

# LICHAMELIJKE **MAGAZINE** *opvoeding*

NUMMER 3 Jaargang 109 | april 2021



TOPIC

## *Stoppen met beoordelen?*

'SPORTIEFSTE SCHOOL-VERKIEZINGEN' VO EN VSO

GEZONDE LEEFSTIJL IN MBO

CANON LO



kvlo.nl

 KVLO

## Topic: stoppen met beoordelen?

Een mooie provocerende titel. Want dat kan helemaal niet, stoppen met beoordelen. Het gaat natuurlijk om de vraag: op welke manier willen we beoordelen en met welk doel? Het voornaamste antwoord is vrijwel altijd: omdat het de ontwikkeling van leerlingen moet ondersteunen. Het moet leerlingen motiveren en helpen. Hoe kun je dat het beste doen? Waar moet je op letten en welke valkuilen moet je vermijden? De ervaringsberichten leren dat dat lang niet altijd eenvoudig is. Daarom moeten we het er weer over hebben. We staan opnieuw stil bij voortschrijdende inzichten vanuit onderzoek en praktijk. Inzichten die voor sommigen misschien overkomen als herhaling van zetten, maar voor anderen als een volgende stap in de goede richting.

### Artikelen op de website

**Feedback: een cadeau dat je niet gemakkelijk geeft én ontvangt** / Martijn Pont

Mooi verhaal over het hoe en waarom van feedback.

**De achterkant van een studiedag** / Hans Dijkhoff

Verslag over de immense organisatie achter een online studiedag.

**Rubrics maken** / Maarten Massink

De uitgebreide versie van het artikel uit ons topic met meer voorbeelden een een ontroerende brief van een leerling



### Topic

- 4** Stoppen met beoordelen? Maarten Massink
- 9** Formatief handelen met rubrics  
Lars Borghouts, Gwen Weeldenburg en Menno Slingerland
- 14** Becijferen, of niet-becijferen; dat was de vraag  
Jelle Zondag
- 16** Sportfolio App vermindert beoordelen en stimuleert ontwikkeling. Interview met Sjors Elsinghorst  
Hans Dijkhoff
- 21** Werken met rubrics; niet voor niks  
Maarten Massink
- 38** Internationaal advies over beoordelen bij lichamelijke opvoeding  
Lars Borghouts, Gwen Weeldenburg, en Menno Slingerland
- 41** Feedback is meer dan het overbrengen van informatie  
Bas Trimbos
- 44** VolgWijzer! 2.0 stimuleert zelfstandigheid en eigenaarschap  
Harry van der Meer



14

**Site** Feedback: een cadeau dat je niet gemakkelijk geeft én ontvangt  
Martijn Pont

### Praktijk

- 21** Werken met rubrics; niet voor niks  
Maarten Massink
- 26** Samen sporten met (bijna) geen zicht  
Jasmijn van der Hamsvoord e.a.
- 30** Lessenpakket Atletiek Unie in de maak (3)  
Anke te Boekhorst e.a.
- 34** Werken met een met methodiek, turnen (2)  
Guus Klein Lankhorst

### En verder

- 18** Steeds meer aandacht voor een gezonde leefstijl in het mbo  
Sofie Vrieswijk, Jo Lucassen en Jorien slot
- 52** Canon LO; de geschiedenis bij de tijd



21





Reageren op  
vakbladartikelen?  
Twitter @KVLONL



48

## Rubrieken

- 2 Inhoud
- 3 Voorwoord
- 20 Recht
- 37 Onderwijs
- 47 Boeken
- 48 Schoolsport 'Sportiefste School van Nederland'
- 53 Column Mery Graal
- 54 Scholing
- 55 Nieuws

