

BONUS

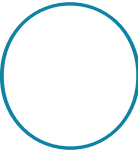
TER DISCUSSIE

ARTIKEL

Goed bewegingsonderwijs aan kleuters

Negen criteria voor een goede les

Het spelend leren en de intrinsieke motivatie tot leren en ontwikkelen is een van de meest opvallende kenmerken van een kleuter. Zijn er naast deze beweegdrang ook andere uitgangspunten en regels die richtinggevend en sturend zijn bij het maken van keuzes binnen bewegingslessen met kleuters? Zijn er criteria op te stellen waaraan een goede les bewegingsonderwijs 'dient' te voldoen? In dit uitgebreide artikel worden de aanleiding voor het opstellen geschetst en de criteria besproken. | [Tekst Theo de Groot en Renske Pals](#)

 p basis van de kenmerken en karakteristieken van het jonge kind is een aantal criteria opgesteld waaraan een goede les bewegingsonderwijs met kleuters moet voldoen. Deze criteria voor een goede les zeggen iets over wat kleuters nodig hebben om optimaal te kunnen ontdekken, zich te ontwikkelen en vaardigheden eigen te maken.

Doorgaande lijn

Vakkundig bewegingsonderwijs door een vakleerkracht begint in de praktijk vaak pas vanaf groep 3. In het jaarplan wordt dan groep 3 als beginsituatie genomen. Opmerkelijk, omdat het bewegingsonderwijs al vanaf groep 1 een enorme bijdrage kan leveren aan de ontwikkeling tot autonome, bewegingscompetente en zelfredzame individuen. Kinderen die zich in een groep lekker en comfortabel voelen en handvatten hebben en aangereikt krijgen om zich (beter) staande te houden binnen een groep leeftijdsgenoten.

Een vreemde en tegelijkertijd begrijpelijke situatie. Want hoeveel vakleerkrachten zien het speellokaal vanbinnen? En hoeveel groepsleerkrachten hebben voldoende kennis van vakkundig bewegingsonderwijs en de motorische ontwikkeling van het jonge kind? Laat staan dat

er structureel overleg is over de doorgaande lijn van bewegingsonderwijs.

De negen criteria voor een goede les zijn ontstaan om een aantal redenen. We noemen hier de drie belangrijkste:

- het ontwerpen van bewegingslessen op basis van de kenmerken van kleuters en wat zij nodig hebben;
- het ontwikkelen van een gespreksdocument op basis waarvan naar lessen bewegingsonderwijs met kleuters kan worden gekeken;
- het in de praktijk bevorderen van de samenwerking en afstemming tussen de vakleerkracht en groepsleerkracht binnen een schoolorganisatie.

Totale ontwikkeling als vertrekpunt

Kinderen bewegen en spelen van nature graag. Ze krijgen spelenderwijs grip op hun omgeving en ontdekken al bewegend hun eigen mogelijkheden en ook wat nog niet lukt. Kijken, pakken, manipuleren, ordenen, stapelen, gooien. Ergens op staan, aan hangen, op klimmen en vanaf springen. Kleuters ontdekken de wereld om zich heen door er bewegend mee om te gaan, veelal nog zonder dat er een eenduidige bewegingsbetekenis aan gegeven wordt. Kleuters geven zelf betekenis aan een bepaalde activiteit. Een kleuter beleeft met zijn hele



Grote verschillen in niveau van bewegen

persoon zijn bewegingservaring (Florquin en Bertrands, 2020). Met deze speelkriebels geven ze er op hun eigen manier vorm en inhoud aan.

Beter spelen en bewegen met kleuters heeft de totale ontwikkeling van het kind als vertrekpunt. Hoe jonger het kind, hoe meer de verschillende ontwikkelingsdomeinen met elkaar verweven zijn, en hoe meer het bewegen ingrijpt op al die domeinen. De ontwikkelingsdomeinen samen zorgen voor competent motorisch gedrag. Bewegingscompetente kleuters hebben het vermogen om een breed spectrum aan motorische vaardigheden doelgericht, effectief en afgestemd op de omgeving te gebruiken. Het uitbreiden van dit beweeggedrag is continu 'werk in uitvoering'.

