeschool Eindhoven 2016
- Foto's**  
Anita Riemersma
- Kernwoorden**  
methodiek turnen, leerlijnen
- Contact**  
guuskleinlankhorst@gmail.com

## Vouwhang

a.	Duikelen achterover, ringen stil op hoofdhoogte
b.	Duikelen achterover en weer terug voorover
c.	Omgekeerde hang in ringen stil
d.	Vlot en zonder lang naar het evenwicht te zoeken tot een diepe vouwhang aan ringen stil kunnen komen, daarna weer rustig uitvouwen
e.	Enige passen achterwaarts, opspringen en meteen vouwen (of vanaf een verhoogd vlak, bijvoorbeeld een blok)
f.	Vouwhang maken vanuit aanloop naar voren. Afzet vanaf de grond onder het ophangpunt (of daar net overheen), kleine zwaai (langzaam)
g.	Ringens op halve reikhoogte, de aanloop zo lang mogelijk, vanuit spanboog de vouwhang maken en in de volgende zwaai rustig uitzakken
h.	Ringens op reikhoogte, na de vijfde voorzwaai invouwen en uitvouwen bij de daaropvolgende voorzwaai, hoge zwaai (snel) of van vouwhang naar buighang
i.	Opsteken vanuit vouwhang en zo zwaai vermeerderen in voor- en achterzwaai
Hulpverleners: twee leerlingen aan de voorkant bij het dode punt die vastpakken bij de bovenbenen en doorduwen als de zwaai niet in vouwhang komt en twee leerlingen bij de achterzwaai bij het dode punt die de zwaai tegenhouden bij de voeten als hij te ver doordraait	



◀ QR-code ringzwaaien  
vouwhang

<https://www.youtube.com/watch?v=3hcmpsRwXZM>

# Beweegidentiteit postcorona

Kinderen op inlineskates, stepjes, rolschaatsen rollen door de straat. Pubers vliegen langs op hun e-bikes naar het nieuwe skatepark achter het NS-station. Nu scholen weer volledig open (zijn ge)gaan blijft het skatepark in trek. Bewegen, elkaar ontmoeten, nieuwe tricks afkijken en zelf proberen. Weg van hun laptop en mobiel komen ze in beweging. Wellicht niet alleen op zoek naar leeftijdsgenoten, maar ook op zoek naar een nieuwe beweegidentiteit.



Kaedan op zijn stuntstep zoek zijn eigen weg

Skatepark Hengelo staat er sinds vorig jaar: 'pak je skates, stuntstep of skateboard en doe je kunstje op de bowl, de mini-ramp, halfpipe en de andere obstakels.' Opvallend bij het skatepark is de mengeling van oudere skaters, middelbare scholieren en steeds meer basisschoolkinderen die het skatepark ontdekken. Bewegen en ontdekken van het rollen en glijden op je eigen wijze, op je eigen manier is essentieel, zoals freesport bedoeld is.

Kaedan van 8 jaar stopt even met zijn stuntstep bij moeder Jennifer en zet zijn helm af. Even later stept Kaedan weer over de baan, slingerend zijn eigen route volgend. Kaedan kon tijdens de coronatijd zijn passie freerunning in de zaal niet beoefenen. Zijn energie kon hij wel kwijt op de stuntstep. Sinds kort brengt zijn moeder hem naar het skatepark.

Beweegidentiteit is door Curriculum.nu beschreven als 'de wijze waarop iemand zich als beweger definieert en onderscheidt'. Door in aanraking te komen met veel verschillende vormen van beweegactiviteiten ontdekken leerlingen wat ze leuk vinden, waar en hoe ze

graag willen bewegen, waar ze goed in zijn. De vraag is hoe we dat in het onderwijs weer voor elkaar krijgen. Tijdens de lockdownperiode kon er voornamelijk buiten gesport worden, op de sportvelden en op straat. Binnensporten of contactsporten zijn lange tijd beperkt geweest. De online lessen via Teams of Zoom hebben een dimensie aan het onderwijs gegeven, maar hebben het bewegen en vooral het ontdekken van wat er mogelijk is en wat bij je past verstoord. Laat de komende tijd in het teken staan van het nieuwe ontdekken wat er mogelijk is en dichtbij voorhanden. In het nieuwe normaal moet zeker ook bewegen weer een plek krijgen. Laat kinderen ontdekken. Leer ze weer keuzes te maken hoe ze in verschillende beweegsituaties kunnen meedoen en dat gaan waarderen. Als we vinden dat het belangrijk is dat leerlingen zich realiseren dat dit een continu proces is, dan moeten we juist de komende tijd ze daarbij helpen. Digitale platforms kunnen ons als gymleraren en onze leerlingen daarbij helpen die ervaringen vast te leggen, ze te duiden, ze te waarderen en te bewaren. Voorop moet wel staan dat kinderen weer (veel) meer bewegen, in aanraking komen met het veelzijdige aanbod, zowel op school, na school als buiten school. Dus na de vakantie gaan we met klassen naar dit skatepark, ze nemen van huis hun eigen skateboard, fiets of inline skates mee. We regelen clinics van experts en ze gaan dan hopelijk zelf ook ontdekken wat bij hen past. Elke dag bewegen, elke dag nieuwe ervaringen, elke dag een bijdrage aan het ontwikkelen van je beweegidentiteit, zodat je met plezier je leven lang blijft bewegen. En Kaedan, die wil wel elke dag naar het skatepark.

**Foto**

Eric Swinkels

**Contact**

[eric.swinkels@kvlo.nl](mailto:eric.swinkels@kvlo.nl)

**Bron**

Curriculum.nu. Voorstellen leergebied Bewegen & Sport (okt 2019)

# KVLO-koers 2020-2024 De resultaten tot nu toe

In 2019 is op de jaarvergadering de koers voor de komende vier jaar vastgesteld en door de leden goedgekeurd. Daaruit zijn tien doelen gehaald om na te streven. Die zijn in 2020 in dit magazine behandeld. We zijn intussen ruim een jaar verder. Tijd om de balans op te maken over de eerste twee kwartalen van 2021. Zijn we op de goede weg? We spreken hierover met KVLO-directeur Cees Klaassen.

INTERVIEW DOOR HANS DIJKHOFF

**I**n de werkkamer van Cees Klaassen heerst rust. Hij heeft zijn papieren (voor zover hij ze nog niet digitaal heeft) geordend en weet precies waar hij welk document moet vinden, wat blijkt tijdens het gesprek. In dit jaar 2021 worden de tien doelen concreet uitgewerkt. In dit interview passen we de revue waarbij wordt ingezoomd

▼  
Begrijp je wel?

op die uitwerking. En als Cees op zijn praatstoel zit dan gaat je interview vanzelf....

*Dat betekent dus dat je zestien keer in die vier jaar gaat kijken hoe de vlag erbij hangt?*

“Ja, vier kwartalen per jaar is zo gek nog niet. Dat is handig omdat je daardoor goed in de gaten kunt houden of je nog op koers ligt. Niet alle punten zijn met evenveel aandacht behandeld. Dat heeft ook te maken met de waan van de dag. Door die check controleer je of je nog steeds de juiste richting uitgaat.”

## Doel 1

*Laten we maar beginnen met doel 1: Alle kinderen goed leren bewegen. Daar heeft de lobby voor twee uren bewegingsonderwijs gegeven door een bevoegde leerkracht, wel erg bij geholpen?*

“Jazeker. Ik weet het nog goed. Het was 31 januari 2020 vlak voor alle coronaperikelen. Toen besloot de Tweede Kamer en in juni de Eerste Kamer dat per 1 augustus 2023 het bij wet verplicht werd minimaal twee lesuren bewegingsonderwijs te geven aan alle leerlingen, net als het amendement voor het VO. We zijn nu in een regiegroep samen met de PO-Raad, VSG en de ALO's aan het kijken hoe we de scholen die nog niet voldoen aan die twee uur de komende twee jaar kunnen







QR-code naar filmpje en manifest

helpen. Kleine scholen bijvoorbeeld zien er soms tegenop een vakleerkracht in dienst te nemen. Dan heb je het over een klein baantje. Dat betekent dat als scholen samenwerken, je er een grote(re) baan van kunt maken. Daar hebben we 'best practice' van zoals bijvoorbeeld in Lelystad gebeurt.

*Als in 2023 iedereen moet voldoen aan de eisen heb je meer vakleerkrachten ook veel meer zalen nodig. Hoe zit dat?*

"Regioplan, een onderzoeksbureau, heeft een paar jaar geleden uitgerekend hoeveel fte er nodig is. Daarnaast heeft het Arbeidsmarkt Platform Primair Onderwijs (APPO) op ons verzoek in februari 2021 een verkenning uitgevoerd naar de 'stille reserve'. Daaruit bleek dat het benodigde aantal vakleerkrachten ruimschoots gedekt wordt door deze stille reserve. Bewegingsonderwijs/LO is gelukkig geen tekortvak. Dus er is voorsnog geen tekort aan vakleerkrachten. We leiden nog altijd iets meer mensen op dan er banen zijn, dus dat is onder de huidige omstandigheden fijn. Ongeveer 70% krijgt meteen na het afstuderen een baan dus dan is er haast altijd een licht overschot. Wat de zalen betreft: in de regiegroep circuleren getallen van tussen de honderd en de honderdertwintig. Het is aan de gemeentes dat tijdig aan te pakken en we zitten ook niet voor niets met VSG en VNG aan tafel."

