

L O

MAGAZINE
KVLO.NL

EN VERDER

**Seksuele
integriteit
raakt
iedereen**

PRAKTIJK

**Springen
op 'grote'
trampoline**

**Veilig
klimmen**

**Omgaan met
diversiteit**

TOPIC

Omgaan met diversiteit

Diversiteit is een pluriform begrip. In relatie tot de LO-werkvloer is er gekozen om eerst twee meer fundamentele artikelen weer te geven. Dit betreft LO-onderwijs en diversiteit en diversiteit rondom sport en beweegmotieven. Hiermee wordt er een kader geschetst van waaruit praktische vertalingen vanuit de werkvloer gegeven worden: onder andere speciaal onderwijs en een surfproject. Verder is er

ook een vorm van introspectie met betrekking tot culturele en genderdiversiteit op een van de ALO's. Het omarmen van diversiteit zou moeten leiden tot inclusie in ons vak. Hierover wordt aan de hand van een Europees project (inclusieve LO en het primair onderwijs) verslag gedaan. Ten slotte in het kader van dit topic staat er op de website een artikel over effectief coachen in de gymles.

10



TOPIC

- 04** Includeert LO-onderwijs diversiteit | Douwe van Dijk
- 07** Diversiteit, verschijningsvormen van sport en sport- en beweegmotieven | Johan Steenbergen en Arnold Bronkhorst



Reageren op vakbladartikelen?
redactie@kvlo.nl

- 10** Sportstimulering in het speciaal onderwijs | Max van Boxel
- 13** Een veilig onderwijsklimaat voor iedereen | Noor Driessen
- 16** 'In de zee is iedereen gelijk' | Marieke van Bragt
- 38** Toolbox voor inclusief bewegingsonderwijs in het PO | Hans van Ekdorp
- 41** Hoe cultureel divers is de Amsterdamse ALO? | Sandy Spil

PRAKTIJK

- 21** Veilig klimmen in de les LO (1) | Frans Melskens
- 26** Methodische lijn springen op de 'grote' trampoline | Dennis Waasdorp en Marcel Pansier
- 29** Een ode aan de vrije les | Abel de Jong
- 32** Methodiek atletiek voor school (VO) 4 | Guus Klein Lankhorst

ONDERZOEK

- 13** Een veilig onderwijsklimaat voor iedereen | Noor Driessen

EN VERDER

- 44** Seksuele integriteit raakt iedereen | Esther van der Steeg
- 48** De moderne gymzaal (2): Locatie en afmetingen | Folkert Buiters en Odin Wenting



21

Bonusartikelen op de website

- KVLO-koers 2020-2024, de resultaten in 2021. Interview met Cees Klaassen | Ger van Mossel
- D&P en Sport & Bewegen: een gouden combinatie! | André Vurens en Michalis Geromarkakis
- Veiligheid en aansprakelijkheid post-corona | Team Onderwijs KVLO
- Breed motorisch opleiden, een kritische blik | Jaap Verhagen
- Effectief coachen tijdens de gymles | Theo de Groot en Roos Hanemaaijer



RUBRIEKEN

- 02 Inhoud
- 03 Voorwoord
- 19 Recht
- 50 Schoolsport
- 52 Mery Graal
- 54 Scholing
- 55 Nieuws

Foto cover: Anita Riemersma

Colofon Redactie: Ger van Mossel (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 € 63,50 (buitenland € 90,-) Losse nummers € 5,- (excl. verzendkosten). Iedere week verschijnt er een digitale nieuwsbrief. Aanmelden via www.kvlo.nl. **Verschijningsdata:** zie www.kvlo.nl **Handelsadvertenties:** OnderwijsMedia, Tel.: 030 - 210 23 86, e-mail: sales@onderwijsmedia.nl, www.onderwijsmedia.nl **Vormgeving en opmaak:** FIZZ | Digital Agency - fizz.nl. Aanbieding en plaatsing van teksten en foto's houdt 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. 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.

Over badpakstress en kansengelijkheid

Een wereld zonder diversiteit lijkt me vreselijk saai. De door mij vereerde verschillen leiden niet vanzelf tot inclusie (acceptatie en inzetten van de verschillen). Zelf ben ik daarin door schade en schande wijzer geworden.

Tijdens mijn academietijd waren sommige theorielessen gemengd, was de ALO vrijwel 100 procent 'wit' en was diversiteit geen thema. Na mijn afstuderen kwam ik ermee in aanraking toen ik zwemles gaf aan een groep 'buitenlandse vrouwen'. De groep was heterogeen wat betreft leeftijd, nationaliteit en cultuur. De homogeniteit zat in een groot gebrek aan bewegingservaring en in het hebben van veel stress. Er was inschrijfstress voor de zwemles, dan de omkleedstress en het-zich-in badpak-aan anderen moeten-vertonen-stress. En dan moest het leerproces nog starten waarbij veel geluk en stress afhangt van lukken of niet lukken.

Voor mij was het vijf jaar lesgeven aan deze meisjes en dames een bijzondere ervaring. Hun achtergrond en belevingswereld waren mij volslagen onbekend. Rondom de lessen bouwde ik met de deelnemers een band op. We spraken over hun positie in het gezin, het fenomeen uithuwelijken en andere kenmerken van hun samenleving. Ze nodigden me uit voor hun traditionele feesten en zo maakte ik kennis met hun grenzeloze gulheid en gastvrijheid. Diversiteit en inclusie kwamen toen voor het eerst bij mij binnen en hebben me daarna steeds beziggehouden. Het heeft mijn referentiekader vergroot en me geholpen in de ontmoeting en samenwerking met anderen.

Helaas is 'van exclusie naar inclusie' nog steeds actueel. Het verkleinen van kansengelijkheid is één van de uitgangspunten van het coalitieakkoord. Daarin geen politiek jammerlijk jargon deze keer, maar ook geen extra gas wat betreft sport- en beweegdeelname binnen een preventief gezondheidsbeleid. Het is meer een (ver)volgen van ingezet beleid zoals dat zichtbaar was in de kamerbrief 'Nederland vitaal en in beweging' (20-05-2021).

In het 'omzien-naar-elkaar-akkoord' wordt verwezen naar de reeds ingezette curriculumherziening. In de tweede tranche daarvan doet de KVLO dit voorjaar mee met de herziening van het curriculum in de bovenbouw van het VO. Naast de verplichte onderwijsuren zijn ook de keuzevakken BSM (bewegen, sport en maatschappij) en LO2 van belang. En voor de liefhebbers uiteraard de schoolsport (o.a. *Olympic Moves*).

De kansengelijkheid kan wel worden verbeterd door de voorgenomen nagenoeg gratis buitenschoolse opvang. We hebben daar, samen met NOC*NSF, nadrukkelijk voor gepleit, evenals voor de 'rijke' schooldag met daarin sport en cultuur. Zo kan de +1 en +2 van het 2+1+2 model door de school verder vorm worden gegeven en kan de school zelf, in nauwe samenwerking met andere sportaanbieders en de gemeente, bepalen wat nodig is om kansengelijkheid te verkleinen.

In dit magazine kun je lezen dat in de diversiteit in de klas, in de verschillen tussen leerlingen en docenten, vaak veel zaken verborgen zitten waar we ons beter bewust van mogen zijn. Goed leren bewegen betekent dat je niet doof voor de kloof kunt zijn die gaapt tussen kansrijken en kansarmen. Het betekent altijd aandacht voor het kind, je steeds afvragen waar de grens ligt tussen inclusie en exclusie, en daar vervolgens naar handelen.

Stella Salden



Includeert LO-onderwijs diversiteit

In het maatschappelijk debat speelt diversiteit steeds vaker een rol. Ook als het gaat om werken in het onderwijs. Het is echter vaak nog de vraag hoe er in de praktijk concreet mee om te gaan. In deze tekst neem ik jullie mee in mijn zoektocht naar de vraag hoe diversiteit in het LO-onderwijs een plek krijgt. Daartoe ben ik in gesprek gegaan met Corina van Doodewaard. Corina werkt als hogeschool hoofddocent op de Calo in Zwolle en richt zich in haar promotie op de manier waarop docenten in bewegingsonderwijs omgaan met diversiteit van leerlingen. Daarover heb ik ook een aantal eigen bronnen geraadpleegd om mijn zoektocht vorm te geven.

| Interview Douwe van Dijk

Een aantal vragen staat voor mij centraal: Als je differentieert, ga je dan om met diversiteit? En als je heterogene subgroepjes voor een opdracht samenstelt, hoe doet dat dan recht aan verschillen? Wat wordt er in de LO-praktijk eigenlijk onder diversiteit verstaan? Deze en andere vragen zweven door mijn hoofd. Diversiteit is veel diverser dan we vaak denken...

Diversiteit en de ontmoeting van de andere 'ander'

Toen jagers en verzamelaars elkaar duizenden jaren geleden op hun trektochten tegen het lijf liepen moesten zij op hun instincten en ervaringen vertrouwen om te ontdekken of 'die ander' een bedreiging vormde of niet. Kan je van nature open staan voor die ander en hoe schat die ander jou in? Vanuit filosofisch oogpunt zou je kunnen zeggen: wij zijn iemand *doordat* die ander er is en door het met de ander uit te houden kan je samen leven, werken, ontdekken, enzovoorts. Echter, iemand om je heen dulden betekent nog niet

dat je die iemand includeert. Welke inzichten bieden deze duidingen ons voor het (LO-)onderwijs?

Diversiteit en professionaliteit in het (LO-)onderwijs

In gesprek met Corina vertelt zij hoe zij zich in een van haar onderzoeken primair heeft gericht op de vraag wat 'goed lesgeven ten aanzien van diversiteit' is volgens docenten en hoe

daarin de professionaliteit van docenten ter sprake komt. Welke rituelen en taal worden er bijvoorbeeld in verband met diversiteit gehanteerd? En hoe spreken docenten over verschillen? Dat geeft inzicht in hoe docenten zich tot diversiteit verhouden.

Corina onderscheidt hierbij twee centrale perspectieven. Ten eerste een perspectief waarbij de focus ligt op ordening en *voorspelbaarheid* van verschillen. Ten tweede een perspectief waarin de *ontmoeting* en het onvoorspelbare van de onderwijsgebeurtenis centraal staat. Onderwijs dat zich richt op de voorspelbaarheid van het proces, richt zich vooral op het beheersen, het classificeren en het in kaart brengen van verschillen. Dit perspectief belicht met name het managen en organiseren van verschillen. Daarbij kan je bijvoorbeeld denken aan dat iedereen (ondanks de onderlinge verschillen) aan een bepaalde norm moet voldoen, zoals targets op het werk halen of het stellen van een normtijd voor het afleggen van 100 meter, et cetera. Hierbij worden verschillen geijkt, geordend en vergeleken. In het bewegingsonderwijs wordt hier – didactisch gezien – doorgaans aan gewerkt door middel van motorisch differentiëren.

Vanuit het tweede perspectief, waarin de ontmoeting van de ander centraal staat, zijn verschillen het uitgangspunt. Onderwijs richt zich dan op de spontane, onvoorspelbare gebeurtenis, dus de kwalitatieve, pure in-het-hier-en-nu



Eerste perspectief met focus op ordening en *voorspelbaarheid* van verschillen

Tweede perspectief waarin de *ontmoeting* en het onvoorspelbare van de onderwijsgebeurtenis centraal staat

ontmoeting die onvoorwaardelijk aangegaan wordt. Dit vraagt om een open benadering van de leerlingen door de professional, een bereidheid tot verwonderen om de ontmoeting met die ander. Het richt zich op de interactie en relatie in de onderwijsactiviteit. Dit gaat niet zonder goede kennis van je eigen referentiekader. Hoe ga jij die relatie dan aan? Vanuit welke ideeën en verwachtingen? Kan de professionele LO-docent op deze manier naar leerlingen kijken?

De praktijk blijkt natuurlijk veel te weerbarstig om slechts vanuit een theoretisch perspectief te kunnen benaderen. Er spelen ook altijd andere verhalen een rol. Je hebt bijvoorbeeld niet met één leerling te maken, maar met meerdere. Past het dan om vanuit voorspelbaarheid voor 30 leerlingen ook 30 standaard handelingsplannen te maken? Met welk doel? Het risico van normeren is hier dat je het unieke kind niet meer ziet. Indien je de leerling onbevangen wilt ontmoeten, in hoeverre heb je dan behoefte aan lijstjes met achtergronddocumentatie van die leerling om goed les te kunnen geven? Ja, die achtergrondinformatie kan een zeker houvast geven, maar kan ook 'framend' werken en dat doet me gelijk denken aan hoe een Pygmalion-effect ook in het onderwijs een grote rol kan spelen.

Diversiteit van leerlingen vraagt diverse expertise

Afhankelijk van je onderwijsvisie kan je als docent LO voorstander zijn van het voorspelbaarheids perspectief. Je wilt dan bijvoorbeeld motorische alsook sociaal-emotionele doelen door je leerlingen laten bereiken. Je wilt dit vaststellen door de mate waarin dergelijke doelen gerealiseerd worden te wegen, te classificeren. Een handstand zonder hulp die tenminste drie seconden duurt levert een hogere classificatie op dan een handstand met hulp. De mate waarin een kind hulpvaardig is scoort bijvoorbeeld 3 punten op een schaal van 5, enzovoort.

Toch, wat zeggen deze scores? Dat er net als bij Squid Game vanuit een bepaalde normering geëlimineerd kan worden? En kinderen die wat 'diverser' zijn op het neurologische spectrum,



bijvoorbeeld omdat ze een ASS hebben? Elimineren? Of juist waarderen vanuit het perspectief op diversiteit en je lessen laten aansluiten op het perspectief van (ook) dat kind?

Dit vraagt om brede deskundigheid. En hoe meer diverse leerlingen vanuit passend onderwijs, hoe meer diverse expertise en bereidheid er gevraagd wordt. Ik vraag me dan af in hoeverre elke afgestudeerde ALO-er dit kan leveren? Denk naast passend onderwijs ook aan speciaal onderwijs dat verdiepende expertise vraagt. Vanuit dit perspectief ontstaat dan de behoefte naar diverse, verdiepende expertise waarvoor extra scholing of het hervredelen van takenpakketten in de sectie nodig is.

Op diverse wijzen diverse leerlingen ontmoeten

Vanuit het andere perspectief benader je onderwijs als onvoorspelbaar, ver-

anderend en transformerend. Het vraagt van docenten om het prachtige risico ervan te omarmen (Biesta, 2015). Het steeds veranderende vraagt volgens Corina om virtuositeit van de docent in het nemen van onderwijsbeslissingen, waarbij de docent 'met huid en haar' aanwezig is in elk moment van de onderwijsrelatie met de leerling. Het lijkt een pleidooi om de ontmoeting aan te durven gaan ook al voel je je als docent daarbij wellicht soms onzeker of onwennig.

Het impliceert een sterk reflectief vermogen van de docent, in samenwerking met andere collega's. Deze reflectie zou wel eens kunnen opleveren dat de ogenschijnlijke veiligheid van een normstelsel om met lijstjes van bijvoorbeeld motorische diversiteit van leerlingen de les in te richten, slechts schijnhouvast blijkt te bieden. Het eenduidige perspectief van motorische vaardigheid is te smal om leerlingen op te beoordelen.



Die zijn immers veel meer dan alleen 'al dan niet passend in jouw normstelsel'. Hoe meer (voor)oordelend je werkt als docent, hoe meer je de ander beperkend duidt als wel of niet 'ok'.

Invloed diverse contexten op diversiteit

In de microkosmos van je les kan je op jouw manier met diversiteit omgaan. Er zijn alleen nog veel meer invloeden op de ontwikkeling van leerlingen, omdat elke leerling ook een eigen levenscontext heeft, zoals zijn thuissituatie en zijn sociale omgeving. Hoe kan je leerlingen dus leren omgaan met diversiteit?

Corina geeft aan dat elke leerling echt wel weet dat er verschillen tussen kinderen zijn, dus daar hoeft je niet verkrampt over te doen. Ze gebruikt daarbij het voorbeeld waarbij zogenaamde witte en zwarte scholen uitwisselingsprojecten tot stand brengen om elkaar te leren kennen. Het (voor)

oordeel over 'kleur' en 'anders zijn' dat betekenis krijgt in het handelen van docenten, is daarbij een grote valkuil. Als bijvoorbeeld drie kinderen met een zwarte huidskleur in een totaal witte klas en vice versa gaan meedraaien, dan zet je die ontmoeting meteen onder spanning, omdat er iets 'moet' en 'kennelijk op basis van huidskleur'. Dan doe je kinderen echt tekort.

Je zou veel beter kunnen ordenen op kwaliteiten, waar kleur geen ordening aan geeft. Wat is het doel van zo'n geforceerde ontmoeting? Als dat niet helder is, dan loop je sterk de kans om oordelen op basis van kleur te versterken in plaats van de ontmoeting met anderen centraal te stellen. Als je de ontmoeting in een gezamenlijke activiteit voorop zet en interactie in een gezamenlijke taak centraal stelt (en dus niet de classificatie), dan ontstaan er (nieuwe) kansen op het leren kennen en waar-deren van de ander.



Diversiteit is veel diverser dan we denken

Voor docenten is het belangrijk om te reflecteren op hun eigen aannames en verwachtingen over een dergelijk project. Hebben we in de gaten waar onze eigen norm over bijvoorbeeld 'whitness/Dutchness' richting geeft aan het oordeel over wat goed is voor wie? Hoe spelen onze eigen denkbeelden over multi-ethniciteit daarin een rol? Ik zeg het nog maar eens: diversiteit is veel diverser dan we denken. En ook perspectieven op professionaliteit blijken complexer dan ik dacht. ●



Bronnen (o.a.)

Biesta, G. (2015). *Het prachtige risico van onderwijs*. Culemborg: Uitgeverij Phronese.

Doodewaard, C. van (2020). "They may be a level one student, but I love them all": Preservice teachers negotiating inclusion and diversity in their classes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 40, 547-555. DOI: 10.1123/jtpe.2020-0042

Doodewaard, C. van & Knoppers, A. (2021). Shaping students for inclusion: a gift and a project. Dutch preservice teachers and the complexity of inclusive teaching practices in physical education. *International Journal of Inclusive Education*. DOI: 10.1080/13603116.2021.1991493

Manen, M. van (2014). *Weten wat te doen, wanneer je niet weet wat te doen. Pedagogische sensitiviteit in de omgang met kinderen*. Driebergen: Nivoz.

Contact

d.van.dijk@hva.nl

Douwe van Dijk is docent Sociale Wetenschappen/Pedagogisch Be-kwaam - ALO - Hogeschool van Amsterdam

Foto's

Anita Riemersma

Kernwoorden

diversiteit, ontmoeting, perspectieven, expertise



Hoe meer (voor)oordelend je werkt als docent, hoe meer je de ander beperkend duidt als wel of niet 'ok'

Diversiteit, verschijningsvormen van sport en sport- en beweegmotieven

‘Niet de mens, maar mensen bewonen deze planeet. Pluraliteit is de wet van de aarde.’ Met deze woorden brengt filosoof Hannah Arendt tot uitdrukking dat niet enkelvoudigheid of eenduidigheid, maar meervoudigheid of meerduidigheid kenmerkend is voor de wereld waarin wij leven. Zoals dé mens niet bestaat, zo bestaan ook niet dé vrouw, dé man, het kind en dé jongere. De werking van deze ‘wet van pluraliteit’ wordt ook duidelijk wanneer we kijken naar ‘de’ sport en ‘de’ beweeg- en sportmotieven van jeugdigen. | **Tekst** Johan Steenbergen en Arnold Bronkhorst

Verschillende motieven en het pluriforme karakter van sport

Als we het belangrijk vinden dat onze jeugd sport dan is een van de eerste vragen op welke wijze het sportaanbod aansluit bij de sport- en beweegmotieven van ‘de’ jeugd. We weten dat motieven van sportdeelname nogal divers zijn: plezier, uitdaging, grenzen opzoeken, werken aan het eigen lichaam, samen presteren, samen zijn, zich lekker voelen, fit zijn, stoer zijn, et cetera. Pluriformiteit springt dus meer in het oog dan uniformiteit. Dit geldt evenzeer voor ‘de’ sport.

We gaan kort terug naar de vorige eeuw, zo eind jaren tachtig begin jaren negentig. In Duitsland (en in Nederland Bart Crum) gaven verschillende sportwetenschappers aan dat het voorheen eenduidig sportbegrip verleden tijd is en plaatsmaakte voor een sport die wordt gekenmerkt door verscheidenheid (zie uitgebreider Steenbergen, 2004). Interessant aan de manier waarop deze sportwetenschappers de sport beschouwden is dat ze niet vanuit een zekere vooropgenomenheid naar de sport kijken. Dus niet van ‘dit vinden we echte sport en dit niet of net niet’, maar de bril waardoor ze naar sport keken was een ‘meervoudig blik’.

We beperken ons hier tot een van de eersten die deze verscheidenheid ter sprake bracht, de sportsocioloog Klaus Heinemann (1986). Vanuit een meer sociologische blik kwam hij uiteindelijk tot verschillende verschijningsvormen van sport. Laten we kort kijken hoe hij tot de verschijningsvormen kwam.

Binnen de verschijningsvormen zijn volgens hem altijd vier kenmerken te

herkennen: bewegen, presteren, spelregels en het doel ligt primair in de activiteit zelf. Hoewel deze kenmerken definiërend zijn voor alle verschijningsvormen, zit de verscheidenheid in de wijze waarop deze sportactiviteiten zich manifesteren c.q. aan ons verschijnen. Wat we zien zijn verschillen in bijvoorbeeld de aard van de organisatie, de omvang van de sport, de aard en mate van professionalisering en commercialisering en de wijze waarop politiek en commercie sport als middel inzetten. Tot slot blijken er nog verschillen te zijn in de ondersteuningsstructuur, bijvoorbeeld door sport- en beweegprofessionals. Denk vandaag de dag aan docenten bewegingsonderwijs, buurtsportcoaches, clubkadercoaches en verenigingsondersteuners. Afhankelijk van de samenhang tussen voornoemde kenmerken ziet hij vier verschijningsvormen (of sportmodellen) van sport:



Expressief sportmodel. Dit model ontleent zijn identiteit aan waarden als plezier, meedoen en zelfverwerkelijking. Het prestatieprincipe en de wedstrijd-elementen worden daarbij overschaduwd of zijn zelf volledig afwezig.

Wedstrijdgericht sportmodel. Dit model komt overeen met de traditionele wedstrijd-sport. Waarden als presteren, overtreffen, winst en verlies en spelen van wedstrijden worden benadrukt.

Commercieel sportmodel. Een model waarin sport wordt beschouwd als een (show)onderneming, vaak binnen een commerciële setting.

Functionalistisch sportmodel. Een model waarbij sport als instrument wordt opgevat. Aan de sport worden bijvoorbeeld sociaal-integratieve, sociaal emotionele, biologische en politieke functies toegekend.

Diversiteit op het niveau van activiteiten

De diversiteit van sport zien we bij Heinemann dus vooral in hoe sport is georganiseerd. Maar, welke verschillen we ook zien, altijd ziet hij de vier

constituerende kenmerken. Anders gezegd, het zijn deze kenmerken die de vier sportmodellen bijeenhouden. Het is niet moeilijk deze diversiteit ook vandaag de dag te zien en die is in vergelijking met de jaren tachtig van de vorige eeuw wellicht nog meer toegenomen.

We zouden hier een stap verder willen gaan. De diversiteit zien we namelijk niet alleen in de wijze waarop sport is georganiseerd, maar ook op het niveau van de activiteit zelf valt verscheidenheid op. Als we ons startpunt nemen in de typering van de activiteit en hierin ook oog hebben voor 'veelheid' dan is ook beter de link te maken met de veelheid aan sport- en beweegmotieven van onze jeugd. Als we deze manier van kijken combineren met de verschillende manieren waarop sport is georganiseerd, dus zoals Heinemann beschrijft, dan zou de link met de diverse motieven van 'de' jeugd om te gaan sporten en bewegen ook wel eens preciezer dan nu zijn te maken. We bespreken kort het type activiteit, de mogelijke context waarbinnen deze kan plaatsvinden en welke sport- en beweegmotieven hier belangrijk (kunnen) zijn.

Agonale bewegingsvaardigheidsspelen

Hier gaat het om sportactiviteiten waarbinnen kenmerken van spel zijn te herkennen, het intrinsieke doel is geformuleerd in een bewegingsprobleem en de strijd (het agonale) met elkaar wordt aangegaan. Dit zijn sporten als schaatsen, basketballen, handbal, korfbal, et cetera. Ook wel genoemd de traditionele wedstrijd-sport. Deze sportactiviteiten worden veelal binnen een georganiseerd verband verricht, vooral verenigingen. Hier zien we jeugd die zich thuis voelt in de cultuur van de vereniging en de rituelen die daar onderdeel van uitmaken en waar kaders gelden waarbinnen de activiteit plaatsvindt, zoals spelregels, vaste speel- en trainingstijden en waar ook ondersteuning is van trainers en coaches. Een nieuwere organisatievorm die al jaren aan het groeien is en wat een brede groep jongeren trekt is e-sports. Anders dan bij traditionele sporten is fysieke nabijheid hier niet nodig. Je kan met of tegen iedereen spelen die de game zelf ook speelt. Voor jongeren die in de offline wereld moeilijk contact maken of niet bij een sportvereniging kunnen aarden, voelen zich wel thuis binnen de hechte groepen (*clans of guilds*) van de online omgeving.

Agonale vaardigheidsspelen

Deze groep sporten is sterk verwant aan de eerste groep, maar het intrinsieke doel van de activiteit is niet geformuleerd in termen van een bewegingsprobleem. We kunnen hier denken aan schaken, dammen, Go en bridge. Voor sommigen ontstaat hier al de vraag of het wel sporten zijn en geen spelletjes. Maar ook deze tak van sport staat niet



Op welke wijze sluit het sportaanbod aan bij de sport- en beweegmotieven van 'de' jeugd?

stil. Onder deze groep sporten zien we in de 21^e eeuw dat pokertoernooien groepen jongeren trekken die het spannend vinden om te spelen voor een geldbedrag. De spelregels zijn overzichtelijk en is een soort kansspel. Toch kan een speler zich onderscheiden door snelle kansberekeningen te maken en ook kan deze op lof rekenen als deze een tegenstander op het verkeerde been zet door te bluffen.

Bewegingsactiviteiten

Er zijn ook activiteiten die in de alledaagse omgangstaal sport worden genoemd, maar waarbij er geen strikte regelgeving is, geen gezamenlijk intrinsiek doel en waarbij de onderlinge strijd er veelal niet is. Er wordt wel bewogen, en vaak op een nogal specifieke manier, maar niet volgens regels die voor een ieder gelden. Hier kunnen we denken aan al die fitnessactiviteiten die binnen een sportschool of in de openbare ruimte worden uitgevoerd. Vooral jeugd in de leeftijd van 14-18 jaar nemen deel aan deze activiteiten. Dit heeft zowel te maken met motieven als ‘werken aan een sterk en mooi lichaam’ en ‘fitheid’ en vaak ook in de wijze waarop deze activiteiten zijn georganiseerd. Er hoeft geen vrijwilligerswerk te worden verricht, de tijdstippen zijn zelf te bepalen en, niet per definitie, hoeft met een ander te worden gesport.

Speelse bewegingsvaardigheidsspelen

Dit zijn activiteiten waar volop wordt bewogen, er gelden wel bepaalde regels, maar het doel kan sterk wisselen en is niet eenduidig vastgelegd. Het zijn activiteiten die heel sterk appelleren aan een speelse houding. Een houding die zich karakteriseert als ‘op zoek naar nieuwe bewegemogelijkheden’, ‘uitproberen van nieuwe beweegvormen’, ‘ontdekken van nieuwe oplossingen’ en ‘op zoek naar het verrassende’. Een voorbeeld is *urban sports*. Dit zijn activiteiten die worden beoefend door jongeren en vaak plaatsvinden in de stedelijke buitenruimte, bijvoorbeeld skateboarden, inlineskaten, freerunning, breakdance en calisthenics.

Urban sports is ontstaan in een stadse jeugdsubcultuur die zich nadrukkelijk



afzet tegen de dominante burgerlijke cultuur. Binnen de *urban culture* zijn belangrijke waarden, authenticiteit, creatieve expressie, je grenzen verleggen en jezelf meten met de ander. Jezelf creatief laten gelden kan door middel van muziek, tekst, kunst en dus ook door sport. Dit laat je zien met de stad als decor. Dit gebeurt niet in strak gereguleerde competities zoals we dat in de traditioneel georganiseerde sport gewend zijn, maar door je nieuwste *tricks* op straat, online of in een *battle* te laten zien. Als je dit goed genoeg doet levert je dat ‘respect’ op.

De beoefenaars van de *urban sports* zelf geven aan dat voor hen het vergelijken met anderen niet centraal staat. Het gaat hen vooral om de vrijheid en zelfexpressie. Je ziet in deze scene dan ook dat bestaande sporten worden voorzien van creatieve elementen waardoor het bewegingsprobleem verandert. Zo snel mogelijk op een crossfiets (BMX racing) wordt zo creatief mogelijk op een crossfiets (freestyle BMX) en het soms eentonige fitness en hardlopen worden omgedoopt tot creatieve uitingsvormen als calisthenics en freerunning. Kortom, in tegenstelling tot de traditioneel georganiseerde sport komen deelnemers in *urban sports* weinig kaders tegen, staat competitie op het tweede plan en wordt creativiteit beloond.

Tot slot

Als we kijken naar het veelkleurig palet sportactiviteiten dan moet het mogelijk zijn een goede match te maken met de diverse motieven van ‘de’ jeugd. Voorwaarde is dan wel dat we oog hebben voor verscheidenheid. Verscheidenheid zowel op het niveau van de activiteit zelf als op de diverse manieren (contexten) waarbinnen deze plaatsvinden. ●



Bronnen

Heinemann, K. (1986). Zum Problem der Einheit des Sports und des Verlusts seiner Autonomie. In: K. Heinemann & H. Becker, (Hrsg.). *Die Zukunft des Sports: Materialien zum Kongress ‘Menschen im Sport 2000’* (pp.112-128). Schorndorf: Hofmann.
 Steenbergen, J. (2004). *Grenzen aan de sport – Een theoretische analyse van het sportbegrip*. Maarssen: Elsevier.

Contact

j.steenbergen@mulierinstituut.nl
a.bronkhorst@mulierinstituut.nl

Johan Steenbergen is senior onderzoeker bij het Mulier Instituut
Arnold Bronkhorst is onderzoeker bij het Mulier Instituut

Foto's

Hans Dijkhoff

Kernwoorden

diversiteit, verschijningsvormen, sportmotieven, beweegmotieven

Sportstimulering in het speciaal onderwijs

Streven naar een sportwereld waarbij diversiteit geen rol speelt. Een inclusieve wereld waarin verschillen een kans zijn in plaats van een bedreiging. Een wereld waarin iedereen de kans krijgt om plezier in sport te beleven, nieuwe vrienden te ontmoeten en talenten te ontwikkelen. Als vakleerkracht in het speciaal onderwijs is een van mijn belangrijkste doelen: mijn leerlingen laten participeren in de sportwereld. Maar is de sportwereld hier wel klaar voor? | Tekst Max van Boxel

edere ochtend om 06:45 gaat de wekker van Abdel. Om 07:30 staat de bus voor de deur. Eerst moet de buschauffeur nog wat andere kinderen ophalen en dan door de Coentunnel over de A10 naar Amsterdam West. Om 08:25 komen ze op school. Abdel rent naar binnen want over vijf minuten begint de juf met haar les.