Foto cover: Anita Riemersma

**Colofon Redactie:** Hans Dijkhoff (hoofdredacteur) Maarten Massink (praktijkredacteur) Jacqueline Tangelder (redactiemedewerkster) **Redactieraad:** Monique van Ark, Berend Brouwer (VZ), Dorien Dijk, Douwe van Dijk, 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 € 60,- (buitenland € 85,-) Losse nummers € 5,- (excl. verzendkosten). Iedere week verschijnt er een digitale nieuwsbrief. Aanmelden via [www.kvlo.nl](http://www.kvlo.nl). **Verschijningsdata:** zie [www.kvlo.nl](http://www.kvlo.nl) **Handelsadvertenties:** OnderwijsMedia, Tel.: 030 – 210 23 86, e-mail: sales@onderwijsmedia.nl, [www.onderwijsmedia.nl](http://www.onderwijsmedia.nl) **Vormgeving en opmaak:** FIZZ | Digital Agency – [fizz.nl](http://fizz.nl), Meppel. Aanbieding en plaatsing van teksten en foto's houdt tevens 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. Niet alle artikelen behoeven de (volledige) instemming van de redactie te hebben. 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.



## (Be)oordelen

Ik sprak laatst een meisje uit een brugklas. Ze werd gepest omdat ze zich opmaakte en er zogenaamd 'high class' uitzag. Klasgenoten noemden haar 'kaulo' of 'tantoe' (rare/kakker, heel erg). Ook volwassenen staan soms snel met hun (voor)oordeel klaar. Dat we daar goed in zijn, merken we na de ongerijmde ongeregeldeheden eind januari. Op grond van de berichten over rellen en relschoppers liepen de gemoederen hoog op. Het emotionele oordeel varieerde van eencellige idioten tot zielige zieke jongeren, met soms enig begrip voor de kansarmen in coronabeperking. Velen namen elkaar de maat en het was erg confronterend allemaal.

Gymleraren oordelen en de meesten zullen vaak ook beoordelen. Zelf haalde ik tijdens mijn studie aan de ALO een 'zwarte band' in beoordelen. Je kreeg een punt voor elke meter die je op je handen kon lopen. Wat ik voor beoordelen in het onderwijs leerde, lag grotendeels in het verlengde daarvan. Gelukkig werd kort daarna, naast het kwantitatieve, ook het kwalitatieve resultaat beoordeeld. Nu is, in de historie van ons vak, een oordeel vellen over de vorderingen en leeropbrengsten een van de meest ingewikkelde onderwerpen. In deze *Lichamelijke Opvoeding* kun je alles lezen over de voortschrijdende inzichten op dat gebied. Centraal staat de vraag of we moeten stoppen met het becijferen/bewoorden/beoordelen van het bewegingsonderwijs of dat we er mee moeten doorgaan. Bij doorgaan komt een groot aantal vervolgvragen aan de orde, waaronder het voorkomen van ongewenste gevolgen. Zo heeft feedback, als deze te bedreigend is, al snel invloed op de (vertrouwens)relatie en het zich veilig voelen.

Zorgen voor veilig en gezond bewegingsonderwijs is op dit moment, nu de scholen net weer voorzichtig zijn opgestart, even belangrijker dan beoordelen. Begin dit jaar was ik al oprecht bezorgd toen ik las dat zeker de helft van de middelbare scholen niets deed aan online bewegingsonderwijs (*Trouw*, 10-02-2021). Nederlanders bewegen minder en komen massaal aan, en wij worstelden met de online invulling van onze lessen. Toch hebben we samen met onze partners hard gewerkt aan protocollen om zo veel mogelijk bewegingsonderwijs te waarborgen. Het was voor niemand eenvoudig, maar het heeft uiteindelijk wel een aantal scholen verder geholpen, zeker ook door de COVID-wet in december. We zijn welbeschouwd ook niet opgeleid om kinderen achter de laptop, GSM of spelcomputer vandaan te halen. Maar mocht je daar nog tips over willen, op onze website vind je informatie over 'gym op afstand' en ook op Facebook worden ideeën uitgewisseld voor (alternatieven op) online lessen.

Het kon natuurlijk allemaal beter, maar iedereen liep achter de ontwikkelingen aan. Beoordelen is echter ook terugkijken op wat goed of fout ging. Daarbij moet wel ieders betrokkenheid behouden blijven. Want ook binnen goed leren bewegen betekent beoordelen in de eerste plaats behoud van betrokkenheid. Een oordeel moet immers altijd inspirerend zijn voor groei en ontwikkeling. Helaas zijn oordelen vaak onbewust emotioneel en subjectief. Maar zelfs eerdergenoemde relschoppers veroordeelden, toen zij eenmaal voor de rechter stonden, dat deel van zichzelf dat wilde rellen. Hopelijk komen de pestkoppen van het brugklasmisje op enig moment tot hetzelfde inzicht.

