

# Samen bewegen 5 regelen in de praktijk

## Bewegen regelen in de brugklas vo, moeilijk en belangrijk

**Het boek 'Samen bewegen regelen' (SBR) is gericht op het primair onderwijs (po). Maarten Massink en Chris Hazelebach vroegen zich af of dit boek ook waarde kan hebben voor het voortgezet onderwijs (vo). Na het geven van lessen aan een brugklas en tweede klas werd duidelijk dat de problematiek van bewegen regelen op het vo anders is dan op het po. De hoofdstukken over doelstelling, beginsituatie en vakwerkplan kunnen behulpzaam zijn om sociale problemen in de vo-gymles beter te begrijpen. De methodische praktijkvoorbeelden zijn vanuit een aangepaste visie vertaalbaar naar het vo.** | Chris Hazelebach en Maarten Massink

### Sociale problemen in de brugklas

De overgang van po naar vo is een imponerende sociale stap voor een kind. In het po hebben leerlingen het

hele jaar door één leerkracht of twee zelfde leerkrachten en op sommige scholen zelfs twee of drie jaar lang. Daar is de vakleerkracht een gast die twee keer in de week met de

groep mag bewegen. Als gast zal de vakleerkracht zich invoegen in de sociale klasstructuur. In het po met meer groepen acht, heeft elke groep acht een eigen sfeer, die op een raadselachtige wijze is gevormd. Elke groepsleerkracht heeft daar in de loop der jaren iets aan bijgedragen, maar geen enkele leerkracht is machtiger dan de groepssfeer. Er zijn groepen die direct stil zijn als de groepsleerkracht tijdens de gymles binnenkomt en er zijn groepen waar de kinderen geen ander gedrag gaan vertonen als de groepsleerkracht komt kijken. In het algemeen hebben de kinderen na acht jaar basisschool een eigen plekje gevonden in de groep. In een goede groep voelen



kinderen met ‘moeilijk te begrijpen’ gedrag zich wel veilig.

In het vo komen de kinderen in een nieuwe groep, waardoor er in het begin nog geen veilige groepssfeer kan zijn. Elke leerling is in het begin onzeker en probeert een eigen plek te veroveren. Ze krijgen in de week ongeveer acht verschillende docenten die in twee uren een les moeten organiseren met de groep. Elke brugklas heeft een mentor die meer uren verbonden is aan de groep en in de mentoruren kan werken aan de sociale binding in de klas. Deze overgang van een vertrouwde groep met vaste leerkracht naar een nieuwe groep met verschillende leerkrachten kan gezien worden als een sociale uitdaging. Een sociale uitdaging met gevaren en met kansen. Het gevaar is dat er voor sommige kinderen minder veilige sociale contacten ontstaan en een kans dat kinderen juist wel meer nieuwe veilige contacten krijgen.

Een oud spreekwoord zegt ‘de eerste klap is een daalder waard.’ Deze onderwijspreuk zegt dat de leerkracht in het begin de meeste invloed heeft op het sociale proces. Daarom ligt er een grote kans om de sociale uitdaging van de overgang van basisschool naar vo-school in het begin van de brugklas op te pakken. Het boek SBR geeft inzicht op welke wijze de vo-school met dit sociale probleem kan omgaan.

Allereerst vraagt het om een uitspraak over het belang van sociale binding op de school, de doelstelling achter het doeldomein bewegen regelen. Daarna gaat het om een analyse van de beginsituatie, want elke brugklas is anders. Een groep van vijftien kader-leerlingen is anders dan een groep met 24 gemengde leerlingen. Voordat de leerkracht in de les iets kan doen met bewegen regelen zal in het vakwerkplan op schoolniveau keuzes gemaakt moeten worden.

Bijvoorbeeld geven we lessen van 50 minuten of 100 minuten of beginnen we met klassikale, vrije of groepjeslessen? Deze keuzes hebben invloed op het sociale proces in de groep.