Terwijl Abdel in de bus zat staan de kinderen uit zijn buurt rustig op en gaan op de fiets naar de school in de buurt. Abdel is hier jaloers op. Helaas is hij geboren met een Taal Ontwikkeling Stoornis (TOS). Op school heeft hij

veel moeite, behalve bij gym. Dat is zijn beste vak. In de gymzaal voelt hij zich vrij en heeft hij niet het idee dat hij het steeds fout doet.

Sport is verbindend

Abdel kan hartstikke goed sporten. Hij zou prima mee kunnen doen met het reguliere sportaanbod in de buurt. Op deze manier kan hij kinderen uit de buurt leren kennen waar hij na schooltijd mee kan spelen. Daarnaast kan hij zich niet alleen sportief maar ook cognitief en sociaal emotioneel aan hun optrekken. Toch is het voor Abdel moeilijk om goed mee te doen op de sportclub. Hij doet erg zijn best, maar hij

begrijpt de opdrachten en aanwijzingen steeds niet goed. Hierdoor gedraagt hij zich vervelend of trekt hij zich terug. De trainer denkt dat hij er met de pet naar gooit. De trainer weet namelijk niet dat Abdel een TOS heeft. Hij weet niet eens wat het is, laat staan hoe je er het beste mee kunt omgaan. Abdels trainer is een specialist in zijn sport, niet in een heel spectrum aan stoornissen. Abdel probeert het nog een paar weken, maar blijft tegen zijn ouders zeggen dat hij het niet leuk vindt op de sportclub. Helaas zijn zijn ouders ook niet in staat om adequaat aan de trainer uit te leggen wat Abdel nodig heeft om de aansluiting wel te kunnen maken. Abdel stopt met sporten.

Wat mij betreft kan sport een verbindende factor zijn voor kinderen uit het speciaal onderwijs. Een manier om deze kinderen kennis te laten maken met kinderen uit de buurt die ze op school niet leren kennen. Dit blijkt toch lastiger dan het zo op het eerste gezicht lijkt, is mijn ervaring. Doordat een stoornis als een TOS niet zichtbaar is, is het voor de trainer op de sportclub niet altijd duidelijk dat het kind net iets meer instructie/visuele ondersteuning nodig heeft. Ik ben dan ook niet verbaasd dat Abdel (net als veel van mijn leerlingen) afhaakt bij de reguliere sportclub in de buurt. Het verbaast me niet, maar het doet me wel pijn. Niet omdat ik er keihard voor gewerkt heb, maar omdat ik het de leerlingen gun om te participeren in de sportwereld in hun eigen woonbuurt. De sportwereld heeft nog wel wat te winnen op het gebied van diversiteit.

Een TOS is een ontwikkelingsstoornis in de hersenen (neurocognitief) waardoor taal minder makkelijk wordt verwerkt. Het leren van taal gaat niet vanzelf. Kinderen met een TOS kunnen (in het algemeen) goed horen. Het verwerken en produceren van de gesproken en geschreven taal is daarentegen verstoord. Hierdoor kost het leren van taal veel meer moeite dan normaal. De meeste kinderen met een TOS zitten gewoon in het regulier onderwijs met of zonder ambulante begeleiding van een specialistisch centrum. Als de TOS dermate beperkend is komt de leerling in aanmerking voor het speciaal onderwijs cluster 2.

Voor meer informatie over TOS zie: www.viertaal.nl/verhaal/mijn-tos-en-ik/ of stuur mij een mail.

Naar mijn mening is het heel belangrijk dat de eerste keer dat kinderen in aanraking komen met de sportwereld



positief is. Dat het kind denkt 'sport = leuk!'. Veel van mijn leerlingen hebben een negatieve associatie met sporten bij een vereniging. Ze hebben het wel geprobeerd, maar zijn gestopt omdat het 'niet leuk' was. Er was, om wat voor reden dan ook, geen match tussen de trainer en pupil. Deze kinderen opnieuw naar een andere sportvereniging krijgen is heel moeilijk. Zeker als de ouders niet super gemotiveerd zijn om het te laten slagen en echt even doorzetten.

Disclaimer:

Ik ben mij ervan bewust dat kinderen als Abdel mogelijk een grotere kans van slagen hebben in het aangepaste sportaanbod. Hierbij missen zij echter de aansluiting met de kinderen uit de buurt wat juist voor hen zo belangrijk



Wat mij betreft kan sport een verbindende factor zijn voor kinderen uit het speciaal onderwijs

is. Het speciaal onderwijs vervult deze functie namelijk niet.

Positieve associatie met sport

Door middel van mijn lessen wil ik al mijn leerlingen een positieve associatie met sport meegeven. Allereerst natuurlijk door het geven van lessen bewegingsonderwijs met een hoge

belevingswaarde. Maar ook door nauw samen te werken met de gemeente Amsterdam en Team Sportservice Amsterdam. Wij brengen de vereniging naar school door trainers uit te nodigen om lessenreeksen te komen geven tijdens mijn lessen. Op deze manier kunnen mijn leerlingen in een veilige omgeving ervaren dat sportles



Een diverse en inclusieve sportwereld is voor mij een stip op de horizon

van een vreemde niet eng maar juist leuk is. Wanneer er een klik is tussen de leerling en de sport(trainer) kunnen de kinderen zich opgeven voor de naschoolse sportlessen op school. Na tien weken proberen we kinderen te koppelen aan een vereniging bij hun in de buurt.

Deze laatste stap is verreweg de moeilijkste. Dit heeft meerdere oorzaken. Ten eerste zien veel ouders met een kind zoals Abdel het grote belang van sport voor hun kind niet in. De hele organisatie rondom sport zien ze vaak als gedoe. Om dit belang over te dragen nodig ik ouders ieder jaar uit voor een bijeenkomst waarin ik het belang van sport voor (hun)

kinderen uitleg. Ten tweede blijken veel reguliere verenigingen nog niet klaar voor kinderen uit het speciaal onderwijs. Een pupil uit het speciaal onderwijs vraagt toch net wat meer dan de gemiddelde pupil. Als de trainer niet weet hoe met dit kind om te gaan dan zal mijn leerling snel weer afhaken. Ik denk dat we als sportwereld deze kansen niet mogen laten liggen. Een diverse en inclusieve sportwereld is voor mij een stip op de horizon. Wat mij betreft slaan we de handen ineen. Als vakleerkrachten (uit het speciaal onderwijs) door verenigingen voor te bereiden op deze leerlingen. En als verenigingen door net een beetje extra aandacht te besteden aan deze kinderen.

Bent u betrokken bij een reguliere sportvereniging in Amsterdam (en omstreken) en staat uw vereniging open voor kinderen met een Taal Ontwikkelings Stoornis (TOS)? Stuur dan een mail naar mij (m.vanboxel@viertaal.nl) of naar Erik Bakker van Team Sportservice Amsterdam (e.bakker@teamsportservice.nl). Op die manier kunnen wij leerlingen met een TOS makkelijker doorverwijzen.

Wist u dat?

TOS is (nog) niet zo bekend, maar zeven procent van de Nederlandse 5 jarigen heeft een TOS. Het komt dus net zo vaak voor als dyslexie en veel vaker dan bijvoorbeeld ADHD. Zeven procent van de kinderen komt neer op twee kinderen per klas.

Zelf denk ik nog na over een cursus die ik aan sporttrainers kan geven. Heeft u hier ideeën over of doe je dit al dan kom ik graag in contact. ●



Contact

m.vanboxel@viertaal.nl

Max van Boxel is vakleerkracht bewegingsonderwijs op de Alexander Roozendaalschool (Stichting VierTaal) en geeft les aan groep 1 tot en met 8.

Foto's

Max van Boxel

Kernwoorden

speciaal onderwijs, taal ontwikkelingsstoornis, TOS, naschoolse sport

Een veilig onderwijsklimaat voor iedereen

Een kwantitatief onderzoek naar het sociale klimaat op de ALO Amsterdam en naar de vraag of studenten en docenten van mening zijn dat er in het curriculum (meer) aandacht moet worden besteed aan sekseongelijkheid, gender- en seksuele diversiteit. | Tekst Noor Driessen

Inleiding

‘Sport verbreedert’ is een populistische uitspraak die vaak gebruikt wordt ter legitimering van sport. Tegelijkertijd is juist de sportcultuur een omgeving waar formele categorisering plaatsvindt op verschillende vlakken, denk bijvoorbeeld aan leeftijd, gewicht, nationaliteit en geslacht (Elling, 2004). Categoriseren is een manier om makkelijk verschillende groepen met elkaar te kunnen vergelijken, wat belangrijk is in een cultuur waar het draait om het definiëren van de snelste, de sterkste en de beste (op een ‘eerlijke’ manier). Dit proces zorgt ervoor dat bepaalde parameters (zoals geslacht) noodzakelijkerwijs worden gekaderd waar dat in theorie misschien een stuk makkelijker lijkt dan het in werkelijkheid is. Want met het categoriseren ontstaan (gender)normen, maar door wie en hoe wordt er bepaald wanneer je aan deze norm voldoet en wanneer niet?

De drang om mensen te categoriseren zie je niet alleen in de topsport maar overal, en dus ook in de gymles. Het vak lichamelijke opvoeding is bij uitstek een omgeving waarin de verschillen tussen mannen en vrouwen (en alles wat daar tussenin zit) duidelijk naar voren komen. Daarbij gaat het niet alleen om hoe de omgang van de leerlingen met deze verschillen de cultuur in een klas kan beïnvloeden maar ook om de manier waarop de docent daarop inspeelt en hoe de docent omgaat met deze verschillen. *‘In al deze keuzes en overwegingen speelt ook de identiteit van de docent een belangrijke rol’* (Doodewaard, 2009).

De sportcultuur is een omgeving waar heteronormativiteit de overhand heeft, de gymles is daarin geen uitzondering (Berg & Kokkonen, 2021). Deze norm werkt inclusie tegen met als gevolg dat niet iedereen zich veilig voelt om te zijn wie die wil zijn. De rol van de gymdocent is hierin essentieel (KVLO beroepsprofiel, 2017). Als docent lichamelijke opvoeding (LO) is het belangrijk je bewust te zijn van de impact die (bewegings)onderwijs heeft op de cognitieve, sociale en emotionele ontwikkeling van jonge mensen, hoe LO een bijdrage levert in de ‘vorming’ van de identiteit en bewustwording van het eigen ‘zijn’ van de leerlingen (Evans, 2003). Met dit in het achterhoofd is er afgelopen

studiejaar onderzoek gedaan. In dit onderzoek is geprobeerd antwoord te krijgen op twee vragen: (1) Wordt er op de ALO door docenten en studenten een sociaal veilig klimaat ervaren? (2) Is er genoeg aandacht in het curriculum voor thema’s als sekseongelijkheid, gender- en seksuele diversiteit?

Opzet onderzoek

Om antwoord te kunnen geven op deze twee vragen zijn er aan de hand van bestaande onderzoeken twee vragenlijsten opgesteld (een voor de studenten van de ALO en een voor de docenten) waarin drie constructen werden gemeten. Er is gekeken naar het ervaren gevoel van sociale *veiligheid* op de ALO, naar het gevoel van *bekwaamheid* in het bespreken van thema’s als gender en seksuele diversiteit en naar de visie van de respondenten over het bespreken van deze thema’s in het bewegingsonderwijs. Uiteindelijk hebben 137 studenten en zestien docenten de vragenlijsten ingevuld.



Resultaten

55 procent van de studenten en 82 procent van de docenten geeft aan de er op de ALO wel eens grappen of negatieve opmerkingen worden gemaakt over homoseksualiteit. Toch kwam uit het onderzoek naar voren dat het merendeel van de studenten en docenten (niet iedereen) over het algemeen een sociaal veilige sfeer ervaart op de ALO en studenten niet het gevoel hebben aan bepaalde gendernormen te moeten voldoen. Het merendeel van de respondenten voelt zich bekwaam in het bespreken van bovengenoemde onderwerpen al geven ze aan dat er nu nauwelijks aandacht aan besteedt wordt in het curriculum (het verschil hierbij tussen hetero- en LHBTQI+- studenten is significant). De respondenten zijn van mening dat deze onderwerpen een belangrijke rol spelen in de gymles, hierbij is er bij studenten zowel in gender als in seksuele identificatie een significant verschil gevonden. Tot slot vindt de meerderheid van de respondenten (76%) dat er op de ALO (meer) aandacht moet worden besteed aan sekseongelijkheid, gender- en seksuele diversiteit.

Discussie

Zoals eerder genoemd blijkt uit het onderzoek dat er onder studenten en docenten op de ALO over het algemeen een veilig klimaat wordt ervaren maar dat niet iedereen zich veilig voelt. Vergelijkbaar onderzoek, onder andere van Geldof (2020), Pulles en Visser (2017), Elling (2018) gedaan onder LHBTQI+ sporters bevestigen deze resultaten. Tevens blijkt uit het onderzoek van Geldof (2020) dat het hebben van een veilig sportklimaat niet altijd bijdraagt aan en toereikend is voor inclusiviteit van de LHBTQI+ doelgroep.

In het onderzoek van Elling (2011) komt naar voren *'dat homonegatief gedrag*

niet altijd als zodanig geregistreerd wordt, omdat het min of meer 'van-zelfsprekend' is en/of de betrokkenen veelal niet per definitie afwijzend staan tegenover homoseksualiteit an sich'. Dit zou een uitleg kunnen zijn voor het feit dat studenten en docenten aangeven dat er regelmatig met 'homo', 'mietje' of 'flikker' gescholden wordt maar er desondanks geen significant verschil is gevonden in het gevoel van veiligheid tussen heteroseksuele en LHBTQI+ studenten. Aan de andere kant geven een aantal studenten aan zich wel onveilig te voelen door het gebruik van deze woorden. Ook al zijn deze opmerkingen en 'grappen', zoals blijkt uit de kwalitatieve data, niet negatief bedoeld, *'ze zijn wel vaak normatief over wat gewenst en ongewenst is, over hoe 'echte' mannen en vrouwen zich behoren te kleden en gedragen'* (Elling et al., 2011).

In alle bovengenoemde onderzoeken is gebruik gemaakt van interviews of een combinatie van interviews met vragenlijsten. Bij het gebruik van interviews heeft de onderzoeker de mogelijkheid om door te vragen en zo meer uitgediepte en onderlegde data te verkrijgen. Deze mogelijkheid was er bij het onderzoek op de ALO niet. Wat wel opviel, was dat veel docenten in de kwalitatieve data aangaven dat de drempel om uit de kast te komen op de ALO voor mannen hoger is dan voor vrouwen. Het feit dat driekwart van de studenten die zich identificeert als LHBTQI+ vrouw is zou een bevestiging kunnen zijn van dit vermoeden.

Schelden met woorden als 'homo', 'mietje' of 'flikker' houden een heteronormatieve cultuur in stand (Elling, 2011), dit werkt dus inclusie tegen. Bovendien kan het gebruik van deze woorden als scheldwoorden ervoor zorgen dat LHBTQI+ studenten zich niet veilig



voelen (Geldof, 2020). Om die reden zouden docenten moeten ingrijpen wanneer er gescholden wordt met 'homo'. Situaties waarin dit voorkomt, zouden moeten worden aangegrepen om het gesprek te openen, dat is belangrijk want openheid is een van de belangrijkste voorwaarden voor een inclusief en een veilig klimaat (Geldof, 2020).

Aanbevelingen

Om de dialoog aan te kunnen gaan moeten (sport)docenten (in opleiding) bekend worden met gender- en seksuele diversiteit en moet genderstereotypen worden vermeden (Berg & Kokkonen, 2021). Hiervoor moeten er op de lerarenopleiding (in dit geval de ALO) handvatten worden geboden (Denison & Kitchen, 2020; van Keken, 2018). Zo moeten docenten in



Openheid is een van de belangrijkste voorwaarden voor een inclusief en een veilig klimaat



opleiding leren het denken van hun leerlingen te nuanceren en goed in te schatten wanneer een thema besproken moet worden. Het is daarbij heel belangrijk dat er regelmatig wordt gereflecteerd op je rol als 'morele opvoeder' (van Pomeran et al., 2015). In het curriculum van de ALO moet dus (meer) aandacht komen voor sekseongelijkheid, gender- en seksuele diversiteit. Het domein 'pedagogisch bekwaam' zou daar, volgens ondergetekende en volgens de respondenten een goede plek voor zijn.

Conclusie en relevantie

Op basis van deze resultaten kan worden geconcludeerd dat er nog stappen gemaakt kunnen worden voor een compleet inclusief klimaat op de ALO in Amsterdam. Om daarvoor te zorgen

wordt er aangeraden om in te grijpen als er met 'homo' gescholden wordt en zo het gesprek aan te gaan. Om ervoor te zorgen dat iedereen zich bekwaam voelt in en het belang ziet van het bespreekbaar maken van thema's als seksisme en seksuele diversiteit moet er op de ALO (meer) aandacht komen voor deze thematiek.

Het onderzoek wat is beschreven in dit artikel is een inventarisatie van ervaringen van docenten en studenten aan de ALO in Amsterdam. De aanbevelingen die hierboven worden genoemd gelden ook voor docenten die al werkzaam zijn in het bewegingsonderwijs. Verder onderzoek zal moeten uitwijzen hoe deze thematiek daadwerkelijk kan worden geïmplementeerd in het onderwijs op de ALO om op die

manier docenten af te leveren die zorg kunnen dragen voor een veilige leeromgeving voor ieder kind. ●



Bronnen

Scan de QR-code naar de bronnen



Contact

driessennoor@gmail.com

Noor Driessen is in 2021 afgestudeerd aan de ALO in Amsterdam, nu o.a. werkzaam voor de GGD (Academie van de stad) als (gast)docent in seksuele diversiteit.

Foto's

Beeldbank ALO Amsterdam

Kernwoorden

diversiteit, veilig onderwijsklimaat

'In de zee is iedereen gelijk'

Surfen is populair. Ook in Nederland groeit het aantal enthousiaste surfers, en op een dag met mooie golven vind je op de bekende surfspots in Nederland echt honderden fanatiekelingen in het water. Een trend die blijvend lijkt, want wie eenmaal het surfvirus te pakken heeft wil alleen maar meer! | Tekst Marieke van Bragt

Surfen is niet de eerste sport waar je aan denkt als het gaat om sporten voor kinderen met een beperking. De sport is fysiek uitdagend, in een steeds veranderende omgeving. Je moet goed blijven opletten op zowel de golven die blijven komen, als de surfers om je heen. Maar surfen

geeft ook een ongelooflijk gevoel van vrijheid. De zee doet iets met je. Iedereen is gelijk in het water en alleen de golven zijn belangrijk. Door deze focus vergeet je alle zorgen. Precies de reden waarom Suzanne van den Broek, van oorsprong ontwikkelingspsycholoog en tevens fanatiek surfster, inmiddels acht jaar geleden het Surf

Project (surflessen voor kinderen met down, autisme en/of ADHD) begon.

Van den Broek: "Bij Surf Project zie je stoere kinderen een toffe sport beoefenen. Ik vind het zo mooi om te zien dat kinderen enorm trots zijn op zichzelf. Dat effect zie je in hun ogen als ze hun diploma krijgen. Als je twee uur in zee ligt en applaus krijgt, dan doet dat wat met je zelfvertrouwen. Dat gevoel van trots en zelfvertrouwen werkt door in het gezin, op school en tijdens het dagelijks leven van het kind."

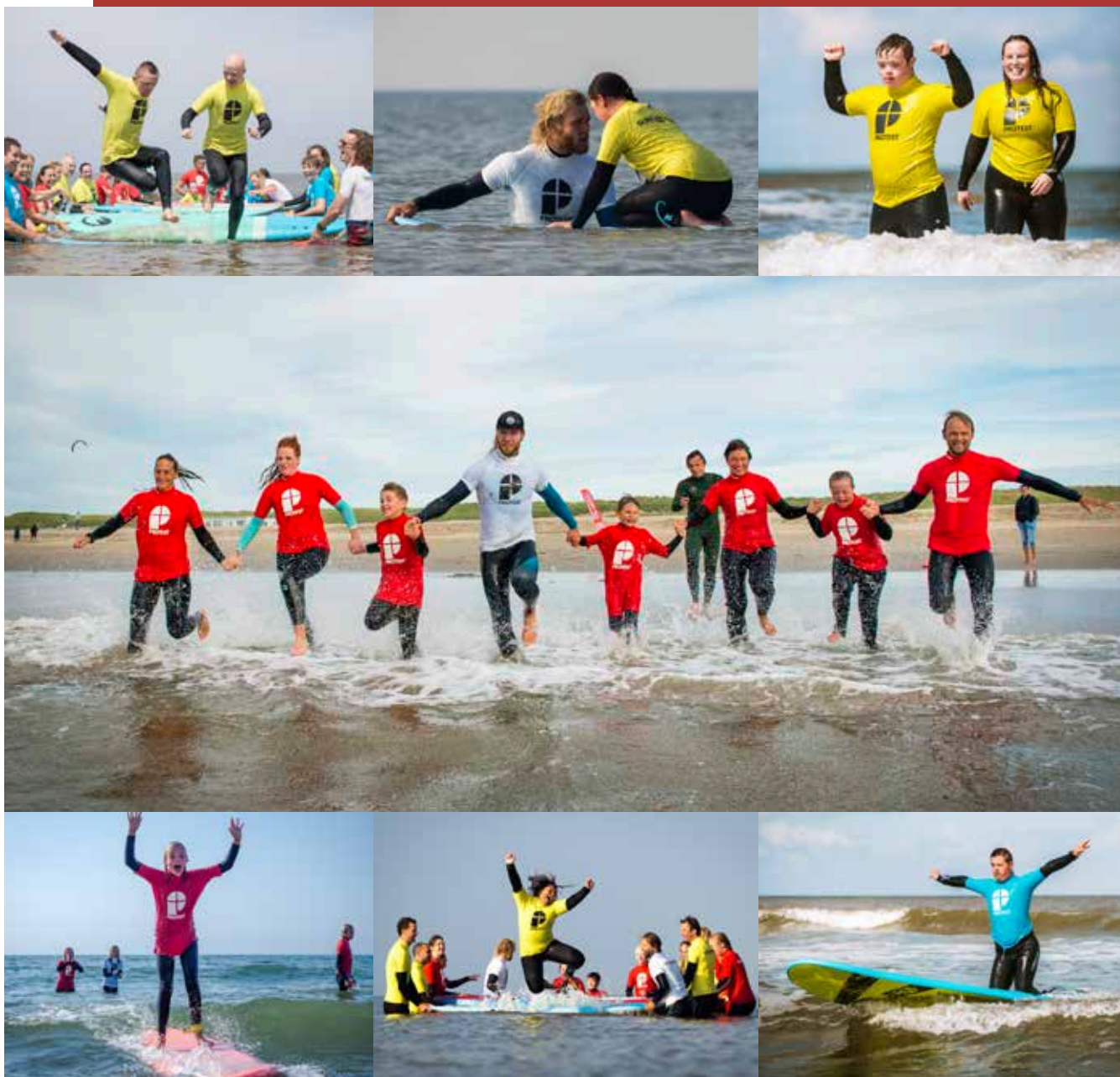
De kinderen die aan Surf Project meedoen hebben allemaal iets anders, maar wij plaatsen ze bewust in gemengde groepen als ze het strand op komen, juist om te laten zien dat iedereen wel iets heeft, dat iedereen er mag zijn en dat je van elkaar kunt leren! Het hoeft ook niet 'perfect', op je buik van de golf afglijden is net zo leuk als opstaan op de surfplank. Iets waar veel andere surfers nog wat van kunnen leren...

Surf Project is inmiddels uitgegroeid tot een groot succes. Elke zomer krijgen zo'n 120 kinderen (komend vanuit heel Nederland) surflessen op de stranden van Zandvoort, Ouddorp, Camperduin en Ter Heijde. In samenwerking met lokale surfscholen en georganiseerd door teams van Surf Project vrijwilligers wordt een gestructureerde en veilige omgeving gecreëerd waarin het surfen voor deze doelgroep mogelijk wordt gemaakt. De kinderen surfen in kleine groepen en worden één op één begeleid door enthousiaste vrijwilligers, veelal mensen met een achtergrond in de zorg, surfers of een combinatie van die twee. Het doel is om plezier te beleven aan een sport en het zelfvertrouwen



//

Dat gevoel van trots en zelfvertrouwen werkt door in het gezin, op school en tijdens het dagelijks leven van het kind



Bij Surf Project zie je stoere kinderen een toffe sport beoefenen

te versterken. De focus ligt op succes, op wat het kind wél kan en niet op hun beperking.

In het water zijn de kinderen inmiddels graag geziene surfers. De high fives en de 'shaka's' (Hawaiiaanse surfgroet) vliegen je om de oren. Elke golf wordt flink gevierd! Het is mooi om te zien

hoe zowel de vrijwilligers als de deelnemers stralen van plezier. Eigenlijk is niet te onderscheiden wie hier nou het meeste van geniet.

Het surfen is recreatief, maar heeft tegelijkertijd ook een therapeutische werking, vertelt de oprichtster. Sinds 2016 doet het Surf Project samen

met GGZ Noord-Holland-Noord onderzoek naar de effecten van surfles op kinderen met ADHD, het syndroom van Down en autisme. In 2020 is in Amerika een artikel van het Surf Project gepubliceerd in een wetenschappelijk tijdschrift. De resultaten van het onderzoek laten zien dat de kwaliteit van leven van de kinderen vooruit gaat na de eerste drie surflessen. Ze blijken lekkerder in hun vel te zitten, meer en beter contact te hebben met leeftijdsgenootjes en zich beter te voelen op school. "Die ontwikkeling is zo gaaf om te zien, je kent kinderen gewoon niet meer terug."



//

De focus ligt op succes,
op wat het kind wél kan
en niet op hun beperking

Het onderzoek laat ook zien dat veel ouders het zelfvertrouwen en de eigenwaarde van hun kind zien groeien. Ze zien het sociaal-emotioneel functioneren van hun kind vooruitgaan: ze worden opener en gaan sneller sociale contacten, zoals een gesprek, aan. Ook thuis zien ouders vaak nog de effecten van surfen: kinderen gaan sneller nieuwe uitdagingen aan, durven eerder angsten te overwinnen en worden zelfstandiger. Regelmatig noemen ouders dat hun kind in het water los leek te komen van hun beperking of dat een kind in surfen een nieuwe hobby of nieuw talent ontdekt heeft.

Lid worden van een sportvereniging is helaas voor kinderen met een beperking niet altijd een vanzelfsprekendheid. Ondanks het feit dat Nederland een rijk verenigingsleven heeft blijft de deelname aan de

bewegingscultuur onder deze doelgroep achter. En dat is jammer. Een G-team brengt zoveel positiviteit! Elk kind verdient het om ergens bij te horen, en elk kind heeft baat bij bewegen. Bij het Surf Project is iedereen welkom. In seizoen 2022 gaan we de zee met nóg meer kinderen overnemen. De lessenseries worden met extra lessen uitgebreid en er komt een 'doorstroomgroep' voor 19 plus-sers. Belangrijk, want ook voor deze kinderen geldt: eenmaal het surfvirus te pakken dan is er geen houden meer aan!

De kinderen kunnen meedoen aan een stoere sport die normaal niet toegankelijk voor ze is. Van den Broek: "Die beperkingen waar ze 'op land' steeds mee geconfronteerd worden, gelden niet in het water. In de zee is iedereen gelijk." ●

Er is nog plek voor nieuwe stoere surfers op verschillende locaties!

Ken je kinderen die dit fantastisch zouden vinden?

Stuur ze door naar de website van het Surf Project voor meer informatie!

www.surfproject.nl



Nieuwsgierig naar het onderzoek?

[Impact report](#)



[Onderzoek SP uitleg](#)



Amerikaanse tijdschrift [Global Journal of Community Psychology Practice](#) waarin 13 artikelen zijn gepubliceerd van over de hele wereld



[NL samenvatting onderzoek SP](#)



Wil je Surf Project steunen? [Word vriend!](#)



Contact

m.t.vanbragt@hhs.nl

Marieke van Bragt is hogeschool-docent op de Haagse Hogeschool (HALO) en coördinator Surf Project locatie Ter Heijde

Foto's

Olivier de Coster, Anick de Groot, Marjolein Pieneman, Niels Schenk, Jeroen Six Dijkstra, Shirley Soeters

Kernwoorden

diversiteit, surfen, doelgroepen



Grensoverschrijdend gedrag en het belang van zorgvuldig onderzoek

Er is de laatste tijd veel te doen over (seksueel) grensoverschrijdend gedrag. Dit komt onder alle beroepsgroepen voor; echter als docent LO ben je extra kwetsbaar gezien het fysieke aspect dat het vak LO met zich meebrengt.

| **Tekst** Team Juridisch KVLO

Fysiek contact met leerlingen is in het kader van de gymles vaak onvermijdelijk; tegelijkertijd kan dit een risico inhouden. Fysiek contact kan door een leerling anders worden geïnterpreteerd of niet worden ervaren als noodzakelijk voor een veilige uitvoering van de gymles. Een klacht kan het gevolg zijn. Als docent LO bevind je je dan in een kwetsbare positie en is het belangrijk je daarvan bewust te zijn.

De werkgever (schoolbestuur) is verantwoordelijk voor een veilig leerklimaat voor de leerlingen. Op het moment dat er een signaal of klacht van een leerling binnenkomt dat er sprake zou zijn van (seksueel) grensoverschrijdend gedrag tast dit de sociale veiligheid op school aan. De impact kan groot zijn op betrokkenen. Dit vraagt om zorgvuldig reageren, handelen en communiceren om het vertrouwen en de veiligheid van alle betrokkenen te herstellen.

Het schoolbestuur moet een klacht met betrekking tot seksueel grensoverschrijdend gedrag altijd zorgvuldig onderzoeken. Vaak komt het voor dat een docent LO gedurende de looptijd van het onderzoek op non-actief wordt gesteld met behoud van salaris. In de onderwijscao's is

de mogelijkheid van schorsing als ordemaatregel opgenomen.

Tijdens het onderzoek dienen zowel de leerling als de betreffende docent te worden gehoord. Snel en adequaat handelen is hierbij geboden want hoe langer de docent in onwetendheid thuis zit hoe vervelender en schadelijker voor zijn rechtspositie en reputatie. Maar snelheid van handelen mag niet ten koste gaan van de zorgvuldigheid van het onderzoek. Soms wordt hierbij door de werkgever een extern bureau ingeschakeld om de klacht te onderzoeken. Uiteindelijk zal het schoolbestuur na afronding van het onderzoek een besluit nemen, afhankelijk van de uitkomst.

Blijkt uit het onderzoek dat er geen sprake is geweest van grensoverschrijdend gedrag, dan dient betreffende docent in de gelegenheid te worden gesteld zijn werkzaamheden te hervatten, waarbij hij recht heeft op passende rehabilitatie. Dit kan bijvoorbeeld bestaan uit het aanbieden van excuses voor de onterechte beschuldiging en een passende communicatie naar alle betrokkenen waarin de docent van alle blaam wordt gezuiverd. Mocht komen vast te staan dat een klacht vals is ingediend met de bedoeling de docent schade te berokkenen, dan zou een maatregel tegen de klager op zijn plaats zijn. Blijkt de klacht van klager gegrond dan is het aan de werkgever om passende maatregelen jegens de docent te nemen, waarbij ontslag (afhankelijk van de ernst van de gedraging) niet uitgesloten is.