### We leiden nog altijd iets meer mensen op dan er banen zijn, dus dat is onder de huidige omstandigheden fijn



QR-code naar de site van de KVLO. De Sportiefste school van Nederland

Daarnaast is er een concept ontwikkeld, dat in Arnhem is uitgewerkt en in de praktijk wordt toegepast: '2+1+2'. Daarin willen we, naast de reguliere 2 gymlessen gegeven door een bevoegde leerkracht, er een extra uur bij (+1) voor meer bewegen. Dat kan worden besteed aan pauzesport of bewegen tijdens de lessen of MRT om achterstanden weg te werken. Hoe je dat inricht, bepaal je met de collega's. Dan willen we ook nog twee uren voor naschoolse sport (+2) waarbij we de buurt en de sport betrekken. Het zou fantastisch zijn als alle kinderen meteen en gratis aansluitend naschoolse sport kunnen krijgen bij een Buiten Schoolse Sportvoorziening (BSS). Dat hoeft niet per se op school. Daar moeten de buurt en de sportverenigingen bij betrokken worden. Zoals gezegd Arnhem is daar al heel ver mee. De afstemming kan in

een beweegteam. Dat hebben we al eerder geopperd maar maakt nu meer kans. De vakleerkracht kan daarin een coördinerende rol spelen en is zo de ambassadeur van het bewegen in en om de school en daarmee heb je doel 3 *Ambassadeur van het beweegbeleid in en om de school* te pakken.

We hebben samen met NOC\*NSF en andere partners een manifest doen uitgaan waarbij een filmpje hoort waarin ook collega Wiebe Faber te zien is. Het is bedoeld om het bewegen, het nieuwe normaal, op de formatietafel te krijgen.

Omdat het te lang duurt roepen KVLO en NOC\*NSF met het manifest *Sportieve Gezonde Generatie* het kabinet op haast te maken voor behandeling bij de formatiebesprekingen. Op 21 mei kwamen de stukken van het kabinet.

### Doel 2

*Actief werken aan de kwaliteit van het leergebied en de vakleerkracht, vloeit hier direct uit voort. Wat is daar de stand van zaken?*

"Er zijn twee belangrijke ontwikkelingen zichtbaar. Curriculum.nu met het nieuwe leergebied bewegen en sport. Daar hebben we met de SLO jaren aan gewerkt. De KVLO vindt dat we juist nu moeten doorgaan en tempo moeten maken, want er is een breed draagvlak voor de bouwstenen en dus op zich niet controversieel.

Het tweede is dat we bezig zijn met de ontwikkeling van een scan bewegingsonderwijs die de scholen helpt om na te gaan wat al wel goed gaat en waar verbeteringen nodig zijn voor goed en verantwoord bewegingsonderwijs. Dan kun je dus met een scan kijken hoe een school ervoor staat. Scholen die bijvoorbeeld nog geen twee lessen bewegingsonderwijs geven, kunnen daar gebruik van maken en hulp vragen.

Dit allemaal naast de dagelijkse zaken die we altijd al doen, zoals scholing en advies.

### Doel 4

*Het leergebied bewegen en sport in en om de school onder de aandacht brengen van de samenleving.*

"We hebben enkele speerpunten: De Sportiefste School van Nederland. Meestal komt het Jeugdjournaal langs en dat genereert aandacht. We werken steeds meer samen met Kenniscentrum Beweging en Sport en NOC\*NSF. Corona heeft ervoor gezorgd dat we op een ander wijze moesten gaan werken. De jury gaat nu op de scholen kijken en dat genereert regionale aandacht."

Een van de criteria waarnaar gekeken wordt is of de school het vignet Gezonde School met het deeltcertificaat Beweging en Sport heeft.



# Goed leren bewegen, een leven lang actief!

## Koers KVLO 2020-2024



▲ De koers van de KVLO

**Het is mooi te constateren dat de koers goed in de pas loopt met allerlei ontwikkelingen in de maatschappij die je vooraf niet had kunnen voorzien, maar die elkaar wel versterken**

“Olympic Moves is een ander groot project, vorig jaar helaas afgezegd en dit jaar met een alternatief digitaal programma. We hebben sinds september 2020 een nieuwe sponsor: de Gezonde Generatie, een samenwerkingsverband van de gezondheidsfondsen. Zo komen de actieve leefstijl (KVLO) en de gezonde leefstijl (Gezonde generatie) mooi samen.

Het volgende mag niet onvermeld blijven. Er is een Nationaal Programma Onderwijs (NPO).

Mogelijk kan er met extra gymlessen en buitenschools sportaanbod eventuele motorische achterstanden bij leerlingen worden weg-gewerkt en de conditie/fitheid weer op peil worden gebracht.

Samen met NOC\*NSF, Mulier Instituut en Kennis Centrum Sport en Bewegen kijken we nu welke sportinterventies mogelijk geschikt zijn. We hebben onze leden opgeroepen bij hun school na te gaan waar de behoefte ligt en in overleg met de schoolleider en de MR een aanvraag te doen, want hoe dan ook: sport en bewegen helpt!

Het is mooi te constateren dat de koers goed in de pas loopt met allerlei ontwikkelingen in de maatschappij die je vooraf niet had kunnen voorzien, maar die elkaar wel versterken. We hebben het dan meteen doel 5 van de koers die gaat over *samenwerken met partners om bewegen en sport te stimuleren*. En NOC\*NSF is natuurlijk niet de enige partner waarmee we samenwerken.”



▲ QR-code naar de Olympic Moves pagina op de KVLO site

**Doel 6**

*Het vergroten van het aantal Gezonde en Sportactieve scholen.*

“Dit loopt eigenlijk parallel met de Sportiefste School omdat het een van de deelnamecriteria is. Toch zijn er ieder jaar veel aanvragen.

In het mbo is er ook een certificaat en nog in ontwikkeling.”

Er zijn geen verplichte gymuren in het mbo. Maar er wordt op de scholen sportles gegeven in het kader van een actieve en gezonde leefstijl. Dat is ondergebracht bij het onderdeel Burgerschap. Er is een streefgetal van vijftig uur sport en bewegen in de eerste twee jaren van de opleiding.

Naast het opkomen voor het vak, bewegen in het algemeen en samenwerken met partners is er nog een andere kant van de KVLO en dat is dienstverlening.

**Doel 7**

*Het behartigen van de belangen van de leden.*

Cees is daar resoluut over: “Dat doen we continu, elke dag. Als je ziet wat voor vragen er binnenkomen. Veel gaan over corona. We hebben met OC&W en andere partners de protocollen ontwikkeld voor PO en VO. Wat mogen we nu wel en wat niet. Er heerst veel onzekerheid onder de collega’s. Ongeveer een derde van de leden vindt het meestal wel veilig genoeg. Bewegen en sport zijn belangrijk dus dat moeten we als het even kan vooral blijven doen met de kinderen. Een ander deel vindt het te onveilig voor de kinderen en met name voor zichzelf. De laatste groep is de groep die twijfelt. Dat maakt het voor ons soms heel moeilijk want je behartigt de belangen van alle leden. Met de flitspeilingen die we doen krijgen we toch wel een aardig beeld dat niet veel afwijkt van het gemiddelde.

Veiligheid is het belangrijkste. We volgen de maatregelen die het ministerie vanuit het OMT/RIVM uitvaardigt. Die komen uit na overleg met PO-Raad, VO Raad en sociale partners (vakbonden) en mogen geen tegenstrijdige berichten bevatten.

Daarnaast is er ook de belangenbehartiging van zij die ziek zijn, nog even los van de reguliere belangenbehartiging zoals het afsluiten van cao’s en dergelijke.”

**Doel 8**

*Vergroten aantal studentleden*

“Dat stagneert omdat we niet op de ALO’s onze voorlichting kunnen geven. Hopelijk kunnen we na de zomervakantie een inhaalslag maken door dan aan de tweedejaars en de eerstejaars studenten een gastcollege te geven. Het varieert overigens sterk per ALO.”

**Doel 9**

*Het versterken van de afdelingen*

“Op dit moment is het zo dat als een afdeling om wat voor reden dan ook niet lekker loopt, dan kunnen ze het hoofdbureau om hulp vragen. Wij proberen er dan voor te zorgen dat we de mensen weer bij elkaar brengen. Op dit moment lopen er twee trajecten, bij Limburg en Den Haag. We proberen met nieuwe mensen een bestuur te vormen en een groep die zorgdraagt voor de organisatie van activiteiten voor de leden.

Vooraf bij kaderdagen merk je dat er best voldoende doorstroom is en kom je nieuwe bestuursleden tegen. Dat vind ik wel een mooie ontwikkeling. Ze willen vooral andere bestuursleden ontmoeten, ervaringen delen en van elkaar leren.”

**Doel 10**

*De verwachting van de samenleving*

“Er is een beweging gaande in de samenleving dat bewegen steeds belangrijker wordt gevonden. Dat wordt nu ook door corona ingegeven. Vanuit ons vak zetten we in op de leerlingen vaardig maken voor een goede en brede deelname aan de sport- en bewegingscultuur.

We zien nu bij steeds meer sportverenigingen een draai naar multisport t.b.v. verschillende brede motorische vaardigheden, vergelijkbaar met het bewegingsonderwijs. En dus ook meer aandacht voor pedagogisch/didactische vaardigheden van de trainer/begeleider.