Stella Salden

# Stoppen met beoordelen?

## Verder met verhalen delen!

Het beoordelen van leerlingen is eerder een topic geweest in het KVLO-magazine (LO 4 2014). Er vinden regelmatig studiebijeenkomsten plaats, er is over geschreven in meerdere artikelen en recentelijk in een proefschrift. In vaksecties wordt er veel over gesproken. In een peiling van de KVLO (Lucassen en Komen, 2020) is aangegeven dat kennis rondom evalueren en toetsen gewenst is. In dit magazine willen we stilstaan bij voortschrijdende inzichten die voor sommigen misschien overkomen als herhaling van zetten en voor anderen als een volgende stap in de goede richting. Hoe je er tegenaan kijkt is afhankelijk van je standpunt, ervaring en eigen ontwikkeling. Wat vaststaat is dat je als LO-docent onvermijdelijk te maken hebt met ontwikkelingen rondom dit onderwerp. Daarom is het goed elkaar te blijven informeren en te voeden met ervaringen en studies hierover.

TEKST MAARTEN MASSINK

### Beoordelen om te leren

Beoordelen heeft twee belangrijke functies:

- 1 Leerlingen 'de maat nemen'. Dat is belangrijk als je wil weten hoe een leerling presteert in vergelijking met andere leerlingen. Deze vorm noemen we 'Beoordelen van het Leren' (Assessment of Learning)
- 2 Leerlingen tijdens het leerproces verder helpen bij het leren. Deze vorm noemen we 'Beoordelen om te Leren' (Assessment for Learning).

(Bron: *Functies van beoordelen (kempel.nl)*)

Hoewel beide vormen onderscheiden worden, kunnen ze naast elkaar en elkaar aanvullend gebruikt worden.

**B**eoordelen is een vorm van feedback geven. Het beoordelen *om te leren* onderscheidt zich van het beoordelen *van het leren*. Christa Krijgsman heeft hierover een proefschrift geschreven. Christa verdedigde dit proefschrift 'Evaluatie en motivatie, over cijfers, doelen en op groei gerichte feedback in de les LO', op 12 maart. Christa stelt dat leerlingen die ervaren dat hun docenten duidelijke doelen stellen en op groei gerichte feedback geven, zich meer bekwaam voelen (competentie bevrediging), meer eigenaar voelen van hun eigen leerproces

(autonomie bevrediging) en een positievere sfeer in de klas ervaren (verbondenheid bevrediging). Om deze redenen nemen leerlingen meer deel aan de les vanuit plezier en omdat ze de les nuttig vinden.

In het onderzoek laten resultaten ook zien dat cijfers op zichzelf niet schadelijk zijn voor behoeftebevrediging, behoeftefrustratie, motivatie en angst (p. 158). Aanbeveling 1 van Christa: 'kies voor een weloverwogen mix tussen evaluaties met een summatieve functie zoals prestatiecijfers en evaluaties met een formatieve functie, zoals het stellen van doelen en het geven van op groei gericht feedback, en benadruk de informatieve waarde van beide evaluaties.' (p. 160 van haar proefschrift).

Ik denk dat cijfers geven bij LO voortkomt uit het feit dat dit gewoon is bij de andere vakken. Daarom wordt bij LO ook vaak gevraagd (druk opgevoerd?) mee te doen met de cijfercultuur om geen uitzondering te zijn. Op internet vind je veel verhalen van leerlingen die aangeven dat presteren voor een cijfer bij LO extra pijnlijk of negatief wordt ervaren vanwege de zichtbaarheid van het gedrag/de prestatie. Sommige



▲ *Kijken en verhalen delen* leerlingen blokkeren, weigeren of doen mee onder dwang met alle frustraties van dien. Dit geldt vooral voor leerlingen die moeite hebben met bewegen. En vooral als ze in de etalage worden gezet. Bas Trimbos besteedt in zijn artikel 'Feedback is meer dan het overbrengen van informatie' hier aandacht aan. Feedback gaat altijd gepaard met emotie. Vooral als feedback leidt tot 'ranking' geeft dit ook negatieve emotie. Terwijl feedback juist moet leiden tot positieve gesprekken.