Grote diversiteit

De diversiteit in groep 1 en 2 is heel groot. De oudste kleuters van 6-6,5 jaar hebben heel andere behoeftes, wensen en mogelijkheden dan de jongste kleuters die in de loop van het schooljaar de kleuterklas binnenkomen. Ieder kind bevindt zich binnen de zes ontwikkelingsdomeinen op een ander niveau. Goed bewegingsonderwijs biedt al die kinderen voldoende houvast, uitdaging en mogelijkheden om de eigen speelkriebels te volgen.

Halen en brengen

Kinderen hebben verschillende speelkriebels en komen dan ook iets anders halen (en brengen) in de les. En dat is in een gymles lang niet altijd alleen op motorisch vlak. Ieder kind heeft zijn zone van naaste ontwikkeling waarin

zijn interesses en speelkriebels liggen. Er is veel te leren en te ontdekken. Een goede bewegingsles biedt deze mogelijkheden. Kleuters kunnen er halen wat ze nodig hebben. Want als bewegingsactiviteiten onvoldoende aansluiten bij wat een kind kan en wil, wordt de kans dat het afhaakt bij activiteiten groter. Aansluiten bij de speelkriebels betekent dat het kind aangesproken wordt op wat het kan en wil:

- mogelijkheden van materiaal ontdekken;
- sociale contacten aangaan;
- punten scoren – de beste, hoogste of sterkste zijn;
- de regel snappen – als je af bent, dan moet je ...

Een doordachte les biedt een veilige, gestructureerde speel- en bewegomgeving met de juiste vorm van begeleiding.

Breed ontwikkelingsperspectief

Bekeken vanuit een ontwikkelingsperspectief zijn wij van mening dat er verschillende ontwikkelingskenmerken zijn die van belang zijn om rekening mee te houden. Naast de genoemde beweegdrang van jonge kinderen is een ander belangrijk kenmerk dat ze activiteiten graag herhalen. Herhaling is voor kleuters een belangrijke voorwaarde om te leren. Vanuit een breed ontwikkelingsperspectief is gekeken naar criteria voor een goede bewegingsles met kleuters.

De criteria voor een goede gymles zeggen iets over wat kleuters nodig hebben om zich optimaal te kunnen ontwikkelen. Wat is er te beleven en te ontdekken, welke (basis)

vaardigheden zijn er te leren en te oefenen en hoe kan er gespeeld worden met de andere kinderen en het materiaal?

Drie dimensies

Deze criteria voor een goede les zijn verdeeld in dimensies: bewegen, beleven en reguleren. Ook zijn dit de dimensies die bepalend zijn voor de keuzes die worden gemaakt bij de opzet van en de accenten die gelegd worden bij de inhoud van een les.

De eerste dimensie – ‘bewegen’ gaat over het aanleren van een bewegingsvaardigheid volgens de principes van het motorisch leren die besloten liggen in de bewegingsuitdagingen van de leerlijnen en bewegingsthema’s. Het gaat over het verwerven van een bepaalde vaardigheid, waarbij de kleuters niet alleen een kunstje leren maar ervaren dat ze beweegproblemen functioneel kunnen oplossen (zonder dat ze zich hiervan bewust zijn). Het gaat hierbij bijvoorbeeld over het balanceren op een brede of smalle bank. Hoe beweeg ik mij van de ene kant naar de andere kant zonder te vallen? Welke vaardigheden vraagt dit van mij, hoe zorg ik ervoor dat ik in balans blijf en niet van de bank af val? En vooral als deze bank ineens een boomstam is en ik over het water van de ene kant naar de andere kant van het bos moet komen.