VWS heeft het over ‘Van jongs af aan vaardig in bewegen’. Je zou kunnen zeggen dat bewegingsonderwijs en sport wat meer naar elkaar toe kruipen t.b.v. het jonge kind.”

Dit is de eerste keer dat we de doelen binnen de Koers van de KVLO per kwartaal uitgebreid hebben geëvalueerd. We mogen stellen dat we goed bezig zijn op de ingeslagen route en koersvast zijn.

**Foto**

Hans Dijkhoff

**Contact:**

cees.klaassen@kvlo.nl

**Kernwoorden:**

koers, KVLO

**Veiligheid is het belangrijkste. We volgen de maatregelen die het ministerie vanuit het OMT/RIVM uitvaardigt**

# Leerplanontwikkeling PO blijft in beweging

Tijdens een minisymposium op 15 september 2021 staat het thema: “Leerplanontwikkeling bewegingsonderwijs in het PO; toen en nu” centraal. Tegelijk neemt Marco van Berkel afscheid van SLO. Een mooie aanleiding om terug te blikken op 40 jaar leerplanontwikkeling voor het bewegingsonderwijs in het primair onderwijs. Hoe hebben de leerplannen voor het vak zich in die jaren ontwikkeld en wat is mede onder invloed daarvan veranderd in de praktijk van het bewegingsonderwijs? En welke lessen nemen we daaruit mee voor de voor ons liggende periode?

TEKST HILDE BAX, CHRIS HAZELEBACH EN BEREND BROUWER.

**H**et onderwijs is een dynamische sector. Sinds de jaren tachtig veranderde er veel in de opzet en de inrichting van het gehele onderwijs. Er deden zich structuurveranderingen voor zoals de samenvoeging van het kleuteronderwijs en het lager onderwijs tot de basisschool (WBO, 1985), de invoering van de basisvorming, het vmbo en de tweede fase. Iets dergelijks is er aan de hand met leerplanontwikkeling voor bewegingsonderwijs. Voordat SLO bestond was er het *Basisleerplan lichamelijke oefening in het algemeen vormend onderwijs*<sup>1</sup>, uitgegeven op initiatief van de toenmalige Koninklijke Nederlandse Vereniging van leraren en onderwijzers in de Lichamelijke Opvoeding (KNVLO, 1959). Dit leerplan was de basis voor de paragraaf over lichamelijke opvoeding in het eerste door het ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap uitgegeven *Leerplan rijkscholen voor v.w.o./h.a.v.o./m.a.v.o* (1968). Crum en Donkers (1989)<sup>2</sup> duiden deze voorlopers van

het leerplan als tekortschietend: een opsomming van mogelijke oefenstof waar docenten uit konden kiezen en een min of meer losstaand visiedeel. Er was in die tijd nog amper sprake van leerplannen op landelijk niveau. Dat was de reden voor de inrichting van eerst Commissies Modernisering Leerplannen (CML's), gevolgd door Adviescommissies Leerplanontwikkeling (ACLO's). En dat leidde uiteindelijk tot de oprichting van SLO in 1975. In dit artikel volgt een schets van de leerplanontwikkeling in het primair onderwijs vanaf dat moment.

## Op weg naar kerndoelen voor het bewegingsonderwijs

SLO werd opgericht in 1975. Maar pas in 1988 krijgt SLO voor het eerst het verzoek om eindtermen voor het basisonderwijs te ontwikkelen. Tot dat moment werkte SLO vooral aan modelleerplannen op schoolniveau, bronnenboeken en projecten waarin samen met voorloperscholen gewerkt werd aan vakinhoudelijke vernieuwingen. Bijvoorbeeld voor bewegingsonderwijs aan kleuters en in verband met de integratie van kleuter- en lager onderwijs. Je zou kunnen zeggen dat SLO in die fase nog op zoek was naar haar kerntaken. Voorstellen voor vakvernieuwing en leerplanontwikkeling op landelijk niveau kwamen tot die tijd vooral van partijen buiten SLO: zoals de ALO's, de Vakgroep Bewegingsagogiek van de Interfaculteit Lichamelijke Opvoeding van de Vrije Universiteit, de KNVLO en de Werkgroep Bewegingsonderwijs. Crum en Donkers (1989) beschrijven al deze initiatieven op een zeer overzichtelijke wijze.



▲ De basisdocumenten



Mooij en Donkers kregen bij SLO de opdracht voor het ontwikkelen van eindtermen voor lichamelijke oefening in de basisschool. De eindtermenadviezen, die na inhoudelijke discussies met het werkveld en opleidingen tot stand kwamen, mikten op brede programma's met concrete eindtermen over 'leren regelen' (inrichten, analyseren, hulpverlening en spel-leiding). Het parlement vond de eerste eindtermenadviezen (overigens voor alle vakken) te voorschrijvend en in strijd met de 'vrijheid van onderwijs'. Het ministerie van Onderwijs en Wetenschappen stelde vervolgens in februari 1990 een Commissie 'Herziening Eindtermen' in, die de ingediende eindtermenadviezen qua omvang en specificatieniveau terug moest brengen.

### Referentielijst

Bax, H. (2010). *De samenleving over de kwaliteit van bewegen & sport op school, een spiegel voor de vakwereld*. Zeist: Jan Luiting Fonds.

Crum, B & Donkers, B. (1989). *Bewegingsonderwijs in verandering, vakdidactische trends en leerplanontwikkeling*. Baarn: Bekadidakt.

Curriculum.nu (2019). *Bewegen & Sport, file:///C:/Users/baxhh/Downloads/Voorstellen-ontwikkelteam-Bewegen-Sport-1%20(2).pdf*, opgehaald 03-04-2021.

Mooij, C., Berkel M. van & Hazelebach C. (red) (1999). *Basisdocument Bewegingsonderwijs*. Zeist: Jan Luiting Fonds.

Mooij, C. Berkel M. van & Hazelebach C. (red) (2000). *Cd-rom bij Basisdocument Bewegingsonderwijs*. Zeist: Jan Luiting Fonds.

OCW (2005). *Kerndoelen primair onderwijs. Staatsblad 551*. Den Haag: Deltahage.

OCW (2006). *Kerndoelenboekje*. Den Haag: DeltaHage.

SLO (1993). *Handreikingen bij de kerndoelen basisonderwijs*. Enschede: SLO.

SLO (1998). *Herziening kerndoelen basisonderwijs*. Enschede: SLO.

WBO (1985). *Wet Basisonderwijs*. Den Haag

WPO (1993). *Wet Primair Onderwijs*. Den Haag

## Het parlement vond de eerste eindtermenadviezen (overigens voor alle vakken) te voorschrijvend en in strijd met de 'vrijheid van onderwijs'

Met de invoering van de kerndoelen in 1993 voor alle onderwijsvakken (SLO, 1993) wordt de WBO vervangen door de WPO (Wet op het Primair Onderwijs). Voor het primair onderwijs worden 122 doelen geformuleerd. Voor scholen van speciaal onderwijs die onder de Wet op de Expertisecentra (WEC) vallen, zijn in opdracht van OCW aparte kerndoelen ontwikkeld. De eerste vernieuwing van de kerndoelen vindt plaats in 1998 (SLO, 1998). Het aantal wordt verder teruggebracht tot 103 doelen. De kerndoelen (1993) van de verschillende vakken veranderen in 1998 in kerndoelen voor leergebieden. Bovendien zijn er leergebiedoverstijgende kerndoelen toegevoegd. In 2006 worden de kerndoelen voor de tweede keer vernieuwd (OCW, 2005). Het zijn er nu nog maar 58 en de leergebiedoverstijgende doelen zijn verdwenen. Elk leergebied wordt in de documenten voorafgegaan door een karakteristiek. Voor bewegingsonderwijs in het basisonderwijs bestaan er vanaf dat moment nog maar twee kerndoelen.

57. *De leerlingen leren op een verantwoorde manier deelnemen aan de omringende bewegingscultuur en leren de hoofdbeginselen van de belangrijkste bewegings- en spelvormen ervaren en uitvoeren.*

58. *De leerlingen leren samen met anderen op een respectvolle manier aan bewegingsactiviteiten deelnemen, afspraken maken over het reguleren daarvan, de eigen bewegingsmogelijkheden inschatten en daarmee bij activiteiten rekening houden.* (OCW, 2005).

Het beleid van de overheid om de autonomie in toenemende mate bij de scholen te leggen vormde een belangrijke overweging om de kerndoelen globaal te formuleren (Bax, 2010). Vóór 1975 was er nauwelijks sprake van sturing door de overheid op de inhoud van het onderwijs. Ondanks dat de behoefte aan meer sturing groeide, stuitte dit gezien de reactie van de Tweede Kamer op de eerste eindtermenvoorstellen onmiddellijk ook op weerstand. De Vrijheid van onderwijs bleek een groot goed en is tot op heden een telkens terugkerend element in de discussie over leerplanontwikkeling in Nederland. In de jaren daarna ging er geleidelijk steeds minder sturing uit van de landelijke leerplankaders. De laatste generatie kerndoelen geven daar blijk van. Bij de actuele herziening van die landelijke leerplankaders zie we een andere beweging, waarbij nieuwe kaders juist weer meer richting moeten geven.

### Vertaling van de kerndoelen in tussendoelen en leerlijnen

De twee zeer brede kerndoelen geven weinig sturing aan de invulling van bewegingsonderwijs in het primair onderwijs. Dit is met name voor de groepsleerkrachten die bewegingsonderwijs geven een groot probleem. Om hieraan tegemoet te komen heeft SLO -voor alle leergebieden- tussendoelen geformuleerd. De tussendoelen, uitgewerkt in leerlijnen<sup>3</sup>, geven leraren een goede basis om hun onderwijs planmatig in te richten.

