

PRAKTIJK

KATERN

Vijf keer succes met je kleuterles

Door het enthousiasme en de beweegdrang van kleuters is het gemakkelijk om als leerkracht succes te ervaren in je gymles. Maar om een les echt lerend te maken is er meer nodig. In dit artikel worden vijf succeservaringen beschreven die de les uitdagender maken en die het leerrendement van de les naar een hoger niveau kunnen brengen. De succeservaringen in dit artikel zijn opgedaan bij het ontwerpen van de schoolinterventie van het onderzoeksproject **Start(V)aardig** (zie kader). | **Tekst** Ingrid van Aart e.a.



Start(V)aardig

Start(V)aardig is een vierjarig onderzoeksproject naar het stimuleren van de beweegvaardigheid van kleuters. Een van de opbrengsten van het project is een beweeginterventie ontwikkeld en onderzocht binnen de context van de school, de sportvereniging en de wijk. Al deze kennis wordt verzameld in een toolbox met praktische handvatten voor beweegprofessionals. Het onderzoek wordt uitgevoerd in de regio Groningen (Hanzehogeschool), regio Den Haag (Haagse Hogeschool), regio Eindhoven (Fontys Sporthogeschool) en regio Zwolle (Hogeschool Windesheim). Meer informatie over dit project is te vinden via www.allesoversport.nl/startvaardig/

Succesfactoren

De succesfactoren in dit artikel zijn de belangrijke bouwstenen geweest voor succesvolle kleuterlessen in het project Start(V)aardig. Een lessenreeks waarbij sprake is van een hoge beweegintensiteit gekoppeld aan een hoog leerresultaat in combinatie met beweegplezier is immers de wens van iedere (vak)docent. De vijf belangrijkste succesfactoren worden hier beschreven.

Grondvormen van bewegen combineren

Voor de motorische ontwikkeling en de latere ontwikkeling van sport specifieke vaardigheden is het van belang om bij kleuters expliciet aandacht te hebben voor een brede motorische basis (Hoofwijk et al., 2020). In dit artikel spreken we over 'grondvormen van bewegen' als we het hebben over die basis.

Een gebalanceerd programma waar aandacht is voor alle grondvormen van bewegen is belangrijk, waarbij het combineren van deze grondvormen een uitdaging kan bieden en de motorische ontwikkeling van kleuters verder kan stimuleren.

Een eenvoudige manier om dit in de praktijk te doen is het verwerken van verschillende grondvormen in één oefening. Laat bijvoorbeeld kleuters springen en landen vanaf een verhoging waarbij ze tegelijkertijd een pittenzak in een bak proberen te mikken (gooien & vangen). Daarnaast is er in een stroomvorm of beweegbaan voor kleuters veel mogelijk, naast het feit dat dit een effectieve organisatievorm is om kleuters veel in beweging te laten zijn. Combineer de terugweg naar het startpunt van de beweegbaan met een andere grondvorm van bewegen. Laat kleuters

bijvoorbeeld klimmen en klauteren over een beweegbaan en laat ze op de terugweg balanceren over verschillende smalle stukken. Dit zal waarschijnlijk ook de doorstroming bevorderen. Het is natuurlijk goed mogelijk om verschillende grondvormen van bewegen in één lange beweegbaan terug te laten komen (bijvoorbeeld lopen & gaan, springen & landen, balanceren etc.). Daarnaast kun je, om het herhalen te stimuleren, de kleuters bijvoorbeeld lego/kapla mee laten nemen om aan het einde van het parcours een toren te laten bouwen.