De tweede dimensie gaat over de emotionele dimensie, het ‘beleven’. Vindt een kind het leuk, spannend of stom? Wat trekt het precies aan binnen een specifieke activiteit of spel; de zogenoemde speelkriebel speelt hierbij een belangrijke rol. De kabouters moeten het dak van hun huis gaan repareren en hebben daarvoor de bladeren nodig die hoog in de boom hangen. De kleuter zal naar boven in het wandrek gaan klimmen om ervoor te zorgen dat er voldoende bladeren worden verzameld en het klimmen krijgt hierin een andere dimensie dan ‘gewoon’ naar boven te klimmen.

De derde dimensie gaat over het zelf(standig) regelen van een activiteit samen met de andere kinderen: het opstarten en op de gang houden van een specifieke bewegingsactiviteit, een spel of een speeltuintje. Wanneer stopt een activiteit en wat moet ik dan doen? Als leerkracht ben je bezig om diverse activiteiten in gang te houden, waarbij het kan zijn dat de leerkracht bij één bepaald tuintje specifieke hulp kan verlenen. Bijvoorbeeld bij het aanleren van de koprol. Wanneer kleuters vaardigheden worden aangeleerd om zelfstandig een tuintje in gang te laten houden, zul je dit ook in de klas terugzien. Het inzetten van een vragenpylon, het visueel maken van de regels van het spel en bijvoorbeeld het aanwijzen van een kapitein kunnen hierbij helpen.

Criteria binnen de dimensie bewegen

Drang tot bewegen

Vanzelfsprekend is de drang tot bewegen het eerste criterium voor een goede les is. Een fundamentele behoefte van het kind om in beweging te zijn. Misschien is de essentie

van een kleuter wel; spelend leren. Het spreekt dan ook vanzelf dat aan dit belangrijke criterium tegemoet dient te worden gekomen. In de les kun je hier rekening mee houden door tijdens je lesvoorbereiding een aantal punten in je achterhoofd mee te nemen, laat kinderen niet te lang op hun beurt wachten, zorg voor diverse activiteiten. Laat de kleuters op ‘de terugweg’ bijvoorbeeld over een touw balanceren, of springen van punt naar punt. Zorg voor een korte instructie, denk hierbij aan Plaatje Accent Doen (PAD).

Zich competent voelen

Een al genoemd ontwikkelingskenmerk van jonge kinderen is dat ze activiteiten graag herhalen, dit zorgt ervoor dat ze vertrouwen en herkenning ervaren. Herhaling is een voorwaarde bij kleuters om te leren. Kleuters vinden het heerlijk als ze bepaalde spelletjes en activiteiten kunnen blijven doen. Door het herhalen worden ze vaardiger en krijgen ze vertrouwen in hun eigen kunnen. Nuanceringen ontstaan op basis van het bekende en het vertrouwde. Denk hierbij aan de situatie dat een kleuter een krant van het wandrek af mag gooien. De eerste keer gaat het pittenzakje te veel naar links, nog een keer proberen, nu gaat hij te veel naar rechts, nog een keer proberen, nu gaat hij te hoog, nog een keer proberen, het lukt! Dezelfde week zit deze activiteit er nog een keer in, de kleuter zal zich herinneren dat het na een aantal keer proberen uiteindelijk is gelukt. Daarom is het goed om activiteiten terug te laten komen, daar is niks saai aan, maar juist een kans om wat je leert nog een keer te kunnen toepassen en te nuanceren.

Gevarieerd aanbod

Vanuit hetzelfde ontwikkelingskenmerk ‘activiteiten graag willen herhalen’ ontstaat het criterium van een gevarieerd aanbod. Variatie in de activiteiten die worden aangeboden, welke materialen gebruikt worden en variatie in de

Figuur 1 Negen criteria goede les





Figuur 2 Thermometer - negen criteria als kijkwijzer
 “Waar sta jij (jouw school) met je bewegingslessen met kleuters?”

aanbiedingswijze. Denk hierbij terug aan het vorige voorbeeld, wanneer in de loop van het jaar deze activiteit weer terugkomt, kun je ervoor kiezen om in plaats van pittenzakjes ook ander materiaal te gebruiken, zoals bijvoorbeeld droge sneeuwballen gemaakt van piepschuim.