Al in een eerder stadium heeft SLO op basis van een veldaanvraag van de Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke Opvoeding (KVLO) en in samenwerking met de opleidingen het *Basisdocument Bewegingsonderwijs voor de basisschool* ontwikkeld (Mooij, Van Berkel & Hazelebach, 1999). Hierin zijn de kerndoelen van de tweede generatie, die ook weinig sturing gaven, vertaald in twaalf leerlijnen. Deze zijn uitgewerkt in bewegingsthema's met behulp van 'kernactiviteiten' en tussendoelen. Er zijn daarnaast filmfragmenten gemaakt waarop leerlingen de tussendoelen op vier uitvoeringsniveaus laten zien (Mooij, Van Berkel & Hazelebach, 2000). De inhoud van dit basisdocument was tevens de basis van het deel over bewegingsonderwijs in TULE.

Later volgen nog basisdocumenten voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs en voor het speciaal onderwijs (ZML, 2009 en cluster 4-scholen, 2011).

In de afgelopen twintig jaar hebben veel opleidingen gebruikgemaakt van het basisdocument. De ordening van de beweegthema's in leerlijnen blijkt ook nu nog functioneel. Zie daarvoor onder andere het voorstel van het Leergebied

Bewegen & Sport door de ontwikkelgroep Curriculum.nu (2019).

### Wat moet en wat mag?

De leerlijnen en de bewegingsthema's uit het basisdocument geven een globale invulling aan kerndoel 57 waar het gaat om de "hoofdbeginselen van de bewegings- en spelvormen". De uitgeschreven kernactiviteiten zijn slechts voorbeelden van een aanbod wat "kan" worden aangeboden, maar elke leerkracht is vrij in het kiezen van vormen binnen de leerlijn of beweegthema. Het bijzondere van het basisdocument is dat het voorbeelden geeft voor verschillende leeftijdsgroepen en een uitwerking voor verschillende niveaus. In 2000 liep het basisdocument hier voor op de vakken taal en rekenen waar nu ook gewerkt wordt met referentieniveaus. Naast de ordening van het aanbod en de niveauiduidingen werden in het basisdocument suggesties gedaan voor de

**Het bijzondere van het basisdocument is dat het voorbeelden geeft voor verschillende leeftijdsgroepen en een uitwerking voor verschillende niveaus**

leerhulp aan de zwakke en betere bewegers. Ondanks het feit dat het basisdocument een inspiratiebron en kader voor de kwaliteit van het bewegingsonderwijs moest zijn werd het soms gezien (en gebruikt) als een "methode", wat echter nooit de bedoeling is geweest. Daarnaast heeft SLO samen met sportbonden ook een hele reeks sportkennismakingsmappen ontwikkeld. Die mappen waren erop gericht om een aansluiting van het programma bewegingsonderwijs op school met een belangrijk deel van de buitenschoolse bewegingscultuur te creëren. Naast SLO hebben diverse partijen een bijdrage geleverd aan landelijke leerplanontwikkeling voor bewegingsonderwijs in het primair onderwijs, zowel rondom visievorming als rond voorbeeldmatige uitwerkingen en leerlingvolgsystemen. Het onderwijsveld is vanaf de introductie van Curriculum.nu op zoek naar een vervolgstap. Voor bewegingsonderwijs heeft de ontwikkelgroep Bewegen & Sport met de zes bouwstenen een mooi vooruitzicht gegeven hoe het leerplan verder ontwikkeld kan worden. Bijvoorbeeld door de aandacht meer te focussen op bewegen regelen en bewegen waarderen.

### Leerplanontwikkeling; toen en nu

Terugblikkend op de afgelopen decennia van leerplanontwikkeling blijkt dat SLO in samenwerking met het werkveld richting heeft durven geven aan het leerplan voor bewegingsonderwijs in het primair onderwijs op schoolniveau. Daarnaast heeft de uitwerking van de post-hbo-leergang vakspecialist (pabo) daar een extra bijdrage aan geleverd. Mede onder invloed van SLO is getracht op een zorgvuldige wijze het werkveld te vernieuwen, waardoor tegenwoordig op de meeste scholen voor primair onderwijs kinderen op een uitdagende en plezierige wijze beter leren bewegen. Het is bijna normaal geworden dat kinderen tijdens de les in kleine groepjes verschillende beweegactiviteiten doen die ze met elkaar kunnen regelen. Hierdoor heeft de leerkracht de ruimte en tijd gekregen om op maat leerhulp te geven aan die kinderen die dat wensen.

Het bewegingsonderwijs in het primair onderwijs is voor de meeste kinderen een belangrijke plek om op hun eigen wijze, samen met anderen, te genieten van een breed beweegaanbod. Hierdoor zorgt de school voor een basis waarmee het kind kundig is om ook buiten de school, bijvoorbeeld op de sportvereniging of op een speelplek, zich verder door te ontwikkelen als beweger.

De vraag die nu gesteld kan worden is: hoe verder? Hoe kan leerplanontwikkeling doorgezet worden, zodat er opnieuw een verbeteringslag gemaakt wordt, waarbij er voldoende ruimte blijft voor een eigen invulling en waarbij het werkveld met elkaar opnieuw een stap voorwaarts durft en wil zetten!

<sup>1</sup> <https://www.canonlo.nl/venster/27>

<sup>2</sup> In Bewegingsonderwijs in verandering, vakdidactische trends en leerplanontwikkeling, Bekadidact Baarn.

<sup>3</sup> <https://www.slo.nl/thema/meer/tulel>

<sup>4</sup> <https://www.slo.nl/over-slo/>

### Contact

*h.h.t.bax@hva.nl  
b.brouwer@slo.nl  
ca.hazelebach@planet.nl*

### Kernwoorden

primair onderwijs,  
leerplanontwikkeling, SLO,  
basisdocument

Expertisecentrum SLO heeft een unieke focus: de ontwikkeling van het curriculum in het primair, speciaal en voortgezet onderwijs in Nederland. Het curriculum is een belangrijk fundament voor goed onderwijs. Om leerlingen voor te bereiden op hun toekomst zetten wij onze kennis en ervaring in voor een doordacht curriculum. We baseren ons hierbij op maatschappelijke ontwikkelingen en wetenschappelijke inzichten. Dit doen we in opdracht van OCW en we doen het niet alleen; samen met leraren, schoolleiders en andere partners dragen we bij aan de kwaliteit van het onderwijs.<sup>4</sup>

SLO heeft dus een unieke taak: het samen met leraren, schoolleiders en andere onderwijspartijen ontwikkelen en onderhouden van het landelijke curriculum in het primair, speciaal en voortgezet onderwijs in Nederland. SLO ontwikkelt landelijke leerplankaders, ondersteunt en adviseert, doet onderzoek en verricht aanvullende activiteiten met betrekking tot leerplanontwikkeling. Onder aanvullende activiteiten vallen onder andere het maken van voorbeelduitwerkingen of het bevorderen van curriculumbewustzijn. De werkzaamheden van SLO mogen niet voorschrijvend zijn, maar wel richtinggevend.

# Beoordelen en motivatie van leerlingen in de les LO

## Een overzicht van de resultaten van promotieonderzoek

Afgelopen maart verscheen het proefschrift “Assessment and Motivation”, waarin wetenschappelijk onderzoek wordt beschreven naar de motivationele effecten van beoordelen bij LO. Dit eerste artikel (LO 5) geeft een overzicht van de onderzoeksresultaten. In een tweede artikel (LO 6) worden de onderzoeksresultaten vertaald naar praktische aanbevelingen voor de onderwijspraktijk.

TEKST EN FOTO'S CHRISTA KRIJGSMAN

**H**oewel er vaak wordt gesuggereerd dat beoordelen en met name het geven van cijfers, invloed heeft op de motivatie van leerlingen, zijn er maar weinig onderzoeken die dat voor LO echt hebben aangetoond (voor uitzonderingen zie Johnson et al., 2011; Koka & Hein, 2003). Resultaten uit deze studies tonen echter aan dat wanneer leerlingen ervaren dat evaluatie gericht is op leren en vooruitgang, ze meer plezier hebben, meer interesse tonen en het belang zien van de les. Er is maar weinig bekend over de redenen die deze eventuele samenhang kunnen verklaren.

Vandaar dat er een langdurig (promotie)onderzoek is gedaan naar de vraag: “Op welke manier zijn prestatiecijfers, het inzichtelijk maken van doelen en het geven van op groei gerichte feedback gerelateerd aan de motivatie en gevoelens van angst van leerlingen in de les LO?”. In dit artikel worden de resultaten gepresenteerd van de vier individuele studies die deze vraag nader bekeken, en waaruit een proefschrift voortkwam. Er wordt hier geen uitgebreide uitleg gegeven over de verschillende kwaliteiten van motivatie en de psychologische basisbehoeften competentie, autonomie en verbondenheid, omdat dit in eerdere artikelen uitgebreid is uitgelegd. Wil je daar graag meer over weten? Lees dan bijvoorbeeld Krijgsman et al. (2018).