Uitspraak in een arbeidszaak

De kantonrechter Amsterdam deed onlangs uitspraak in een arbeidszaak tussen de Hogeschool van Amsterdam en een docent die beschuldigd >>

RECHT

werd van grensoverschrijdend seksueel gedrag. De docent werkt sinds 1 oktober 2006 bij de Hogeschool van Amsterdam. De cao voor het Hoger Beroepsonderwijs (cao-hbo) is van toepassing. Meerdere studenten hadden klachten over de docent geuit bij de opleidingsmanager van de hogeschool. De docent zou seksueel getinte en denigrerende opmerkingen hebben gemaakt. Daarnaast zou hij meerdere studenten innige omhelzingen hebben gegeven, waarbij soms werd gezoend. In augustus 2015 vond een overdracht plaats van het personeelsdossier van de docent aan diens nieuwe leidinggevende. Begin oktober 2015 vond er met deze nieuwe leidinggevende een gesprek plaats over het eerdere ongepaste gedrag. Vervolgens is een schriftelijk vastgelegde afspraak gemaakt dat de docent zich zal onthouden van elke vorm van lichamelijk contact en dat bij herhaling van dit gedrag 'disciplinaire maatregelen' zullen worden genomen.

Als er vervolgens nieuwe klachten binnenkomen over de docent, stelt de opleidingsmanager naar aanleiding hiervan een onafhankelijk onderzoek in. De docent wordt voor de duur van het onderzoek geschorst voor onbepaalde tijd. Niet veel later stelt de onderzoekscommissie vast dat de docent (ongewenste) seksueel getinte opmerkingen aan het adres van een studente heeft gemaakt. Voor de hogeschool is dat voldoende reden om de kantonrechter te verzoeken de arbeidsovereenkomst te ontbinden wegens verwijtbaar handelen. De kantonrechter bepaalt dat ontbinding moet volgen omdat de arbeidsverhouding tussen partijen ernstig en duurzaam is verstoord. Daarbij kent de kantonrechter niet alleen een transitievergoeding toe van €55.488,-, ook ziet hij aanleiding een additionele billijke vergoeding toe te kennen van nog eens €10.000,- aan de docent.

De hogeschool handelde volgens de kantonrechter ernstig verwijtbaar. Daarom is (ook) een billijke vergoeding verschuldigd. Waarom is deze – aanvullende – vergoeding in deze zaak verschuldigd?

Allereerst gaf het personeelsdossier volgens de kantonrechter een beeld van een docent waarbij gedurende veel jaren regelmatig signalen worden

afgegeven dat hij grensoverschrijdend gedrag vertoont en grensoverschrijdende uitlatingen doet. De hogeschool had dan ook één en ander duidelijk moeten laten terugkeren in beoordelingsgesprekken. Door gerichte feedback aan docenten en studenten te vragen, had de hogeschool eenduidiger kunnen optreden. Naar het oordeel van de kantonrechter is dit echter niet gebeurd.

Daarnaast heeft de hogeschool haar eigen klachtenregeling geschonden door verschillende klachten van meerdere studenten niet als formele klacht aan te merken en door te geleiden naar de klachtencommissie.

Verder bleek de verstrekte onderzoeksopdracht onvoldoende helder te zijn, omdat slechts was vermeld om welke gedragingen van de docent het ging, zonder dat daarbij is aangegeven welke studenten betrokken waren en wanneer en waar het gedrag zou hebben plaatsgevonden.

Tot slot bleek uit het onderzoek niet hoe de verklaringen van studenten zijn verkregen, en of onderzoek is gedaan naar de vraag of studenten onderling dan wel met de hogeschool contact hebben gehad.

Conclusie

Uit deze zaak volgt dat bij een gevoelig thema als vermoedelijk (seksueel) grensoverschrijdend gedrag van werknemers een grote zorgvuldigheid wordt verwacht van de werkgever. Niet alleen moet een werkgever direct actie ondernemen, ook moet het daaropvolgende onderzoek zorgvuldig plaatsvinden. Wat als bijvoorbeeld blijkt dat de beschuldigingen vals waren? Als in deze zaak de hogeschool wel direct stappen had ondernomen én de juiste zorgvuldigheid in acht had genomen, was zij mogelijk geen enkele beëindigingsvergoeding verschuldigd geweest.

Wordt u beschuldigd van (seksueel) grensoverschrijdend gedrag neemt u dan contact op met één van de juristen van de KVLO op telefoonnummer 030-6937678. ●

PRAKTIJK

KATERN

Veilig klimmen in de les LO (1)

Sportklimmen is een activiteit waarbij gevaar op zwaar letsel of erger op de loer ligt. Vrijwel altijd is menselijk falen de aanleiding voor een ongeval. Gelukkig loopt het heel vaak goed af. Een ALO opgeleide docent LO is bevoegd om elke sport aan te bieden. De wet eist echter dat je ook bekwaam bent. In het geval van docenten LO mogen de directie, de ouders en de kinderen verwachten dat leerlingen deskundig begeleid worden, dat is zorgvuldig. Dit valt dan ook onder het *Zorgvuldigheidsbeginsel* in de wet. Maar wanneer ben je dan bekwaam als het over klimmen op een klimwand gaat? In twee artikelen staan we stil bij de veiligheid van klimmen. Dit eerste artikel gaat over veiligheid en materiaalkeuze. Het tweede artikel zal gaan over klimmen in de les LO. | **Tekst** Frans Melskens



Ongevallen

Situatie 1

Tijdens een cursus voor beginnend klimmers in een vervolgles. Het zekeren was al geoefend en bij iedereen op behoorlijk niveau. Maar toch een zekeraar liet zijn klimmer te snel zakken, waarna de klimmer behoorlijk hard op de grond landde. Gelukkig geen blessures! Toen werd gevraagd wat er fout ging, riep de zekeraar uit: 'ja, maar hij ging ook veel te snel naar beneden!!' Hij had niet in de gaten dat hij dit zelf veroorzaakte door het touw te snel te laten vieren. Een back-up-zekeraar was er op dat moment niet. Ze hadden immers al meer lessen gevolgd waarin zekeren terugkwam en tot dan met goed gevolg.

Situatie 2

Een klimmer was bijna boven bij een van Nederlands klimcentra. Hij werd gezekerd met een tuber, ook wel ATC genoemd. (Een tuber/ATC is een zekerapparaat dat niet automatisch blokkeert. Sinds 2016 is er zowel internationaal als in Nederland een sterke voorkeur ontstaan voor een blokkerend zekerapparaat. In sommige klimcentra is dit

tegenwoordig zelfs verplicht. Maar ook daarmee worden menselijke fouten niet uitgesloten. Denk aan verkeerd inleggen van het touw in het zekerapparaat, de hendel om iemand te laten zakken te ver opentrekken, foutief inbinden door de klimmer, elkaar niet of niet goed genoeg checken door klimmer en zekeraar, et cetera). De zekeraar viel flauw en toen de klimmer in het touw ging hangen, viel hij van vrij grote hoogte op de grond. De klimmer werd afgevoerd met een trauma helikopter en heeft het ongeval overleefd.

Op www.klimongevallen.nl/ongevallen/ worden klimongevallen gemeld en beknopt beschreven.



Overzicht van klimongevallen

Bevoegd/bekwaam/zorgvuldig

Ook als het gaat om de keuze van materiaal dien je bekwaam te zijn. Immers met welk zekerapparaat laat je de leerlingen zekeren? En vervang je je materiaal tijdig omdat bijvoorbeeld een gordel of een touw onveilig is geworden? En ben je op de hoogte van de ontwikkelingen in de sport op het gebied van veiligheid? Daarvan op de hoogte zijn is een deel van je bekwaamheid. En hoe organiseer je een les waarin de leerlingen leren zekeren? Waar sta jij dan en waar let je op? En wat laat je een ander deel van de klas doen, terwijl jij bezig bent met de zekeraars en klimmers? En ook: er is ruzie bij een groepje leerlingen die zelfstandig een andere activiteit doen. Hoe handel je in zo'n geval? Stop je het klimmen (en hoe doe je dat)? Of ga je meteen naar die ruzie toe?

Keuze van materiaal: zekerapparaat

Keuze van zekerapparaat: het wordt tegenwoordig aanbevolen dat je zekert met een apparaat dat blokkeert als de klimmer valt. Er zijn twee verschillende types: een half-automaat

als bijvoorbeeld de Petzl Grigri of een auto-tuber zoals bijvoorbeeld de Mammut Smart. Van beide typen apparaten zijn meerdere merken en varianten op de markt. Het nadeel van auto-tubers is dat als je de onderste hand hoger houdt dan het zekerapparaat, het apparaat niet meer blokkeert. Dit kan gevaarlijk zijn. Dus moet er steeds bij het inhalen van het touw snel weer naar onderen worden gegaan. Dat gaat het snelst als je korte slagen maakt! Een dergelijk probleem kent de Grigri niet. Als de keuze op de Grigri valt, kies dan voor de 'Grigri3' (ook wel New Grigri genoemd, uit 2020). Deze heeft alle voordelen van de eerste twee versies: bij een val blokkeert het apparaat, de

handelingen zijn eenvoudig en het kan zowel dunnere als ook dikkere touwen aan. De Grigri2 (uit 2011) kan moeilijker met dikke touwen omgaan en de Grigri+ (uit 2017) heeft een aparte stand voor voorklimmen en voor top rope klimmen (ook wel na-klimmen genoemd), waardoor het apparaat iets ingewikkelder is. Het enige gevaar dat dreigt als het touw correct in het apparaat ligt, is dat bij het laten zakken van de klimmer de hendel te ver wordt opengetrokken en de remwerking wordt opgeheven. Hier blijft de back-up-zekeraar nog steeds heel belangrijk. Dit geldt voor alle zekerapparaten op een heel eigen manier. Het is duidelijk dat het zekeren met een blokkerend apparaat de



Foto 1 Tuber met remgroeven



Foto 2 Tuber met remgroeven Black Diamond



Foto 3 Blokkerende zekerapparaten Mammut Smart



Foto 4 Blokkerende zekerapparaten Petzl Grigri 3

voorkeur heeft. Een tuber met rem-groeven wordt nog wel gedoogd. Een tuber zonder remgroeven wordt sterk afgeraden. Zonder remgroeven heb je te weinig wrijving, waardoor alle kracht op de zekeraar komt. Hierdoor kan de zekeraar de klimmer moeilijk of zelfs helemaal niet houden bij een val of een blok. Zeker als het een wat zwaardere klimmer betreft. Dus liefst geen tubers en al zeker geen acht. Beide apparaten worden al jaren afgeraden. Dus als je nog zekert met een acht, een platte tuber (zonder remgroeven) of een hms (een halve mastworp in een HMS-karabiner), stap dan liefst binnenkort over op een tuber met goed

functionerende remgroeven (foto 1 en 2), maar liever nog op een blokkerend apparaat zoals bijvoorbeeld op foto 3 en foto 4.

Er zijn tegenwoordig tal van merken die een blokkerend apparaat op de markt hebben gebracht, zoals de Smart van het merk Mammut (foto 3), een auto-tuber, of de Grigri3 (ook wel New Grigri), uit 2020 van Petzl (foto 4). Maar zoals eerder gezegd, er zijn meerdere merken met vergelijkbare, goede varianten.

Maar ook bij de Grigri zijn er belangrijke fouten die helaas nog wel eens voorkomen:

- Het touw wordt verkeerd om in het apparaat gelegd, hierdoor is er totaal geen remwerking!
- Het apparaat is niet goed dicht, doordat er maar één van de twee ogen door de karabiner zijn gegaan en waardoor het touw ontsnapt uit het apparaat tijdens het zekeren, en is het apparaat geen zekerapparaat meer!
- Het touw dat uit het apparaat komt niet vasthouden, omdat het 'toch wel blokkeert'; houd het onderste touw altijd vast! Dit geldt voor alle zekerapparaten.
- De hendel wordt te ver opengetrokken bij het laten zakken, waardoor de remwerking wordt opgeheven en de klimmer veel te snel naar beneden gaat en hard op de grond landt

Naar boven klimmen op een klimwand is veilig als je alert bent, elkaar checkt, er goed en alert gezekeerd wordt en de juiste materialen correct worden gebruikt. Bij elke auto-tuber geldt daarnaast dat je de remhand (onderste hand) zo kort mogelijk boven het apparaat moet houden, omdat een auto-tuber niet blokkeert als je hand boven het apparaat is. Dit mag dus alleen kort bij het inhalen van het touw.

Keuze van materiaal: karabiner

Behalve een juiste keuze van zekerapparaat, is ook een juiste keuze van karabiner van belang. Kies voor een karabiner die in drie stappen open kan, zoals een ball-lock, een triact-lock of een schroefkarabiner met klepje dat de schroef vergrendelt. Dit geldt ook voor de karabiner die de klimmer gebruikt om zich met het touw in te binden (dit geldt alleen voor indirect inbinden, mét karabiner dus). Kies je voor direct inbinden, dan laat je de deelnemers de achtknoop rechtstreeks aan hun gordel bevestigen middels de gestoken achtknoop. Deze laatste knoop is voor het onderwijs niet aan te bevelen, want meer werk kost meer tijd en er is meer controle nodig. Dus minder klimmen en meer risico. Overigens wordt in de rotsen en bij het voorklimmen altijd direct met de gestoken achtknoop ingebonden. Alleen bij instructie situaties, bij kinderen, eenmalig klimmen bijvoorbeeld op kinderfeestjes en in sommige



Foto 6 Tunnellen 1



Foto 7 Tunnellen 2



Foto 8 Tunnellen 3



Foto 9 Tunnellen 4

klimcentra wordt voor indirect inbinden met karabiner gekozen.

Keuze van materiaal: gordels

Tot slot de gordels: bijna alle instructiegordels hebben een horizontale

zekerlus. Dit is onhandig, want het zekerapparaat is bedoeld voor een verticale zekerlus, zoals dat bij alle gewone klimgordels het geval is. Door die draaiing van 90° zit het apparaat niet prettig om goed te kunnen

zeker. Gelukkig zijn er de laatste jaren steeds meer merken die een instructiegordel op de markt brengen met verticale zekerlus (zoals die te zien is op afbeelding 6 t/m 9). Daarnaast wordt de laatste jaren bij

Voorbeeld uit de praktijk over belang van materiaal. Lessituatie tijdens een workshop:

Onlangs verzorgde ik een workshop aan een team van een school. Waar ik vaak mee start, ook deze keer, was iedereen laten zekeren met de materialen die ze zelf in hun lessen gebruiken. Waar nodig geef ik aanwijzingen of corrigeer ik. In een mailwisseling was mij verzekerd dat het om de Petzl Grigri+ zou gaan. Er werd gezekerd met drie 3-tallen. Op een gegeven moment zag ik dat er sprake was van twee verschillende zekerapparaten, die er op het eerste oog exact hetzelfde uitzien: de Grigri2 en de Grigri+. Ze zijn even groot en zijn beide in een paar (zelfde) kleuren verkrijgbaar. Het enige verschil is het plusteken op de Grigri+ en daarom zag ik het. Dat ontbrak bij twee van de apparaten. Overigens kun je in de gegevens op de achterzijde van het apparaat, in zeer kleine lettertjes en cijfertjes, ook achterhalen om welke versie het gaat.

Waarom was deze situatie potentieel gevaarlijk?: De Grigri1, de 2 en de 3 zijn voor gebruik vrijwel hetzelfde. Alleen kan de eerste versie niet omgaan met dunnere touwen dan 10,0 mm, wat alle latere versies wel kunnen. Maar de Plus heeft daarnaast als enige ook een paniekfunctie. Als je de Plus in handen hebt en je trekt bij het laten zakken van de klimmer de hendel te ver open, blokkeert het apparaat automatisch. Denk je dat je een Plus in handen hebt, maar je hebt de Grigri2, dan werkt er geen paniekfunctie en landt de klimmer hard op de grond als je de hendel te ver opentrekt. Andersom: je denkt dat je de 2 hebt, maar je hebt de Plus, dan zou het kunnen gebeuren dat je de hendel zover opentrekt dat de paniekfunctie in werking treedt. Als je dan denkt dat je dus de hendel nog iets verder open moet trekken,

dan blokkeert het apparaat helemaal niet meer. Dit laatste heb ik in mijn directe omgeving met drie ervaren klimmers meegeemaakt. De Plus vind ik om die reden voor het onderwijs niet een verstandige keuze. Daarnaast heeft de Plus ook nog een voor-klim-stand en een toprope-stand. Dit alles maakt de Plus voor het onderwijs niet zo geschikt. Het zou teveel tijd kosten om het apparaat goed te beheersen en een fout is makkelijker gemaakt dan bij de andere versies.

Met andere woorden: je moet beseffen welk apparaat je in handen hebt en hoe je het moet gebruiken, maar ook hoe je het niet moet gebruiken. Je kunt op de achterzijde een lang getal zien, onder de hendel. De eerste twee cijfers van dat nummer geven het jaar aan van eerste fabricage van deze versie, dus 11 of 17 of 20. Bij de iets grotere, oudste versie uit 2000, wordt deze nummering niet gebruikt.



Drie Grigri's: links de oranje Grigri3 (uit 2020), midden de paarse Grigri+ (2017) en rechts de blauwe Grigri2 (2011)

het zekeren, steeds meer overgestapt naar 'tunnelen' in plaats van de vijf stappen. Er zijn dan eigenlijk nog maar drie stappen, waarbij de hand nooit het contact met het touw mag verliezen: je schuift je hand op en neer. Het is sneller en eenvoudiger dan de vijf stappen die tot voor kort de norm waren. Daarnaast kun je hierdoor het touw sneller inhalen en dus sneller zekeren. Voorwaarde is wel dat je bij het omhoog gaan van de zekerhand het touw niet loslaat, maar met de hand over het touw naar boven schuift!

Zekeren wordt fysiek zwaarder en dus moeilijker als je:

- een voor jou zware klimmer zekert;
- een niet blokkerend zekerapparaat hebt;

- het touw te dik is voor het gebruikte zekerapparaat, waardoor het touw inhalen moeizaam verloopt;
- er boven maar één oog is als ophangpunt waar het touw doorheen loopt, in plaats van twee; je hebt daardoor minder wrijving van het touw bij het ophangpunt boven;
- als de vloer glad is en je weggetrokken wordt bij het blokkeren van de klimmer.

In een volgend artikel (deel 2) wordt ingegaan op klimmen in de les LO. ●



Contact

f.melskens@tendue.nl

Frans Melskens is onder andere auteur van *Sportklimmen, spelen met evenwicht*, een uitgave van het Jan Luiting Fonds. Frans leidt via zijn bedrijf Tendue instructeurs en docenten op om veilig en attractief klimonderwijs te verzorgen. Daarnaast is hij bij de NKBV auditor, beoordelaar (examinator) en instructeur. Tevens heeft hij in zijn carrière als docent LO al vanaf 1984 lesgegeven in klimmen op klimwanden in het onderwijs. Sinds begin deze eeuw is Frans actief als docent aan diverse klimopleidingen voor docenten LO.

Foto's

Frans Melskens

Kernwoorden

sportklimmen, zekerapparaat, karabiner, klimongevallen

Methodische lijn springen op de 'grote' trampoline

Met de (tuin)trampoline in de (gym)zaal wordt de basis gelegd voor veilig en uitdagend springen. Het geeft plezier in het gebruik van de (grote) trampoline. Je kunt deze inzetten als onderdeel in je les om iets te leren en meer te zijn dan alleen maar bewegingservaring. Transfer van buiten naar binnen het leergebied. Variërend van rechtstandige sprongen, voetvreemde landingen, breedte- en lengteas draaien en combinaties daarvan. Door de snelle succesbeleving zal je gaan merken dat het maken van een lessenreeks op dit toestel een feest wordt en dat het een welkome afwisseling en aanvulling op het bestaande programma kan zijn.

| **Tekst** Dennis Waasdorp en Marcel Pansier

Van tuintrampoline naar gymzaal

Wanneer leerlingen een trampoline zien is hun eerste ingeving; *salto!* Echter bij de meeste van ons gaan dan

de alarmbellen af. Help! Hoe kan ik de veiligheid garanderen? Maar aan de andere kant wil je het enthousiasme van de leerling ook niet afremmen en/of beperken. De leerling denkt

uiteeraard dat hij/zij dit al beheerst want in een van de grote trampoline parken of thuis of bij een vriendje spring ik ook altijd salto. Hieronder een methodiek om leerlingen bewust te maken van de (on)mogelijkheden waarbij ze in eerste instantie enthousiast blijven springen zonder over de kop te gaan met een uitbouw naar zelfstandig salto'springen, waarbij hulpverleners geen vereiste is.

Methodische lijn springen op de 'grote' trampoline



Onzichtbare wipwap



Salto voorover na vierpuntslanding

Veiligheid en methodiek

Belangrijk is dat op de trampoline het middelpunt duidelijk gemarkeerd is doormiddel van een stip of kruisje (de target). Vanaf dit punt ben je aan alle zijden het verst van de rand verwijderd. Spring driemaal op de target en sta in één keer stil, de STOP-sprong. Dit is de handrem en dient dus beheerst te worden. Wanneer dit lukt, laat dan de leerlingen vijfmaal springen en eindigen met de STOP-sprong. Wanneer een leerling te veel naast de target springt kan/mag er nog één keer geprobeerd worden om terug te springen. Lukt dit niet dan gelijk de handrem/STOP-sprong.

Methodiek als basis

Wanneer je een actieve armzwaai inzet zal je merken dat er significant hoger gesprongen wordt. Let er bij de armzwaai op dat deze voor de oren afgestopt wordt. Wanneer de armen verder doorzwaaien zal er een lichte rotatie achterover ontstaan en verliest de leerling zijn balans. Deze wave-inzet is de meest efficiënte manier om extra hoogte te genereren, wat ook kan is een juichende arm inzet door

het strekken van de armen, waarbij de ellebogen buigen en strekken.

Uitdaging in basissprongen

Wanneer de leerling het principe van springen en daaraan gekoppelde veiligheid snapt, kun je gaan spelen met houdingsveranderingen. Denk hierbij aan alle traditionele minitrampoline sprongen (hurk/hoek/spreid/skate/halve draai/hele draai).

Daarnaast biedt de 'grote' trampoline nog meer mogelijkheden, doordat je individueel meerdere beurten achter elkaar kunt maken. Denk hierbij wel altijd aan een maximaal aantal sprongen (drie of vijf) waarbij zij altijd eindigen met de STOP-sprong.

Je kunt ook gebruik maken van voetvreemde landingen (zitten/knieën/buik/rug), waarbij staan-zitten-staan achter elkaar en staan-knieën-staan achter elkaar de eenvoudigste zijn. Hoewel er slechts met één leerling te gelijk gesprongen mag worden, kun je wel met twee leerlingen tegelijk op één trampoline springen. Om dit veilig te kunnen doen, waarbij men elkaar

niet gaat afvuren/lanceren, maken we gebruik van de 'onzichtbare wipwap'. Belangrijk hierbij is dat de springers rekening houden met elkaar, dit doen ze door met dezelfde intensiteit te springen en precies om en om te springen.

Basissprongen combineren

Wanneer de leerling verschillende lichaamshoudingen aan kan nemen en/of voetvreemde landingen uit kan voeren, terwijl er wordt doorgesprongen, kan, de leerling vervolgens verschillende combinaties maken. De uitdaging in deze vorm zit hem in het maximaal aantal beurten per leerling, omdat er dan een evenwichtige verhouding is tussen arbeid en rust, zowel bij de springer als het groepje rond de trampoline. Spelvormen zijn: 'Ik ga op reis en ik neem mee'; 'doe mij maar na'; recordje (zo vaak mogelijk een bepaalde combinatie); en touwtjespringen (eventueel met trucjes). Hiermee zijn de leerlingen spelenderwijs bezig om meer controle te krijgen en wordt er onbewust al een link naar de wedstrijdvorm gemaakt. Op de Olympische Spelen bestaat een wedstrijd oefening namelijk uit tien

Methodiek tuintrampoline

	Tuintrampoline	Groen	Blauw	Rood	Zwart
1.1	STOP-sprong	5x veren met STOP	5x kaatsen met STOP	5x springen met STOP	5x springen met actieve arm-inzet en STOP
1.2	STOP-sprong met draaien	staan, 1/2draai R, 1/2draai L, 1/2draai L, 1/2draai R, STOP			
1.3	Voetvreemde landingen	staan, zitten, staan, zitten, staan, STOP			
1.4	Combinatiesprongen			staan, zitten+1/2dr., staan, zitten+1/2dr., staan, STOP	

verschillende sprongbeurten om vervolgens in één keer stil te blijven staan.

Salto maken, in plaats van over de kop gaan!

Methodisch kan de salto op twee verschillende manieren worden aangeboden. Dit kan door bij de voetvreemde landingen een tipsalto toe te voegen of vanuit de basis te rollen vanaf de rand van de trampoline.

Om maar gelijk door te pakken vanuit de basissprongen, is het nu de bedoeling om een vierpuntslanding te maken. Dit houdt in dat er op handen en knieën wordt gesprongen, waarbij de neus boven de target blijft. Dit vergt wel even wat oefening. Leerlingen hebben het òf in één keer door òf blijven bokkensprongen maken. Oplossing hiervoor is het uitstrekken in de zweeffase.

Nu kunnen ze door het maken van een tipsalto tot zit komen. Iets dat bekend is van de basissprongen. Door een actieve inzet van de tipsalto is het mogelijk om tot stand te komen. De volgende stap is de kniesalto, hierbij maken de armen de actie (inworp

voetbal) door deze door te zwaaien naar de knieën en deze vast te pakken. Ook hier landen de leerlingen eerst tot zit, maar al heel snel tot op hun voeten. Uitgangspunt blijft afzetten op of net voor de target. Het voordeel van deze manier van aanbieden is dat er altijd dicht bij het springdoek gewerkt wordt en daardoor dus de kans op ernaast of scheefspringen wordt verkleind.

Bij de rol vanaf de basis is het belangrijk dat de leerlingen snappen welke hulp de trampoline je kan geven. Door richting de target te bewegen, ontstaat er altijd een beweging richting het midden en dus dóór in de beweging. Vanuit de rol van de rand, gaat men door met een afzet naar de broekrand op de rug, komend tot stand (hurkzit) op de target. De nieuwe uitdaging wordt nu deze actie op één plaats te maken, bij voorkeur op de target. Deze manier is ook zeer geschikt om achterwaarts te gaan! Leerlingen merken zelf dat de knie-inzet een draaiversnelling geeft, hierdoor maken zij de salto en roteren zij niet door de afzet. Een salto wordt dan ook altijd ingezet en nooit uitgevoerd door een

houding aan te nemen in de afzet.

Uitbouw saltovormen

Binnen beide methodische lijnen is er al vroeg te differentiëren. Dit kan al door met gestrekte knieën te springen (hoeksalto) of bijvoorbeeld een halve draai te maken van de zithouding naar stand. Deze beweging is bij de basissprongen namelijk al eens uitgevoerd. Deze tussenfase van zitten voor de landing, kan dan al snel worden uitgebouwd naar de halve draai tot de voetlanding. Vanuit buik- en ruglandingen kunnen ook lengteas rotaties gemaakt worden, doe dit met kleine stapjes. Van buik naar rug en terug, tot aan staan, buik, rug, staan, et cetera. ●



Contact

waasdorpdennis@gmail.com

Marcel Pansier is docent LO op Scala Rietvelden Spijkenisse
Dennis Waasdorp docent LO op Praktijk College Spijkenisse/Brielle
Digitale verwerking en video
 Hjalmar Zoetewei

Kernwoorden

trampoline springen, tuintrampoline

ALO studenten, klaar met hun opleiding schrijven soms over hun stage-ervaringen. In dit artikel deelt Abel de Jong zijn ervaringen met lesgeven waarin hij de kracht en mogelijkheden heeft ervaren van 'de vrije les' (red).

Een ode aan de vrije les

Als er ergens een plek is waar falen zo zichtbaar is, dan is het wel in de gymzaal. Het is een plek waar iedereen een stuk kwetsbaarder is, maar bovenal een plek waar zoveel geleerd kan worden. Niet alleen op motorisch vlak, maar zeker op sociaal en cognitief gebied. Mijn doel is niet om een klas vol topatleten te kweken, maar mijn missie als toekomstig vakleerkracht is een plek creëren voor leerlingen waar ze 'vertrouwd' fouten mogen maken. Vallen en weer opstaan, doorgaan en bekwamer worden. In dit artikel vertel ik graag iets over mijn ervaringen van het geven van gymlessen met een hoge mate van autonomie. | Tekst Abel de Jong

Stage-ervaringen

De afgelopen vier jaar op de ALO in Amsterdam zijn als een sneltrein aan mij voorbijgegaan, maar nu ik er op terugkijk lijkt het of ze een eeuwigheid hebben geduurd. Ik heb veel stage gelopen waarin er verschillende leerlingen aan mij voorbij zijn gekomen. Stage in het PO en het VO en zelfs tot in het binnenland van Suriname. Daar viel mij op dat bewegen voor sommige kinderen heel spannend kan zijn.



Abel de Jong



Ruimte geven groepjesles of vrije les

Leerlingen waren nog niet geaard en vertrouwd binnen die enge vier muren van de gymzaal.

Fouten mogen maken

Mijn laatste stagejaar liep ik op een Montessori basisschool in Amsterdam. Het Montessorionderwijs typeert zich door een hoge mate van autonomie. In de gymlessen wordt hier dankbaar gebruik van gemaakt. Wat hier sterk naar voren komt is dat de leerlingen die zelfstandig kunnen werken het snelst leren. Deze leerlingen durven fouten te maken en kiezen een gepaste uitdaging voor zichzelf. Leerlingen die

geen fouten durven te maken en geen gepaste uitdaging durven te kiezen zijn een stuk minder gemotiveerd voor de gymles is mijn ervaring.

Zelfstandigheid

De hoge mate van zelfstandigheid die het Montessorionderwijs zo benadrukt, was goed terug te zien in de gymlessen. Waar ik op andere scholen wel eens tegen een kind moest zeggen "ik kom er zo aan" en deze vervolgens op mij bleef staan wachten, ging het er op deze Montessorischool anders aan toe. De leerling die dezelfde boodschap kreeg bleef niet staan wachten,

deze ging 'gewoon' even wat anders doen. Een hoge mate van zelfstandigheid, al op zo'n jonge leeftijd.

Het onderwerp van mijn scriptie sloot aan bij dit type onderwijs. De vraag of deze mate van autonomie bevorderend was voor de motivatie stond hierbij centraal. Ik heb onderzocht welke vorm van lesgeven de motivatie verhoogd. Is dit de 'groepjes les' of is dit de 'vrije les'? De conclusie was dat leerlingen meer gemotiveerd raken voor de vrije les. De titel van mijn scriptie was: Motivatie voor de gymles in het Montessori onderwijs.



Met als onderzoeksvraag: Is er een verschil in (intrinsieke) motivatie tussen een groepjes les of vrije les bij kinderen van 9 tot en met 12 jaar in het Montessorionderwijs? De opbouw was simpel, twee groepen kregen los van elkaar een lessenreeks van drie lessen. De ene groep drie vrije lessen, de andere groep drie groepjes lessen. Beide groepen hadden voor het onderzoek en na het onderzoek een vragenlijst ingevuld om de motivatie te meten (BREQ-2). De groep die drie vrije lessen had gekregen scoorde hoger in de nameting op motivatie dan de groep die groepjes lessen kregen.

De resultaten kunnen suggereren dat leerlingen meer intrinsiek gemotiveerd zijn voor de vrije les, wat zich uit in een zelfstandigere, leergierigere, zekerdere, volhardendere en gedisciplineerdere houding. Dit resulteert weer in hogere prestaties. Maar waar tijdens de vrije lessen in mijn onderzoek vooral ruimte voor was; de gesprekken met het kind.