### Doelstelling bewegen regelen

De algemene doelstelling in het boek SBR is gericht op het sociaal rechtvaardig leren omgaan met beweegdiversiteit. Het gaat dus niet om het verbeteren van persoonlijke gedragsaspecten. Dit is ook een doelstelling van het onderwijs, maar is onderdeel van een ander doeldomein, persoonsvorming.

De doelstelling van bewegen regelen gaat over de groep en daar is de leerkracht een belangrijk onderdeel van. Eenvoudig gezegd gaat het over samen organiseren van een les, zodat iedereen veilig kan meedoen. De makkelijkste vorm van organiseren is dat de leerkracht op een autoritaire wijze alles regelt. Vanuit de wet is dit niet meer mogelijk, omdat elke school ook iets moet doen aan ‘burgerschap’, dat wil zeggen dat leerlingen op één of andere manier zeggenschap mogen hebben over wat er op school in de les gebeurt. Het sociale probleem van de overgang van po naar vo-brugklas is niet alleen een probleem voor de kinderen, maar ook voor de leerkracht. Hoe krijgt de leerkracht een positie in de groep? Afhankelijk van de visie van de school over ‘sociale omgang tussen leerkracht en leerling’ zal de leerkracht een eigen positie innemen in de groep.

In de vakwereld van beweegonderwijs bestaat er een algemene wens om kinderen te betrekken bij de organisatie van de les. Al is het alleen al omdat het voor een vakleerkracht erg zwaar is om alles alleen te doen. Bijvoorbeeld wil je dat de kinderen leren om de gymzaal te helpen op- en afbouwen, de verschoven

landingsmatmat weer goed te leggen, als scheidsrechter meedoen, elkaar tips geven, kleine ruzies oplossen? Deze kleine wensen vallen onder een algemene doelstelling over bewegen regelen. Die doelstelling is in het boek SBR uitgewerkt in drie regelthema’s waar kinderen iets kunnen leren: arrangeren van een beweegcontext, assisteren bij een beweegactiviteit en (beweeg)regels afspreken.

In het po hebben de kinderen al veel geleerd in deze regelthema’s, maar in een nieuwe minder veilige groep is het de vraag of ze dit nog kunnen en/of willen. Daarom moet de vakleerkracht in de brugklas zich bewust afvragen welke reguleringsdoelen hij heeft met deze klas tot de herfst-, kerst- of zomervakantie? In SBR-boek vind je een ordening van mogelijke doelen.

### Beginsituatie analyseren

Of de gekozen doelen realistisch zijn is sterk afhankelijk van de groep. Iedereen weet dat er geen enkele brugklas op dezelfde wijze functioneert. Bovendien geeft geen enkele docent op dezelfde wijze les. Daarom lijkt het niet verstandig om voor alle brugklassen dezelfde reguleringsdoelen na te streven. Op doelstellingsniveau zijn algemene reguleringsdoelen geformuleerd, maar die moeten per klas gedetailleerd worden. Daarom is een analyse van de specifieke brugklas nodig.

In het boek gebruiken we de metafoer van tegenwind, windstilte en meewind. Vaak is al direct merkbaar of het een fijne (wind mee) of moeilijke groep (wind tegen) is om mee te werken. De dynamiek in de groep wordt bijvoorbeeld bepaald door de groepsnormen (bijvoorbeeld hoe belangrijk is het winnen van een spel), welke leerlingen grote invloed hebben op de norm en of die leerlingen wel of niet een sterke subgroep vormen.

Doelen

Beginsituatie

Vakleerplan

Methode

Evaluatie



Het analyseren van de beginsituatie kan pas tijdens of na de lessen. Natuurlijk is er vanuit de geschiedenis van de school wel een bepaald verwachtingspatroon over hoe de brugklassen functioneren, maar elk jaar is dat toch weer net wat anders en dat vraagt om aanpassing. De leerkracht zal tijdens de les goed kijken en kletsen met leerlingen om erachter te komen wat er 'speelt'. Daarnaast kan de leerkracht opzoeken hoe het kind op de basisschool functioneert en eventueel via een onderzoekje meten hoe de sociale verhoudingen zijn.