Differentiëren op basis van drukcondities

Binnen de interventie van Start(V)aardig is een belangrijk vertrekpunt dat elke oefening gedifferentieerd wordt aangeboden. Om hier concreet invulling aan te geven is het model van 'drukcondities' gebruikt (Scheuer & Heck, 2020) (zie afbeelding 1). Binnen dit model zijn vijf drukcondities geformuleerd. Elke oefening kan volgens deze vijf condities individueel worden aangepast. Elke oefening kan geanalyseerd worden door de moeilijkheid van elke drukconditie te bepalen. Aan de hand van deze analyse kan vervolgens nagedacht worden over manieren om deze individuele conditie makkelijker of moeilijker te maken. Daarnaast is het een structuur die tijdens de les gebruikt kan worden om oefeningen aan te passen aan het niveau van de kleuter. Dit is binnen de interventie bijvoorbeeld toegepast bij een miktaak. Kleuters konden muntjes verdienen door raak te gooien.

Wanneer een kleiner voorwerp werd geraakt konden er meer muntjes worden verdiend. Dit is een voorbeeld van precisie druk. Daarnaast hebben we de volgende les tijdsdruk binnen dezelfde taak toegevoegd door korte rondes te hanteren.

Een inspirerende beweegbaan gericht op klimmen en klauteren

Een ander succes was een beweegbaan waarin verschillende uitgangspunten van een succesvolle les zichtbaar naar voren kwamen.

Figuur 1 Pressure conditions: druk condities om oefeningen te differentiëren (Schreuer & Heck, 2020)





Figuur 2 Bewegbaan klimmen en klauteren



Figuur 3 Voorbeeld stoeispelen

Tabel 1 Organisatiestructuur Start(V)aardig

Planning	Thema	Introductie	Vak 1	Vak 2	Vak 3
Week 1	Circus	B&M	Rollen, duikelen & draaien	Gooien, vangen & mikken	Gaan & lopen
Week 2	Circus	B&M	Balanceren & vallen	Rollen, duikelen & draaien	Gooien, vangen & mikken
Week 3	Circus	B&M	Klimmen & klauteren	Balanceren & vallen	Rollen, duikelen & draaien
Week 4	Dierentuin	B&M	Stoeien & vechten	Klimmen & klauteren	Balanceren & vallen
Week 5	Dierentuin	B&M	Trappen, schieten & mikken	Stoeien & vechten	Klimmen & klauteren
Week 6	Dierentuin	B&M	Springen & landen	Trappen, schieten & mikken	Stoeien & vechten

De gebruikte uitgangspunten zijn: een combinatie van *deliberate play* en *deliberate practice*, een zo hoog mogelijke beweegtijd, werken op het eigen niveau, succeservaringen en plezier.

De kleuters gingen het loop- en klimparcours af waarbij ze zelf oplossingen konden verzinnen om obstakels te passeren of voorwerpen mee te nemen. In deze beweegbaan zit deels een docent gestuurde opdracht (*deliberate practice*). De

docent gaf aan hoe een deel van het parcours gevolgd diende te worden. Daarnaast kregen de kleuters ook de vrijheid om spelenderwijs te ontdekken hoe ze over andere stukken van de baan heen konden komen (*deliberate play*). Omdat iedere kleuter zijn of haar eigen weg kiest over deze beweegbaan, kan ook iedere kleuter werken op het eigen niveau. Hierbij was het succes dat kleuters zelf tot zeer creatieve oplossingen kwamen die vooraf niet door ons als mogelijkheid waren bedacht.

Stoeispelen met kleuters

Bij het ontwerpen van de interventie merkten we dat meerdere docenten die bewegingsonderwijs geven het onderdeel stoeispelen bij kleuters als spannend ervaren. Ze zijn bang voor drukke kleuters die teveel aan elkaar zitten. Daarnaast zijn er niet veel voorbeelden te vinden over stoeispelen met kleuters, in tegenstelling tot oudere leerlingen. Uiteindelijk hebben we gekozen voor dezelfde opbouw, activiteiten en werkwijze die je met leerlingen van groep 3 en 4 zou doen. Voorbeelden van deze activiteiten zijn: een bal van de ander afpakken, een pion omtikken die de ander beschermt of elkaar proberen uit evenwicht te brengen door duw- en trekvormen. Opvallend was dat het vak met stoeispelen na de eerste les zelf door de kleuters op gang gehouden kon worden. Ze waren goed in staat om te overleggen, aan het werk te gaan en er ontstonden nauwelijks problemen of ruzies. De kleuters waren enorm enthousiast over de stoeispelen en kozen dit vak drie weken lang als hun favoriete onderdeel.