Vrije les

Een voordeel van de vrije les is dat tijdmanagement een hele kleine rol speelt. Leerlingen krijgen een korte introductie van de activiteiten en zijn daarna vrij om iets te kiezen welke activiteit ze willen doen, met wie ze dit willen uitvoeren en voor hoe lang. Dit geeft de vakleerkracht meer tijd om eens in gesprek te gaan. Deze gesprekken leveren mij enorm veel op. Ik observeer eerst om te kijken welke leerling mijn aandacht krijgt. Het zijn vaak de leerlingen waarvan je ziet dat ze op het punt staan van opgeven. Je herkent ze wel, de leerling die zo graag wil, maar niet verder komt. Je ziet de leerling gefrustreerd raken, jaloers zijn op medeleerlingen die het wel kunnen en bijna uit woede al zijn energie in de strijd gooit. Of de leerling die bij elke mislukte poging haar schouders laat hangen. De spierspanning neemt zichtbaar af, het hoofdje gaat hangen en de moed zakt in de schoenen. Of de leerling die eigenlijk uitstekend kan bewegen maar verveeld raakt. De uitdaging is spoorloos, niemand is 'goed genoeg' om tegen te spelen en de blik in de ogen verradt al dat het kind uitgespeeld is.

Tijd voor gesprekken

Deze leerlingen zijn ideaal om te benaderen. Ik loop dan op de leerling af, maar kijk hem of haar niet aan. Dan open ik het gesprek altijd met een vraag. Vaak vraag ik "hoe gaat het?". Gewoon, even om de leerling ruimte te bieden om wat te zeggen. Het is belangrijk dat direct in het gesprek een vertrouwelijke houding aangenomen wordt. Alles mag gezegd worden. Wat je uitstraalt krijg je terug. Ik laat dan merken dat ik kwetsbaar ben. Dit doe ik door iets over mijzelf te vertellen. Bijvoorbeeld dat ik als leerling vroeger soms snel opgaf, maar wel de beste wilde worden. Hiermee probeer ik het kind het gevoel te geven dat doorzettingsvermogen iets

enorm waardevol is. Zo geef ik ze iets van mijzelf, en stel ik ze daarna vragen om te kijken of ik iets terugkrijg. Deze gesprekken zijn zo waardevol, omdat kinderen hier ook behoefte aan hebben. Het gaat er niet om of het kind direct op staat en meteen weer doorgaat na het gesprek, maar om de erkenning van de emoties. Laat de leerling even het gesprek verwerken. Zo kan een kind groeien in het gevoel dat je vertrouwd mag raken met mislukken. Het hoort bij het proces, iedereen doet het, zelfs de juf of meester.

Plekken creëren

Met dit gesprek wordt de kloof tussen leerling en docent verkleind en wordt er een stap richting de missie gezet; een plek creëren voor leerlingen waar fouten gemaakt mogen worden. Het zichtbaar falen is iets wat voor veel angst kan zorgen. De gymzaal is een kwetsbare plek. Een leerling kan stap voor stap ervaren hoe hiermee om te gaan. De vrije les biedt een geweldige uitweg voor de leerlingen om ze hiermee op weg te helpen. De leerling kan namelijk bijna ongezien aan de slag gaan. Ik had bijvoorbeeld op een bepaald moment ringzwaaien uit staan. Een leerling had zichtbaar moeite met het onderdeel. Het was een vrije les, wat voor de leerling de kans gaf om direct na het gestuntel een ander onderdeel te kiezen. Even in de schaduw duiken, de gedachten ergens anders op richten. En toen een kwartier later kwam de leerling weer terug bij het ringzwaaien. Toch nog een keer proberen, en met meer succes. De leerling had even de teleurstelling kunnen verwerken en de tweede kans gepakt om het nogmaals te proberen, en met direct zichtbaar resultaat. Het zelfvertrouwen was gegroeid, de leerling heeft geleerd dat fouten maken mag en mislukken bij het leerproces hoort. En dat allemaal in een vrije les. ●



Contact

abeldej1@hotmail.com

Foto's

Nicky Onstenk en Anita Riemersma

Kernwoorden

vrije les, montessorischool

Methodiek atletiek voor school (VO) 4

Werpen

Dit artikel is een vervolg van de artikelenserie 'Werken met een methodiek, waarom zou je?' In de vorige artikelen LO magazine 2, 3, 5 en 6 (2021) kwam turnen aan bod. Daarna volgden er voorbeelden van atletiek (lopen; sprint en durvormen in magazine 8, estafette en hordenlopen in magazine 9 in (2021), en springen in magazine 1 (2022)). Nu volgt het laatste onderdeel in methodiek atletiek; werpen. | **Tekst** Guus Klein Lankhorst

Cijfers

Cijfers geven is een manier van extrinsieke motivatie, maar ik geloof dat extrinsieke motivatie kan overgaan in intrinsieke. Ik kies ervoor om van een bepaalde vaardigheid eerst de basis klassikaal uit te leggen en daarna in een volgende les, te werken in groepen. De lessenseries duren ongeveer 4-6 weken afhankelijk van de motivatie.

De techniekcijfers zitten zo in elkaar dat wanneer je je best doet, je altijd wel op een voldoende uitkomt. Bij de normtabellen zou je op een onvoldoende uit kunnen komen. Daarom wordt de helft van het cijfer bepaald door techniek en de andere helft door de prestatie afgeleid uit de tabel.

Speerwerpen op het veld

Aanloop en 3-pas met speer achter
a Werpen vanuit stand (frontaalworp) en aanloop met alternatieve materialen zoals: tennisbal, softbal, Vortex, werpstaf, Nockenbal, Foam oefenspeer, Shooter (Launcher), et cetera. Andere leerling geeft het voorwerp achter aan zodat je vanzelf je arm strekt.

b Standworp, speer in 'Penhoudersgreep' of 'Finse greep' (duim en wijsvinger achter de winding) en 45° omhoog, voeten zijn bij elkaar en staan dwars op de werprichting. Arm is gestrekt achter. Speer is dicht bij je gezicht ("close to the nose"). Afwerphoek is 45° ("werp over de bomen").

Kogel van 1 kg. voor de meisjes en 2 kg. voor de jongens.

	t/m klas 3	6	7	8	9	10
Balwerpen tennisbal	Jongen	25 m.	30 m.	35 m.	40 m.	45 m.
	Meisje	15 m.	20 m.	25 m.	30 m.	35 m.
Speerwerpen	Jongen	8 m.	12 m.	16 m.	20 m.	24 m.
	Meisje	4 m.	8 m.	12 m.	16 m.	20 m.
Kogelstoten	Jongen	7 m.	8 m.	9 m.	10 m.	11 m.
	Meisje	7 m.	8 m.	9 m.	10 m.	11 m.
Discuswerpen	Jongen	8 m.	12 m.	16 m.	20 m.	24 m.
	Meisje	4 m.	8 m.	12 m.	16 m.	20 m.

Kogel van 2 kg. voor de meisjes en 3 kg. voor de jongens.

	v.a klas 4	6	7	8	9	10
Speerwerpen	Jongen	12 m.	16 m.	20 m.	24 m.	28 m.
	Meisje	8 m.	12 m.	16 m.	20 m.	24 m.
Kogelstoten	Jongen	7 m.	8 m.	9 m.	10 m.	11 m.
	Meisje	7 m.	8 m.	9 m.	10 m.	11 m.
Discuswerpen	Jongen	12 m.	16 m.	20 m.	24 m.	28 m.
	Meisje	8 m.	12 m.	16 m.	20 m.	24 m.

c Met de speer achter enkele passen lopen en daarna slagworp. Door dwingende afstand van 3-4 meter ontstaat vanzelf de 3-pas. Begin met de voeten bij elkaar, eerst uitstappen, dan volgt een kruispas en dan weer uitstappen in het ritme: 'tam-ta-tam'. Arm moet tijdens de aanloop gestrekt blijven. Buigen op het moment van afworp en dan weer min of meer strekken. Je kunt ook gericht gaan werpen, zo dicht mogelijk bij een pylon, in een fietsband of in vakken, hoe verder hoe meer punten (3 kansen).

d Finse 5-pas, voeten staan naast elkaar en wijzen naar voren, speer boven het hoofd, breng de speer in de eerste twee passen naar achteren. De 5-pas moet versneld worden uitgevoerd, maak hierbij gebruik van de spanboogfase (indraaien, waardoor gebruik van schuine buikspieren). De romp is iets zijwaarts gebogen ('Wurfseitenfreiheit'). Daarna 7-pas.



Speerwerpen



Speerwerpen methodiek

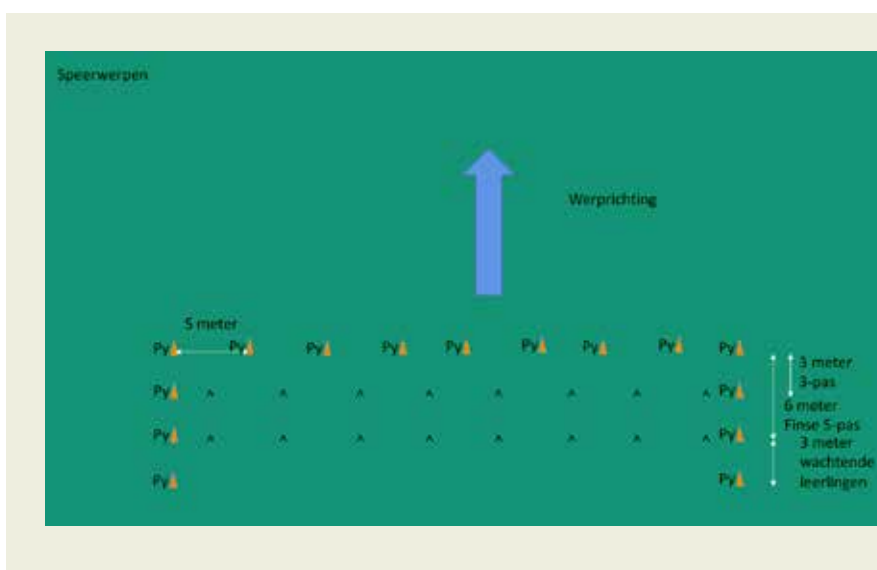


Organisatie

Speren dragen naar het veld toe, altijd verticaal en zo'n vijf tegelijk zodat ze er niet mee gaan spelen. De linkshandigen worden aan de linkerkant opgesteld. We werken op commando: "Klaar", "Werpen", "Halen" (nummer twee, zodat ze de speer niet aan elkaar hoeven over te geven of teruggooien, 'Indiaantje spelen'). Bij speer ophalen, laatste meters wandelen zodat ze bij nat veld niet uitglijden richting speer. Werp tegen de wind in ('lift'-voordeel).

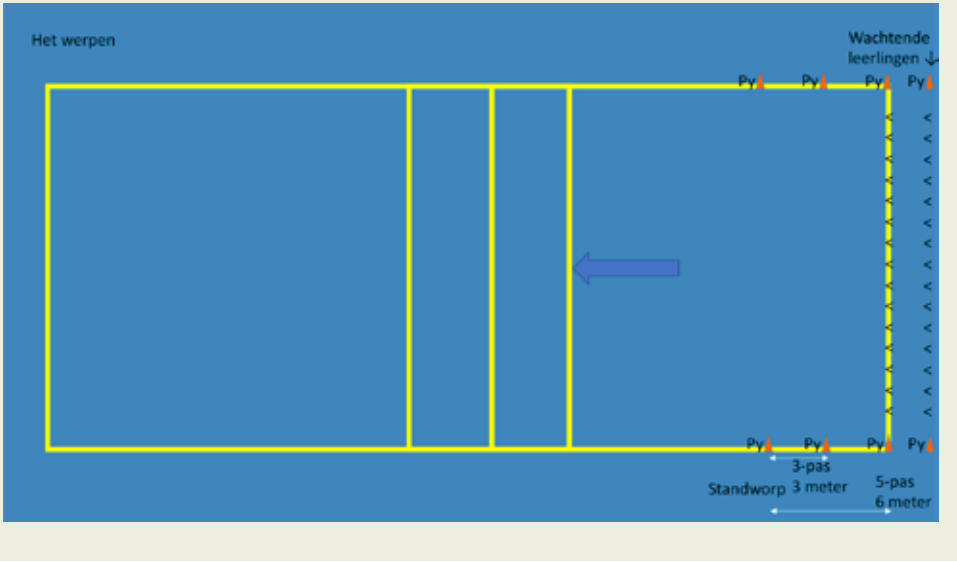
Totaal-deel-totaal

Wanneer leerlingen de punt van de speer niet in de grond krijgen,



kan worden teruggegrepen naar het 'prikken'. Dit is het laatste deel uit de totaalbeweging namelijk de

afworp. Bij prikken houd je de speer boven het hoofd. Nu werpen vanuit schredestand. Werp de speer met



kracht ongeveer zes meter vóór je in de grond. Het is een slagworp met naklapbeweging van de hand (pols).

Speerwerpen in de zaal

- a Doelgerichte strekworp (slagworp) met tennisballen (in een kastkop, 'darts' met krijt cirkels op de muur, op/in de basket, door een bewegende ring, op een grote rollende fitnessbal/medicinbal).
- b Standworp met indoorsperen, werp 'over het hoofd'.
- c 3-pas, houd tijdens de aanloop de arm steeds gestrekt achter, kijk de speer na.
- d 5-pas, links, recht, links, kruis, links, breng je hand langs je oor.

Kogelstoten op het veld

- a Instoten: met twee handen achterwaarts werpen vanuit tussen je knieën over je hoofd; en voorwaarts uitstoten met twee handen vanaf borsthoogte vanuit je knieën. Standstoot voorwaarts met één hand vanuit je nek.
- b Standstoot zijwaarts, voeten min of meer dwars op de stootrichting. Greep: kogel rust op de licht gespreide vingers, hand naar je toegedraaid ("drink de kogel op" of "klem de kogel als een vioolspeler"), kogel ligt bij het sleutelbeen (in je nek), bovenarm wijst schuin naar beneden. Uitgangshouding: romp voorovergebogen. Bij het uitstoten lichaam strekken, stootarm volledig

strekken en naklappen van de hand (handpalm naar buiten), stap om en blijf de kogel lang nakijken. Hakken komen los van de grond. Eventueel met uitvalspas en daarna rugwaartse standstoot.

- c 3-pas voorwaarts. Uitgangshouding: kogel in de hals (wordt vies), rechtop staan, 1. linker kleine pas (en vlak), 2. plaats de rechervoet onder een hoek van 90° met de stootrichting, schouder-as is nu parallel met de stootrichting en het lichaamsgewicht is op het gebogen rechterbeen, 3. stap met de linkervoet in 45° naar voren, draai en stoot.
- d Woostertechniek (3-pas achterwaarts), rechtop staan, voeten naast elkaar (licht gespreid), linkerarm wijst

teggengesteld aan de werprichting, elleboog is hoog, inbuigen en gelijktijdig met het linkerbeen uitstappen (links, rechts, links).

e O'Brien-techniek (rugwaartse aanglijstechniek), rug in de stootrichting, lichaamsgewicht op rechts, lichaam licht gebogen in knie en heup, linker-voet voor evenwicht aan de grond, linkerarm wijst van de stootrichting af, bij de inzet het linkerbeen gebogen terughalen en daarna fel naar achteren 'trappen' als gevolg hiervan ontstaat de 'sleep'. Maak een 'aanglij', trek de rechervoet snel onder het lichaam 45°. Plaats de linkervoet bijna gelijktijdig met de rechter ('rechts-links') en stoot fel uit, 45° omhoog.

Kogelstoten

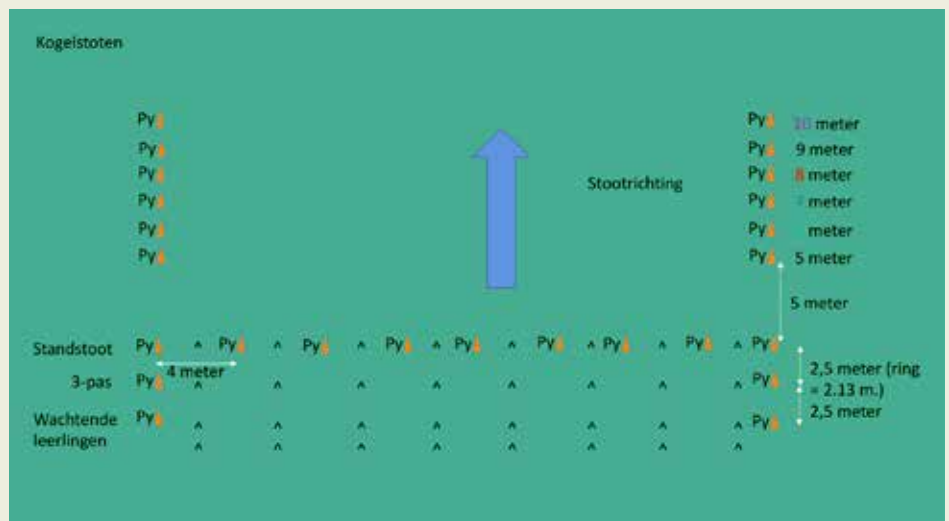


Organisatie

Commando's: "Klaar", "Stoten", "Halen" (nr. 1 stoot, nr. 2 haalt). Linkshandigen staan links.

Kogelstoten in de zaal

a Standstoot over iets (hooggespannen elastisch koord) met indoorkogels of medicinballen (2-3 kg.), "Strek je van top tot teen" (maak je zo lang mogelijk), stoot vanuit de benen (sterke spieren).





b Standstoot vanuit een lichte schredestand en licht gebogen knieën. De borst wijst in de stootrichting, vingers wijzen naar binnen en

de elleboog naar buiten en hoog (schouderhoogte). "Inbuigen en stoot", stootarm achter de kogel, vingers klappen naar buiten.

c Idem maar nu wijst de linkerschouder in de stootrichting.

d Stoten vanuit een 3-pas voorwaarts. Uitgangshouding: je staat frontaal, voeten naast elkaar; links, rechts (indraaien, lichaamsgewicht op rechts brengen), links en stoten.

Organisatie

De leerlingen stoten na elkaar. Vanwege de veiligheid is het beter dat bij de 3-pas alle leerlingen aan één kant staan want het is mogelijk dat leerlingen verder stoten dan de banen. In dat geval staan de wachtende leerlingen ook aan beide zijanten.

Discuswerpen

a Standworp slingerworp met alternatieve materialen zoals fietsband (gericht om een pylon), discus met handvat, frisbee, 1-meterstokken.

b Standworp met discus, voeten op ongeveer schouderbreedte dwars op de werprichting (zijwaartse spreidstand), discus rust op de tweede vingerkootjes, vingers zijn gespreid, bovenkant ligt tegen de onderarm. Discus voor op schouderhoogte (linkerhand ondersteunt de discus). Vanuit de uitgangshouding discus naar achteren zwaaien en werpen, arm is gestrekt. Laat discus los ongeveer aan de linkerzijde van het lichaam (voorbij de as van je lichaam). De discus verlaat de hand via de wijsvinger!

c Standworp, werpen na enkele keren pendelen (discus zwaait loodrecht op de werprichting langs de heup, ongeveer 130°) en discus uitwerpen. Duim in de werprichting. Eerst de heup naar voren dan pas de arm. Let op dat de discus niet te vroeg de hand verlaat (gevaarlijk).

d 3-pas voorwaarts. Uitgangshouding: front in de werprichting, discus voor op schouderhoogte, de linkerhand ondersteunt de discus, discus is verticaal, discus langs de heup naar achteren zwaaien. Als de discus achter is, wordt met het linkerbeen naar voren uitgestapt en dan volgt de 3-pas en de worp.





Het werpen met hele draai, $1\frac{1}{4}$ draai of $1\frac{1}{2}$ draai vinden we te gevaarlijk voor het onderwijs.

Discuswerpen



Organisatie

Commando's: "Klaar", "Werpen" en "Halen" (nr. 1 stoot, nr. 2 haalt). Linkshandigen staan links. Gooi tegen de wind in, in verband met liftwerking.

Totaal, deel, totaal

Wanneer leerlingen de discus nog via de pink uitwerpen, kan worden teruggeregpen naar het 'bowlen'. We richten ons dan op een deel van de totaalbeweging; de afworp. Schredestand, front in de werpriching, discus van voor naar achter zwaaien (langs de heup) en wegrollen. Leg de discus midden op de hand, alleen de vingerkootjes bevinden zich aan de zijkant, behalve het vingerkootje van de duim. Rol de discus over je wijsvinger weg. Kan ook schuin omhoog over de wijsvinger, werparm blijft gestrekt.

Hiermee zijn we aan het einde gekomen van een artikelen serie over methodiek atletiek. Het meten van prestaties in tijd en afstand hoort bij atletiek. Het kan leerlingen stimuleren. Vooral als de nadruk ligt op de verbetering van de eigen prestatie en door aandacht voor de technische uitvoering. De verbeteringen zijn in de artikelen in methodische vervolgstapjes (aangegeven in kleuren) uitgewerkt. ●



Contact

guuskleinlankhorst@gmail.com

Bronnen

op te vragen bij redactie

Foto's

Anita Riemersma en Hans Dijkhoff

Kernwoorden

methodiek atletiek, speerwerpen, kogelstoten, discuswerpen

Master Sport- en Bewegingsonderwijs: Verander je LO-omgeving



'Mijn vak
ontwikkelt zich,
ik ontwikkel
mee.'

Emma

Fontys Pro

De Master Sport- en Bewegingsonderwijs richt zich op leraren Lichamelijke Opvoeding en vakleerkrachten Bewegingsonderwijs die klaar zijn voor de volgende stap. Wil jij je ontwikkelen en gefundeerde invloed uitoefenen op het vak LO op jouw school? Wil jij in staat zijn om in jouw vakgebied echte verandering in te zetten en LO naar een hoger niveau te brengen?

De master legt het accent op het beïnvloeden van gedrag, het verbinden van school, sport en omgeving, en curriculumvernieuwing binnen de Lichamelijke Opvoeding. Dit alles wordt evidence based onderbouwd aan de hand van kritische onderzoeksvaardigheden, waarin we je bekwaam maken. Hiermee stellen we je in staat om goed onderbouwd praktijkveranderingen door te kunnen voeren binnen het vakgebied van Lichamelijke Opvoeding.

Fontys Sporthogeschool biedt deze succesvolle **NVAO** geaccrediteerde opleiding in deeltijd aan en deze start jaarlijks in september. De opleiding wordt aangeboden op vrijdagen en omvat twee jaar.

Financieel

De opleiding heeft inmiddels een **bekostigde status** en daarmee betalen studenten het wettelijk collegegeld. Daarnaast kunnen deelnemers uit het onderwijs gebruik maken van de **Lerarenbeurs voor (co)financiering**.

Online Voorlichting

Gezien de ontwikkelingen als gevolg van het Coronavirus lijkt het soms moeilijk om je te oriënteren op een studie. Niet bij Fontys. We hebben dat zo makkelijk mogelijk gemaakt door de Online Voorlichtingssites in het leven te roepen. Daar delen huidige studenten hun ervaringen en drijfveren, docenten zijn beschikbaar om je vragen te beantwoorden en de FAQ-lijst helpt je een heel eind op weg.

Geïnteresseerd?

Ga voor meer informatie of voor het abonneren op de master-nieuwsbrief naar fontys.nl/mastersportenbewegingsonderwijs. Daar vind je ook de directe link naar de online **voorlichtingsbijeenkomsten van woensdag 30 maart en vrijdag 22 april**.



> FOR SOCIETY

Toolbox voor inclusief bewegingsonderwijs in het PO

Er zijn steeds meer kinderen op de basisschool met een fysieke en/of sensorische beperking, gedragsproblemen, overgewicht of een motorische achterstand. De diversiteit in de gymzaal is toegenomen, ook door de Wet op passend onderwijs. Het is van vitaal belang dat leerkrachten en kinderen individuele verschillen erkennen en begrijpen. Een online toolbox met acht modules helpt iedereen die inclusief bewegingsonderwijs verder vorm wil geven met praktische tips en handvatten. | Tekst Hans van Ekdorn

DIPPE-project

De toolbox is een van de resultaten van het DIPPE-project. DIPPE staat voor *Disentangling Inclusion in Primary Physical Education*. Het is een Europees project dat de mogelijkheden om (vak) leerkrachten te ondersteunen bij inclusief bewegingsonderwijs onderzoekt en

ontwikkelt voor de praktijk van het lesgeven. Docenten van de HALO zijn betrokken bij het project en het is ondergebracht bij het lectoraat Gezonde Leefstijl in een Stimulerende Omgeving (GLSO).

In het onderzoek wordt inclusie begrepen als een gevoel van

saamhorigheid, wat inhoudt dat je je gerespecteerd en gewaardeerd voelt door wie je bent, en dat je betrokkenheid van anderen voelt. Dit betekent dat diversiteit gewaardeerd en bevorderd wordt binnen de klas. In overstemming met Overton, Wrench en Garrett (2017) wordt de noodzaak benadrukt om een kritisch begrip van inclusie te ontwikkelen – het gaat niet alleen om het herkennen van verschillen, maar ook om het voorzien in verschillen door middel van aanpassingen en wijzigingen in het curriculum en de pedagogiek.

Het proces van waarderen van diversiteit en respecteren van de individuele verschillen die in elke school aanwezig zijn, is een voortdurende zoektocht naar betere manieren om te reageren op- en te leren van diversiteit. Dit proces omvat het identificeren en wegnemen van belemmeringen voor deelname door creatieve oplossingen om het bereiken van de gewenste leerresultaten in het bewegingsonderwijs voor iedereen mogelijk te maken. Het waarderen van diversiteit vereist het ontwikkelen van manieren om iedereen in de klas volledig te betrekken en te laten profiteren, ongeacht de extra behoeften van de kinderen. Er is geen 'one size fits all'-oplossing, maar er zijn algemene principes die in veel contexten kunnen worden toegepast.

Algemene principes

Ten eerste, om de prestatie van elk kind te bevorderen, kan worden gestart met een volledig en nauwkeurig begrip van de vaardigheden, bekwaamheden en behoeften van alle leerlingen. Dit stelt de leerkracht



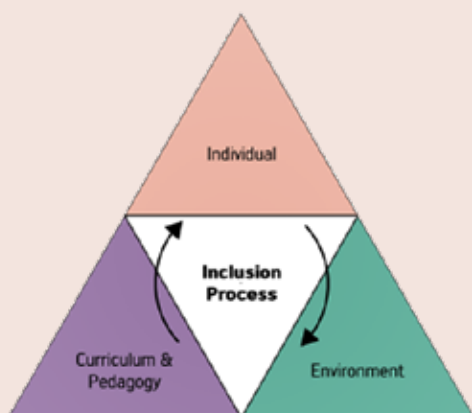
in staat om de juiste doelen en ondersteuning binnen de gymzaal te identificeren. Dit kan worden gedaan met de steun van een multidisciplinair team. Het kind zelf, de ouders, betrokken zorgverleners zoals bijvoorbeeld fysiotherapeuten, de vakleerkracht en de groepsleerkracht kunnen elkaar voorzien van relevante informatie van waaruit een aanpak binnen het bewegingsonderwijs opgesteld kan worden.

Ten tweede kan het huidige curriculum volledig en nauwkeurig worden geëvalueerd en worden aangepast om manieren te vinden om aan de behoeften en mogelijkheden van elk kind te voldoen, zowel voor degenen met als zonder extra behoeften. Dit stelt elk kind in staat om zich te ontwikkelen binnen het bewegingsonderwijs.

Bij het nadenken over en het vormgeven van inclusief bewegingsonderwijs is er dus altijd sprake van een wisselwerking tussen drie belangrijke componenten van het onderwijs (figuur 1):

- 1 het individu (de leerling met zijn/haar kenmerken, mogelijkheden en wensen);
- 2 de context (de fysieke omgeving, maar ook het kader waarbinnen het sporten en bewegen plaatsvindt);
- 3 het curriculum en de pedagogisch-didactische werkwijze.

Figuur 1 Drie componenten voor inclusief bewegingsonderwijs



Symposium 'Inclusief Bewegingsonderwijs in het PO'

In het najaar van 2021 organiseerde de HALO op de Sportcampus Zuiderpark in Den Haag een symposium over het DIPPE project voor Nederlandse (vak)

leerkrachten, ALO-docenten en ALO-, PABO- of sportkunde studenten.

Tijdens het symposium werd het begrip "inclusiviteit" nader toegelicht vanuit de zogenaamde UDL-principes: 'Universal Design of Learning'



Het proces van waarderen van diversiteit, is een voortdurende zoektocht

Meerdere manieren van deelname

- Het **waarom** van leren
- **Betrokkenheid:** Bied verschillende mogelijke bewegingsactiviteiten aan die de **motivatie van kinderen om te leren te vergroten**

Meerdere manieren van representatie

- Het **wat** van het leren
- **Presenteer en geef instructie over de inhoud op verschillende manieren**

Meerdere manieren van actie en expressie

- Het **hoe** van leren
- **Variëren in de manieren waarop kinderen worden aangemoedigd om te reageren** en te laten zien dat zij vaardigheden en concepten hebben geleerd

De drie principes van 'Universal Design for Learning' (Lieberman & Greiner, 2019).

Universal Design for Learning



Na de theoretische inleiding hebben alle deelnemers praktijkworkshops gevolgd. Er was keuze uit twee van de drie onderstaande modules:

- Sensorisch (Zien) o.l.v. Coen Speelman vanuit de organisatie Visio in Haren;
- Sociaal-Emotioneel o.l.v. Erik Boot met zijn Zportivo methode;
- Fysieke mogelijkheden o.l.v. PABO-docent Pam Straathof, Sander Jochems en Laura Bemelman vanuit het Mytyl onderwijs.

Hoewel de beschikbare tijd beperkt was hebben alle deelnemers mooie voorbeelden gezien en zelf ervaren hoe de les in te richten zodat er voor alle kinderen mogelijkheden zijn om mee te kunnen doen en beweegplezier te beleven.

Online toolbox

Op basis van de bevindingen uit de eerder afgenomen vragenlijsten (onder vakleerkrachten en groepsleerkrachten), onderzoek, wetenschappelijke literatuur en bestudering van beleidsdocumenten, handboeken en lesmethodieken en -materiaal uit de

verschillende landen, is besloten acht thematische modules te ontwikkelen ter ondersteuning van inclusief bewegingsonderwijs. De eerste module is meer algemeen van aard en biedt een theoretisch kader voor een beter begrip van inclusief onderwijs en het plannen en organiseren daarvan in de praktijk. De overige zeven modules richten zich op een specifieke aanvullende behoefte:

- 1 Inclusief bewegingsonderwijs: wat en hoe?
- 2 Motorisch
- 3 Fysiek
- 4 Sociaal-emotioneel
- 5 Chronische aandoeningen
- 6 Sensorisch (zien en horen)
- 7 Verbale- en non verbale communicatie
- 8 Aandacht en concentratie

Deze modules zijn vanaf heden in een (gratis) online toolbox beschikbaar, zie www.dippe.lu

Online toolbox



In de diverse modules wordt specifiek aandacht gegeven aan:

- het helpen nadenken over de context en de uitgangspunten van het eigen onderwijs alvorens te kijken naar de specifieke uitdaging;

- het overbruggen van de kloof tussen theorie en praktijk;
- leerkrachten stimuleren een breed aanbod aan bewegingsactiviteiten aan te bieden, aangepast aan het niveau en de behoefte van de individuele leerling, zodat kinderen een activiteit als plezierig gaan ervaren, ervan leren en gemotiveerd worden een leven lang met plezier te blijven bewegen;
- modellen van inclusieve onderwijsstrategieën;
- ontwikkeling van onderwijsplannen in verband met extra behoeften van het kind;
- het verstrekken van visuele hulpmiddelen en overige nuttige bronnen;
- het verstrekken van video's van 'good practices'. ●



Bronnen

Scan de QR-code naar de bronnen



Contact

j.w.vanekdom@hhs.nl

Hans van Ekdom is hogeschooldocent aan de Haagse Hogeschool (HALO)

Kernwoorden

toolbox, diversiteit, inclusief, passend onderwijs

Hoe cultureel divers is de Amsterdamse ALO?