Het beoordelen *om te leren*, in de vorm van op persoonlijke groei gerichte feedback is niet gericht op 'ranking', maar op persoonlijke groei. Dit vraagt om duidelijke transparante op persoonlijke groei gerichte doelen. Uit

de studies die beschreven staan in Christa's proefschrift blijkt dat de mate waarin leerlingen ervaren dat doelstellingen en op groei gerichte feedback gegeven worden, verschillen. Zowel van les tot les, als van leerling tot leerling. Met andere woorden, in de ene les kunnen leerlingen ervaren dat de docent de doelen duidelijk verhelderd had, terwijl de doelen in de volgende les helemaal niet duidelijk waren. En ondanks dat leerlingen les hebben van dezelfde docent, ervaren leerlingen verschillen in de mate waarin bijvoorbeeld doelen verhelderd worden. Het wordt daarom aanbevolen iedere les te zien als een nieuwe kans om doelen te verhelderen en op groei gerichte feedback te geven. Ook wordt aanbevolen om doelen en op groei gerichte feedback op verschillende manieren te geven, zodat tegemoet gekomen wordt aan de verschillen tussen leerlingen.

### **Toch ook cijfers?**

Er zijn natuurlijk ook leerlingen die wel blij zijn met cijfers. Dat zijn vaak de leerlingen die beter zijn in bewegen en zich met een mooi cijfer voor LO gewaardeerd voelen. Voor deze leerlingen kunnen cijfers wel motiverend werken. Waarschijnlijk betreft het hier voor sport en bewegen gemotiveerde leerlingen die door de ranking en het cijfer geven vaak positief beloond worden. Dit is een vorm van extrinsieke motivatie. Door de zichtbaarheid van hun prestaties staan zij positief in de etalage. De vraag is of zij uit het cijfer ook voldoende feedback krijgen om zich te verbeteren, omdat het cijfer een beoordeling is *van het leren* en niet zozeer gericht is *om te leren*.

**Er zijn natuurlijk ook leerlingen die wel blij zijn met cijfers. Dat zijn vaak de leerlingen die beter zijn in bewegen en zich met een mooi cijfer voor LO gewaardeerd voelen**

Maar hoe doe je dat dan, op groei gerichte feedback geven? Ik zag daarvoor raadgevingen en tips op de studiedag 'Alles in Beweging'. Een voortreffelijk georganiseerde studiedag op 20 januari 2021 over evalueren in het bewegingsonderwijs en motiverend beoordelen. Deze studiedag was in deze coronatijd volledig online. Hulde aan de organisatoren (Wim van Gelder, Bastiaan Goedhart, Hans Stroes en Jeanette Steen). Zij hebben daarbij kosten nog moeite gespaard en een perfecte studiedag in elkaar gezet zowel qua organisatie als op inhoud met meer dan 500 deelnemers! Op deze studiedag heb ik geluisterd en gekeken naar Lars Borghouts en Menno Slingerland, naar Marcel van Herpen (Het Mysterie van een goede leraar) en Peter Heerschop (Over feedback en



beoordelen). In alle drie optredens zag ik een link met het proefschrift van Christa.

Lars Borghouts schrijft hierover in een artikel in dit magazine. Tijdens de studiedag van 'Alles in Beweging' werd eerst aangestipt waarom we bewegingsonderwijs evalueren. Uit een enquête en ook een stemming onder de deelnemers kwam naar voren dat het *ondersteunen van het leerproces* door de meeste LO-collega's als belangrijkste reden wordt gezien. Op plaats twee kwam 'motorische achterstanden signaleren' en plaats drie het 'communiceren naar ouders en leerlingen (rapporten)'. Andere mogelijke redenen voor beoordelen zoals 'verantwoorden van resultaten', 'bijstellen van programma' en 'selecteren voor vervolgopleiding' scoorden lager.