Maar zoals gezegd, de lessen zijn eigenlijk al begonnen voordat de

beginanalyse gemaakt kan worden. Daarom is het opstellen van een vakwerkplan voor het begin van de brugklas van essentieel belang. Want het aanbod bepaalt in sterke mate hoe de sociale omgang van de kinderen is.

### Vakwerkplan

In het boek SBR worden de vijf richtlijnen behandeld waarmee het vakwerkplan aangepast kan worden vanuit het doeldomein bewegen regelen. Het gaat om de volgende richtlijnen:

1 Hoe belangrijk is in het begin van het schooljaar voor de brugklas het domein bewegen regelen ten opzichte van bewegen verbeteren

en bewegen waarderen?

- 2 Welke regelthema's en of regeltaken zijn voor de brugklas in welke periode realiseerbaar?
- 3 Welk beweegaanbod past bij de beoogde reguleringsdoelen bij de brugklas in welke periode?
- 4 Welke organisatie- en groeperingsvormen passen bij de brugklas en in welke periode?
- 5 Welke beweegruimte is beschikbaar qua buiten- en binnen-accommodatie en naschools?

Hieronder volgen per richtlijn enkele overwegingen, die de vaksectie en vakleerkracht kunnen maken.

### Doeldomein kiezen

Welk doeldomein is in de eerste zes lessen het belangrijkste? Is dat beter leren softballen, of de schoolregels leren of elkaars motieven over bewegen leren kennen? Is er een verschuiving van prioriteit van de eerste zes weken naar de tweede serie van zes weken. Bijvoorbeeld eerst meer aandacht voor de persoonlijke betrokkenheid van de leerlingen en daarna naar het regelen en na de kerstvakantie pas bewegen verbeteren. Of is er voor de herfstvakantie een volleybaltoernooi voor de brugklas gepland en moeten ze allemaal de volleybalregels kennen? Natuurlijk zijn in elke gymles alle drie de doeldomeinen belangrijk, maar er kunnen wel accentverschillen in het vakwerkplan aangebracht worden.

### Regelthema en regeltaken kiezen

Op grond van deze keuzes volgt de vraag welke regelthema's en regeltaken we gaan doen. Het is bijvoorbeeld handig als de kinderen direct leren hoe ze de arrangementen samen kunnen opbouwen en afbouwen. Het accent kan ook direct liggen op het regelthema afspreken; hoe leer je de kinderen de regels en hoe controleren ze elkaar op de regels?

Er zijn drie regelthema's en negen regeltaken en ze komen allemaal bijna tegelijk vanuit het perspectief van de leerkracht aan de orde. Maar welke regeltaken overgedragen kunnen worden aan de kinderen is een didactische vraag, die je zou kunnen plannen in een vakwerkplan. In de les

blijkt echter dat een bepaalde taak toch relevanter is om aan de kinderen aan te leren. Een vakwerkplan mag nooit een verplichting opleveren, het is slechts een richtpunt.

### **Beweegaanbod kiezen**

Een belangrijk punt is de keuze van het beweegaanbod. Als je kiest voor speerwerpen dan vraagt dat om een andere organisatievorm dan bij fietsband slingeren, omdat er minder gevaar dreigt. Fietsbandwerpen kunnen brugklassers eerder zelf regelen dan speerwerpen. Zo is dat ook bij basketballen of chaosdoelenspel. Bij dit laatste leren brugklassers eerder om als winnaars te differentiëren. De vraag is welke beweegactiviteiten voor het begin van de brugklas het meest geschikt zijn. Kinderen hebben in het po verschillende activiteiten gedaan en wel of niet les gehad van een zwakke of goede vakleerkracht. De beweegdiversiteit in de brugklas is groot. Waar sluit je op aan, op de beste bewegers, op het gemiddelde of op de matige bewegers? Voor het leren reguleren is het handiger als de beweegactiviteit voor iedereen haalbaar is (lukt). Bovenstaande overwegingen zullen vast wel gemaakt zijn, maar mogelijk worden deze keuzes anders als de sociale problematiek in een bepaalde klas meer of minder wind mee heeft.