▼ *Leerling aan het klimmen*





## **De relatie tussen cijfers, motivatie en angst**

Om erachter te komen of het geven van cijfers leidt tot verandering in motivatie en gevoelens van angst in de les werd een groep van 409 leerlingen uit 31 klassen uit het voortgezet onderwijs door middel van vragenlijsten bevestigd. Dit gebeurde tijdens twee lessen LO die gegeven werden door hun eigen docent. De eerste keer werden leerlingen bevestigd tijdens een reguliere les, de tweede keer tijdens een les waarin een cijfer werd gegeven. Docenten werden gevraagd om hun les te geven zoals gewoonlijk en geen bijzondere aanpassingen te doen.

De onderzoeksresultaten toonden aan dat leerlingen, als er een cijfer wordt gegeven, minder plezier en persoonlijk belang ervaren, en meer externe druk en angst. Ook willen ze in zo'n les vaker *niet* deelnemen. Dit kwam doordat het geven van cijfers invloed heeft op behoeftebevrediging en behoeftefrustratie. Bijvoorbeeld, op momenten dat de prestaties van leerlingen beoordeeld worden voor een cijfer, willen leerlingen vaker liever niet deelnemen aan de les (amotivatie). De reden waarom leerlingen niet willen deelnemen is omdat ze door de beoordeling ervaren "er niks van te kunnen"; dit noemen we competentiefrustratie. In een ander onderzoek dat voor dit promotieproject werd gedaan, was er overigens geen effect van het geven van cijfers op de psychologische basisbehoeften. Blijkbaar hebben prestatiecijfers dus niet altijd een negatieve impact hebben op de motivatie en angst van leerlingen in de les LO; hoe dit komt is (nog) niet duidelijk.

## **De relatie tussen doelen stellen, behoeftebevrediging en behoeftefrustratie, motivatie en angst**

Je zou je kunnen voorstellen dat beoordelen en/of cijfers geven vooral een negatieve invloed heeft op de motivatie en angst van leerlingen, wanneer ze niet goed weten wat de doelen zijn die ze zouden moeten halen. Daarom werd onderzocht in welke mate leerlingen de lesdoelen kennen, of en hoe dit samenhangt met de motivatie en angst van leerlingen, en of behoeftebevrediging en -frustratie ook deze samenhang kunnen verklaren. Een groep van 659 leerlingen uit 40 klassen uit het voortgezet onderwijs werd door middel van vragenlijsten bevestigd. Dit gebeurde tijdens één les LO die gegeven werd door hun eigen docent. Docenten werden gevraagd om hun les te geven zoals gewoonlijk en geen bijzondere aanpassingen te doen.

De onderzoeksresultaten toonden aan dat het grootste deel van de leerlingen denkt te weten wat

de lesdoelen zijn. Er zijn wel verschillen tussen docenten in de mate waarin ze, volgens leerlingen, de doelen duidelijk communiceren. Opvallend was dat er ook verschillen zijn tussen leerlingen van dezelfde klas, in de mate waarin ze de doelen duidelijk vinden. Dus, leerlingen die les krijgen

**“Als de doelen duidelijk zijn, ervaren leerlingen meer plezier.”**

van dezelfde docent, begrijpen de instructie op een verschillende manier. Daarnaast ervaren leerlingen die meer inzicht hebben in de doelen, meer plezier of persoonlijk belang tijdens de les (autonome motivatie) en hebben ze minder vaak het gevoel dat ze niet willen deelnemen (amotivatie). Er is geen relatie gevonden tussen doelen en interne en externe druk (gecontroleerde motivatie) en angst. De samenhang tussen doelen en motivatie kan verklaard worden door behoeftebevrediging en *niet* door behoeftefrustratie. Bijvoorbeeld, leerlingen met meer inzicht in de doelen, hebben vaker het gevoel zelf aan het roer van hun eigen leerproces te staan (autonomiebevrediging) en dit zorgt ervoor ze meer plezier en interesse ervaren en minder vaak niet willen deelnemen aan de les.

## **Doelen, feedback en behoeftebevrediging en -frustratie van les tot les**

Blijkbaar heeft het stellen van duidelijke doelen dus een gunstige invloed op motivatie. De volgende vraag die in het onderzoek werd gesteld was daarom: maakt het daarbij nog uit in hoeverre je leerlingen feedback geeft op die doelen? De rol van het stellen van doelen *en* op groei gerichte feedback werd onderzocht, in samenhang met de behoeftebevrediging en -frustratie van les tot les. Daarbij werd gekeken naar reguliere lessen en beoordelingslessen.

Een groep van 570 leerlingen uit 24 klassen uit het voortgezet onderwijs werd door middel van vragenlijsten bevestigd. Dit gebeurde op zes momenten, tijdens drie verschillende lessenreeksen. De eerste keer werden leerlingen bevestigd tijdens een reguliere les (de voorlaatste les voordat er een beoordeling zou plaatsvinden), de tweede keer tijdens een les waarin een beoordeling door middel van een cijfer werd gegeven. Op eenzelfde wijze werden daarna de vier volgende vragenlijsten afgenomen, bij de twee opvolgende lessenreeksen. Docenten gaven de lessen en beoordeelden de leerlingen zoals ze gewend waren. Bij alle klassen

was dit een cijfer voor motorische vaardigheid, of een cijfer voor motorische vaardigheid verweven met inzet. De cijfers die gegeven werden, waren allemaal een eindoordeel ter afsluiting van een lessenreeks.

De onderzoeksresultaten toonden aan dat volgens de leerling, docentgedrag met betrekking tot het stellen van doelen en het geven van op groei gerichte feedback, aanzienlijk verschilt van les tot les. Ditzelfde geldt ook voor gevoelens van competentie-, autonomie- en verbondenheidsbevrediging en de frustratie van deze basisbehoeften. Bijvoorbeeld, een leerling kan zich in de ene les heel bekwaam en efficiënt voelen en in de volgende les het gevoel hebben een mislukking te zijn. Ook werd aangetoond dat tijdens lessen waarin leerlingen vinden dat hun docent de doelen duidelijk stelt, ze meer behoeftebevrediging en minder behoeftefrustratie ervaren. In lessen waarin de docent volgens leerlingen meer op groei gerichte feedback geeft, ervaren zij ook meer behoeftebevrediging, echter zonder dat er een effect is op behoeftefrustratie. Het maakt daarbij niet uit of het een beoordelingsles is. Kortom: duidelijke doelen stellen en feedback geven hebben een gunstig effect, vooral wanneer ze samengaan.

### Experiment met docentgedrag

Bovenstaande onderzoeken werden allemaal uitgevoerd in bestaande gymlessen. Het laatste onderzoek van dit promotieproject ging nog een stapje verder: daarin werd het gedrag van een docent aangepast om te kijken wat de invloed was op de leerlingen. Het ging daarbij om wel of geen doelen en feedback communiceren. Twintig brugklassen uit het voortgezet onderwijs, met in totaal 492 leerlingen, namen ieder deel aan een les met een voor hen relatief nieuwe motorische vaardigheid (handstand),

welke gegeven werd door één en dezelfde gastdocent in alle klassen. Deze les werd op vier verschillende manieren gegeven. Deze zeer concreet uitgewerkte lessen werden ontworpen in zogenaamde les-scripts, waarbij doelen (wel of niet gecommuniceerd) en op groei gerichte feedback (wel of niet gegeven) werden gemanipuleerd (d.w.z. de “experimentele les”). Instructie werd gegeven via videovoorbeelden op een iPad, waarbij leerlingen uitgedaagd werden op het eigen niveau. De verschillende niveaus werden aangeduid met de pistekleuren groen, blauw, rood en zwart, oftewel van beginner naar expert, net zoals tijdens de wintersport. Leerlingen werden door middel van vragenlijsten bevraagd. Dit gebeurde in totaal twee keer: één keer tijdens de reguliere les LO (een week voor de experimentele les), en één keer direct aansluitend aan de experimentele les. Alle klassen werden geobserveerd door een onderzoeksassistent om te bepalen of lessen werden gegeven zoals uitgewerkt in de les-scripts (manipulatie-check).

Dit laatste bleek inderdaad zo te zijn. Met andere woorden, in experimentele lessen waarin het de bedoeling was dat de docent doelen en feedback zou communiceren aan de leerlingen, ervoeren de leerlingen dat ze meer doelen en feedback kregen in vergelijking met leerlingen die deelgenomen hadden aan een experimentele les waarin ze dit niet kregen. Vervolgens kon bekeken worden of het gedrag van de docent (wel of geen doelen en feedback communiceren) invloed had op de basisbehoeften van leerlingen. Tegengesteld aan de hypothese werd er aangetoond dat er geen verschillen waren voor behoeftebevrediging en -frustratie tussen de verschillende condities (experimentele lessen). Extra analyses wezen

▼  
Groene piste; blauwe  
piste; rode piste





### ▲ Zwarte piste

uit dat aspecten van de experimentele les, zoals het gebruik van een iPad, hier mogelijk een rol in hebben gespeeld. Bijvoorbeeld, het gebruik van de iPad kan een versturende factor zijn geweest, doordat leerlingen in een conditie waarin geen doelen en feedback werd gegeven door de leraar, de doelen wellicht zelf hebben begrepen via de videobeelden. En wellicht konden leerlingen op eenzelfde manier ook feedback geven aan zichzelf en elkaar. Tot slot werd de gebruikte methode in alle lessen als zeer motiverend ervaren.



Scan deze QR-code voor de instructievideo's van de experimentele handstandles.