Laat ik meteen maar met de deur in huis vallen: niet zo divers. Zelf ben ik al jaren verbaasd hoe 'wit' de ALO Amsterdam is. Als ALO-docent verbaast het me dat een hbo-opleiding in Amsterdam-West zo weinig culturele diversiteit bezit. Jaar in jaar uit verlaten veel studenten met een bi-culturele achtergrond de ALO, na een niet behaalde propedeuse. De cultureel diverse instroom is beperkt en ook de doorstroom blijft achter. | Tekst Sandy Spil

Inleiding

Op de ALO Amsterdam had zes procent van de studenten in 2018 ouders met een niet-westerse migratieachtergrond (hierna: NWM-achtergrond). Op dit moment zijn de cijfers hoger. En op dit moment heeft zeventien procent van de ALO-studenten een NWM-achtergrond. Ter vergelijking: 30 procent van de pabo-studenten heeft een NWM-achtergrond. Wat ook interessant is om te weten is dat op de ALO 70 procent van de studenten man is en op de pabo maar vijftien procent (maar dat is een ander diversiteitsvraagstuk). Onder de ALO-docenten heeft vijf procent een halve NWM-achtergrond. Dit zijn dan docenten met Molukse of 'Indische' wortels.

In de gehele discussie rondom culturele diversiteit speelt constant een aantal zaken door elkaar heen. Er zijn meningen zoals; 'Hoe bezwaarlijk is dat?' of 'Moet je daar iets aan doen?' en feiten. Een feit is dat er sprake is van een geringe culturele diversiteit op de ALO ten opzichte van de rest van de HvA-studentenpopulatie. Het is gering ten opzichte van de superdiversiteit in de stad en gering als je kijkt naar het werkgebied op de scholen in de stad. De vraag die gesteld kan worden: Is dat bezwaarlijk?

Noodzaak?

De ALO wil, net als de HvA, als instituut graag een grotere rol spelen

in de grootstedelijke context. De ALO-Amsterdam heeft een aantal speerpunten in zijn beleid en visie opgenomen. Studenten dienen te worden opgeleid in het kader van een grootstedelijke context als beweegdeskundige. Daarnaast heeft de HvA als beleid drie speerpunten: diversiteit, duurzaamheid en digitalisering.

Er is in delen van Amsterdam sprake van bewegingsarmoede. Dit is te zien bij de jeugd van 4-18 jaar en ook bij de volwassenen. Dit speelt vooral in drie delen van de stad. Nieuw-West, Noord en Zuidoost. Ik beperk me voor het gemak even tot de jeugd. In deze drie stadsdelen is vooral de bewegingsarmoede van kinderen met een migratie-achtergrond opvallend te noemen. De participatiegraad in sport en bewegen blijft achter. De gymleraar is de enige bewegingsdeskundige die al deze kinderen voorbij ziet komen, bewegingsachterstanden kan signaleren en deze eventueel kan corrigeren. Kinderen hebben vaak rolmodellen nodig om tot bewegen te komen. De ALO Amsterdam levert nauwelijks rolmodellen af voor het werkveld in Groot-Amsterdam. Wat is eigenlijk de reden dat dit zo is?

Geringe instroom: lage status

De eerste reden is dat veel leerlingen met een bi-culturele achtergrond die een havo- of vwo-opleiding doen niet gestimuleerd worden om een hoger onderwijs-opleiding op de ALO te

gaan volgen. Het heeft in veel gezinnen met een NWM-achtergrond te weinig status om in het bewegingsonderwijs te gaan werken. Sport is voor de vrije tijd en hobby. Een opleiding richting economie, rechten of medicijnen heeft de voorkeur. Het begint dus met een imago-probleem. Het idee dat er te weinig mee verdiend kan worden is ook hardnekkig. De instroom vanuit de 'snelle' route van de middelbare school is dus gering.

Geringe doorstroom: meerdere factoren

Veel leerlingen met een bi-culturele achtergrond worden ook in Amsterdam veelal gedetermineerd naar het vmbo-onderwijs. Van daaruit kiezen gelukkig wel veel studenten voor de mbo-opleiding ROC-sport. Een aantal van hun uit niveau 4 wil daarna door naar de ALO om een hbo-diploma te halen. Als er al sprake is van studenten met een NWM-achtergrond op de ALO dan zijn het deze doorstroomstudenten vanuit het mbo. Eenmaal aangekomen in het eerste jaar van de ALO blijkt op het einde van de propedeuse het uitvalpercentage van deze bi-culturele studenten wederom het hoogst. Wat zijn daarvan de redenen?

Veel studenten uit het mbo vinden de overgang naar het hbo moeizaam. Het meeste onderwijs is nog steeds qua niveau en manier van werken ingericht op de gemiddelde student van de havo. Er vallen veel mbo-studenten af. Veel studenten met een NWM-achtergrond hebben ouders met een laag opleidingsniveau. Bij de studenten met een bi-culturele achtergrond speelt daarbij vaak nog een taal- en culturele achterstand mee. Er is veelal sprake van grotere gezinnen en een grotere mantelzorgrol van veel allochtone studenten. Deze studenten hebben vaak meerdere baantjes

zodat ze mee kunnen betalen aan zowel de studie als het huishouden. Uiteraard spelen deze zaken bij meer studenten uit gezinnen met een lagere sociale status, maar het gaat om de optelsom van factoren.

Cultureel gezien is ook hulp vragen en zoeken bij een studiebegeleider een ander verhaal. Gemiddeld gezien vragen de genoemde studenten, ook als ze in de problemen zitten, minder hulp bij een begeleider. Problemen los je zelf op en de vuile was hang je niet buiten. Het schaamte-aspect speelt hier ook een rol. Vaak komt het pas echt aan de orde als het al te laat is en een Bindend Studieadvies om te stoppen gegeven is. Welke begeleider spreekt ze hierop aan? Welke begeleider heeft de gevoeligheid om dit snel te doorgronden? Bij welke docent of studiebegeleider kloppen ze aan? Kan een opleidingsdocent met dezelfde achtergrond misschien als rolmodel dienen?



Het wordt anno 2022 wel tijd voor een doortimmerd plan

Veel studenten geven ook aan zich niet zo thuis te voelen in de bijna volledig 'witte' omgeving. De sociale codes op de ALO, de vrije (lichamelijke) omgang tussen meiden en jongens, de (drank) cultuur in de soos, de feesten en de introductie spelen allen een rol in het meer of minder 'thuis' voelen. Veel studenten missen hierbij sociaal gezien de aansluiting met de dominante groep. Soms worden er ook opmerkingen en grappen gemaakt die niet kwetsend zijn bedoeld, maar wel zo binnen komen. Veel klasgenoten komen niet uit Amsterdam en missen soms een bepaalde *interculturele sensitiviteit*. Dit houdt in dat je naar een cultuur kunt

kijken zowel vanuit je eigen referentiekader als vanuit het referentiekader van de ander. Je kunt je in gedachten verplaatsen én je kunt je gedrag aanpassen, zonder je identiteit te verliezen. In het meer landelijke gedeelte van Noord-Holland, waar veel studenten van de ALO vandaan komen, is het opgroeien met deze specifieke interculturele sensitiviteit niet vanzelfsprekend. Veel studenten met een migratieachtergrond haken dus al af in- of aan het einde van de propedeuse. Hetzij vrijwillig door motivatieproblemen, hetzij door te weinig studiepunten.

Weinig docent rolmodellen op de ALO

Er zijn bijna geen docenten met een migratieachtergrond op de ALO. Hoe komt dit? Het eerste antwoord is eenvoudig. Als er weinig docenten met een migratieachtergrond zijn opgeleid dan is de vijver om uit te vissen klein. Maar ze zijn er wel.

Er is binnen het hbo-onderwijs echter de eis dat (toekomstige) docenten een master moeten hebben om les te mogen geven. De meeste studenten met een migratieachtergrond hebben een lange weg afgelegd via vmbo-mbo-hbo en zijn gemiddeld ouder dan de meeste 'witte' studenten. Tel daarbij op dat de gemiddelde bi-culturele student eerder trouwt dan de gemiddelde witte student. Dit gebeurt vaak snel na de ALO en dit kost vaak behoorlijk veel geld. Alle afgestudeerde bi-culturele studenten die ik ken zijn geen master gaan doen na de ALO maar zijn direct (eindelijk!) gaan werken in het vakgebied. Zij functioneren stuk voor stuk in een zeer belangrijke rol op hun school als rolmodel, bewegingsstimulator, mentor voor hun scholieren met diezelfde migratieachtergrond, die in Amsterdam of andere grootstedelijke omgeving ruimschoots aanwezig zijn. Maar uitgenodigd worden op de ALO of reageren op de sollicitatie lijkt bij voorbaat kansloos vanwege de master-eis. Deze drempel moet niet onderschat worden.

Thema 'diversiteit' in het curriculum

Er zou natuurlijk aandacht kunnen zijn binnen het curriculum op de ALO

over het thema culturele diversiteit. Dat is er niet of nauwelijks. In alle modules binnen het onderwijsprogramma wordt er slechts fragmentarisch of geen aandacht gegeven aan dit specifieke thema. De studenten worden niet of nauwelijks geleerd om te weten wat het is om intercultureel sensitief te zijn. Toch is dit een belangrijke competentie voor toekomstige LO-docenten. Zowel in de grootstedelijke context als daarbuiten kan dit erg van pas komen. De kennis en kunde die er is bij hun bi-culturele klasgenoten (de weinige die er zijn) wordt op dit moment niet benut.



Tot slot

Het is duidelijk dat er werk aan de winkel is voor de ALO Amsterdam. De redenen waarom het thema nog niet van de grond kwam zijn legio. Curriculumherziening (met te weinig aandacht voor culturele diversiteit, misschien mede door de witte docent-populatie), organisatieverandering en managementwisselingen hebben niet de rust gebracht in de organisatie om zich bezig te houden met het nodige thema van de 'diversiteit'. Daarbovenop kwam de hele coronacrisis die roet in het eten gooide. Waarschijnlijk zijn dit de factoren geweest die ervoor zorgden dat het thema onderbelicht werd.

Het wordt anno 2022 wel tijd voor een doortimmerd plan waar nu werk van gemaakt moet worden. Eenvoudige ingrepen en snelle oplossingen zijn niet voorhanden. Een open discussie en een goed gesprek zijn een begin. Het zal soms schuren en het zal niet direct 'af' zijn (alsof dit soort thema's ooit 'af' kunnen zijn).

Ik heb er alle vertrouwen in dat het de ALO Amsterdam gaat lukken om deze transitie te maken. Er lopen zeer betrokken en deskundige opleiders rond die dit gaan waarmaken. Duidelijk mag zijn dat we niet langer mogen wachten. Aan de slag! ●



Bron

Spil, S.J.P. (2018). *Stilstand of achteruitgang in etnische diversiteit op de HvA-ALO Amsterdam*. Rotterdam, Nederland: Hogeschool van Rotterdam.

Contact

s.j.p.spil@hva.nl

Sandy Spil MA is opleidingsdocent en begeleidingskundige HvA-ALO Amsterdam Dit artikel is gebaseerd op de afstudeerthesis *Stilstand of achteruitgang in etnische diversiteit op de HvA-ALO Amsterdam* (Spil, 2018) in het kader van de masteropleiding Begeleidingskunde op de Hogeschool Rotterdam

Foto's

Beeldbank ALO Amsterdam

Kernwoorden

diversiteit, rolmodellen, studenteninstroom, doorstroom, curriculum



Seksuele integriteit raakt iedereen

Integer omgaan met kleding, aanraken en kleedkamersituaties

Integere omgangsvormen zijn niet vanzelfsprekend, wat weer pijnlijk duidelijk werd door de onthullingen over seksueel grensoverschrijdend gedrag bij The Voice of Holland en de vele meldingen bij slachtofferorganisaties die daarop volgden. Seksuele integriteit is het bewust, respectvol en verantwoordelijk omgaan met de eigen seksualiteit en die van de ander met het doel bij te dragen aan plezier, ontwikkeling, weerbaarheid en veiligheid van (jonge) mensen (Van der Steeg e.a., 2020). De school is bij uitstek een plek om seksuele integriteit te leren. Hoe kunnen LO-docenten hiermee aan de slag? De ontwikkelgroep seksuele integriteit wil bijdragen aan professionalisering rond dit thema door een reeks artikelen. Dit eerste artikel gaat over kleding, aanraken en kleedkamerveiligheid.

| **Tekst** Esther van der Steeg

Inleiding

Uit onderzoek blijkt dat leerlingen zich in de LO-omgeving, meer dan elders op school, kwetsbaar en *exposed* voelen (Redelius & Larsson, 2010; Pizmony-Levy, 2018). Dagelijkse stressoren op school hebben een grote impact op het welzijn en de schoolprestaties van leerlingen (Røset, 2019; Tudor e.a., 2019). Het uiterlijk, lichaamsvormen en (in)competentie zijn meer zichtbaar en voelbaar tijdens LO dan bij andere vakken. Leerlingen noemen sportkleding, aanraken en kleedkamersituaties als aanleiding voor stress, doordat deze gevoelens van schaamte, intimidatie en onveiligheid kunnen geven (O'Connor & Graber, 2014). De centrale vraag is wat LO-docenten kunnen doen om deze stressoren te verkleinen, omwille van de sociale veiligheid en het plezier van leerlingen.

Kleding

Op veel scholen gelden er kledingvoorschriften voor de LO-lessen. De strekking van wat in veel voorschriften staat is dat leerlingen sportkleding moeten dragen die niet 'aanstootgevend' is of die geen 'ongepaste opmerkingen zouden kunnen uitlokken'. Sommige scholen zijn overgegaan tot een verplicht sporttenu, een ultieme poging om bepaalde kleding, zoals naveltruitjes en spaghettibandjes, te elimineren. Scholen willen door dergelijke voorschriften grensoverschrijdend gedrag voorkómen, maar is dit wel de manier?

Volgens leerlingen niet. Leerlingen in het hele land kwamen in opstand tegen kledingvoorschriften op scholen (NOS Stories, 2021). Uit gesprekken met honderden jongeren kwam naar voren dat de kledingvoorschriften in het hele land gelden, op alle soorten



scholen. De leerlingen vinden dat de kledingvoorschriften meiden benadelen doordat lichamen worden geseksualiseerd en dat de voorschriften *victim blaming* in de hand werken.

De kern van *victim blaming* is de verantwoordelijkheid van grensoverschrijdend gedrag bij de verkeerde persoon leggen. Ook tegen de verplichte sporttenu's was protest, omdat leerlingen deze kleding te veel of juist te weinig bedekkend vonden. Hierdoor ontstonden gevoelens van ongemak of onveiligheid (Elliott & Hoyle, 2014; NOS Stories, 2021). Tenslotte menen de leerlingen dat scholen te weinig doen tegen het wérkelijke probleem: het aanpakken van leerlingen en personeel die zich schuldig maken aan seksueel grensoverschrijdend gedrag.

Aanraken

Aanraken is onlosmakelijk verbonden met bewegingsonderwijs. LO-docenten hanteren grofweg drie soorten aanraking: beschermende, technische en zorgzame aanraking, met het doel leerlingen respectievelijk te beschermen tegen letsel, beter te leren bewegen en te motiveren (Andersson e.a., 2018). Helaas wordt een aanraking door leerlingen regelmatig ervaren als vervelend, misplaatst, intimiderend of grensoverschrijdend en vormt dus een duidelijke stressor voor hen (O'Connor & Graber, 2014).

Ongeacht de intentie kan een aanraking door de leerling negatief ervaren worden. Het omgaan met dergelijke pedagogische dilemma's is een wezenlijk aspect van het werk als LO-docent en het reflecteren op aanraken van leerlingen (of, hoe en wanneer) is daar een belangrijk onderdeel van (Andersson e.a., 2018). De reflectie



hierover staat niet stil en wordt beïnvloed door maatschappelijke bewegingen. Door meer kennis en bewustzijn over geweld tegen en bescherming van kinderen en jongeren, zowel maatschappijbreed als specifiek in de sportomgeving, zijn LO-docenten

voorzichtiger geworden en heeft het *no-touch* beleid terrein gewonnen (Andersson e.a., 2018).

We zien dit *no-touch* beleid terug in een veel toegepaste genderspecifieke aanpak in de LO-omgeving. Mannelijke LO-docenten laten het fysieke contact met meiden in de les regelmatig aan hun vrouwelijke collega's over, waar vrouwelijke LO-docenten zowel meiden als jongens kunnen aanraken. De vraag is of deze aanpak de veiligheid vergroot of dat het een schijnveiligheid biedt (want: kunnen vrouwelijke LO-docenten niet over grenzen van jongeren gaan?)



Leer leerlingen het verschil tussen *snitchen* en melden

én of hiermee het wantrouwen jegens mannelijke LO-docenten niet juist wordt geïnitieerd of versterkt. Kortom, we willen stilstaan bij aanraken in de LO-omgeving als expliciet genoemde stressor bij leerlingen in de LO-omgeving en het genderspecifieke *no-touch* beleid.

Kleedkamersituaties

Uit onderzoek blijkt dat leerlingen uiteenlopende ervaringen hebben als het gaat om kleedkamers; sommigen ervaren de kleedkamer als de leukste plek van school waar ze vriendschappen verdiepen, genieten van kletsen, zingen, dansen en dollen zonder toezicht van volwassenen. Voor anderen is de kleedkamer een plek waar ze een hekel aan hebben, die onveilig voelt en die ze zo mogelijk mijden (Pizmony-Levi,

2018; Johansen e.a., 2017). Dit wordt vaak gelinkt aan het geringe zelfvertrouwen en negatieve zelfbeeld in de puberteit waarbij de leerling zich ongemakkelijk voelt bij de veranderingen van het lichaam (Johansen e.a., 2017).

Zelfs leerlingen die veel zelfvertrouwen en een positief zelfbeeld hebben, kunnen ook (acute) situationele schaamte, ongemak of verlegenheid ervaren in de kleedkamer. De kleedkamer zet een vergrootglas op verschillen tussen leerlingen en hardnekkige normen rond gender, seksuele oriëntatie en schoonheidsidealen die fungeren als meetlat. "Ik denk dat ik bang ben om veroordeeld te worden om hoe ik eruit zie", zegt een leerling. Ook uit recent onderzoek wordt duidelijk hoe onhandige opmerkingen van leerlingen of

personeel tegen transleerlingen of non-binaire leerlingen, zoals de vele variaties op "jij hoort hier niet" in de kleedkamers of de toiletten, bijdragen aan onveiligheid (Kiekens e.a., 2021).

Aanbevelingen

Om de genoemde stressoren te verkleinen en de LO-omgeving sociaal veiliger te maken voor leerlingen, roepen we LO-docenten op tot de volgende acties:

Hou bestaande kledingvoorschriften tegen het licht

Roepen ze op tot minder bloot? Realiseer je dan dat hiermee lichamen van leerlingen worden geseksualiseerd en dat dit *victim blaming* in de hand werkt. Met dergelijke voorschriften maak je jongeren (en vooral meiden) juist kwetsbaar, niet weerbaar. 'Sportkleding' als voorschrift volstaat. Leerlingen voelen zich veilig als docenten uitdragen: 'Je moet kunnen dragen wat je wilt, en anderen moeten daar met respect mee omgaan' (NOS Stories, 2021). Hoe je seksuele intimidatie effectief kunt tegengaan, kun je lezen in onze volgende artikelen en op de website van School & Veiligheid.

www.schoolveiligheid.nl



Integer aanraken: een taak voor elke LO-docent

Wij menen dat het maken van onderscheid in gender van docenten bij het aanraken van leerlingen een schijnveiligheid biedt en bovendien mannelijke LO-docenten bij voorbaat verdacht maakt. Wat kun je wel doen? Hanteer bij het aanraken van leerlingen de volgende aandachtspunten: 1 Kondig aan wat je gaat doen. 2. Ga na of de leerling zich comfortabel voelt. 3 Niet in het geheim of uit het zicht van anderen. 4 Bij twijfel, vraag toestemming (Vandevivere e.a., 2013). 5 Reflecteer regelmatig op aanraken (of, hoe en wanneer), zowel met collega's onderling als met leerlingen. Zo



Integer aanraken is een (ontwikkel)taak voor iedereen, LO-docenten én leerlingen





LO-docenten zijn voorzichtiger geworden en het *no-touch* beleid heeft terrein gewonnen

geef je taal aan dilemma's, wensen en grenzen bij aanraking, waardoor men hierover leert communiceren. Deze gesprekken dragen bij aan een respectvolle omgang met elkaar, geven ruimte aan twijfels en verminderen stress rond aanraking (Andersson e.a., 2018). Want integer aanraken is een (ontwikkel)taak voor iedereen, LO-docenten én leerlingen.

Stimuleer actief omstandergedrag in kleedkamers

Regels zijn een houvast. Bijvoorbeeld een verbod op het meenemen van telefoons naar de kleedkamer, zodat niemand ongewenst beelden van medeleerlingen kan maken. Daarnaast is het belangrijk om leerlingen kennis en vaardigheden bij te brengen over wat te doen in geval van (dreigende) onveiligheid in de kleedkamer. Ongewenst gedrag, zoals seksuele intimidatie, ontstaat en blijft voortduren als omstanders,

leerlingen die niet pesten of gepest worden maar er wel getuige van zijn, niet weten wat te doen en niet durven in te grijpen. Actief omstandergedrag kun je stimuleren door regelmatig met leerlingen te praten over kleedkamersituaties en wat ze concreet kunnen doen in geval van ongewenst gedrag, zoals: anderen betrekken, afleiden, afzonderen, aanspreken en aanwezig blijven. Dit maakt leerlingen bewust van het probleem en vergroot hun verantwoordelijkheidsgevoel om het op te lossen of te melden (Mujal et al., 2021).

Ongewenst gedrag wordt ook vaak stil gehouden doordat leerlingen bang zijn om ongewenst gedrag te melden want *snitchen*, oftewel klikken, is een doodzonde onder jongeren en brengt hen zelf in een onveilige situatie (O'Connor & Graber, 2014). We moeten daarom leerlingen het verschil leren tussen *snitchen*

(klikken met als doel dat de ander straf krijgt) en melden (hulp inroepen om te zorgen dat iemand niet beschadigd raakt). Melden kan van levensbelang zijn. Door voorbeeldsituaties te bespreken en na te spelen kunnen leerlingen dit verschil leren, empathie voor betrokkenen ervaren en actieve omstanders worden, waardoor de veiligheid in kleedkamers toeneemt. ●



Bronnen

Scan de QR-code voor de bronnen



Contact

info@seksuelegezondheidamersfoort.nl

Esther van der Steeg is consultant seksuele gezondheid NVVS en gedragswetenschapper

NVVS (nederlandse wetenschappelijke vereniging voor seksuologie)



Ontwikkelgroep seksuele integriteit in LO

Esther van der Steeg, onderzoeker seksuele integriteit in de sport en LO

Marije de Laat, LO-docent en trainer seksuele vorming

Pleuni de Boer-Noorda, LO-docent Zone College

Acke Lemstra, docent/onderzoeker, Instituut voor Sportstudies

Nicolette Schipper-van Veldhoven, lector Sportpedagogiek, Hogeschool Windesheim

Bente van Gameren, adviseur seksuele integriteit, School & Veiligheid

Elsemiek Schepers, adviseur seksuele integriteit, School & Veiligheid

Gerald Oude Alink, teammanager en coördinator Gezonde School, ROC van Twente

Foto's

Anita Riemersma

Kernwoorden

seksuele integriteit, kleding, aanraken, kleedkamer

De moderne gymzaal (2): Locatie en afmetingen

Deze aflevering, in de serie artikelen over de moderne gymzaal, gaat over locatie en afmetingen van gymzalen. Wat is de ideale locatie van een gymzaal en waarom? Wat is een gymzaal en wat zijn de door KVLO voorgeschreven, of gewenste afmetingen van een gymzaal en waarom? | Tekst Folkert Buiters en Odin Wenting

Zo dicht mogelijk bij de school

Een gymzaal bevindt zich zo dicht mogelijk bij de school, of is onderdeel van het schoolgebouw om geen onderwijstijd te verliezen. Dit is nu nog een richtlijn, maar voor het basisonderwijs zou het een uitgangspunt of voorschrift moeten zijn. Een gymzaal bij een school in een wijk kan een veel bredere functie vervullen dan alleen voor het bewegingsonderwijs. Een gymzaal in de wijk, bij de school, kan worden gebruikt door buurtverenigingen, sportverenigingen en voor andere activiteiten. De functie van de school als sociaal maatschappelijk element in de wijk wordt daarmee versterkt.

In het kader van het 2+1+2-beleid is de bereikbaarheid van de gymzaal voor leerlingen van de school een belangrijke voorwaarde. Naschoolse sportactiviteiten in een voor de leerlingen en ouders bekende en veilige omgeving vergoot de kans op deelname. Een BSO die in en met de school wordt georganiseerd, is gebaat bij een gymzaal op de locatie van de school om zo een optimale rol te spelen in de uitvoering van het 2+1+2-beleid.

Maximale afstanden

Er worden maximale afstanden gehanteerd voor het geval een gymlokaal niet bij de school kan worden gebouwd. Die afstanden worden gemeten langs de kortste weg die voldoende begaanbaar en veilig is voor leerlingen.

Een korte weg is niet alleen van belang om de lestijd maximaal te benutten, maar ook om de motivatie

en de deelname te bevorderen. In het basisonderwijs is dat veelal geen probleem, maar in het voortgezet onderwijs is het overbruggen van afstanden naar locaties voor bewegingsonderwijs vaak belemmerend. Te grote afstanden kunnen tot vertragingen en verzuim leiden. Als we willen dat kinderen beter bewegen, dan zullen ze gemotiveerd moeten worden en daar draagt heen en weer lopen of fietsen niet aan bij.

Een gymzaal voor het basisonderwijs en het speciaal onderwijs ligt op maximaal 1 kilometer van de school volgens de normverordening van de VNG. De KVLO adviseert een maximum van 750 meter voor het basisonderwijs en een maximum van 300 meter voor het speciaal onderwijs, als er geen mogelijkheid is voor een gymlokaal direct bij de school. Voor praktijkonderwijs en voortgezet onderwijs hanteert de VNG een norm van 2 kilometer. De KVLO adviseert een maximum van 1 kilometer, als er geen mogelijkheid is voor een gymlokaal direct bij de school. Zie ook www.sportinfrastructuur.nl.

In dunbevolkte gebieden, kan het voorkomen dat een gymzaal door meer dan één school wordt gebruikt en die gymzaal zo efficiënt mogelijk moet worden geplaatst ten opzichte van die scholen. In steden met beperkte bouwruimte kan er bijvoorbeeld niet naast, of in de buurt van de school worden gebouwd. Veelal wordt dan gekozen voor het gebruik van een sportzaal of sporthal, waar meer dan één school bewegingsonderwijs kan geven.

Het beperken van de afstanden, eventueel door de sportruimte voor bewegingsonderwijs op de verdieping te plaatsen, of door lokalen op verdiepingen te plaatsen is een optie voor steden met beperkte bouwruimte.

Toekomstbestendige afmetingen sportruimte

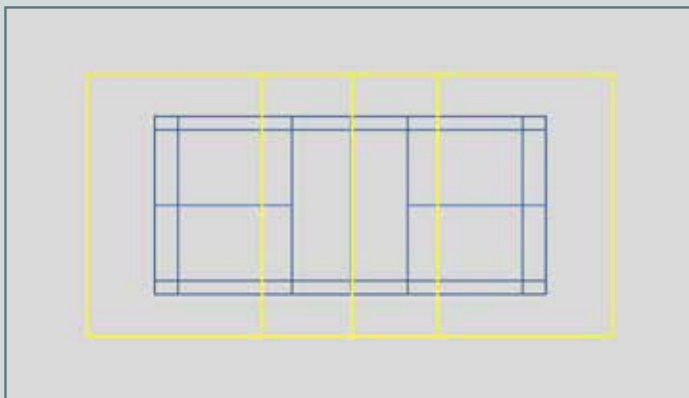
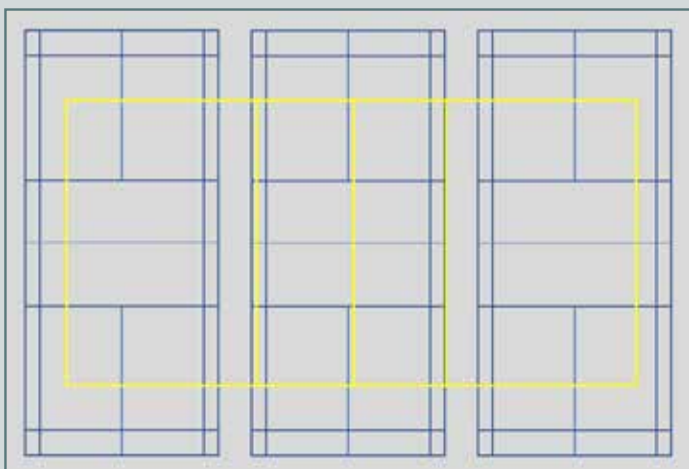
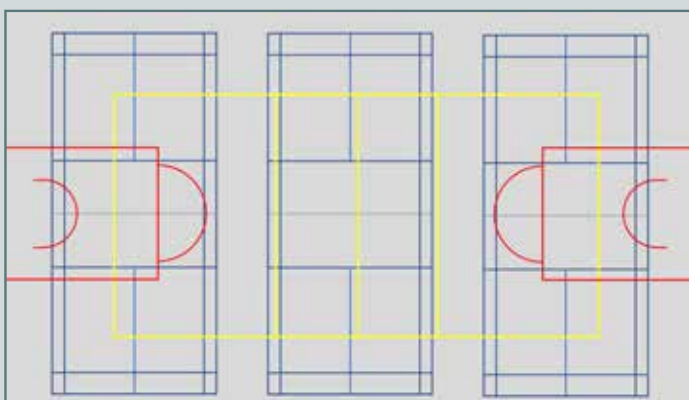
De afmetingen en het gebruik van solitaire gymzalen zijn het onderwerp van deze aflevering. Het gaat niet over het gebruik van (een deel van) een sportzaal of een sporthal als sportruimte voor bewegingsonderwijs. Dat wordt in een volgende aflevering besproken.

In een grijs verleden is bedacht dat een gymzaal een oppervlakte van 252 m² moest hebben. Tegenwoordig is meer ruimte nodig, omdat de klassen groter zijn en docenten bewegingsonderwijs op zoveel mogelijk manieren met veel verschillende activiteiten de lessen moeten kunnen inrichten. Een efficiënte ruimte voorkomt wachttijd.

Naast het bewegingsonderwijs is het gebruik van de ruimte in het kader van het 2+1+2-beleid en het gebruik door verenigingen en anderen van belang. Een hoge bezettingsgraad draagt bij aan duurzaamheid en aan een betere exploitatie.

De KVLO hanteerde tot nu toe als voorschrift een oppervlakte van 308 m² (14 x 22 meter) met een hoogte van 5,5 meter. Een oppervlakte van 364 m² (14 x 26 meter) met een hoogte van 7 meter had de voorkeur.