Veelal wordt gekozen om verschillende leerlijnen aan bod te laten komen in een les. Door te kiezen voor vier hoeken met bewegingsactiviteiten, de zogenoemde beweegtuinten worden er diverse leerlijnen en bewegingsthema's aan de orde gesteld.

Verhouding actie en rust

Kleuters kunnen een spel niet zo lang volhouden, maar na een korte rustpauze zijn ze weer snel opgeladen en opnieuw klaar voor actie. Belangrijk is om de mogelijkheid voor een 'rustpauze' in te bouwen. Een gedoseerde afwisseling van actie en rust is een wezenlijk kenmerk van een goede les.

Deze rustmomenten kunnen op verschillende manieren worden ingezet. Door bijvoorbeeld een korte wachtbeurt – op je beurt wachten - te laten kijken naar anderen die aan het duikelen zijn of een tikspel spelen. Imitatieleren (monkey see, monkey do) is, zeker bij jonge kinderen, een heel krachtig leerprincipe.

Oefenbeurten en herhaling

Herhaling en veel oefenbeurten zijn eveneens een kenmerk van een goede les. Kinderen vinden het heerlijk als ze de spelletjes en activiteiten meerdere malen kunnen oefenen. Ze hebben een korte spanningsboog en willen dus graag regelmatig iets nieuws en wat anders. Herhalen zonder te herhalen, is een krachtig principe. Krantenmik met pittenzakjes is anders dan met tennisballen. Voor kleuters een geheel nieuwe ervaring.

Ook bekeken vanuit principes voor effectief motorisch leren is het goed om kort en krachtig activiteiten en oefeningen aan te bieden en dan later weer te 'herhalen'. Dit blijkt effectiever dan langdurig hetzelfde doen. Naast herhaling is, variatie in aanbod de kracht van (motorisch) leren. Deze beide principes - herhaling en variatie - maken nieuwverworven vaardigheden stabiel en de transfer naar andere vergelijkbare situaties verloopt veelal makkelijker.

Criteria binnen de dimensie beleven

Variatie in speelkriebels

Beleven is plezier ervaren maar ook angst, spanning of succes. Een goede les komt het kind tegemoet in de behoefte aan eigen speelkriebels. Beleving en belevingsdoelen zijn wezenlijke kenmerken van een gymles. Als leerkracht zet je bewegingssituaties en speelarrangementen zo neer dat het voor ieder kind ruimte biedt aan de eigen speelkriebels. Denk hierbij aan je materiaal en hoe dit kan worden ingezet. Wat motiveert een kleuter om het spel te spelen en het materiaal zo te gebruiken, in welke belevingswereld zit de kleuter? Het is echt heel anders om over een boomstam in het water te balanceren dan over een bank of als ober het dienblad aan de andere kant te krijgen. Ontwerp een beweegtuintje waarin de kleuters bijvoorbeeld aan de slag moeten om een probleem op te lossen, de giraf wil graag eten met zijn lange nek, hoe krijgen we de blaadjes in de hoge mand?

Ruimte voor verbinding

In een goede bewegingsles is ruimte voor de kinderen op zoek te gaan naar 'de ander'. Naast dit contact met de ander is de verbinding met jezelf ook van groot belang. In verbinding komen met jezelf en de groep betekent ook met een zekere regelmaat een moment 'uit de situatie' (kunnen) stappen. De relatie met de ander, de anderen, de leerkracht, het speellokaal en de materialen zorgen ervoor dat het kind zich veilig, gezien en prettig voelt. Zorg voor duidelijke regels en structuur, dan krijgt de kleuter de mogelijkheid om buiten de situatie te stappen, hij voelt zich vertrouwd. Hij weet wat er gebeurt aan de andere kant van de gymzaal en dat hij ook aan de beurt komt.

Criteria binnen de dimensie reguleren

Structuur en overzicht

Een goede les komt het kind tegemoet in de behoefte aan structuur, orde en overzicht. Binnen elke gymles zijn regels en afspraken die ervoor zorgen dat de les goed verloopt.