**“Resultaten laten niet eenduidig zien dat prestatiecijfers een negatieve impact hebben op de motivatie en angst van leerlingen in de les LO.”**

### Conclusies

De resultaten laten niet eenduidig zien dat prestatiecijfers een negatieve impact hebben op de motivatie en angst van leerlingen in de les LO; in een onderzoek was dit wel zo, in een ander onderzoek niet. Je kunt evaluatie bij LO echter uitbreiden door doelen te verduidelijken en op groei gerichte feedback te geven. Duidelijke doelen hebben een positieve invloed op de motivatie van leerlingen doordat hun basisbehoeften bevredigd worden, terwijl

prestatiecijfers een negatieve invloed hebben op de motivatie en angst van leerlingen doordat er meer behoeftefrustratie is en minder behoeftebevrediging. De mate waarin een docent doelen stelt en op groei gerichte feedback geeft, verschilt van les tot les. Dit suggereert dat docenten elke les opnieuw de basisbehoeften van leerlingen kunnen beïnvloeden!

Wil je meer weten over dit onderwerp? In LO 6 wordt een artikel gepubliceerd waarin de onderzoeksresultaten van het proefschrift concreter worden vertaald naar de onderwijspraktijk.



### ▲ Volledig proefschrift

Het volledige proefschrift, inclusief een uitgebreide Nederlandse samenvatting en vertaling naar de lespraktijk, is gratis te downloaden via de QR-code in de kantlijn.

Dit promotieonderzoek werd uitgevoerd in samenwerking met Universiteit Utrecht (Prof. dr. Jan van Tartwijk en Dr. Tim Mainhard), Universiteit Gent (Prof. dr. Leen Haerens), en Fontys Sporthogeschool Eindhoven (Dr. Lars Borghouts), en mede mogelijk gemaakt met financiële steun van de Nederlandse Organisatie voor Wetenschappelijk Onderzoek (NWO; onderzoeksprogramma Promotiebeurs voor Leraren met projectnummer 023.004.015), en van vereniging Ons Middelbaar Onderwijs (OMO).

Dank aan Lars Borghouts voor zijn feedback op dit artikel.

Christa Krijgsman is post-doctoraal onderzoeker aan de Eindhoven School of Education van de Technische Universiteit Eindhoven. Tevens is zij onderzoeker voor Ons Middelbaar Onderwijs. In beide onderzoeksprojecten staan duurzame innovatie van onderwijs centraal. Vanaf 2003 tot april 2021 was Christa werkzaam als docent LO aan het Sint-Janslyceum te 's-Hertogenbosch.

### Literatuur

Johnson, T., Prusak, K., & Pennington, T. (2011). The effects of the type of skill test, choice, and gender on the situational motivation of physical education students. *Journal of Teaching in Physical Education, 30*(3), 281–295.

Koka, A., & Hein, V. (2003). Perceptions of teacher's feedback and learning environment as predictors of intrinsic motivation in physical education. *Psychology of Sport and Exercise, 4*, 333–346. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00012-2](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00012-2)

Krijgsman, C., Borghouts, L., Van Tartwijk, J., Mainhard, T., & Haerens, L. (2018). Cijfers en motivatie van leerlingen in de les LO [Performance grades and students' motivation in PE]. *Lichamelijke Opvoeding, 106*(4), 13–15.

### Contact

c.a.krijgsman@tue.nl of c.krijgsman@sjl.nl

### Kernwoorden

formatieve evaluatie, cijfers, motivatie, feedback



# Zo werken de sportiefste VSO-scholen van Nederland

**Eind mei waren de verkiezingen van de Sportiefste Scholen van Nederland (VO en VSO).**

Hoe zien de sportiefste scholen voor voortgezet speciaal onderwijs (VSO) van Nederland eruit? Winnaar De Twijn uit Zwolle en 'runner up' Kristallis Aventurijn uit Nijmegen delen hun aanpak, tips en ervaringen. Zodat je er zelf ook mee aan de slag kunt!

TEKST DORIEEN DIJK EN SARAH WOUTERS

In Lichamelijke Opvoeding Magazine 6 vind je het artikel: Het Caland Lyceum in Amsterdam is de Sportiefste VO School van 2021



▲ De collega's van de Twijn zijn de winnaars

## De Twijn, Zwolle

De Twijn is een cluster 3 school met een enorm gevarieerde groep leerlingen, qua beperkingen, iq en motorische vaardigheden. Met een groep enthousiaste en ondernemende vakleerkrachten lukt het toch om kinderen beweegaanbod op maat te bieden. Vakdocent Lichamelijke Opvoeding Marcel Bouwhuis vertelt hoe.

### Groepsdoorbroken werken

Allereerst werkt De Twijn 'groepdoorbroken', zoals Marcel het formuleert. "Kinderen uit dezelfde klas gymmen dus niet met elkaar, maar worden ingedeeld bij leerlingen met vergelijkbare vaardigheden. We hebben drie

groepen: onze lopers, onze elektrische rolstoelers en onze handbewogen rolstoelers. Die groepen gymmen dus met elkaar en het aanbod passen we aan op hun mogelijkheden. Daarin krijgen we ook advies van het revalidatiecentrum."

In alle groepen werkt de school met dezelfde leerlijnen als het reguliere onderwijs, natuurlijk in aangepaste vorm. "Om te zorgen dat we de motorische voortgang van onze leerlingen toch meten, hebben we een eigen leerlingvolgsysteem ontwikkeld. Zo kunnen we aan de inspectie laten zien hoe ver we komen. We kijken daarbij ook naar de sociaal emotionele ontwikkeling, zoals samenwerken en omgaan met winnen of verliezen. Een aantal leerlingen past hier niet in. Over hen doen we verslag op een verhalende manier met beeld. En dat koppelen we terug aan de ouders."

### Ik mag er zijn zoals ik ben

"Wij willen onze leerlingen voorbereiden op een betekenisvolle plek in de samenleving", licht Marcel de visie van de school toe. "We willen onze kinderen, die al veel hebben meegemaakt, 'heel houden'. Hen een fijne

## Verkiezing Sportiefste VO en VSO School

Elk jaar organiseert de KVLO samen met NOC\*NSF de verkiezing voor de Sportiefste School van Nederland. Alle scholen voor voortgezet onderwijs en voortgezet speciaal onderwijs kunnen meedoen. Doel van deze verkiezing is het waarderen van scholen en vaksecties die een buitengewoon goed of innovatief aanbod bewegen en sport hebben voor hun leerlingen. En het inspireren van andere scholen met deze best practices.





schooltijd geven, waar ze later positief op terugkijken. Het gevoel: ik mocht er zijn zoals ik ben. Wij geloven dat je groeit en je competent gaan voelen, door succes te ervaren.”

Ook in de gymles komt die visie terug, vertelt Marcel. “We geven kinderen bewust regie over hun eigen succes. Is een oefening te moeilijk? Dan bedenk je zelf hoe je hem kunt aanpassen, zodat het wel lukt. Moet de basket iets lager? Prima! Wil je dichterbij staan met de bal? Ook goed! Als coach geef je hen de autonomie om het zelf op te lossen en succes te hebben.”

### Autonomie

Die autonomie is belangrijk voor de leerlingen van De Twijn. Marcel: “Wat veel mensen niet beseffen, is dat kinderen met een beperking hun hele leven geholpen worden. Uit goede intenties uiteraard, maar het is ook aangeleerde hulpeloosheid. In ons bewegingsonderwijs gaan we bewust de andere kant op. Daar leren ze van.” Hoeveel de leerlingen kunnen leren, blijkt tijdens het jaarlijkse skikamp in Oostenrijk. “Veel ouders denken dat hun kind niet kan skiën”, lacht Marcel. “Maar dan zeggen wij: ‘let maar eens op!’. We sturen de ouders filmpjes en die staan perplex van wat hun kind kan! Die week leren ze ook veel sociaal emotionele vaardigheden, want ze zijn uit hun comfortzone, even thuis weg en groeien dan heel snel. Dat zien de ouders ook.”

### Een ouder over de skiweek

“Ik heb een andere zoon terug gekregen na de skiweek. Hij straalde bij thuiskomst! De afgelopen twee weken hoor ik vaak: ‘dat kan ik zelf wel hoor’. En: ‘ik heb geen hulp nodig hoor’. De skiweek heeft gezorgd voor een enorme emotionele groei, in zelfvertrouwen, zelfstandigheid en een positiever zelfbeeld. Het was het een kamp van onschatbare waarde.”

### Inzet van Special Heroes

De Twijn werkt nauw samen met de CALO – voor stagiairs – en met Special Heroes Nederland. Marcel: “Zij helpen ook in het begeleiden van onze leerlingen naar naschoolse sport bij een vereniging. Want wij willen kinderen daar aan laten sluiten. Maar wel stap voor stap. Eerst kennismaken met de sport op

school via een clinic, dan eens op bezoek bij een vereniging. Dan lid worden van een team. En hopelijk blijven ze dan lid.”

Is het succes van De Twijn ook op andere scholen te bereiken? Marcel beseft dat het voor eenpiters – scholen met maar één vakdocent beweging – uitdagend is. “Maar ik heb toch een paar tips. Werk samen met Sport Heroes, ga bij elkaar kijken op school en doe mee aan ons kennisnetwerk voor bewegingsonderwijs in het VSO. Zo leren we van elkaar. Wees ondernemend en kijk – net als bij de leerlingen – naar wat wél kan!”

