

Doorlopende leerlijnen op Het Vlietland College

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

TEKST SECTIE LO HET VLIETLAND COLLEGE

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

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

Bronnen

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

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

Contact

mos@vlietlandcollege.nl

Kernwoorden

doorlopende leerlijnen, plannen

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

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

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

Planningstool

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

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

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

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

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

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

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

▼ *Figuur 3: Tussendoelen bij bewegen beleven*

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