### Hoe beoordelen?

Hoe doe je dat dan? Hoe stel je heldere doelen en hoe geef je op persoonlijke groei gerichte feedback?

Lars geeft aan dat het duidelijk moet zijn waarop je wilt beoordelen. Dus heldere doelen stellen. Hij wijst daarbij op het basisdocument waarin de beweegleutels en leerdoelen staan aangegeven voor het voortgezet onderwijs met voorbeelden van leerlijnen en kernactiviteiten. Als de leerdoelen zijn vastgesteld dan komt de fase waarin de succescriteria worden omschreven om te bepalen wanneer de leerdoelen zijn gehaald. Vervolgens zoek je daar leerinhouden bij en activiteiten waarmee je de leerdoelen wilt behalen.

Deze trits is heel belangrijk en dat is wat Christa doelverduidelijking noemt: de koppeling van leerdoelen, succescriteria, en leerinhoud (activiteiten) in 'constructive alignment'.

De succescriteria koppelen aan leerdoelen en op meerdere niveaus uitschrijven kan met rubrics. In de rubric kunnen leerlingen zien wat de vervolgniveaus zijn. In het artikel elders in het blad schrijven Lars en Menno over het ontwerpen van en het werken met rubrics. Er zijn uiteraard ook andere manieren van feedback geven zoals met video's of in woord en gebaar door docent of medeleerling.

Een waarschuwende opmerking is hier op zijn plaats. Het basisdocument heeft veel voorbeelden van kernactiviteiten en niveaubeschrijvingen voor de leerlijnen. Het is echter bedoeld als instrument om feedback te geven aan een vaksectie over de kwaliteit van het gegeven bewegingsonderwijs. Er moet nog wel een vertaalslag gemaakt worden naar doelstellingen en niveauiduidingen in leerlingentaal om als instrument voor leerlingen te kunnen gebruiken.

### Ervaringen met rubrics

Het werken met rubrics is een werkwijze waarmee formatief evalueren (Lars spreekt liever van formatief handelen) vorm krijgt. Daarbij gaat het om het aangeven van een stappenvolgorde, in een doorgaand proces, met veel feedback en hoge betrokkenheid van de leerling. Het is een moeilijk proces om goede rubrics te maken. Wij hebben er bij ons op school (OSG de Meergronden) een groot aantal jaren ervaring mee. Het gaat eerst om het bepalen van de leerdoelen die we gaan nastreven. We maken daarbij onderscheid tussen leerlijnen en ontwikkellijnen. Gaat het om bewegingsvaardigheden (leerlijnen die het 'bewegen verbeteren' betreffen uit het basisdocument)? Of gaat het om gedragsveranderingen zoals inzet, samenwerken, organiseren (ontwikkellijnen uit andere sleutels in het basisdocument)? Hoe ga ik de stappen benoemen? Plak ik er een cijfer aan (rapportcijfer) of een getal of een o,v,r,v, of g, of een kleur van de piste? Deze praktijk van het maken van en het werken met rubrics bespreek ik in een artikel in het praktijkkatern.

**Het gaat eerst om het bepalen van de leerdoelen die we gaan nastreven. We maken daarbij onderscheid tussen leerlijnen en ontwikkellijnen**

Wat zijn mogelijke effecten voor de leerling van werken met een rubric? Ik wil daar op grond van ervaringen een paar kanttekeningen bij plaatsen. Volgens Lars en Menno is het ter ondersteuning van het leerproces. Een rubric moet uitnodigen om het volgende niveau na te streven. Als het ene niveau beheerst wordt



kan de leerling zien wat het volgende niveau (stapje, level, piste) is en daar toe worden uitgedaagd. Het gevaar is dat leerlingen wellicht (te) snel naar het volgende niveau gaan. Zeker als dat een hogere beoordeling (cijfer of andere normerende benaming als o,v,rv,g) tot gevolg heeft die ook zichtbaar wordt op een rapport. Lars en Menno wijzen er terecht op dat hiervoor goed overleg en een controlerend oog van de docent nodig is.