### ▲ Tafelvoetbal

### De jury over De Twijn

“Op deze school staat de leerling centraal. Ze zoeken bij alles naar aanpassingen, zodat ieder kind kan meedoen. Sport is een pijler van de school en een metafoor voor het leren van vaardigheden zoals samenwerken, persoonsvorming en weerbaarheid. De school probeert alles uit de leerling te halen op sportief gebied. Waarbij ze rekening houden met hun beperkingen, maar vooral gekeken wordt naar kansen. Er is een breed draagvlak op de school voor bewegen en sport.”

In *Lichamelijke Opvoeding Magazine 6* vind je het artikel: *Zo werken de sportiefste VO scholen van Nederland*

### VSO Kristallis, locatie Aventurijn, Nijmegen

Kristallis Aventurijn is een cluster 4-school. Vakdocent Lichamelijke Opvoeding Nathan Robben vertelt wat dat betekent: “Onze leerlingen hebben diverse gedragsproblemen. De problematiek van de leerlingen én hun sportieve vaardigheden verschillen enorm. Daarom organiseren wij het bewegingsonderwijs zo, dat we elk kind kunnen bieden wat het nodig heeft.”

### Screenen en differentiëren

Dat begint met een kleine screening, legt Nathan uit. “We vragen de leerlingen tijdens het kennismakingsgesprek naar hun sportdeelname in de vrije tijd. Tijdens de eerste schoolweken volgt dan een motorische test. Dat doen we met een BLOC test (<https://beterlerenbewegen.han.nl/site/bloc-beweegtest>) die de Hogeschool van Arnhem Nijmegen heeft ontwikkeld. Die test meet de motorische vaardigheden van een leerling. Dat helpt ons om op een goede manier te differentiëren in de gymlessen.”



## ▲ Lekker voetballen

Hoe werkt dat differentiëren in de gymles met zulke verschillende leerlingen? Nathan: “We proberen ieder groepje op het eigen niveau uit te dagen. We starten gezamenlijk en werken aan de kerndoelen, binnen de domeinen zoals bijvoorbeeld zwaaien, balanceren en spel. Sommige leerlingen krijgen behalve de mondelinge uitleg ook een iPad met filmpjes en instructies. De iPad gebruiken we ook voor zogenaamde videofeedback. Leerlingen kunnen met een app (videodelay) zichzelf éénmalig terugkijken als zij bijvoorbeeld over een kast springen met een ‘monkey’ sprong. Door videofeedback leren de leerlingen sneller en beter de beweging.”

Bekijk het filmpje van het jurybezoek aan de Aventurijn <https://m.youtube.com/watch?v=XtPg-We7eIaE&feature=youtu.be>\*

Positieve ervaringen opdoen  
De realiteit is dat een deel van onze leerlingen die uit het reguliere basisonderwijs komen, zich de beweegvaardigheden minder hebben eigen gemaakt, constateert Nathan. Vaak liggen hier diverse omgevingsfactoren aan ten grondslag. “Het is extra belangrijk dat deze leerlingen in onze gymlessen positieve ervaringen opdoen en met plezier beter leren bewegen”.

Aventurijn spant zich daarom in om de leerlingen extra te stimuleren. Nathan: “Bijvoorbeeld met extra begeleiding in de vorm van Motorische Remedial Teaching. Ons doel is om leerlingen tijdens deze extra contactmomenten een positieve ervaring te geven. Daardoor worden zij bijvoorbeeld zekerder van zichzelf en durven ze fouten te maken. Dit doen we bijvoorbeeld door gooien en vangen met een basketbal extra te oefenen. Hierdoor kunnen deze leerlingen beter meedoen in de reguliere les.” Die positieve ervaringen zijn cruciaal, benadrukt Nathan. “Deze leerlingen hebben al zoveel meegemaakt.”

## Bewegen samen regelen

De vakdocenten organiseren regelmatig ‘Bewegen samen regelen’. Dan bedenken de leerlingen zelf een spelvorm. “Met een paar kaders natuurlijk”, vertelt Nathan. “Zoals geen trampolines en niet zomaar in het materiaalhok komen. Maar verder moeten ze de activiteit zelf verzinnen en opzetten. Ook geeft het een positieve impuls aan de groepsdynamica, je moet het samen doen. En daar groeien ze van! Nathan geeft een voorbeeld van hoeveel bewegen de kinderen oplevert. “Een van onze meiden was door medicatie en niet bewegen 50 kilo aangekomen. Zij deed niet meer mee met de gymles op haar vorige school. We zijn echt met haar aan de slag gegaan, ondersteund door de ouders. ‘Ik wil in elk geval niet turnen en niet trefballen!’ zei ze. Maar intussen springt ze over de kast en is ze ruim 30 kilo kwijt!”

## Pausesport

Op Aventurijn is de ervaring dat sport en bewegen zorgt voor afleiding en een doel tijdens de pauzes. “Daarom mogen de leerlingen bijvoorbeeld ook in de pauzes extra bewegen. Dan kunnen ze hun energie kwijt op de bokszak of doen samen, onder begeleiding, een zelfgekozen spel. In een uitzonderlijk geval kan een leerling een extra gymles meedraaien met een andere klas. Door pausesport ontstaan minder vaak ruzies en zijn leerlingen met iets leuks bezig. Ook andere docenten zetten sport in als beloning: als je twintig minuutjes geconcentreerd aan theorie hebt gewerkt, mag je een kwartier extra bewegen. Zowel in als buiten de klas.”

De tip van Nathan tot slot: begin klein, maar begin wél! En sluit aan bij de behoefte van de doelgroep. Er zijn veel organisaties zoals Special Heroes (<https://specialheroes.nl/>), Uniek Sporten (<https://www.unieksporten.nl/>) en de buurtsportcoaches van de gemeente die dit type leerlingen goed kennen, net als hun behoeftes op sportgebied. “Veel kinderen waren enthousiast over kickboksen, dus organiseert Stichting Special Heroes dit nu als naschoolse activiteit. Leerlingen vinden dit geweldig en de groep enthousiaste deelnemers wordt steeds groter.”

Heb je nog vragen, of wil je met jouw school meedoen aan de volgende verkiezingen? Neem dan contact op met Nathalie Termorshuizen van de KVLO, of met Dorien Dijk van Kenniscentrum Sport en Bewegen.

## De jury over de Aventurijn

“De school heeft een mooi beweegaanbod ontwikkeld met inhoudelijke lessen. De vaksectie heeft bewegen een duidelijkere plek gegeven binnen de school. Er was veel drive te zien en voelen. Naast de lessen bewegingsonderwijs zien we een rijk aanbod aan extra activiteiten.”

\*De jurybezoeken zijn afgelegd tijdens de coronapandemie. Daardoor weerspiegelt het filmpje niet het reguliere beweegaanbod van de scholen. Vakleerkrachten, schooldirectie en leerlingen hebben tijdens het bezoek vragen van de jury beantwoord.

**Foto's**  
KVLO

**Contact**  
dorien.dijk@kenniscentrum-sportenbewegen.nl

**Kernwoorden**  
verkiezing, sportiefste VSO-school, criteria



# Een gezonde, actieve leefstijl voor alle leerlingen!



Special Heroes Nederland heeft voor scholen een integraal programma om het welzijn van leerlingen te verbeteren en hun talenten tot bloei te laten komen. Samen met de school kijken we wat nodig is om het welzijn van leerlingen te verbeteren en hun talenten tot bloei te laten komen.

Integraal programma van verschillende interventies. Kijk op de site [specialheroes.nl](http://specialheroes.nl) of scan de QR-code.



SPORT  
HEROES

HEALTHY  
HEROES

ART  
HEROES



## Dé totaaloplossing akoestiek onder één dak!

### Akoestische kennis en innovatie

U wilt uw sportaccommodatie toekomstbestendig maken door (op)maatgericht beheersen van geluid? Dat is waar onze vakbekwame medewerkers in zijn gespecialiseerd. Het meten, akoestisch simuleren, berekenen en het uitvoeren van geluidsreducerende en -absorberende voorzieningen is onze expertise. Na het uitvoeren van een meting, ontvangt u van ons een vrijblijvend oplossingsvoorstel met garantie op het behalen van de NOC\*NSF norm!

Onze jarenlange ervaring in meer dan 400 sportaccommodaties zorgt ervoor dat wij u op een heldere manier kunnen meenemen in de wereld van geluidsabsorptie.

sporTIG® scheidingswand

Leverbaar in 5 types

sporTIG® wandstelsel

akoestIG® screen

 **TIG** Akoestiek

# Dubbele bevoegdheid aan de wilgen



kwam corona en werd alles nog complexer. En dan heb je het alleen nog over de verplaatsing. In je gymles moet je dus op tijd stoppen. Dan moet er een omslag in je hoofd worden gemaakt. Er zit ook altijd een bepaalde druk op je. Kom ik wel op tijd? Dat haastige neem je mee in je les. Dat kan leiden tot een bepaalde kribbigheid. Enkele jaren is dat goed gegaan. Het werd Maartje echt te veel door corona. Al die extra regels met 1,5 meter enz. Ze hakte de knoop door en sinds dit schooljaar geeft ze weer alleen gymlessen.

Was er dan niets goed aan het geven van twee vakken? Zeker wel. Als je leerlingen twee vakken geeft, leer je ze van twee kanten kennen. Met andere vakken en toetsen nakijken (wiskunde..) kijk je ook een beetje in hun hoofd en leer je hun manier van denken kennen. Ook vinden leerlingen het vaak leuk als je ze op verschillende manieren leert kennen; ben je geen ster in wiskunde maar wel in bewegen of andersom dan heeft de docent toch een ander (completer) beeld van je. Maar goed dit weegt helaas uiteindelijk niet op tegen de vele praktische bezwaren.