Een belangrijk element hierbij is dat kinderen structuur en overzicht hebben. Duidelijke afspraken en spelregels zorgen, naast de kracht van het arrangement (Groot & Verhagen, 2019), voor rust en overzicht, zowel op het niveau van de les als op activiteitsniveau. Dit biedt jou als leerkracht meer mogelijkheden om de bewegingsontwikkeling van het kind te observeren.

Kracht van het arrangement



bit.ly/3CU8noT

Zich autonoom voelen

Een goede gymles biedt de kleuter de mogelijkheid zich autonoom te voelen. Het op eigen manier mogen uitvoeren van een bepaalde activiteit of spel biedt de kleuter het gevoel dat hij de regie heeft over zijn eigen gedrag. Het tegemoetkomen aan deze psychologische basisbehoefte zorgt er mede voor dat kinderen zich veilig voelen en hun eigen gedrag gaan sturen. Zelfregulatie en zelfsturing zijn belangrijke aspecten die met 'zich autonoom voelen' samenhangen.

Vanuit een beargumenteerde keuze is ervoor gekozen 'zich autonoom voelen' onder te brengen bij de dimensie reguleren en niet bij beleven. Autonoom kunnen zijn en je ook zo voelen komt juist bij 'het bewegen samen met anderen' naar voren. Het gaat binnen deze socialiseringsaspecten om het vinden van 'jouw persoonlijke wijze van doen' in relatie tot de ander en de anderen.

Daarnaast heeft het werken met de criteria door studenten, groepsleerkrachten en vakcollega's geleerd dat deze rubricering de beste handvatten biedt om in de praktijk met de criteria aan de slag te gaan.

Plezier is heel belangrijk bij het leren en bewegen. En toch is het geen criterium. Plezier is voorwaarde om tot 'beter leren bewegen' te komen. Tegelijk is plezier het resultaat van het op een goede manier hanteren en gebruiken van de negen criteria voor een goede gymles.

Leuk deze criteria, maar hoe geef je dit in de praktijk nu concreet handen en voeten?

Deze vraag biedt mogelijkheden tot een vervolg. Mooie manier om 'de kleuters' de komende periode nog meer onder de aandacht te brengen.



Bronnen

Beenhakker, M., Gorissen, G., Groot, T.K. de, Pals, R., Soest, M. Touwen, R. (2020). *Beter spelen en bewegen met kleuters, van kennisbasis tot basiskennis*. Sliedrecht: THEMA – spelen met gedrag.

Florquin, V. & Bertrands, E. (2020). *Speelkriebels voor kleuters, een ontwikkelingsgerichte kijk op bewegingsspeel voor 2,5- tot 6-jarigen*. Leuven: Acco.

Groot, T.K. de, & Verhagen, J., (2019) *De kracht van het arrangement, het kan anders, deel 1 en 2*. Kennisbank sport en bewegen.

Thema – spelen met gedrag (2021). *Onderwijs in bewegen op de basisschool*. Sliedrecht.

Contact

theo@spelenmetgedrag.nl

Theo de Groot is bewegingsdeskundige, psycholoog en opleider. Hij is eigenaar van THEMA - spelen met gedrag en medeauteur van 'Beter spelen en bewegen met kleuters' (bewegingsonderwijs met kleuters) en 'Onderwijs in bewegen op de basisschool'. Naast bewegingsonderwijs aan het jonge kind verzorgt hij diverse deskundigheidsbevorderingstrajecten op het grensvlak van bewegen en psychologie.

Renske Pals studeerde lichamelijke opvoeding en orthopedagogiek. Ze is medeauteur van *Beter spelen en bewegen met kleuters* (bewegingsonderwijs met kleuters). Momenteel is ze docent bewegingsonderwijs en pedagogiek op de pabo Avans Hogeschool.

Foto's

Anna Boukema en uit het boek 'Beter spelen en bewegen met kleuters'

Kernwoorden

jonge kind, ontwikkelingskenmerken, bewegingsonderwijs kleuters