### Wanneer de volgende stap maken?

Is het ook niet prima als een leerling binnen een bepaald niveau zich kan vermaken, uitleven, genieten of vieren en experimenteren met wat hij binnen dat niveau kan doen? Chris Hazelebach heeft mij er terecht op gewezen, en ook in artikelen in dit magazine beschreven, dat we binnen het voortgezet onderwijs leerlingen te snel een stapje 'hogere' willen brengen als ze net van het primair onderwijs in de brugklas komen. Langer op de blauwe piste blijven en genieten van de beheersing is ook erg belangrijk voor de ontwikkeling van leerlingen. Het kunnen genieten en vertrouwd raken met bewegen en je vrij gaan voelen zonder direct gericht te zijn op de volgende stap. Binnen één kleur 'piste' (gekozen bewegingssituatie) kan een leerling zich ook ontwikkelen (eventueel met gebruik van een rubric). Reden waarom heel veel tik- en afgooispelen het goed doen op school. Met relatief eenvoudige technieken kunnen leerlingen 'vrij' spelen en technisch-tactisch gaan experimenteren zonder direct voorgeschreven uitvoeringen na te streven. Een te sterke ambitie en werken met voorgeschreven rubrics kan ook originaliteit en authenticiteit van leerlingen in de weg staan. Hoewel ik een voorstander ben van rubrics zie ik dit wel als een waarschuwing. De ontwikkeling moet vanuit het kind zelf komen. Het is belangrijk dat hij lang genoeg op zijn niveau kan genieten en spelen. Totdat hij zelf aangeeft wanneer hij de volgende stap wil maken. De rubric kan daarbij helpen met het stellen van heldere doelen.

### Ontwikkelingsgericht werken

Hoe staat het met beoordelingen van andere doelen dan de sleutel bewegen verbeteren? Binnen de sleutels 'Bewegen regelen' en 'Bewegen beleven' gaat het om andere rubrics dan de rubrics bij bewegen verbeteren. Bij bewegen verbeteren gaat het om bewegingsvaardigheden gekoppeld aan bewegingsactiviteiten en bewegingssituaties, zoals in het basisdocument deelnameniveaus bij bewegen verbeteren beschreven zijn op basis van kernactiviteiten die in de praktijk kunnen worden uitgevoerd. Bij 'Bewegen regelen' zijn er ook situatiegebonden deelnameniveaus beschreven voor inrichten, hulpverlening, coachen,



scheidsrechteren, organiseren. Bij 'Bewegen beleven' gaat het om gedragingen die situatie overstijgend zijn. In eerdere artikelen is gewezen op het onderscheid volgens het basisdocument tussen leerlijnen gericht op 'Bewegen verbeteren' en 'Bewegen regelen' en ontwikkellijnen gericht op gedragsveranderingen in de sleutel 'Bewegen beleven'. Hierbij gaat het om gerichtheid op bewegen: ingaan op uitdagingen, gerichtheid op leren, waarderen van bewegen. Maar ook op betrokkenheid bij de les als groepsgebeuren; omgaan met regels, zelfstandig deelnemen, omgaan met elkaar (samenwerken). Bewegen beleven vraagt veel aandacht van de LO-docent qua begeleiding. Aan deze ontwikkeling wordt veel waarde gehecht. Het is een uitdaging hiervoor goede rubrics te schrijven. Al moeten we daar ook een kanttekening bij plaatsen en wijzen op het gevaar van teveel rubriceren en administreren.

In dit licht was de presentatie van Marcel van Herpen op de studiedag 'Alles in Beweging' met als titel Motiverend beoordelen, interessant. Hij wees op het gevaar leerlingen en het vak te bewegings-technisch te benaderen. De pedagogische omgang moet bovenaan blijven staan.

▲  
*Elkaar beoordelen?*



Hij pleitte voor een holistische benadering, de ecologische pedagogiek waarbij de liefdevolle aanpak centraal staat. Dat betekent de focus leggen op wat goed gaat in de totale ontwikkeling. Als je wilt weten hoe het met een kind gaat dan moet je met hem in gesprek gaan. Het gevaar van rubrics of andere scoreformulieren is dat het format gaat knellen en hinderlijk wordt als je daardoor geen of onvoldoende tijd hebt voor het gesprek en de echte binding.