Waarom niet gekozen voor het andere vak? Dat heeft te maken met de dynamiek. Er gebeurt in een gymles nu eenmaal meer dan in een les waarin de leerlingen op stoelen zitten en alleen van hun plek komen om naar de wc te gaan, in een andere groepssamenstelling te gaan zitten of voor het bord iets te komen uitleggen. Ook is het contact met leerlingen in een gymles van een andere orde. Er is meer contact maar ook op andere wijze. Je staat/beweegt je letterlijk tussen de leerlingen. Bij leerlingen die zitten is dat toch anders. De staande docent, de zittende leerling. Die momenten heb je natuurlijk in een gymles ook maar ze zijn anders. Dan creëer je even een moment van rust en concentratie om daarna weer 'vol aan de bak' te gaan. Nog een punt is de wijze waarop leerlingen zich in een gymles gedragen. Dat is voor velen totaal anders dan in een reguliere 'zit'les. Het lijkt erop dat ze zich over het algemeen vrijer voelen in de zaal/op het veld. In iedere groep vind je ook kinderen die onze lessen maar niks vinden. Dat zijn geen bewegers en ze hebben er zelfs soms een aversie tegen. Maar juist het motiveren van deze kinderen is ook een van de redenen geweest om terug te keren in dit vak. Het geeft zo veel voldoening te zien hoe je leerlingen weer mee kunt krijgen. In de vorige column kon je lezen dat Maartje overwoog om ook te stoppen met het geven van LO. Deze laatste reden trok haar over de streep om toch te blijven. Die dubbele bevoegdheid houdt ze achter de hand voor als het fysiek niet meer mogelijk is het vak van docent bewegingsonderwijs uit te oefenen. Dit is wellicht een reden voor meer collega's om een tweede bevoegdheid te gaan halen. En zo is de cirkel weer rond. ■

**D**ie fijne collega van mij, Maartje, loopt al een tijdje mee in het onderwijs. Ze is docent LO in het VO maar heeft ook een tijd een ander vak gegeven. Handig die dubbele bevoegdheid. Maar waarom is ze daar dan mee gestopt? Het gedoe. Dat is het korte antwoord. Beide vakken geven was erg leuk maar de dagelijkse praktijk zorgde ervoor dat het geven van twee vakken ging tegenstaan. Natuurlijk vraag je dan door. Het antwoord is eigenlijk heel eenvoudig. Je staat in de gymzaal in je trainingspak, geeft lekker les en moet afronden. Het volgende uur geef je het andere vak maar dat is in een lokaal aan de andere kant van de school. Dan is 150 meter lopen door gangen vol met leerlingen ineens heel ver. Ik hoor je denken dat de roostermaker er dan maar voor moet zorgen dat de les plaatsvindt in een lokaal dichterbij. Logische oplossing zou je zeggen. Helaas, dan wordt er geen rekening gehouden met de leerlingen en het materiaal. Voor hen moet het rooster en de verplaatsing eenvoudig zijn. Bovendien liggen de benodigde materialen in dat lokaal en is de school verdeeld in sectoren: de technische, de talen-, de culturele en de maatschappelijke sector. Dan zou voor één collega alles op de schop moeten. Kortom het is een dilemma. Voor de docent dan. Toen



**Mery Graal**

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

**Mery Graal**

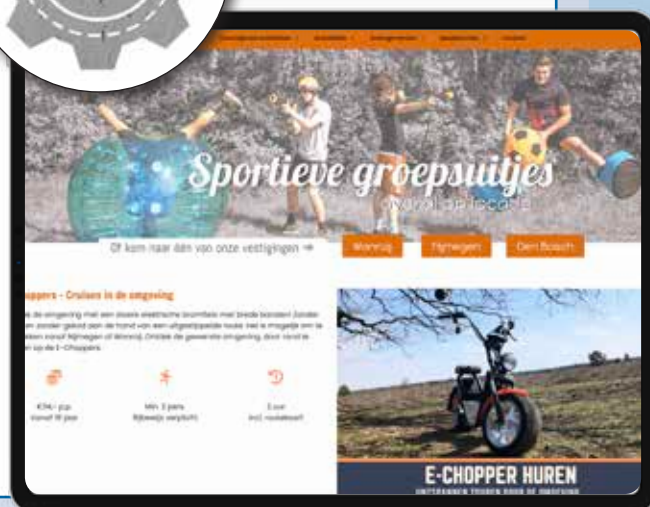


## Sportproductions

Er zijn veel bedrijven die events organiseren. Enkele verbinden daar ook nog iets extra's aan. Bijvoorbeeld Sportproductions. Ze zoeken scholen die hun product, het organiseren van sportdagen, willen afnemen. Alle winst die ze met deze sportdagen ophalen gaat naar de stichting Gambia Sport. Hun doel is om samen met de stichting schoolpleinen in Gambia sportveilig te maken en sportmaterialen te leveren. Een nobel initiatief.

### Meer weten?

Kijk op hun website [sportproductions.nl](http://sportproductions.nl) of mail naar [info@sportproductions.nl](mailto:info@sportproductions.nl)



## Tennis app

Er zijn veel collega's die naast hun baan ook nog iets anders doen zoals bijvoorbeeld tennisles geven. Er is een handig appje (nu alleen nog voor Apple) waarbij je iemand kan helpen met een opname of een tactisch plaatje. Het is ontwikkeld door een Nederlandse tennisleraar.

<https://apps.apple.com/nl/app/tenniscourt/id1562834120?l=en>



## Scholing

Zoals je hebt gezien, is er geen scholingspagina. Dit is in verband met de vakantie. In *Lichamelijke Opvoeding Magazine 6* komt de pagina weer terug.



## Gymplanner

Collega's zijn creatief. Dat weten we. Ook digitaal kunnen sommige goed uit de voeten. Branco Kranenburg is er daar een van. Hij ontwikkelde een app om een gymzaal met materiaal te tekenen.

### Kijk op:

<https://www.gymplanner.nl>

### Meer weten?

Mail naar [info@gymplanner.nl](mailto:info@gymplanner.nl)

## Risicocvol spelen

Vroeger was het vrij normaal dat kinderen zich bezig hielden met activiteiten als in bomen klimmen, op geheime plekken spelen of het bouwen van hutten in de bosjes. Tegenwoordig zijn de mogelijkheden daarvoor voor kinderen veel beperkter. De focus werd de afgelopen decennia steeds meer gelegd op veiligheid en bescherming. Strakkere regelgeving en

strengere eisen aan speelplekken zorgen ervoor dat kinderen steeds minder ruimte kregen om vrij te spelen en te ontdekken. Maar is dat wel zo goed voor de ontwikkeling van een kind? Niet dus, blijkt uit steeds meer onderzoek.

### Meer informatie vind je op:

<https://www.veiligheid.nl/kinder-veiligheid/spelen/risicovol-spelen>



**De redactie wenst je een fijne vakantie toe!**





# → DE GYMLERAAR

VRAGEN EN ANTWOORDEN OVER DE JURIDISCHE POSITIE VAN DE LERAAR  
LICHAMELIJKE OPVOEDING.



Leraar lichamelijke opvoeding is een prachtig én complex beroep. Als gymleraar wil je leerlingen vooral veel, goed en met plezier laten bewegen. Het stelt hoge eisen aan het professionele niveau van de leraar. In juridisch opzicht vooral op het gebied van veiligheid en verantwoordelijkheid.

Deze uitgave wil je inzicht geven in je juridische positie als werknemer in het onderwijs in het algemeen en vooral over de bijzondere aspecten daarvan als leraar lichamelijke opvoeding. Welke bevoegdheid heb je nodig, wat zijn je rechten en plichten als werknemer, hoe geef je veilig en verantwoord les en hoe gedraag je je als leraar LO zijn onderwerpen die aan bod komen.



€ 16,<sup>90</sup> incl. btw

ISBN: 978-90-72335-70-8

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

→ In samenwerking met Arko Sports Media

**janluitingfonds**  
LEZEN OVER BEWEGEN

## VOLG MIJ

## hét leerlingvolgsysteem voor het bewegingsonderwijs!



Bent u op zoek naar een leerlingvolgsysteem dat hanteerbaar is, snel werkt en meegaat met de tijd? Dan is VOLG MIJ iets voor u! VOLG MIJ is hét leerlingvolgsysteem voor het bewegingsonderwijs! Met behulp van VOLG MIJ kunt u gemakkelijk de motorische ontwikkeling van uw leerlingen bijhouden!

VOLG MIJ is gebaseerd op de 12 leerlijnen beschreven in het *Basisdocument bewegingsonderwijs voor het basisonderwijs*. Per leerlijn zijn er meerdere varianten waarop u kunt scoren, waarbij wordt uitgegaan van 5 verschillende scoringsniveaus. Heeft u zelf een oefening om een leerlijn te scoren? Geen probleem, er is zelfs een mogelijkheid om uw eigen scoremodel in te voegen.

### Voordelen:

- handzaam
- vernieuwend
- flexibel
- modern
- on- en offline
- snel



**MEER INFORMATIE:**  
[JANLUITINGFONDS.NL](http://JANLUITINGFONDS.NL)