### **Welke organisatie en groeperingsvorm**

Een interessante richtlijn is de keuze van de organisatie- en groeperingsvorm. Begin je met klassikale lessen, waarbij de leerkracht de leiding heeft en de sociale sfeer bepaalt? Of begin je met groepjeslessen waarbij de kinderen direct al in een sociaal verband met elkaar moeten samenwerken? Of begin je met vrije lessen, waarbij de kinderen zelf mogen bepalen met wie en hoelang ze samen bewegen en waarbij er weinig geregeld hoeft te worden? Of is er een afwisseling van organisatievormen: eerst een klassikale introductie van een beweegactiviteit, dan in de tweede les de activiteiten in groepjes en in de derde les een vrije les met de bekende activiteiten?

Rest nog een vraag: hoe formeel je de groepen? Mogen de kinderen zelf kiezen, gaan we loten, gaat de leerkracht indelen, maken we met elkaar een plan voor meer lessen zodat ze weten wanneer ze met wie in een groepje zitten? Het samenwerken is makkelijker als je eerst met bekenden of gelijkgestemden in een groep zit. Het complimenteren van het sociale gedrag dat ze daar vertonen en het verbeteren van die samenwerking in de bekende groep is een veilige basis om daarna de groep complexer te maken.

### **Beschikbare bewegingsruimte**

Ten slotte bepaalt ook de fysieke ruimte de gekozen organisatievorm. De gekozen organisatievorm heeft een grote impact op de wijze waarop kinderen leren met sociale problemen omgaan. Een andere belangrijke factor is de groeperingsvorm bij een groepjesles. Kies je voor groepen van tien, acht, zes, vier of drie? Vanuit een leerproces gedacht is in een groep van drie voor leerlingen makkelijker samenwerken dan in een groep van tien. Is het mogelijk om een les te maken waar kinderen in drietallen verschillende activiteiten doen? Bijvoorbeeld tien op de basket, tikspel boefje, schommelen, trefbal 1 tegen 1, touwtjespringen? Deze vijf activiteiten dubbel uitzetten dan heb je tien drietallen aan de slag.

### **Het herhalen van activiteiten**

In het vakwerkplan wordt ook bepaald hoe vaak een les of activiteit herhaald wordt. Bijvoorbeeld een lessenreeks volleybal om beter te leren volleyballen. Maar vanuit het doeldomein bewegen regelen kan er in het begin van de brugklas gekozen worden voor een andere lessenreeks. Bijvoorbeeld door een les met eenvoudige activiteiten als schommelen, chaosdoelenspel, mikspel en wendsprong vier keer te herhalen in vaste groepen, krijgen de kinderen meer kans om rekening te houden met elkaars verschillende wijze van bewegen en krijgen ze de tijd om de verschillende regeltaken bij deze activiteiten beter uit te voeren.

In het boek SBR staan meer richtlijnen om het vakwerkplan aan te passen

aan het doeldomein bewegen regelen. Op grond van deze richtlijnen kan er een specifiek brugklasprogramma gemaakt worden waarbij het accent meer ligt op de sociale vorming van de groep, door ze functioneel te betrekken bij het organiseren van goede beweeglessen.

### **Methodische regelknoppen**

Natuurlijk zal een uitgewerkt brugklasprogramma in elke brugklas anders vormgegeven moeten worden, omdat elke brugklas een eigen groeps sfeer ontwikkelt. Geen brugklas is gelijk. Daarom zijn er in het boek SBR methodische regelknoppen beschreven die de leerkracht of de kinderen kunnen toepassen om het regelen op maat uit te voeren. In het boek zijn maar twee regelknoppen uitgewerkt van de vele die er mogelijk zijn. We zijn benieuwd naar vakleerkrachten in het vo die ervaringen hebben met het betrekken van brugklassers bij het organiseren van de les. ●



#### **Bron**

Hazelebach, C. e.a. (2023). Samen bewegen regelen. Arko Sport en Jan Luiting Fonds

#### **Contact**

[Ca.hazelebach@planet.nl](mailto:Ca.hazelebach@planet.nl)

#### **Foto's**

Anita Riemersma

#### **Kernwoorden**

samen bewegen regelen, brugklas vo