Het bieden van structuur

Kleuters hebben structuur en voorspelbaarheid nodig. Structuur helpt bij een vloeiend verloop tussen de verschillende arrangementen in de les, draagt bij aan een hoge beweegtijd én zorgt voor beweegplezier. Onderstaande drie voorbeelden kunnen helpen bij het bieden van structuur.





Werk in vakken met een herhaling van activiteiten

Binnen Start(V)aardig werken we in drie vakken, waarbij we activiteiten drie opeenvolgende weken aanbieden. Per les zijn twee vakken al bekend en in een derde vak wordt een nieuwe activiteit aangeboden. In de drie weken vindt een opbouw plaats in moeilijkheidsgraad, in de mate van zelfstandigheid en variëren we de oefening op basis van de, eerder genoemde, drukcondities. Door de herkenbaarheid in organisatie en activiteiten blijven de instructies kort en kan er veel bewogen worden. Zie voor een voorbeeld Tabel 1.

Elke les start met bewegen op muziek

Dit is een voorspelbaar moment dat aansluit bij de belevingswereld van de doelgroep en past bij het centrale thema in de les. Met muziek komen kleuters direct in beweging. Het gaat hierbij niet om het aanleren van een choreografie, maar om het uitvoeren van diverse grondvormen van bewegen op instructie van de docent. Laat de gekozen grondvormen aansluiten op de inhoud van de les zodat er een transfer ontstaat (bijvoorbeeld

racketspelen en een ballon hooghouden tijdens het rondlopen op de muziek; balanceren en op één been staan als de muziek stopt).

Werk met rusteilandjes

Dit kunnen banken of matjes zijn die te herkennen zijn aan een gekleurde pion of een plaatje. Zodra kleuters moeten wisselen van activiteit of de les even stil wordt gelegd, kunnen ze ingezet worden. Na een aantal keer oefenen hebben de kleuters door waar ze heen moeten en kan je snel verder met de les.

Het genoemde onderzoeksproject naar het stimuleren van de beweegvaardigheid van kleuters wordt mede uitgevoerd vanuit het *Lectoraat Praktijkgerichte Sportwetenschap* van de Hanzehogeschool Groningen en het lectoraat *Gezonde Leefstijl in een Stimulerende Omgeving* van de Haagse Hogeschool. Voor meer informatie over dit project of andere projecten van deze lectoraten verwijzen we je graag door naar de websites:

- www.hanze.nl/lps
- www.dehaagsehogeschool.nl/onderzoek ●



Bronnen (o.a.)

- Beenhakker, M., Gorissen, G., De Groot, T., Pals, R., Van Soest, M. & Touwen, R. (2020). *Beter spelen en bewegen met kleuters. Van Kennisbasis tot basiskennis. THEMA spelen met gedrag.*
- Scheuer, C. & Heck, S. (2020). *Toolkit voor brede motorische ontwikkeling [Dutch version].* 10.5281/zenodo.3768092.
- Hoofwijk, M., Koedijker, J., Benjaminse, A., & Mombarg, R. (2020). *Brede motorische ontwikkeling van kinderen: nut en noodzaak.* Sportgericht, 74(6), 2-8.

Contact

i.van.aart@pl.hanze.nl

Ingrid van Aart, Janco Nolles, Wouter de Groot en Remo Mombarg zijn werkzaam op het Instituut voor Sportstudies -Hanzehogeschool Groningen.

Loes Mombarg is student aan ditzelfde instituut. **Pim Koolwijk** is werkzaam bij de HALO van de Haagse Hogeschool.

Foto's

Ingrid van Aart en Anita Riemersma

Kernwoorden

succesfactoren, kleuterbewegingsonderwijs