Er is kritisch gekeken naar optimale afmetingen en voor de KVLO gelden nu nieuwe afmetingen. Deze oppervlakte en afmetingen zijn nodig om op veilige wijze alle kerndoelen en leerlijnen van het bewegingsonderwijs effectief te kunnen uitvoeren. Een gymzaal bouw je niet voor de komende tien jaar, maar voor vijftig

Figuur 1 Indeling vloer gymzaal 24 x 14 meter**Figuur 2** Indeling vloer gymzaal 22.300 x 15.400 mm**Figuur 3** Indeling vloer gymzaal 26.000 x 15.400 mm

jaar of langer. Daarom is gekeken naar duurzame afmetingen van een gymzaal. Een grotere gymzaal biedt meer mogelijkheden voor bewegingsonderwijs en verenigingssport.

De afmetingen die worden geschetst passen het beste bij bewegingsonderwijs, BSO en gebruik door verenigingen. Zie ook de website www.sportinfrastructuur.nl die

ontwikkeld wordt door NOC*NSF in het kader van het sportakkoord.

Sportinfrastructuur met Sportruimte Bewegingsonderwijs



Basis

De KVLO-voorschriften voor minimale afmetingen zijn (zie figuur 1):

- de afmetingen van een gymzaal zijn ten minste 24 x 14 meter;
- de obstakelvrije hoogte van een gymzaal is ten minste 5,5 meter voor het basisonderwijs;
- de obstakelvrije hoogte van een gymzaal is ten minste 7,0 meter voor het voortgezet onderwijs.

Deze oppervlakte biedt ruimte voor één badmintonveld en één volleybalveld.

Extra

De KVLO-richtlijnen voor een goed te benutten gymzaal zijn (zie figuur 2):

- de afmetingen van een gymzaal zijn ten minste 22,3 x 15,4 meter;
- de obstakelvrije hoogte van een gymzaal is ten minste 7,0 meter.

Deze oppervlakte biedt ruimte voor drie badmintonvelden en één volleybalveld.

Optimaal

De KVLO-aanbevelingen voor een optimaal te benutten gymzaal zijn (zie figuur 3):

- de afmetingen van een gymzaal zijn ten minste 26 x 15,4 meter;
- de obstakelvrije hoogte van een gymzaal is ten minste 7,0 meter.

Deze oppervlakte biedt ruimte voor drie badmintonvelden, één volleybalveld en twee basketbalbuckets.

De door de KVLO aanbevolen afmetingen voor een gymzaal bieden de beste kansen aan het bewegingsonderwijs, BSO, verenigingen en andere activiteiten. ●



Contact

folkertbuitergmail.com
info@odinwenting.nl

Folkert Buiters is programmamanager multifunctionele accommodaties.

Odin Wenting is sporttechnisch en bouwkundig adviseur sportaccommodaties.

Tekeningen

Folkert Buiters

Kernwoorden

bewegingsonderwijs, huisvesting, gymzaal, locatie, afmetingen



SCHOOLSPOORT

Verkiezing 'Sportiefste Basisschool/SO-school van Nederland 2022'

De genomineerde scholen voor de verkiezing 'Sportiefste Basisschool/SO-school van Nederland 2022' zijn bekend. De scholen die strijden om de titel zijn voorbeeldscholen voor andere scholen op het gebied van het maken van beweegbeleid. Zij hebben allemaal een uitstekend aanbod van de 2+1+2-aanpak. Op die manier stimuleren zij hun leerlingen om een actieve en gezonde leefstijl te ontwikkelen. En uiteraard is het aanbod geborgd in het schoolbeleid.

| **Tekst** Team Schoolsport KVLO

Twee verkiezingen

Op 23 maart maken de genomineerden kans om de 'Sportiefste Basisschool van Nederland 2022' óf de 'Sportiefste SO-school van Nederland 2022' te worden. Het is de negende keer dat het KVLO, Kenniscentrum Sport & Beweging, NOC*NSF en Stichting Special Heroes Nederland deze verkiezing organiseren. Hiermee hopen we zoveel mogelijk scholen te inspireren en leerlingen zo veel en zo veelzijdig mogelijk te laten bewegen.

Welke scholen maken dit jaar kans op de titel?

De volgende basisscholen zijn genomineerd:

- 1 OBS Houtrust – Den Haag
- 2 Johannesschool – Arnhem
- 3 CBS Het Lichtpunt – Rhooen
- 4 Thomas van Aquinoschool – Sneek
- 5 CBS De Waterhof – Delft

In het speciaal onderwijs zijn de volgende scholen genomineerd:

- 1 SO De Hertog – Tiel
- 2 SO De Ommezwaai – Arnhem

Het traject tot aan de finale

De jury brengt voorafgaand aan de prijsuitreiking op 23 maart een bezoek aan de genomineerde scholen. Hier krijgen ze een rondleiding en wordt naast de schoolleiding, ook de vakleerkracht(en) bewegingsonderwijs, groepsleerkrachten én drie leerlingen van de school bevraged.

2+1+2 als kapstok

Het 2+1+2 model is een kapstok voor de richtlijn van vijf uur bewegen voor kinderen. Hierbij worden er op school voldoende en kwalitatief, goede lessen bewegingsonderwijs gegeven (2), is er aandacht voor bewegen gedurende de schooldag (+1) en er ook een structureel buitenschools sport- en beweegaanbod bestaat voor alle leerlingen (+2). Samenwerking is hierbij cruciaal. Uiteraard wordt dit alles georganiseerd met een duidelijke visie en neemt het aanbod bewegen en sport een duidelijke plaats in de school in. Deelnemende scholen zijn vanzelfsprekend in het bezit van het themacertificaat Bewegen en Sport van het Vignet Gezonde School.

En de winnaar is...

Op 23 maart 2022 strijden de genomineerde scholen om de titel 'Sportiefste Basisschool/SO-school van Nederland 2022' in het Willem-Alexander Sportcentrum van ALO Groningen. Alle genomineerde scholen laten een filmpje van hun school zien en de leerlingen verzorgen een podiumpresentatie voor alle aanwezigen. Daarna volgt een sportief programma voor de leerlingen en uiteindelijk de prijsuitreiking. Ook zal er samen met organisatiepartners Kenniscentrum Sport en Beweging en NOC*NSF een kennisevent worden georganiseerd voor sport- en beweegprofessionals, collega-scholen, studenten, beleidsambtenaren sport en andere belangstellenden. De prijzen in de vorm van waardecheques t.w.v. in totaal €11.000,- zijn beschikbaar gesteld door de drie grote leveranciers van sport- en spelmateriaal

van Nederland: Bosan Sport, Janssen-Fritsen en Nijha. De prijzen voor de beste sportpresentatie worden verzorgd door de AirTrack Factory. De opening, het kennisevent en de prijsuitreiking zullen digitaal te volgen zijn.

Ben je van mening dat jouw school misschien ook wel de 'Sportiefste School van Nederland' is? Op webpagina's van de *Sportiefste school* lees je alles over de verkiezingen. Houd onze social media kanalen in de gaten om de verkiezing live te volgen. ●

Sportiefste School



Wil jij ook geïnspireerd worden?

Alle genomineerde scholen zijn stuk voor stuk inspirerende voorbeeldscholen. Op **7 maart** vanaf 19.30 uur vertellen de genomineerde scholen in een online sessie hoe 2+1+2 er op hun school uit ziet. Ook gaan zij in op hun afgelegde route en geven goede tips en adviezen. Meld je aan via www.kvlo.nl/kalender (Online workshop 2+1+2 in de praktijk PO).

Ook tijdens de finaledag op **23 maart** wordt vanaf 13.00 uur een kennisevent georganiseerd rondom 2+1+2, waarbij we de aanwezige genomineerde (voorbeeld)scholen inzetten. We gaan hierbij dieper in op thema's als bewegend leren, draagvlak creëren, samenwerken, kleuters, implementatie en 'Plezier in bewegen voor ieder kind'. Het kennisevent is zowel fysiek als digitaal bij te wonen.

Kalender KVLO



Winnaar 2019: Kardinaal de Jong (Alkmaar)



Sportpresentatie SO de Piramide (Den Haag)



Sportpresentatie Columbuschool Almere 2019



Foto's
Hans Dijkhoff

Mery Graal

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

Corona Alweer? Nog steeds...

E nige tijd geleden hadden we het tweede optreden van, voorheen beddenspecialist, Ernst Kuipers. Met grafieken gaf hij aan welke maatregel welk effect zou hebben. Toen hem later vragen werden gesteld over het nut van het corona toegangsbewijs gaf hij aan dat die maatregel wel een dempende werking van 15 procent ZOU KUNNEN HEBBEN. Nog geen uur erna werd zijn analyse al aangevochten omdat wat hij vertelde niet klopte. Het ging alleen op als de maatregel overal zou worden toegepast en niet alleen bij evenementen en horeca. Voor details kun je terugkijken op YouTube.

Maar goed de besmettingen lopen op; het aantal ziekenhuisopnames ook maar niet in verhouding tot die verhoging van de besmettingen en het aantal mensen op de ic daalt (op het moment van schrijven) nog steeds.

Op mijn school zijn we weer lekker aan het gymmen. We doen weliswaar niet het hele programma (het vangen is wat lastig met 1,5 m afstand) maar de leerlingen leren weer flink beter te bewegen. En ze zijn blij maar ook onwennig.

Ik heb steeds contact met collega's van andere scholen en daar was het beeld wat ik nu schets niet veel anders. Gedurende de dag werden hele klassen naar huis gestuurd. Want dat moet bij drie besmettingen. Sommige scholen moesten helemaal sluiten. De meeste leerlingen hebben weinig tot geen klachten maar worden verplicht binnen te zitten.

Gelukkig is er voor de ouders de booster. Die hoeven dan niet binnen te blijven. Maar al die leerlingen wel en ze bewegen al zo weinig.

Met de nieuwe versoepelingen zou een risico genomen worden. Ik weet even niet welk risico zwaarder weegt. Het aantal jongeren met depressies neemt zienderogen toe. In die zin is corona een sluipmoordenaar. We kunnen deze kinderen niet fatsoenlijk helpen want de tekorten aan personeel in de zorg gelden niet alleen voor de ic.

Tot nu toe heb ik wat feiten op een rij gezet. De collateral damage is straks vele malen groter dan wat we doen met de maatregelen om corona in te dammen. Het is al vaker geopperd om de risicogroepen in onze samenleving te beschermen en de rest van de maatschappij weer open te stellen. Er zijn landen om ons heen die de maatregelen tegen corona al hebben losgelaten. Ik stel voor om in Nederland hetzelfde te doen. Met deze variant kunnen we dan snel groepsimmuniteit bewerkstelligen. Immers omikron is enorm besmettelijk maar het risico om ziek te worden en in het ziekenhuis te belanden is ontzettend klein als je geen onderliggend lijden hebt.

Ik was het niet van plan maar heb het toch gedaan. Schrijven over corona is niet mijn hobby maar ik ben er, net als velen met mij, klaar mee en beschouw dit onderwerp als gesloten. ●

Mery Graal



STROOIEN MET STUKJES GELUK

BIJZONDERE VERHALEN UIT HET BEWEGINGSONDERWIJS



In 1926 schreef Theo Thijssen *De gelukkige klas*, over meester Staal, onderwijzer op een Amsterdamse volksschool. Die is er gewoon een van dertien in een dozijn. Hij heeft dus best vaak het gevoel zijn greep op de klas even kwijt te zijn.

Maar er zijn ook momenten dat het hem lukt alle kinderen hun kans te geven, ongeacht hun mogelijkheden, ongeacht hun afkomst. Dat hij erin slaagt ze vertrouwen te geven in eigen kunnen. Dat hij het voor elkaar krijgt te 'strooien met stukjes geluk'. Dat overkomt zeker de bewegingsonderwijzers in dit boek. Nou ja, het overkomt ze

niet, ze boksen het voor elkaar, ze doen het zelf – dat heet vakmanschap.

Lees over Els (13) die tranen van geluk huilt als ze voor het eerst over de kast springt. Over Anne, voor wie de hele wereld aan haar voeten ligt nu ook zij de koprol kan. Over Fenna, die de voor haar te hoge lat gewoon wat lager legt en zo ook kan wat de anderen kunnen. Over Olaf, die 'achterloopt' maar nu wel zonder zijwieltjes fietst. En over die andere bijzondere kinderen. Ze zijn allemaal gelukkig omdat ze worden gezien en omdat het hun is gelukt. Draait het daar uiteindelijk niet om?



€12,99 incl. btw

ISBN: 978-90-72335-67-8

Te bestellen via www.janluitingfonds.nl

→ In samenwerking met Arko Sports Media

janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN

→ SPELINZICHT

EEN SPELER- EN SPELGECENTREERDE DIDACTIEK VAN SPELSPORTEN



In dit boek worden, aan de hand van het speler- en spelgecentreerde vakdidactische model *Spelinzicht*, richtlijnen en concrete handvatten aangereikt waarmee in de spelsportpraktijk (nog) beter ingespeeld kan worden op de uiteenlopende (beweeg)niveaus van leerlingen en spelleeractiviteiten op maat gemaakt kunnen worden. Dit alles met als doel de leerprocessen van leerlingen te optimaliseren en hen met (nog) meer *spelinzicht* en spelplezier succesvol te laten deelnemen aan spelsportactiviteiten.

Spelinzicht bestaat uit twee delen. Het eerste deel heeft betrekking op een theo-

retische uiteenzetting en verantwoording van de in deel 2 uitgewerkte praktijkvoorbeelden. Deze praktijkvoorbeelden zijn gecategoriseerd aan de hand van de 'spelfamilies' van de doelspelen, terugslagspelen, inblijf- en uitmaakspelen en mikspelen en uitgewerkt aan de hand van de verschillende speluitdagingen.

Deze derde druk is herzien, aangevuld en geactualiseerd. Het boek is gericht op leraren lichamelijke opvoeding al dan niet in opleiding, maar zeer zeker ook bruikbaar voor andere, eventueel in opleiding zijnde, professionals in de wereld van sport en bewegen, zoals trainers/coaches, buurtsportcoaches en combinatiefunctionarissen.

GEHEEL
HERZIEN!



€44,95 incl. btw

ISBN 9789072335692

Auteurs: Gwen Weeldenburg, Enrico Zondag en Frank de Kok.

Te bestellen via www.janluitingfonds.nl

→ In samenwerking met Arko Sports Media

janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN



SCHOLING

Online scholing via Teams

14 maart

Van 15.30-16.30 uur

Veiligheid en aansprakelijkheid *Daniëlle Dubbel* en *Janneke Wiersema*

Van 18.30-20.30 uur

Masterclass Groepsdynamisch werken in het onderwijs *Ivo Dokman* en *Marlies Koops-Wolters*

21 maart

Van 15.30-16.30 uur

Het schoolplein als beweeg, speel- en leerplein *Johan Steenberg* en *Pleun Schaeffer*

Van 16.30-17.30 uur

Bewegen op het plein (bovenbouw – klas 1-2-VO) *Ron ten Broeke* en *Michel Ballast*

Van 18.30-19.30 uur

Bewegen op het plein (onderbouw – middenbouw) *Ron ten Broeke* en *Michel Ballast*

Van 19.30-20.30 uur

Het moet anders, hoe? *Monique van Ark*

28 maart

Van 18.45-20.45 uur

Masterclass Creatief met differentieel Leren *Danny Wals*

Masterclass Betrouwbaar (schriftelijk) toetsen bij BSM

**maandag 21 maart 2022
van 16.00 tot 18.00 uur**

Hoe maak je goede toetsen/toetsvragen? Is de toets moeilijk en onderscheidend genoeg? *Fabian Broers* (opleidingsdocent Hogeschool van Amsterdam, faculteit Bewegen, Sport en Voeding, ALO)

De masterclass gaat over het construeren van toetsen bij het examenvak BSM. Via de methode Be Sports-Minded is een toetsenbank beschikbaar. Docenten stellen zelf hun toets samen. Dilemma's zijn: welke toetsvragen selecteer je, hoe onderscheid je havo en vwo, welke type vragen zijn er, hoe leer je leerlingen het juiste antwoord te geven en leer je hen nadenken over het oplossen van problemen? De toetsen moeten uiteraard ook discriminerend zijn. Doelgroep: deze workshop is bedoeld voor docenten die het examenvak BSM geven. Ook LO2-docenten kunnen bij de masterclass aansluiten. Vooraf wordt deelnemers gevraagd toetsvragen inclusief antwoordmodel op te sturen, zodat *Fabian Broers* daarop in kan gaan.

Masterclass Be Sportsminded vernieuwd

**maandag 28 maart 2022 van
16.00 tot 18.00 uur door Wessel van de Kamp**
(www.besportsminded.nl)

Voor het examenvak BSM is de methode Be Sports-Minded sinds 2012 de referentie. De methode bestaat uit het boek (3e druk) met daarnaast opdrachten, voorbeeldpresentaties en een uitgebreide toetsenbank inclusief diagnostische toetsen. Alle (ruim 100) opdrachten zijn herzien in een nieuwe opmaak. Ook de toetsenbank is herzien en aangevuld. Nieuw is dat de methode geheel online beschikbaar is voor scholen die het theoretisch deel van het examenvak alleen online kunnen/willen aanbieden. In de digitale methode zijn de teksten uit het boek, de nieuwe opdrachten, rubrics en diagnostische toetsvragen geïntegreerd, dus echt bedoeld om geheel digitaal mee te werken. Tijdens de workshop worden alle mogelijkheden van het digitale platform besproken toegelicht. Met korte opdrachten gaan docenten aan de slag om kennis te maken met de aanpassingen en ervaringen te delen. De workshop is zowel voor scholen bedoeld die de methode al gebruiken als scholen die willen starten met de methode.

Cursus 'Van start met LO2' (twee dagdelen van 15.00-17.30 uur)

29 maart & 19 april 2022

Nog altijd groeit het aantal scholen dat het schoolexamenvak LO2 op vmbo aanbiedt. De gestelde eisen voor LO2 zijn globaal omschreven in eindtermen. Scholen hebben veel vrijheid in het maken van keuzes. Welke zijn de juiste? Welke keuzes passen bij de visie en doelstellingen van de school en de vaksectie? Hoe zet je een vakwerkplan op voor LO2?

Deze online-cursus bestaat uit twee dagdelen (totaal 5 uur) en is bedoeld voor docenten die willen starten met het aanbieden van het examenvak LO2 op vmbo. In deze cursus wordt stapsgewijs gewerkt naar het fundament voor een vakwerkplan voor LO2. Het doel is dat aan het eind van het tweede dagdeel er een basis ligt voor het Programma van Toetsing en Afsluiting (PTA) en een vakwerkplan LO2.

Scholing

**Kijk op onze website voor
meer informatie omtrent
kosten en inschrijven.**



Nieuwsbrief

Goed Leren Bewegen

KVLO communicatie stuurt iedere (school)week de digitale nieuwsbrief *Goed Leren Bewegen*.

Scan de QR-code voor de laatste nieuwsbrieven. Zet webredactie@kvlo.nl bij je favoriete berichten.



Ben ik verzekerd voor aansprakelijkheid als er een ongeluk gebeurt tijdens de gymles?

Wist je dat je als werknemer via de KVLO verzekerd bent voor aansprakelijkheid wanneer er een ongeluk gebeurt tijdens de gymles? De werkgever draagt primair het aansprakelijkheidsrisico samenhangend met de uitoefening van je werkzaamheden. Maar voor het geval je persoonlijk aansprakelijk wordt gesteld in verband met de uitoefening van je werkzaamheden ben je door je lidmaatschap bij de KVLO verzekerd. Let op: Werk je als ZZP-er dan geldt dit niet. Je bent dan niet verzekerd voor aansprakelijkheid via het lidmaatschap van de KVLO. Je moet je hiervoor zelf verzekeren. Dit kan onder andere via [Elswoutgroep.nl](https://www.elswoutgroep.nl).

Primeur

'Kennissbijeenkomst Sportiefste school'

Op 23 maart 2022 vindt de verkiezing van de Sportiefste school PO en SO plaats op de Hanzehogeschool Groningen. Dit jaar hebben we een primeur en organiseren we naast de verkiezing ook een **kennissbijeenkomst van 13:15-16:00 uur**. Deze is **online via een livestream** te volgen. De link vind je binnenkort op de website van de KVLO en KCSB. Tijdens de kennissbijeenkomst hoor je de verhalen van de scholen die genomineerd zijn van de vakleerkrachten, schooldirecteuren en groep 8 leerlingen. Hoe ziet het sport- en beweegprogramma eruit op deze scholen? Waarom zijn ze genomineerd. Hoe richten zij het 2+1+2 concept in? Hoe creëren ze draagvlak en werken ze samen met sportaanbieders in de wijk? We gaan met de experts van deze scholen in gesprek. Daarnaast zijn er twee verdiepende sessies: Eén over het project 'StartVaardig, kleuters meer en beter laten bewegen, hoe doe je dat?' en 'Plezier in bewegen voor ieder kind'. De bijeenkomst wordt georganiseerd door Kenniscentrum Sport & Bewegen in samenwerking met KVLO, NOC*NSF, Hanzehogeschool en Special Heroes.

Nieuwe rubriek

'Vraag om raad'

Tijdens mijn lessen zie ik regelmatig leerlingen met kauwgom in hun mond. Zij verbergen dat bij binnenkomst. Als ik hen er daarop aanspreek, spugen zij 'braaf' hun kauwgom uit. En de les gaat weer verder... Soms is er een leerling die liegt. Inmiddels heb ik een oog voor kauwgom. Mijn angst is dat een leerling een keer daarin stikt. Dan is het te laat! Leerlingen weten dat kauwgom niet mag in de lessen. Op onze school zijn daarover duidelijke afspraken. Ik vind het vervelend om hier steeds op toe te zien, leerlingen daarop aan te spreken en het te handhaven. Hoe doe jij dat als docent?
Ger van Mossel, Het Vlietland College, Leiden

Mail je antwoord (max. 120 woorden) voor vrijdag 14 maart 2022 naar: redactie@kvlo.nl. Onder vermelding van je naam, school en plaats. Antwoorden publiceren we in de nieuwe rubriek 'Vraag om raad' in het volgende nummer.

Heb je zelf een dilemma en wil je advies van collega's? Mail dan jouw probleem (max. 120 woorden) naar: redactie@kvlo.nl. Vermeld je naam, school en plaats.

De redactie behoudt zich het recht om bijdragen in te korten of aan te passen.

Verkiezing 'Sportiefste Basisschool/SO-school gaat door!

De verkiezing 'Sportiefste Basisschool en SO-school van Nederland 2022' op 23 maart a.s. gaat door! Er zijn vijf basisscholen en twee speciaal onderwijs scholen genomineerd. Het is de negende keer dat het KVLO, Kenniscentrum Sport & Bewegen, NOC*NSF en Stichting Special Heroes Nederland deze verkiezing organiseren. Hiermee hopen we zoveel mogelijk scholen te inspireren en leerlingen zo veel en zo veelzijdig mogelijk te laten bewegen. De scholen die strijden om de titel zijn voorbeeldscholen voor andere scholen op het gebied van het maken van beweegbeleid. Zij hebben allemaal een uitstekend aanbod van de 2+1+2-aanpak. Op die manier stimuleren zij hun leerlingen om een actieve en gezonde leefstijl te ontwikkelen. En uiteraard is het aanbod geborgd in het schoolbeleid.

Volg ons ook op:



KVLO ONLINE

Ga naar **kvlo.nl** voor:

- **Ledenportaal Mijn KVLO**
 - **Nieuwsbrief en Nieuwsitems**
KVLO communicatie verstuurt iedere (school)week de digitale nieuwsbrief Goed Leren Bewegen.
 - **LO Magazine**
Verschijnt ook digitaal met aanklikbare links
 - **Kennisbank**
(Praktijk)artikelen uit LO Magazine verschijnen ook op de Kennisbank
 - **Hulp en advies**
 - **Scholing**
- **Websites**
janluitingfonds.nl
canonlo.nl
lerenbewegenmeten.nl
kvloberoepsprofiel.nl
olympicmoves.nl
impulsbewegingsonderwijs.nl

kvlo.nl/sportiefsteschool



Scan de QR-code om naar **KVLO.nl** te gaan



Wist je dat?



Ben ik verzekerd voor aansprakelijkheid als er een ongeluk gebeurt tijdens de gymles?

TOPIC VOLGENDE MAAND

Lesgeven aan kleuters



BONUS

EN VERDER

ARTIKEL

KVLO-koers 2020-2024 De resultaten in 2021

De KVLO heeft haar koers van 2020-2024 vastgelegd in de beleidsnotitie *Goed leren bewegen, een leven lang actief?* De notitie en flyer (zie figuur 1) zijn te downloaden op *Mijn KVLO*. In LO Magazine 9 2020 is de koers met tien doelen behandeld. In LO Magazine 5 2021 is de realisatie van deze doelen over kwartaal 1 en 2 geëvalueerd. In dit magazine volgt het tweede ijkmoment over 2021: zijn we op de goede weg? KVLO-directeur Cees Klaassen maakt opnieuw de balans op. | [Interview](#) Ger van Mossel

Figuur 1 Koers KVLO 2020- 2024

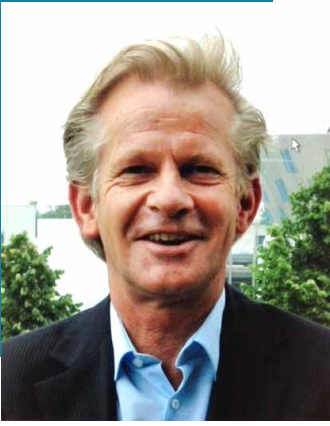


In de beleidsnotitie staan tien doelen. Waar wil jij de leden over informeren?

In LO Magazine beschrijven we de voortgang van de doelen. In LO5 (juni 2021) zijn de koersdoelen over de eerste twee kwartalen van 2021 uitgewerkt in concrete acties. In dit nummer gaat het over de realisatie van

deze doelen in het derde en vierde kwartaal in 2021 en blikken we vooruit op 2022. Cees heeft de flyer voor zich liggen en loopt alle doelen langs.

In 2021 zijn we erg druk zijn geweest met de corona-protocollen en kon bijvoorbeeld *Olympic Moves* voor



het tweede jaar niet door- gaan. Voor 2022 ziet dat er gelukkig wat gunstiger uit. Naast het opstellen van corona-protocollen heeft KVLO zeker niet stil gezeten.

Cees Klaassen

Doel 1

Het eerste doel is *Alle kinderen en jongeren op school goed leren bewegen. Welke actie zijn daarop gepleegd?*

Als je dit voor alle kinderen wil realiseren, impliceert dit een structureel wettelijke borging van alle lessen onder leiding van een bevoegde docent LO. In 2021, vlak voor corona uitbraak, heeft de Tweede Kamer twee verplichte lessen in het basisonderwijs vastgesteld. Daarmee is zowel PO als VO qua uren wettelijk geborgd. Nota bene, het enige vak die dat heeft. Het betekent dat vanaf 2023 op iedere basis- school in groep 1-8 minimaal twee lessen (samen totaal 90 minuten) per week bewegingsonderwijs moet worden gegeven onder leiding van een bevoegde (vak)leerkracht. Dat kan iemand zijn van de ALO of de post-initiële leergang bewegingsonderwijs van de PABO.

Het einddoel is dat in 2023-2024 100 procent van alle scholen dat voor elkaar heeft. Het *Mulier Instituut* monitort de voortgang. Uit een onlangs gehouden 2-meting blijkt dat op steeds meer scholen in groep 3-8 bewegingsonderwijs volledig wordt verzorgd door een vakleerkracht (van 27% in '16-'17 naar 44% in '20-'21). In groep 1-2 geldt dat voor slechts 13 procent. Deze stijging wordt vooral veroorzaakt door scholen waarop al een vakleerkracht werkzaam is. In plaats één lesuur worden op deze scholen twee lessen verzorgd door een vakleerkracht. Het aantal scholen zonder vakleerkracht (13%) blijft helaas nog nagenoeg gelijk. Dat betekent dat er nog heel veel moet gebeuren.

OCW wil dat dit traject tot 2024 wordt gemonitord door het *Mulier Instituut* en *ResearchNed*. Zij zullen naar verwachting tussentijds het aantal lessen bewegingsonderwijs en de bevoegdheid meten. Daarnaast doet de onderwijsinspectie een tweejaarlijks onderzoek naar bewegingsonderwijs in *Peil.Bewegingsonderwijs*. Bij elkaar krijgen we dus vanuit verschillende kanten allerlei informatie over hoe we er voorstaan.

PO-scholen hebben verschillende mogelijkheden om meer vakleerkrachten aan te stellen. Vanuit de extra gelden uit het werkdrukakkoord van een paar jaar geleden was er al een aanzet om in het PO meer vakleerkrachten aan te stellen. Als je de groepsleerkracht wil ontlasten, neem dan meer vakleerkrachten aan!

Vanaf dit schooljaar is er de subsidieregeling *Impuls en Innovatie Bewegingsonderwijs*. PO-scholen kunnen voor dit en volgend schooljaar een subsidie aanvragen om een procesbeleider aan te stellen die samen met de school kijkt hoe de vereiste uren bewegingsonderwijs gerealiseerd kunnen worden. 334 scholen hebben deze subsidie aangevraagd. De subsidie bestaat uit deel A die gaat over voldoende bewegen en bevoegdheden en deel B waarbij de dynamische schooldag gestimuleerd kan worden. Deel B kan alleen worden aangesproken als deel A verwezenlijkt is.

Er is een regiegroep *Impuls en innovatie bewegingsonderwijs* die is samengesteld uit de Vereniging Sport en Gemeenten (VSG), de ALO's, de PO-Raad en de KVLO. De KVLO is penvoerder en coördinator. De regiegroep houdt zich bezig met hoe de scholen het beste kunnen worden ondersteund. Het gaat om vraagstukken als voldoende accommodaties en voldoende opgeleiden. Door de nieuwe wettelijke regeling verwachten we uiteraard een zeker tekort aan vakleerkrachten en accommodaties. We hopen met een nieuwe lichter vakleerkrachten het gat te dichten.

KVLO heeft een ondersteuningsteam samengesteld dat bestaat uit medewerkers van het Team Onderwijs KVLO en enkele experts op het gebied van onderwijsbeleid rondom bewegingsonderwijs en onder andere de dynamische schooldag (vakleerkrachten, vakgroepcoördinatoren, een professional van een sportservicebureau en een directeur). De helft van de subsidie-scholen heeft aangegeven op de hoogte gebracht te willen worden door middel van nieuwsbrieven en ontwikkelingen. Het ondersteuningsteam organiseert studie voor scholen, door corona in de vorm van webinars. Die webinars worden bezocht door vakleerkrachten, schooldirecteuren en natuurlijk de procesbegeleiders op die scholen. En er is een website www.impulsbewegingsonderwijs.nl waarop alle informatie is verzameld. Op deze website staat onder andere een scan naar de kwaliteit van bewegingsonderwijs voor alle PO scholen. De scan maakt de kracht van de school zichtbaar en laat zien waar groei mogelijk (of wenselijk) is en geeft adviezen om het bewegingsonderwijs te verbeteren en te borgen.

www.impulsbewegingsonderwijs.nl



De kapstok is 2+1+2. Naast de verplichte twee uur bewegingsonderwijs in het PO is er ook een extra uur bewegen onder onderwijstijd nodig (bijvoorbeeld pauzesport) en twee extra uren naschoolse sport. Zodat alle leerlingen totaal minstens vijf uur per week (= 2+1+2) goed en verantwoord kunnen bewegen. De twee lessen bewegingsonderwijs vallen uiteraard onder het regime van OCW, dat gaat over kerndoelen, leerlijnen, kortom goed leren bewegen. '+1' in de vorm van bewegen op het

schoolplein of pauzesport zorgt voor een dynamische of beter een rijke schooldag. De laatste '+2' die doe je naschools, bijvoorbeeld bij de buitenschoolse opvang of als schoolsport-aanbod.