### Verbinden

Met beoordelen en al onze aandacht voor de vaardigheden bestaat het gevaar dat waar het echt om gaat, leerlingen raken, verwonderen, uitdagen en laten spelen, het 'bewegen beleven' op de achtergrond raakt. Rubrics en op groei gerichte feedback zijn middelen. Maar oprechte belangstelling en aandacht voor de leerling is het meest belangrijk als het om ontwikkelen gaat.

Peter Heerschop sloot hier in zijn presentatie op aan met mooie verhalen uit zijn praktijk als LO-docent op het Echnaton in Almere. Op verpletterende wijze wist hij het publiek te boeien met zijn visie op motiverend beoordelen. Beoordelen komt van be-oor-delen, oftewel letterlijk je oor delen met een ander, de leerling. Luisteren en in dialoog komen een verhaal hebben over een leerling. Zoals de leerlingen ook een verhaal hebben over jou als LO-docent en de LO-les. Hoezeer we ons ook willen verantwoorden met beoordelen, het doel mag nooit het juiste gebruik van het middel worden. Dit is een waarschuwing waarbij we erop gewezen worden bij onze zoektocht naar de juiste beoordelingssystematiek niet verstrikt te raken in onze eigen regels. Niet van tevoren alles dichttimmeren. Regels ontwikkelen zich in de situatie in samenspraak met de leerlingen. Peter zegt: "Pedagogiek gaat over het kind lezen als een verhaal". Daarin hebben we in ons vak in een andere positie dan andere vakken. Dit blijkt vaak op rapportvergadering, waar omwille van de tijd informatie over de leerlingen

beperkt blijft tot cijfers uitwisselen. Er is vaak te weinig tijd voor verhalen over leerlingen. Tips over leren komen vaak niet verder als "moet beter zijn best doen" of "meer tijd aan zijn huiswerk besteden". De LO-docent heeft als het goed is veel verhalen over leerlingen, want in de LO-les wordt samen veel meegemaakt en beleefd. Die verhalen moeten verteld worden. Aan collega's en aan ouders.

Peter geeft aan dat de kern van ons werk is een verbinding aan gaan, samen iets ondernemen, iets beleven en elkaar betekenis geven in de omgang, niet in de beoordeling. Hij voegt daaraan toe dat als cijfers geven helpt, gebruik het dan, maar maak duidelijk dat het ergens anders om gaat. Een kind lezen als een verhaal; moeten we daar dan nog een cijfer aan geven? Rubrics kunnen deel uitmaken van het verhaal omdat ze gekoppeld zijn aan doelstellingen in de les.

**Als je wilt weten hoe het met een kind gaat dan moet je met hem in gesprek gaan**

Ontwikkelingen van het kind en wat hij meemaakt gaat gepaard met verhalen. Verhalen delen met kinderen kost tijd. Daar ontbreekt het in de les vaak aan. Maar soms heb je de gelegenheid een gesprekje aan te knopen met een leerling. Benut die tijd en probeer veel leerlingen te spreken of in ieder geval contact mee te maken. Ook korte opmerkingen, gebaren (duimpje omhoog) zijn snel gemaakt. De verhalen en gebeurtenissen die leerlingen zich later kunnen herinneren zijn niet gebaseerd op het gebruik van de rubrics maar op de gebeurtenissen die indruk hebben gemaakt.

Peter geeft voorbeelden van leerlingen die hij later als ze van school zijn spreekt. De verhalen gaan over gebeurtenissen in de les. Het eigen voorbeeld van de docent en de wijze van reageren is daarbij erg belangrijk. Soms zijn het volkomen onvoorspelbare en onverwachte momenten die de docent misschien weer snel vergeet die juist indruk maken op leerlingen. Deze indrukken zijn bepalend voor herinneringen aan school, de docent, het vak...het leven. Daarbij speelt de docent, zijn reactie, de binding, de relatie een belangrijke rol. Rubrics, zelfs cijfers geven kunnen helpen als middel als daar een verhaal aan vastzit. Laten we stoppen met beoordelen met alleen maar cijfers geven zonder toe te lichten, zonder verhaal. Laten we beginnen (of verdergaan) met verhalen delen. Rubrics kunnen daarin een rol spelen. Als middel maar niet als doel op zich.