2+1+2 organiseer je met professionals in een beweegteam. De vakleerkracht kan hierin een bijzondere rol spelen, want die weet wat de leerlingen geleerd hebben op school. Het beweeg- en sportaanbod moet hierop zijn afgestemd. Die vakleerkracht of een buurtsportcoach kan de coördinatie op zich nemen.

KVLO pleit voor een duidelijk onderscheid tussen bewegingsonderwijs, de eerste '2', verzorgd door een bevoegde (vak)leerkracht en het gratis aanvullende beweeg- en sportaanbod '1+2'. Voor het laatste kunnen ook andere beweeg- en sportprofessionals worden ingezet, uiteraard wél pedagogisch en didactisch verantwoord.

Naar de landelijke politiek vinden er allerlei acties plaats. Er is al een tijdlang bij het kabinet via allerlei manifesten, bijvoorbeeld *Bewegen, het nieuwe normaal* en *Sportief Gezonde Generatie* samen met NOC*NSF, aangedrongen op een dynamische (rijke) schooldag met veel sport en cultuur en dat de buitenschoolse kinderopvang gratis moet. Die tijd kan je vullen met bewegen en sport. Samen met NOC*NSF proberen we hiervoor een pedagogisch-didactisch-aanbod te creëren.

Reactie van KVLO op het coalitieakkoord



bit.ly/3JGaiQ3

Doel 2

Hoe werkt de KVLO actief aan de kwaliteit van het leergebied en de vakleerkracht?

De KVLO is betrokken bij de curriculumherziening die een aantal jaar geleden met *Onderwijs2032* is ingezet en met *Curriculum.nu* kreeg dat een vervolg. KVLO werkt daarin samen met SLO, *nationaal expertisecentrum leerplanontwikkeling*, om vanuit de ontwikkelde bouwstenen te komen tot nieuwe kerndoelen en eindtermen.

Voor het leergebied *Bewegen en Sport* blijven de wettelijke eisen met betrekking tot het aantal uren in PO en VO gehandhaafd. De kwantiteit is daarmee geborgd, de kwaliteit gaan we met de curriculumherziening verder invullen. SLO is daarin de 'trekker', KVLO denkt hierin mee in de vorm van een klankbordgroep en bijeenkomsten met docenten.

KVLO is zeer tevreden over de bouwstenen die voor PO en onderbouw VO zijn ontwikkeld in *Curriculum.nu*. Deze

bieden voldoende mogelijkheden voor kwaliteitsvolle *Bewegen en Sport*. We hopen in februari met bovenbouw VO te beginnen en voort te borduren op die bouwstenen.

www.curriculum.nu/voorstellen/bewegen-sport



Daarnaast ontwikkelen we om de zeven jaar een nieuw beroepsprofiel. In het komende najaar moet er een club mensen klaar zitten, die daarmee in 2023 aan de slag gaat. We verwachten in 2024 het nieuwe beroepsprofiel te presenteren. Via ledenpeilingen en bijeenkomsten raadplegen we de leden, gaan we het gesprek aan over de kwaliteit.

kvloberoepsprofiel.nl



Verder organiseert Team Scholing van KVLO diverse studiedagen en bijeenkomsten voor de leden. Door corona waren deze dit jaar online en gelukkig door veel leden bezocht. Die werkwijze nemen we mee naar na-corona.

Tot slot noemt Cees bij doel 2 de leerstoel *Pedagogiek in Onderwijskunde van Lichamelijke Opvoeding* (Kristine De Martelaer en Katrijn Opstoel). Op de algemene ledenvergadering (ALV) van 20 mei 2022, georganiseerd door de afdeling Rotterdam, wordt de eindopbrengst van de leerstoel gepresenteerd. Als vervolg op de leerstoel heeft de KVLO een schrijfgroep samengesteld die het doeldomein 'bewegen leren regelen' in het basisonderwijs methodisch gaat uitwerken. Hierbij wordt gebruikgemaakt van de praktijkopbrengsten uit het onderzoek van de leerstoel. Op de ALV presenteert de schrijfgroep de eerste opbrengsten.



Als je onderwijs interessant wil maken dan moet je sowieso en hoe dan ook die loonkloof dichten

Doelen 3, 4 en 5

3. Ambassadeur zijn voor het bewegbeleid in en rondom de school.

4. Het belang van het leergebied bewegen en sport in en rondom de school in de samenleving onder de aandacht brengen.

5. Samen met partners stimuleren van bewegen en sporten.

Is er voldoende bewegbeleid op de scholen?

Cees: De docent LO is ambassadeur voor het bewegbeleid op de school! De docent LO onderneemt bijvoorbeeld activiteiten op het gebied van *Gezonde School*, *JOGG*, *Olympic Moves*, schoolsporttoernooien en introductie van 2+1+2 bij de gemeente. KVLO heeft het *Pamflet 2+1+2* onder de afdelingen verspreid om met oog op de komende gemeenteraadsverkiezingen voor te leggen aan de lokale politieke partijen. Wij willen naar vijf uur bewegen!

Pamflet 2+1+2



bit.ly/3LJPxoF

Cees noemt de kamerbrief *Nederland vitaal en in beweging*, dat is ondertekend door maar liefst vijf ministeries. Het coalitieakkoord van het nieuwe kabinet past binnen de koersdoelen van KVLO. Zie de reactie van KVLO op het coalitieakkoord.

Doel 6

Vergroten van het aantal gezonde en sportactieve scholen

Gemiddeld komen er 250 aanvragen binnen van scholen voor het themacertificaat *Bewegen en Sport* onder het Vignet *Gezonde School*. Jaarlijks vinden er twintig audits plaats op scholen.

Dit schooljaar hebben zich 350 scholen aangemeld voor *Olympic Moves*. Daarmee zitten we weer bijna op het niveau van twee jaar geleden, van voor corona. *Olympic Moves* kan dit jaar doorgaan!



De docent LO is ambassadeur voor het bewegbeleid!

De KVLO organiseert samen met NOC*NSF en Kenniscentrum Sport en Bewegen de verkiezing van de 'Sportiefste School van Nederland'. Het ene jaar voor het primair en speciaal onderwijs en het andere jaar voor het voortgezet onderwijs en voortgezet speciaal onderwijs. We zijn heel blij dat deze dit voorjaar doorgaat voor het basisonderwijs.

Doel 7

KVLO is aangesloten bij de Federatie van Onderwijsvakorganisaties (FvOv). Welke belangen worden door KVLO behartigd?

De basis van de dienstverlening van KVLO is de belangenbehartiging voor de leden. Dat is wat we elke dag doen! De KVLO zet zich in voor optimale arbeidsvoorwaarden voor bewegingsprofessionals in het onderwijs. Deze tijd komen er bijvoorbeeld dagelijks telefoontjes binnen over hoe om te gaan met corona. Helaas zijn er ook meldingen over ongevallen zaken bij het Team Juridisch van KVLO. Deze mensen moeten natuurlijk direct geholpen worden!

Eind 2021 is in de cao PO en cao VO op salarisniveau vastgesteld. Nu houden de vakbonden zich bezig met de inhoud van de cao VO. De loonkloof tussen PO en VO staat hoog op de agenda. Die loonkloof is structureel. Er is er een krapte op de arbeidsmarkt voor voldoende bevoegde gymleraren. Uit het onderzoek van APPO blijkt dat er een 'stille reserve' is van 3000 gymleraren, en als je iedereen meerekent misschien wel 7000. Het zijn gymleraren die wel bevoegd zijn, maar niet werkzaam zijn in het onderwijs. Als je het onderwijs voor de 'stille reserve' voor de lange termijn interessant wil maken dan moet je sowieso en hoe dan ook die loonkloof dichten. Dan wordt werken in het basisonderwijs aantrekkelijker. We hopen het dit jaar voor elkaar te krijgen.

Verkenning naar de stille reserve aan vakdocenten VO (onderzoek APPO)



bit.ly/3Jl4ndj

Doel 8

Vergroten van het aantal studentleden. Hoe werft en behoudt KVLO studentleden?

Een van de speerpunten is meer studentleden aantrekken. Tijdens hun studie kunnen studenten zich aanmelden als gratis lid. Voorheen bezochten we alleen de eerste jaars van de ALO's. Vanaf dit schooljaar bezoeken we hen ook als ze in het vierde jaar zitten, om ze vlak voor hun afstuderen goed te informeren over arbeidsvoorwaarden en juridische aspecten van het beroep.

Nadat ze zijn afgestudeerd, kunnen ze vanaf 1 januari juniorlid worden. Juniorlid is vanaf 2022 een nieuw lidmaatschap



2+1+2: wij willen voor alle leerlingen naar vijf uur bewegen op school

tot met de leeftijd van 26 jaar. Onze juristen zullen de vierde jaars dan nog eens, naast de belangenbehartiging, wijzen op de meerwaarde van het lidmaatschap, zoals een beroepsaansprakelijkheidsverzekering, deelname aan studiedagen en cursussen, onderwijskundige en juridische hulp, negen keer per jaar het LO Magazine, wekelijks de nieuwsbrief *Goed Leren Bewegen* en de helpdesk.

Doel 9

Versterken van de afdelingen. Zijn de afdelingen een belangrijke pijler?

Het bureau in Zeist is nauw betrokken bij de afdelingen. De afdelingen zijn de ambassadeurs. Zij organiseren op regionaal en lokaal niveau activiteiten voor de leden. Daarnaast zijn er jaarlijks kaderdagen en de voorjaars- en wintervergadering.

Het gaat ons aan het hart als een afdeling minder goed loopt en zijn altijd bereid een afdeling te ondersteunen, bijvoorbeeld bij het helpen organiseren van een ledenbijeenkomst. We zijn blij dat bijvoorbeeld de afdeling Rotterdam weer heel actief is. We hopen dat de nieuwe besturen van Den Haag en Limburg binnenkort worden geformaliseerd in de ledenvergadering van beide afdelingen.

Doel 10

Het laatste doel: Rekening houden met verwachtingen uit de samenleving over de opbrengsten van bewegen en sport in en rondom de school

Bij de bouwstenen van het *Curriculum.nu* voorstel staan, naast Goed Leren Bewegen ook andere bouwstenen, zoals gezond bewegen en samen bewegen, maar ook bewegen betekenis geven, bewegen regelen en beweegcontexten verbinden. Zie ook de samenvatting van *Curriculum.nu*: www.curriculum.nu/voorstellen/bewegen-sport/samenvatting-bewegen-sport/. Als je aan iemand vraagt waarom is er gym, dan zeggen ze bijna allemaal iets over gezondheid en sociale ontwikkeling als belangrijk effect. In die bouwstenen wordt daar nadrukkelijk op ingegaan, daarin staat wat de samenleving van ons verwacht. Dat is meer dan alleen goed leren bewegen. Met goed leren bewegen, zijn we met 2+1+2 ook bezig met goed laten bewegen. ●

EN VERDER

BONUS

ARTIKEL

D&P en Sport & Bewegen: een gouden combinatie!

Dienstverlening & Producten (D&P), het meest brede profiel op het vmbo zorgt voor een brede basis op weg naar het mbo. Uitdaging en kans voor veel scholen is om D&P te combineren met andere vakken. En dit kan, met succes! D&P is de brug tussen theorie en praktijk en uitermate geschikt als basis voor een breed palet aan profielvakken. Leerlingen komen daardoor op vele uiteenlopende vlakken tot ontwikkeling en tot hun recht.

| **Tekst** André Vurens en Michalis Geromarkakis

Wat is D&P?

Dienstverlening & Producten is het profiel van de toekomst. Bij de vernieuwing van het vmbo in 2017 zijn de vroegere 35 sectorale beroepsgerichte vakken ondergebracht binnen tien nieuwe profielen, waaronder D&P (Platforms vmbo, 2017). Binnen dit profiel krijgen de vmbo-leerlingen les in vier profielmodulen. Dit naar keuze van de school aangevuld met alle mogelijke keuzevakken die binnen het vmbo worden aangeboden. Deze modulen zijn: (1) Organiseren van een activiteit, (2) Presenteren, promoten en verkopen, (3) Product maken en verbeteren, en (4) Multimediale productie maken (Kerkhoffs, 2016). D&P is een diplomagericht examenvak en wordt afgesloten met het Centraal Schriftelijk en Praktisch Eindexamen (CSPE).

Sport & Bewegen

- LO/K/1. Oriëntatie op leren en werken
- LO/K/2. Basisvaardigheden
- LO/K/3. Leervaardigheden in het vak Lichamelijke Opvoeding
- LO/K/4. Spel
- LO/K/5. Turnen
- LO/K/6. Bewegen op muziek
- LO/K/7. Atletiek
- LO/K/8. Zelfverdediging
- LO/K/9. Actuele bewegingsactiviteiten



De vier vakmodulen in combinatie met de brede range van keuzevakken lenen zich uitermate goed om op een concrete, ervaringsgerichte manier te werken. De leerlingen gaan op een praktische manier aan de slag, onderbouwd door en reflecterend op verwante theorieën. Dit is een uitgelezen kans om de algemene vakken aan de praktijk te koppelen. Een goed voorbeeld hiervan is de verbinding tussen D&P en Sport & Bewegen (S&B).

D&P en de keuzevakken vmbo

Binnen het keuzevak 'Ondersteunen bij sport- en bewegingsactiviteiten' (OSBA) werken leerlingen vanaf vmbo-3 aan de eindtermen (K/ZW/11). Door deze termen te koppelen aan D&P-modulen, zoals het organiseren van een activiteit, is het mogelijk om leerlingen in een betekenisvolle en contextrijke omgeving aan deze eindtermen te laten werken. Geen simulatie van de werkelijkheid maar een echte activiteit.

De vier profielmodulen binnen D&P

Bij het organiseren van een sportdag komen alle vier de profielmodulen aan bod.

1. De leerlingen organiseren de sportdag van planning (financieel, praktisch en organisatorisch) tot en met voorbereiding en opbouw.
2. De leerlingen presenteren en promoten de sportdag.
3. De leerlingen maken de prijzen voor de sportdag (3D print prijzen, voedzame lunch, T-shirts bedrukken etc.)
4. De leerlingen maken instructiefilmpjes voor de scheidsrechters van de sporten op de sportdag en maken een eenvoudige website waarop de deelnemers zich kunnen opgeven.



3D-geprint prijzenpodium, gemaakt en ontworpen door leerlingen D&P.

Eén van de eindtermen van OSBA is deeltaak 11.2: Voor een doelgroep een eenvoudig sportevenement of toernooi organiseren en uitvoeren. Binnen de organisatie van de sportdag is deze eindterm een goed voorbeeld van 'leerstof' welke aan bod komt. Waar leerlingen nu nog vaak aan fictieve activiteiten werken, bieden deze activiteiten een fantastische uitdaging voor de leerlingen en voor de docenten. Docenten Lichamelijke Opvoeding (LO) en docenten D&P kunnen als opdrachtgever fungeren en daarmee de leerlingen een verantwoordelijkheid geven voor het uitvoeren van de organisatie, de promotie, het fabriceren van de noodzakelijke hulpmiddelen en het maken van een multimediale productie van deze activiteit.

Dienstverlening en Producten gaat over alles wat je doet of maakt voor een ander. Dit is natuurlijk mogelijk door op een, meer traditionele, leerstofgerichte manier aan te leren

Voeding & Beweging

K/D&P/4.3. Voor een bepaalde doelgroep een bewegingsactiviteit in de open lucht organiseren en uitvoeren.

waarbij het vak zelf als uitgangspunt dient en de leerstof algemener is. Echter zijn de profieltaken binnen D&P juist beroepsmatig geformuleerd (SLO, 2020). De doelen staan vast, de inhoud is vrij. Daardoor ontstaat de kans voor scholen om deze inhoud via beroepsgerichte opdrachten in het PTA aan te bieden aan de leerlingen. Deze beroepsgerichte opdrachten gaan echt ergens over, gekoppeld aan het inhoudelijk profiel binnen het vmbo. Zoals bijvoorbeeld het organiseren van de sportdag.

De 'gouden combinatie' tussen D&P en S&B wordt op sommige scholen ook al toegepast. Het Candea College te Duiven is bezig om deze twee vakken te laten samenwerken. Tjeerd Dijkstra is zo'n docent die de meerwaarde van samenwerking ziet tussen de twee vakken. Op het Candea College worden de EHBO-lessen en de Bewegen & Meten lessen al gecombineerd. Snelheidsmetingen, weten wat je hartslag is en reanimeren komen tijdens de lessen aanbod. Tjeerd ziet hier 'mooie' kansen liggen voor andere scholen. Hij benoemt ook de sportdagen en de verschillende rollen die leerlingen kunnen aannemen. De D&P leerlingen zorgen voor de Promotie & Marketing, de S&B leerlingen voor de sportactiviteiten en de doordraaischema's. Tjeerd vindt het leren in een echte situatie meer effect hebben dan in een fictieve.

Als vmbo-school liggen er veel mogelijkheden om door middel van het vak(profiel) D&P verbindingen aan te gaan

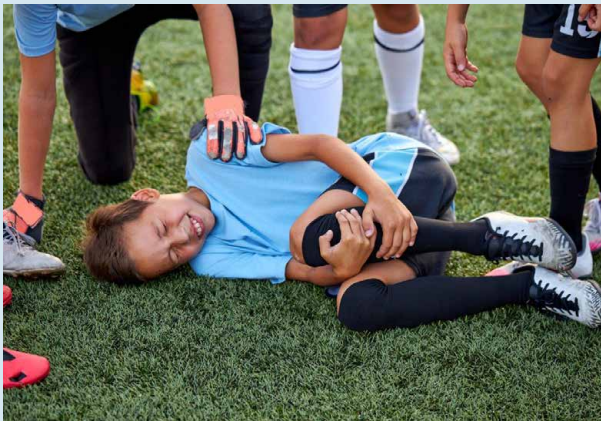
Ondersteuning bij sport- en bewegingsactiviteiten

1. Informatie verstrekken over mogelijkheden om te bewegen en te sporten in de eigen regio.
2. Voor een doelgroep een eenvoudig sportevenement of toernooi organiseren en uitvoeren.
3. Assisteren en instructie geven bij sport- en bewegingsactiviteiten.
4. Omgaan met de veiligheid en het voorkomen van blessures.
5. Assisteren bij de uitvoering van bewegingsprogramma's.



Voorkomen van ongevallen en EHBO

- 12.1. Assisteren bij activiteiten op het gebied van veiligheid en risicopreventie.
- 12.3. In actuele situaties handelen volgens het 5 stappenplan.
- 12.4. Stoornissen in een vitale functie signaleren en direct professionele hulp inschakelen.
- 12.5. Aan de hand van de ongevalssituatie en de verschijnselen letsels herkennen en vaststellen van de noodzakelijke basis handelingen en deze uitvoeren (Eerste Hulp B)



binnen de school waardoor het onderwijs voor leerlingen een meer contextrijke vorm van leren wordt. Bij het Candea College en Koninklijke Visio is deze samenwerking tussen diverse vakken steeds meer zichtbaar in het onderwijs. ●



Bronnen

www.platformsvmbo.nl/profielen/dienstverlening-en-producten
www.cito.nl
www.slo.nl/handreikingen
www.candea.nl
www.visio.org
www.aereshogeschool.nl

Contact

m.geromarkakis@candea.nl
andrevurens@visio.org

André Vurens is docent D&P bij Koninklijke Visio.
Michalis Geromarkakis is docent LO en Docent D&P bij Candea College. Beiden zijn deeltijdstudenten aan de opleiding docent en kennismanager *Dienstverlening en Producten*, Aeres hogeschool Wageningen.

Foto's

André Vurens en Michalis Geromarkakis

Kernwoorden

vmbo, dienstverlening & producten, sport & bewegen, vakmodulen, keuzevakken

ONDERWIJS

BONUS

ARTIKEL

Veiligheid en aansprakelijkheid post-corona

De afgelopen anderhalf jaar heeft covid-19 een negatieve invloed gehad op het bewegen en daarmee het welzijn van de leerlingen. Dit resulteerde in minder gym, aangepaste lessen in verband met buitengymles en minder naschools bewegen en sporten. Onderzoek door het Mulier instituut (Vrieswijk, Balk & Singh, 2021) heeft bij het primair onderwijs aangetoond dat leerlingen minder vaardig zijn geworden op vooral balanceren en dat zwakke bewegers minder goed zijn gaan bewegen. Een trend die ook al voor Covid-19 zichtbaar was. Deze stagnatie in de ontwikkeling kan ertoe leiden dat leerlingen en/of leerkrachten het beweegniveau overschatten. Dit kan leiden tot meer ongelukken in de gymzaal. | [Tekst Team Onderwijs KVLO](#)

Covid-19 kan invloed hebben op het klas-senklimaat en het groepsdynamisch proces en daardoor op de pedagogische veiligheid binnen de gymles. Het was een periode waar vooral het voortgezet onderwijs langere tijd te maken heeft gehad met beperkte contactmomenten. Hier leggen we de focus op fysieke veiligheid.

Fysieke veiligheid

Onder fysieke veiligheid verstaan we de inrichting van de zaal of bewegomgeving. Liggen er matten, hoe zijn de kasten geplaatst, is er voldoende beveiligd en met

de juiste materialen? Past de opdracht bij het niveau van de leerlingen, is er een juiste methodische opbouw door de schooljaren heen, is er voldoende toezicht en was de instructie duidelijk genoeg? Dit zijn voorbeelden waar na jaren van onderwijs automatismen in zijn ontstaan waardoor hierbij de lesvoorbereiding en/of instructie kort of geen aandacht aan besteed werd. We moeten ons bewust zijn dat we wat diepgaander moeten instrueren om de bewegingssituatie veilig in te richten. Door minder bewegingsonderwijs en een gebrek aan sporten tijdens corona ontstaat er een nieuwe beginsituatie qua beweegniveau. Niet alleen het beweegniveau maar ook het contact met hulpverleners zijn de leerlingen ontwend, hoe moeten leerlingen elkaar hulpverleners in groep 7-8 en in het VO?

De effecten van minder bewegen

De effecten van minder bewegen kun je bijvoorbeeld terugzien bij ringzwaaien, omdat leerlingen dit mogelijk minder lang kunnen volhouden. De kans op loslaten is groter, waardoor het belang van de juiste instructie toeneemt. 'We zwaaien 10x met de voeten voor', kan al leiden tot leerlingen die ver over hun grens moeten gaan met alle gevolgen van dien. Automatismen zoals de greep bij het ringzwaaien kunnen verwaterd zijn en zullen specifieke aandacht nodig hebben. Het is dus zaak dat de vakleerkracht hierop inspeelt en over nadenkt.



Covid-19 kan invloed hebben op het klimaat en het groepsdynamisch proces en daardoor op de pedagogische veiligheid binnen de gymles

Verantwoordelijkheid bij ongelukken

Als vakleerkracht zal je door het afnemende beweegniveau meer te maken krijgen met risico's op ongelukken. En zal de vakleerkracht meer focus leggen op de veiligheid in een les bewegingsonderwijs.

Het bevoegd gezag heeft een zorgplicht richting de leerlingen en die strekt zich ook op de verplichting te zorgen voor een veilige leeromgeving. Voor bewegingsonderwijs betekent dit onder meer dat een bevoegd (vak)leerkracht de lessen verzorgt en dat de school/directie hier verantwoordelijk voor is en op moet toezien.

Naast bevoegdheid speelt ook altijd de bekwaamheidseis. Als bevoegd persoon ben je bevoegd voor het geven van alle leerlijnen. Het wil echter niet altijd zeggen dat je hiervoor ook direct bekwaam bent, denk hierbij aan het zeke- ren bij klimmen of bij freerunning situaties. Voel je je niet bekwaam genoeg, dan is het advies om een extra scholing hiervoor te volgen.

Ben je onbevoegd als lesgever dan ben je voor alle facet- ten van bewegingsonderwijs niet bevoegd. Het geven van een 'spelles' tijdens bewegingsonderwijs of onderdelen van de les bewegingsonderwijs behoren dan niet tot de mogelijkheden.

Met een toenemende krapte in de arbeidsmarkt op het gebied van bevoegde (vak)leerkrachten staan de lessen bewegingsonderwijs steeds vaker onder druk. Een bestuur overweegt in sommige gevallen om niet bevoegde sport- leiders (MBO S&B) of andere constructies in te zetten om de lessen bewegingsonderwijs doorgang te kunnen geven. Hiermee wordt regelmatig in strijd gehandeld met de bevoegdheidswetgeving met onder meer gevolgen voor de kwaliteit en veiligheid van het onderwijs en een vergoot risico op aansprakelijkheid als er iets mis gaat.

De bevoegdheden voor het bewegingsonderwijs in het PO kunt u vinden op de site van de KVLO.

Factsheet Bevoegdheden primair onderwijs & speciaal onderwijs



bit.ly/3gZIsTK

Aansprakelijkheid

Persoonlijke aansprakelijkheid voor een bevoegde leerkracht komt zelden voor. Het primaire aansprakelijkheidsrisico ligt bij de werkgever/school. Alleen bij aantoonbaar opzettelijk of bewust roekeloos handelen kan een leerkracht persoonlijk aansprakelijk worden gesteld. Voor persoonlijke aansprakelijkheid voortkomend uit je werkzaamheden in loondienst (als werknemer) ben je in beginsel verzekerd via de KVLO.



Automatismen zoals de greep bij het ringzwaaien kunnen verwaterd zijn en zullen specifieke aandacht nodig hebben

Ongelukken in de zaal

Zorg voor verantwoording van het handelen door gebruik te maken van een EHBO- en ongevallen-protocol. In het protocol beschrijft de school de te nemen stappen bij een ongeluk in de gymzaal en bijvoorbeeld hoe te registreren na het ongeluk.

Als er een ongeluk is gebeurd in de gymzaal denk dan aan paar handige tips:

- Maak een foto van de situatie zoals die was tijdens het ongeluk.
- Draag zorg voor goed contact met ouders en leerling, bellen is altijd fijn.
- Schrijf direct dezelfde dag op wat er is gebeurd, *voordat je ervaring vertroebeld*.
- Maak een ongevallenregistratie op de wijze die op school is afgesproken.
- Twijfel je over de toestand van de leerling of kan je de situatie niet goed inschatten, schakel dan de BHV'er in en bel zo nodig 112 (het personeel van de meldkamer kan gezamenlijk met je goed inschatten of bijvoorbeeld een ambulance nodig is).

EHBO-opleiding volgen is geen verplichting, maar van- zelfsprekend wel een advies. Je bent dan meer bekwaam in handelen na een ongeval. Je directie kan dit ook verplicht stellen als voorwaarde voor het geven van bewegingsonderwijs.

Als naslagwerk is het van belang om een vakwerkplan te hebben waarin er een methodische opbouw door de leer- jaren heen weergegeven wordt. Bij eventuele aansprakelijk- heidskwesties ondersteunt het vakwerkplan de verantwoor- ding van het handelen van de vakleerkracht. ●



Bron

Vrieswijk, S., Balk, L., & Singh, A.S. (2021). *Gevolgen van de coronamaatregelen voor de motorische ontwikkeling van basisschoolkinderen*. Utrecht: Mulier Instituut.

BONUS

TER DISCUSSIE

ARTIKEL

Breed motorisch opleiden, een kritische blik

Gelukkig is er steeds meer aandacht voor bewegen, gezondheid en motoriek. Niet alleen in vakliteratuur maar ook via webinars, scholingen en de lokale en landelijke media, wordt kennis en informatie gedeeld. Bewegen en gezondheid is hot. Steeds meer deskundigen, stakeholders, opiniemakers, schrijvers en andere belanghebbenden geven gevraagd en ongevraagd hun mening, al dan niet gebaseerd op (wetenschappelijke) kennis en gedreven/gemotiveerd door (eigen) belang. Belangen zoals: product- of kennisverkoop, waarschuwen van (delen van) de samenleving, beleid en gewin. Vraagt al die aandacht niet ook om een kritische blik? | [Tekst Jaap Verhagen](#)

Wanneer ik lees wat er op internet, in vakliteratuur en via andere media wordt beweerd over wat er zou moeten gebeuren om het aanleren van bewegen te verbeteren, schrik ik regelmatig. De aannames, beperkte onderzoeken en daaraan gekoppelde inzichten buitelen over elkaar heen. In dit artikel plaats ik enkele kritische vragen bij inzichten en conclusies die worden getrokken en die volgens mij veelal verfijning behoeven.

Mijn scepsis komt voort uit eigen ervaringen, gesprekken met collega's en literatuur die ik lees. Breed Motorisch Opleiden (BMO) definieer ik als aandacht voor een bre(e)d(er) scala aan motorische vaardigheden. Bijvoorbeeld binnen hockey niet alleen aandacht voor het pushen en stoppen van een hockeybal, maar juist ook aandacht voor wenden en keren en het belang van een goed evenwicht om dat goed te kunnen. BMO wordt regelmatig bejubeld, waarbij de totale onderwijs- en mensvisie van de jubelaars buiten beeld blijft, of niet aanwezig is. Het lijkt dan net alsof (motorisch) opleiden vanzelf beter wordt als deze maar breed (genoeg) is. Ik zie ook vaak een vrij eenzijdig beeld met een sterke nadruk op cijfers en resultaten. Ik mis hierin de nuance van een bredere kijk op (motorische) ontwikkeling. Hoe wordt het kind geholpen om in de wereld te staan? Welke visie wordt uitgedragen? Deze visie blijft





vaak onderbelicht. Uitwerking van een (opleidings-/mens-/kind)visie is vaak beperkt of ontbreekt zelfs helemaal.

De claim van BMO

In een overzichtsartikel uit 2020 schrijven Hoofwijk et al dat de breed motorische ontwikkeling (BMO) claimt bij te dragen aan drie aspecten (Hoofwijk et al, 2020):

Een verbetering van de gezondheid, een vergroting en/of verbreding van de sportparticipatie en aan persoonlijke ontwikkeling. Welke persoonlijke ontwikkeling wordt in dat artikel niet helemaal duidelijk.

Het Athletic Skills Model (ASM) (www.athleticskillsmodel.nl), Multimove (www.sport.vlaanderen/sportactiviteiten/voor-elke-leeftijd-wat/multimove/), Eco-coach (www.eco-coach.nl), Nijntje beweegdiploma (www.dutchgymnastics.nl/beweegdiploma/) en Monkey Moves (www.monkeymoves.com) zijn voorbeelden van aanbieders die een programma verzorgen dat bijdraagt aan een brede motorische ontwikkeling. Het valt op dat de uitwerking van de diverse BMO-programma's per aanbieder verschillend is.

Mijn eerste kritische vraag is deze: Hoe wordt deze breed motorische ontwikkeling vormgegeven bij kinderen die minder plezier beleven aan bewegen, bij kinderen die minder goed kunnen meekomen en moeite hebben om samen met andere kinderen te bewegen?

Ten tweede is er de vraag naar hoe breed deze ontwikkeling is. En is het aanbieden van (deze) bewegingsactiviteiten/oefeningen dan voldoende en welke activiteiten/oefeningen zijn dit dan precies? Zijn er ook minder geschikte

activiteiten? Wat maakt activiteiten geschikt en waar is dit dan van afhankelijk?

Een sprong voorwaarts

Kenniscentrum sport & bewegen (www.kenniscentrum-sportenbewegen.nl) citeert, onder andere op haar website, Marieke van der Plas, directeur van de KNGU, die zegt dat ouders een sprong ervaren in de ontwikkeling van hun kind na het doorlopen van een BMO-programma. Over welke ontwikkeling gaat het dan? Gaat dat om motorische ontwikkeling? Cognitieve ontwikkeling of sociaal en emotionele ontwikkeling? Of alle drie? En was die sprong eerder niet zichtbaar? En hoe komt dat dan? Door het programma of door de trainers of door beide? Of enkel door het feit dat kinderen meer bewegen? Sommige programma's leiden ook trainers op. Bij welke groepen worden deze trainers dan ingezet? Is daar beleid op gemaakt? Worden die trainers begeleid? Wat is dan het verschil tussen wel en niet opgeleide trainers? Hoe worden die verschillen erkend en eventueel 'opgelost'?

Zijn de trainers die een dergelijk programma niet gevolgd hebben, minder in staat om breed op te leiden en wat zijn dan hun pedagogische, didactische en methodische tekorten? Is er enig wetenschappelijk bewijs dat een BMO-programma betere resultaten oplevert, dan een niet BMO-programma? En welke concrete resultaten zijn dit dan? En is het dan ook niet 'logisch' dat BMO-geschoolde trainers en begeleiders worden ingezet bij de jongste jeugd?

Het feit dat de beginnende, en de vaak minst 'goede' trainers, de trainingen geven aan de minst vaardige spelers bij een sportclub. Is dit niet een veel grotere belemmering, dan het wel of niet breed motorisch opleiden van bijvoorbeeld de onder 8 voetballers?

Homo Adidas

BMO propageert een andere manier van denken over sporten, spelen en bewegen. Zo klinkt de visie die ASM uitdraagt in eerste instantie erg kindgericht. 'Het ASM draagt bij aan een optimale (talent)ontwikkeling voor ieder kind en adolescent van elk bewegingsniveau. De leerling staat centraal in een andere manier van denken over bewegen. Hierdoor ontstaat een kwaliteitsslag in bewegen, wat leidt tot minder blessures, meer creativiteit en een verbetering van de fitheid.'

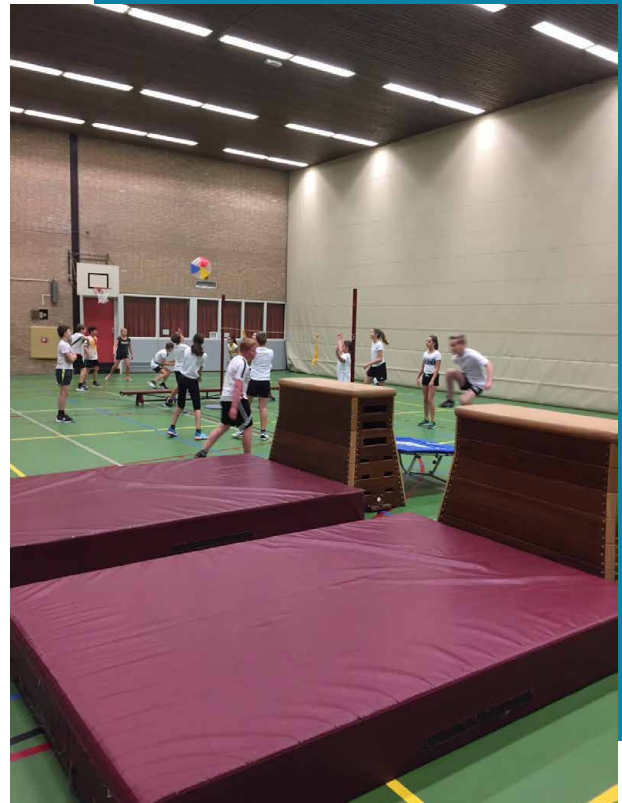
De MQ-scan (www.mqscan.nl), die zich baseert op het gedachtegoed van ASM, is meer uitgesproken in haar keuze. 'Motoriek speelt een cruciale rol in de gezondheid van kinderen. MQ Scan heeft een unieke methode ontwikkeld om de motorische ontwikkeling van kinderen te meten én verbeteren in de basisschooltijd. Snel, simpel en betrouwbaar', zo is te lezen op de site.

In dit verband wil ik de steeds populairder wordende physical literacy-gedachte (Whitehead, 2010) onder de aandacht brengen. Het tijdschrift LO Magazine nummer 8 van 2019 is volledig gewijd aan dat thema. In dezelfde editie worden de uitgangspunten van de physical literacy-gedachte door

Brouwer en Jacobs besproken. In een kritische verkenning onderzoeken ze welke meerwaarde dit concept kan hebben ten opzichte van 'meervoudige deelnamebekwaamheid'. In hoeverre leren kinderen meer dan alleen bewegen en worden ze dus ook bekwaam in bijvoorbeeld samenwerken, doorzetten, overleggen, structureren, nadenken, verbanden leggen, et cetera, als algemene doelstellingsformulering voor het bewegingsonderwijs? Om de vergelijking compleet te maken nemen zij de visie van Biesta het concept Positive Youth Development (PYD) in hun reflectie mee. PYD is een pedagogische aanpak waarin de positieve persoonlijke ontwikkeling van kinderen centraal staat. Een ontwikkeling die op maat wordt vormgegeven, met aandacht voor de persoonlijkheidskenmerken van ieder kind. Een ontwikkeling waarbij motoriek altijd een relatie heeft met fysieke, cognitieve en sociaal/emotionele ontwikkeling.

Brouwer en Jacobs (2019) komen tot de conclusie dat er voldoende aandacht wordt besteed aan de meervoudige deelnamebekwaamheid maar dat het domein subjectivering waarover Biesta (2015) spreekt, nogal in de schaduw blijft. Het kind dat als het ware in de wereld, deze leert ontdekken, exploreren, bespelen en manipuleren. Krijgt het kind voldoende mogelijkheden om de wereld waarin zij beweegt zelf te ontdekken en zelf betekenis te geven aan die beweegomgeving? Of is deze vooral door de beweegprofessional vormgegeven middels (gestandaardiseerde) voorschriften vanuit een aangeleerde methodiek en didactiek?

Wat mij ook opvalt is dat persoonlijke ontwikkeling en sociaal/emotionele ontwikkeling uit elkaar worden gehaald



door het Kenniscentrum Sport Bewegen. Is sociaal/emotionele ontwikkeling niet een onderdeel van de persoonlijke ontwikkeling, net als de fysieke, motorische en cognitieve ontwikkeling? Een kritiek van Davids (2021) die beweert dat de over-gestructureerde aanpak in *deliberate practise* juist zorgt voor veel sport drop-outs en pleit voor een meer ecologisch dynamische benadering waarbij de nadruk eerst op kinderen dient te zijn en dan pas op atleten.

De claim dat een brede motorische ontwikkeling zorgt dat ieder kind met plezier gaat en blijft sporten en bewegen, een leven lang, lijkt dan ook niet meer dan een deel van de waarheid. Als die ontwikkeling niet zo breed is, maar wel gericht op het eigen kunnen en eigen beleven, zal het kind en later de volwassene zijn leven lang blijven bewegen. Extra aandacht, extra plezier, niet alleen uit meer succes, maar ook uit herhaald succes en samen succes lijken van wezenlijk belang voor een levenslange deelname aan sportactiviteiten.

Zijn kinderen voor hun optimale ontwikkeling meer gebaat bij motorisch vaardigheden of juist ook bij sociale, cognitieve en mentale vaardigheden? Welke mate van vaardigheid is belangrijk? Is het belangrijk om daar een maat aan te hangen? En wie bepaalt dat uiteindelijk?

Hoe dan wel? Dat kan ik niet exact zeggen. Wel wordt mij helder dat ik de ontwikkelingen kritisch wil blijven bevragen op hun onderliggende uitgangspunten en hun geclaimde resultaten en successen. En daarbij mag zo af en toe best wat meer nuance worden aangebracht.



Ik kan mij niet aan de indruk onttrekken dat initiatieven en inzichten soms wel heel gemakkelijk in de armen worden gesloten, zonder dat mensen zich afvragen in hoeverre deze nieuwe ontwikkelingen passen binnen hun eigen mens-, opleidings- en onderwijsvisie en de manier waarop je die vorm zou willen geven. ●



Bronnen

- Biesta, (2015). *What is Education For? On Good Education, Teacher Judgement, and Educational Professionalism*. European Journal of Education, January.
- Brouwer, B., & Jacobs, F. (2019) Bewegingsonderwijs: Doen we nog de goede dingen? Een kritische reflectie op het bewegingsonderwijs vanuit drie perspectieven. *LO Magazine*, 107 (8), 6-1.
- Culp, B. (2020). *Everyone matters; eliminating dehumanizing practices in physical education*. Joperd (1).
- Davids, K. (2021). *Blowing the whistle on traditional sports coaching*, Sheffield Hallam University.
- Dekkers, M. (2006). *Lichamelijke oefening*. Amsterdam: Atlas Contact Uitgeverij.
- Dijkhoff H. (2016). *Motorisch leren, stand van zaken*. *LO Magazine*, 104 (7), 6-7.
- Hadders-Algra, M. en Dirks, T. *De motorische ontwikkeling van de zuigeling*. Springer, 2000
- Hoofwijk, M. et al (2020). *Brede motorische ontwikkeling van kinderen Nut en noodzaak*, Sportgericht (6).
- Levine, J. (2007). Nonexercise activity thermogenesis. Liberating the life-force. *Journal of Internal Medicine*.
- Mann, T. (2015). *Secrets from the eating lab*. Harper.
- Chiara, V. de (2010). *Voluntary exercise and sucrose consumption enhance cannabinoid CB1 receptor sensitivity in the striatum*. Neuropsychopharmacology.
- Platvoet, S., Teunissen, J.W., & Rözer, M. (2016). Bewegen moet je leren. *LO Magazine* 104 (7), 34-37.
- Safron, C., & Landli, D. (2021). *Beyond the beebies; affect, Fitness Gram, and diverse youth*, Sport, Education and Society.
- Whitehead, M. (2010). The Concept of Physical Literacy. In M. Whitehead (Ed.): *Physical Literacy throughout the Life Course* (10-20). Abingdon, Oxford: Routledge.

<https://www.allesoversport.nl/thema/beweegstimulering/met-het-asm-krijgt-ieder-talent-de-ruimte/>
<https://www.sportknowhowxl.nl/nieuws-en-achtergronden/nieuwsberichten/nieuwsbericht/124877/een-breed-motorische-ontwikkeling-als-sleutel-tot-een-leven-lang-plezier-in-sport-en-bewegen>
<https://www.sportknowhowxl.nl/nieuws-en-achtergronden/nieuwsberichten/nieuwsbericht/125833/>

Contact

jaapverhagen@me.com

Jaap Verhagen is opgeleid als docent bewegingsonderwijs en gezondheidszorg en welzijn en behaalde een master in leren in innoveren. Hij is werkzaam (geweest) als (opleidingsdocent) bewegingsonderwijs in PO, VO, MBO en HBO en als coach en opleider in de sport- en fitnessbranche. Voor meer informatie: www.veronon.nl

Kernwoorden

motorisch leren, breed motorisch opleiden, onderwijsvisie, persoonlijke ontwikkeling, subjectivering, doelstelling

Om niet alleen te schrijven, maar juist ook te proberen bewegingsonderwijs en sport te verbeteren ga ik graag met mensen in gesprek. Het platform sport is in oprichting. Een plaats waar mensen kunnen samen denken, kunnen innoveren, kennis kunnen halen en brengen, kortom elkaar kunnen helpen om betere beweegprofessionals te worden. Klopt er zijn al veel andere initiatieven. Wil je echter graag je blik verruimen en spreekt de tekst in dit artikel je aan neem dan contact op via jaapverhagen@me.com

BONUS

TOPIC

ARTIKEL

Effectief coachen tijdens de gymles

Dit artikel gaat in op de kracht en mogelijkheden van het trechtermodel. Dit model biedt handreikingen om leerlingen nog beter te begeleiden door meer af te stemmen op wat ze nodig hebben en door rekening te houden met hun kwaliteiten en mogelijkheden. | **Tekst** Theo de Groot en Roos Hanemaaijer

Onvoorwaardelijke acceptatie ligt besloten in de psychologische basisbehoeften en is waar het om draait in het onderwijs. Onderwijs is de plek waar kinderen met verschillende kwaliteiten en mogelijkheden bij elkaar komen om te leren en te spelen, om zich zo optimaal te ontwikkelen. Binnen deze inclusiviteit, ofwel iedereen hoort erbij, speelt diversiteit per definitie een grote rol. Diversiteit gaat over het samen optimaal realiseren van doelen door alle kwaliteiten beter te benutten. Dit is precies wat inclusiviteit is en dit heeft gevolgen voor wat er in de zaal gebeurt en hoe.

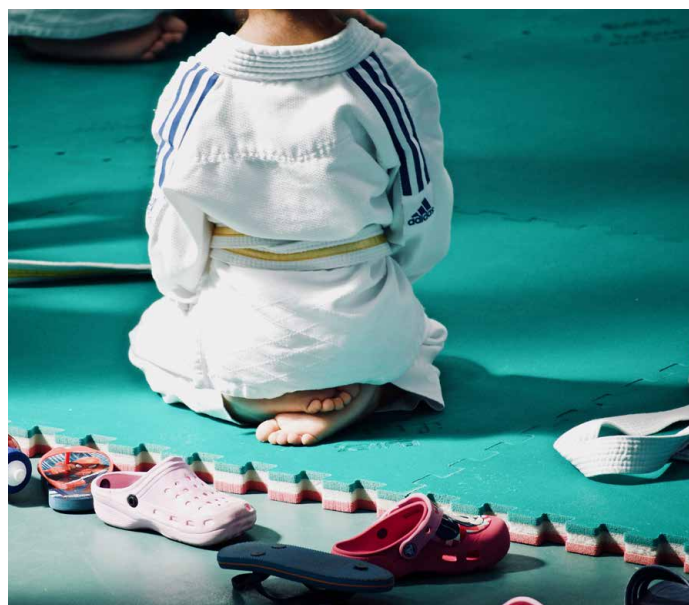
Informatiestroom

Als vakdocent ben je 'de spin het beweegweb'. Van verschillende kanten komt er informatie op je af. De laatste jaren is deze informatieoverdracht in een stroomversnelling geraakt. Hoe zorg je voor overzicht in deze informatiebrij? En belangrijker nog; hoe zet je al deze informatie om in een effectieve begeleiding?

Speciaal hiervoor ontwikkeld is het trechtermodel. Een model dat kan helpen om het optimale uit jezelf én je leerlingen te halen.

Effectief coachen

Effectief coachen is doelgericht en verspilt zo min mogelijk energie (Hanemaaijer-Slottje et al, 2021). Dit houdt in dat je kiest voor de best bewezen methodes uit de praktijk én ook vanuit de theorie. Daarbij stem je deze optimaal af op jouw leerlingen. Effectief coachen gaat efficiënt om met de beschikbare tijd en voorkomt onnodige frustraties, waardoor het beweegplezier en de beweegprestaties toenemen. Samenvattend kun je zeggen: Effectief coachen en begeleiden gaat over 'doen wat werkt'.



Onderzoeks-geïnformeerde aanpak

Om effectief te kunnen coachen moet je weten dat niet alles bij iedereen, bij elke leerling en iedere groep en in dezelfde context, ook steeds hetzelfde resultaat geeft. Maar er zijn zeker handreikingen die impact hebben en die ondersteunend zijn. Door op de hoogte te zijn van deze hulpmiddelen, kan jij als docent de beste keuze maken voor jouw leerlingen. Het is belangrijk dat ontwerpers van beweegarrangementen en regisseurs van leerinterventies, wat we toch steeds zijn, gebruikmaken van de voorhanden kennis. Daarom zijn binnen het effectief coachen de kennis van de leerling, van de coach, van collega's, maar zeker ook vanuit de wetenschap belangrijke onderdelen.

Figuur 1 Trechtermodel



Praktijkgerichte aanpak

Toch kom je er niet met kennis alleen. Want er is niet één gouden formule die bij iedereen werkt. Je zal ook rekening moeten houden met de eigenheid van zowel je sporter, alsook van jezelf als docent en begeleider. Met eigenheid bedoelen we hier, naast het karakter van iemand, ook de fysieke, mentale en emotionele toestand.

Trechtermodel

Als basismodel voor het effectief coachen en begeleiden is het trechtermodel ontwikkeld (zie figuur 1).

De afbeelding van het trechtermodel laat de volgende drie pijlers zien:

- 1 Kennis en eigenheid van de leerling(en) (behoeften)
- 2 Openstaan voor wetenschap en collega's (achtergrondinformatie)
- 3 Kennis en eigenheid van de docent (ervaring)

De trechter zelf staat hierbij voor de specifieke bewegingssituatie waar je een oplossing voor moet vinden. Bekijk eventueel ook de ondersteunende video, gemaakt voor sportcoaches. Scan de QR-code naar de video.

Video 'Trechtermodel voor het coachen van sport en bewegen'



bit.ly/3523qOF

Voorbeeld toepassing trechtermodel

Stel dat een leerling wel geïnteresseerd is in het doen van MRT-oefeningen om beter te worden in bewegen (eigenheid leerling), maar deze oefeningen niet begrijpt (kennis leerling). Hij begrijpt vooral niet waarom deze oefeningen zouden kunnen helpen. In deze situaties, vraag je je als docent soms ook af hoe het nu precies zit en heb je wellicht ook niet helemaal helder waarom deze oefeningen zouden kunnen helpen.

Je gaat jezelf daarom verder informeren en zet hiermee de tweede pijler in. Je gaat op zoek naar antwoorden in de literatuur (openstaan wetenschap). Alleen kom je er niet uit en je roept de hulp van een collega in (openstaan collega's). Samen bespreken jullie 'het probleem' en komen erachter hoe het precies in elkaar zit. Deze informatie geef je terug aan je leerling(en) die graag alles in detail wil weten. Je merkt dat je eigen kennis hierdoor verbetert (kennis vakdocent).

De verkregen informatie integreer je in het geheel van jouw body of knowledge. Jij weet tenslotte het beste wat bij jou als vakdocent past (eigenheid vakdocent).

Door consequent deze drie pijlers in te zetten, gebruik je het beste van de beschikbare informatie; vanuit jouw eigen ervaring, de ervaring van collega's en de praktijk. Maar ook de informatie vanuit de wetenschap en dat wat het meest passend is voor jouw specifieke leerling(en).

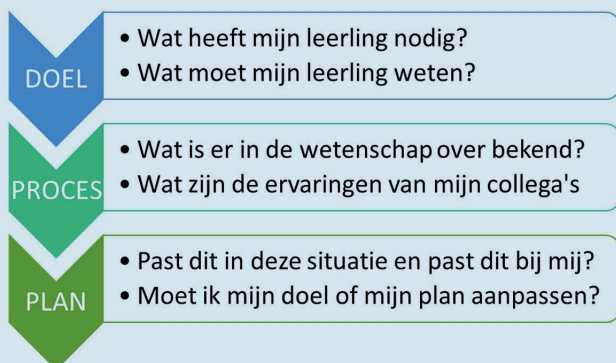
In de praktijk

Deze drie pijlers zien er mogelijk interessant uit, maar wat betekenen ze voor de praktijk?

In de praktijk betekent het trechtermodel dat je bij het bedenken van een oplossing voor jouw leerling(en), in een beweegspecifieke situatie, de volgende stappen doorloopt (zie figuur 2) (Hanemaaijer-Slottje et al, 2021):

Je stelt eerst het doel vast aan de hand van wat jouw leerling(en) nodig heeft. Daarna bekijk je de informatie vanuit de wetenschap en de praktijk voor een eventuele oplossing. Afsluitend kijk je of de oplossing past in deze situatie en bij jou als docent. We lichten dit toe met een praktijkvoorbeeld.

Figuur 2 De stappen van het trechtermodel



Praktijkvoorbeeld 1

Stel dat je bezig bent met een judoles en er is een leerling die weigert de judorol te doen. Je wilt graag weten wat hij nodig heeft en wat hij moet weten, maar het enige wat de leerling zegt is: "Ik wil het gewoon niet doen."

Doel

Je wilt graag weten waarom de leerling weigert om een judorol te maken. Is hij bang? Heeft hij geen zin? Is hij boos? Wat is er aan de hand? Je weet het niet en begint met de zoektocht om erachter te komen, zodat je mogelijke aangrijpingspunten hebt voor een volgende keer. Jouw doel is dus: erachter komen waarom de leerling geen judorol wil maken.

Proces

Na de les bespreek je de situatie met een collega. Hij geeft aan, bij dit soort uitdagingen, de vragen vanuit het didactisch coachen handig te vinden. Hij verwijst je naar een specifiek artikel, dat je gaat lezen.

Op basis van dit gelezen artikel neem je je voor om te oefenen met het stellen van open vragen die jouw leerlingen meer aan het denken zetten. Het zijn vragen die veelal beginnen met 'hoe' of 'wat'. Ze gaan vaak over redeneringen ten aanzien van de strategie en zelfregulatie om een opdracht aan te pakken. Bijvoorbeeld; wat is de eerste stap die jij zou maken bij een judorol (strategie)? Of welk onderdeel van de judorol vind je lastig (strategie)? Maar ook: hoe voel je je tijdens het maken van een judorol (emoties)? Wat heb je dan nodig (zelfregulatie)?

Plan

De volgende les neem je de leerling even apart en vraag je hem nog een keer wat maakte dat hij de judorol niet wilde doen. Als hij weer met hetzelfde antwoord komt, stel je bijvoorbeeld de vervolgvragen: Wat is voor jou het verschil tussen het maken een judorol en een partijtje voetbal? Wat voor gevoel roept de judorol bij jou op? Wat helpt jou gewoonlijk bij dingen die je niet leuk vindt en toch moet doen? Waarna je hem een compliment wilt geven. Dit plan past bij jou, omdat je graag wilt weten wat er aan de hand is en je leerlingen vooral wilt helpen om bewegen leuk(er) te vinden.

Aanwijzingen zijn niet verkeerd, maar.....

Als je veel vragen stelt en geen feedback tussendoor geeft, kan de ander onzeker worden. Daarom is het belangrijk dat je beide bewust afwisselt. Dat stelt Lia Voerman die de werkwijze didactisch coachen ontwikkelde. Didactisch coachen is een planmatige en doelgerichte wijze van coachen met behulp van procesgerichte interventies, die het leren en de motivatie van de lerende bevordert door feedback te geven, vragen te stellen en – zo min mogelijk – aanwijzingen te geven (Voerman en Faber, 2016).

Leraren hebben volgens Voerman en Faber drie interactiemogelijkheden om het leren van leerlingen te stimuleren. Ze kunnen een vraag stellen, feedback geven of een aanwijzing geven. Alle andere interactievormen lijken verbijzonderingen van deze drie. In 'didactisch coachen' wordt onderscheid gemaakt tussen feedback, vragen en aanwijzingen,



zodat leraren kunnen kiezen en vooral vaker kunnen kiezen voor een vraag of feedback, in plaats van een aanwijzing. Aanwijzingen zijn niet verkeerd, zo lang ze feedback geven en vragen stellen niet overheersen. Te veel aanwijzingen werken namelijk als negatieve feedback. Hazelebach (2022, 2021 en 2007) heeft er voor ons vak interessante overwegingen en uitwerkingen over gepubliceerd.

Feedback geven

Over het gebruik van feedback is de laatste jaren steeds meer bekend geworden. Een van de belangrijke inzichten is dat het leren effectief beïnvloedt. We weten tegelijkertijd dat feedback in de klas en tijdens bewegingsactiviteiten niet vaak en niet effectief gegeven wordt. Slechts zes procent van wat leraren doen in de klas, is effectieve feedback geven (Voerman, Meijer, Korthagen, en Simons, 2012).

Uit onderzoek blijkt dat ongeveer 42 procent van wat leraren tijdens de les doen, vragen stellen is (Voerman en Faber, 2016). De kwaliteit van de vragen is van groot belang om goede feedback te kunnen geven. Helaas worden de meeste van die vragen binnen een seconde beantwoord. Dat zegt niet zozeer iets over de kwaliteit van de leerling, als wel over de kwaliteit van de vraag.

Overweging

Korte overweging over typen vragen, waarbij de focus wordt gericht op de zogenoemde categorie 3-vragen die gaan over de zelfregulatie van de leerling, op het gebied van het leren of op het gebied van het reguleren van zijn emoties. In het onderwijs vinden we dat leerlingen steeds beter moeten leren om zichzelf te reguleren. Dit geldt misschien nog wel in sterkere mate voor het onderwijs in bewegen. Dat gaat echt niet vanzelf en het betekent dus dat we er vragen over moeten stellen en dat we feedback moeten geven op gedrag dat hoort bij zelfregulatie.

Als je effectieve feedback wilt geven, doe je dit kort en bondig, specifiek en vooral positief, met een verhouding van 3:1. Meer informatie over feedback geven en vragen stellen kan je vinden in het artikel *Effectief coachen is vragen stellen én feedback geven*.



Evaluatie

Je stelt de voorgenomen vragen aan de leerling en wat blijkt; hij vindt de judorol niet leuk omdat hij er niet goed in is. Hij kan ook geen koprol en is daar weleens om uitgela- chen. Voetbal gaat hem wel goed af, dus wil hij daarbij juist laten zien dat hij het goed kan. Hij is deels bang om voor gek te staan en is onzeker over het rollen.

Aangezien hij niet de enige is in de les met dit probleem, besluit je de volgende les aandacht te geven aan het rollen in allerlei vormen, waarbij de nadruk ligt op positieve feedback geven aan elkaar, zodat het een succeservaring zal worden voor de leerlingen. Je schakelt je collega in voor meer ondersteuning, aangezien hij het didactisch coachen al beter beheerst.

Praktijkvoorbeeld 2

In de volgende les ga je aan de slag met de koprol bij alle leerlingen. Je wilt hiervoor vooral gebruik maken van posi- tieve feedback. Ook iets wat je gelezen had in het artikel van jouw collega.

Doel

Jouw doel is om alle leerlingen op hun eigen niveau te laten oefenen met over de kop gaan en hopelijk zelfs verbetering te zien bij sommigen. Daarnaast wil je dit stimuleren met positieve feedback, zodat je ook werkt aan hun zelfvertrou- wen en een positieve eigen ervaren competentie. Wat hun sportplezier kan vergroten (Cairney, 2012)

Proces

Jouw collega heeft je de volgende video laten zien. Scan de QR-code naar de video.

Video 'Coachen met succes'



bit.ly/3s4HkDq

Ondanks dat je nu overtuigd bent dat positieve feedback geven helpt, vind je het nog steeds moeilijk om dit toe te passen. Je kijkt mee bij jouw collega en hoe hij dit doet. Het valt je op dat hij niet alleen feedback geeft op hoe een beweging eruitziet, maar ook op de inzet van een leerling. Of wanneer een leerling gewenst gedrag laat zien, zoals netjes op zijn beurt wachten of een ander helpen. Je besluit dan ook om te starten met feedback te geven op gedrag en inzet en niet zozeer op techniek.

Het differentiëren met de koprol doe je door verschillende activiteiten naast elkaar neer te zetten zodat iedereen tegelijk bezig is. Op deze manier wordt er weinig naar elkaar gekeken en ligt de nadruk meer op het overwinnen van de obstakels dan het perfect maken van een koprol. De activi- teiten die je uitgezet hebt zijn: een bal die de leerling moet vasthouden tegen de buik tijdens het rollen op een kleine mat. Daarnaast een koprol om de legger van de brug (met 1 legger), duikelen in de ringen, duikelen tussen gelijke brug- leggers, een schuin vlak omlaag waar de leerlingen afkun- nen rollen en ze mogen rollen tussen twee dikke maten heen, met een lange mat op de grond. Ook mogen ze zelf een originele rol bedenken. Tussendoor laat je ze bewust ook andere dingen doen in het parcours, zodat ze niet te duizelig worden. Deze ideeën komen voort uit de verschil- lende oefenvormen in het boek *effectiever coachen in de sport* wat je erbij gepakt hebt en die je combineert met jouw eigen kennis en ervaring.

Plan

Dit plan past bij jou. Want je start met iets nieuws (posi- tiever feedback geven) op een niveau waar jij je prettig bij voelt (op gedrag en inzet). Verder is het differentiëren met de koprol niets nieuws voor jou, alleen voeg je specifieke oefenvormen toe vanuit het boek *effectiever coachen in de sport*. Je hoeft je doel of plan dan ook niet aan te passen.

Evaluatie

Na de les kijk je terug op jouw plan en je doel. Het was je gelukt om positieve feedback te geven en de leerlingen waren flink aan het rollen. Ze hadden plezier en durfden steeds meer. De techniek was nog niet altijd beter, maar het zelfvertrouwen en beweegplezier bij het rollen was wel flink



toegenomen. Dit vind je een mooie basis om over een paar weken weer wat meer nadruk te gaan leggen op de techniek. Hopelijk voelen ze zich dan nog steeds zo zeker over zichzelf.

Samenvattend

Het trechtermodel legt, naast het bieden van praktische handvatten, accent op intervisiemomenten met collega's en andere vakexperts. Een ontwikkeling die we toejuichen omdat we van mening zijn dat het uitwisselen van informatie en ervaringen zorgen voor een bredere verspreiding van beschikbare kennis en praktijkinzichten onder beweegprofessionals.

Daarnaast brengt het inzetten van het trechtermodel ook meer ruimte om te kijken naar gedrag en het kind achter het gedrag, in plaats van alleen te kijken naar het bewegen. Je houdt namelijk ook rekening met de kennis en eigenheid van de leerling. Op deze manier kan je als vakdocent meer invloed uitoefenen op het plezier en de succeservaringen binnen het bewegen, ongeacht de motorische vaardigheden van een leerling. ●



Bronnen

Cairney, J., Kwan, M. Y., Velduizen, S., Hay, J., Bray, S. R., & Faught, B. E. (2012). Gender, perceived competence and the enjoyment of physical education in children: a longitudinal examination. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9 (1), 1-8.

Hanemaaijer-Slottje, R., De Groot, T., Menijn, F., Verhagen, A., (2021). *Effectiever coachen in de sport. Het handzame basisboek voor sportcoaches*. Nieuwegein: Arko Sports Media.

Hazelebach, C. (2020), *Expliciet leren als toegift op impliciet leren bewegen*. *LO Magazine 110 (1)*, 32-35.

Online cursus effectiever coachen, Thema spelen met gedrag, geraadpleegd op 29 januari 2022 via: <https://onlineacademy.themaspelenmetgedrag.nl/do?action=viewProduct&id=46>

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

Voerman, L. (20218). Effectief coachen is vragen stellen én feedback geven. *Lbbo beter begeleiden* September (pp. 24-29).

Geraadpleegd via: <https://www.didactischcoachen.nl/nieuwsartikel/artikelen-en-publicaties>

Contact

theo@spelenmetgedrag.nl

Theo de Groot is bewegingsdeskundige, eigenaar van *THEMA - spelen met gedrag* en auteur van 'Beter spelen en bewegen met kleuters, bewegingsonderwijs met kleuters' en 'Onderwijs in bewegen op de basisschool'. Daarnaast heeft hij meegewerkt aan het boek 'Effectiever coachen in de sport' en is docent in de online cursus Effectief coachen (zie bit.ly/3I9JhUK).

Roos Hanemaaijer is een internationale topsportcoach en opgeleid tot gymdocent en fysiotherapeut. Daarnaast heeft ze in haar eigen sport voltige meervoudig de titel van Nederlands kampioen verworven. Roos is de auteur van het boek 'Effectiever coachen in de sport' en bedenker van het trechtermodel en docent in de online cursus Effectief coachen (zie bit.ly/3I9JhUK).

Foto's

THEMA - spelen met gedrag

Kernwoorden

effectief coachen, trechtermodel, begeleiding, onderzoeks-geinformeerde aanpak