### Literatuur

Proefschrift Christa Krijgsman: (A Self-Determination Theory Perspective on Performance grading, Goal Clarification and Process Feedback in Physical Education. Evaluatie en Motivatie; Een Zelf Determinatie Theorie Perspectief op Cijfers, Doelen en Groei Gerichte Feedback in de Les Lichamelijke Opvoeding). Gratis te downloaden via <https://dspace.library.uu.nl/handle/1874/401403>

Met dank aan Lars Borghouts, Christa Krijgsman, Berend Brouwer en Hans Dijkhoff voor hun commentaren.

### Contact

[m.massink1@upcmail.nl](mailto:m.massink1@upcmail.nl)

### Kernwoorden

feedback, beoordelen, rubrics



# Formatief handelen met rubrics

Rubrics worden steeds meer gebruikt op scholen als beoordelingsinstrument, ook bij lichamelijke opvoeding. Ze zijn erg geschikt om op een formatieve manier in te zetten, zeker wanneer je jezelf bij het ontwikkelen en gebruiken ervan houdt aan een aantal tips.

TEKST LARS BORGHOUTS, GWEN WEELDENBURG EN MENNO SLINGERLAND

**O**p veel scholen wordt in toenemende mate de discussie gevoerd rondom de invulling van de toetsing. Ook zijn veel vaksecties lichamelijke opvoeding (LO) bezig met een herziening van hun eigen toetspraktijken. Een belangrijk uitgangspunt daarbij is vaak dat men meer aandacht wil voor formatief beoordelen. Bij formatief beoordelen staat het ondersteunen van het leerproces van de leerlingen centraal. Kort gezegd betekent dit dat leerlingen bij aanvang van het leerproces goed moeten begrijpen wát er geleerd moet worden en wanneer ze daarin

**Bij formatief beoordelen staat het ondersteunen van het leerproces van de leerlingen centraal**

succesvol zijn (feedup), gedurende het leerproces informatie ontvangen waardoor ze weten waar ze staan (feedback) en wat ze nog moeten doen om beter te worden (feedforward). Zowel de leraar als de (mede)leerlingen spelen in het proces van formatief beoordelen een actieve rol (Weeldenburg & Slingerland, 2019). We spreken overigens in dit verband vaak liever over formatief *handelen* in plaats van beoordelen. In

*Lichamelijke Opvoeding Magazine* 6 van 2019 is hieraan een volledig topic gewijd.

Om formatief handelen mogelijk te maken, is het van belang dat de succescriteria (ook wel beoordelingscriteria genoemd) goed zijn uitgewerkt. Uitgewerkte succescriteria zijn afgeleid van de leerdoelen en zorgen voor transparantie naar de leerlingen, maar ook naar collega's. Dit laatste is vooral belangrijk om ervoor te zorgen dat alle collega's binnen de vakgroep zo veel mogelijk op dezelfde manier beoordelen en daarmee de inter-beoordelaars-betrouwbaarheid te verhogen.

## Voordelen van rubrics

Rubrics zijn een steeds meer gebruikt instrument om succescriteria overzichtelijk uit te werken. Een rubric is een beoordelingsmatrix waarin voor een bepaalde complexe vaardigheid of product, criteria zijn uitgewerkt naar verschillende niveaus (Van Berkel, Bax & Joosten-ten Brinke, 2014). Zie bijvoorbeeld de rubric van de handstand in figuur 1. Het grote voordeel hiervan is dat voor zowel leerlingen als leraren, mogelijke ontwikkelstappen zijn uitgewerkt van een eenvoudig naar een meer complex niveau. Hierdoor krijgen de leerlingen vooraf inzicht in waar ze naartoe kunnen of moeten werken (feedup-functie). Wanneer ze tussentijds door de leraar met de rubric worden beoordeeld, dan wel zichzelf of elkaar

beoordelen, krijgen ze beter zicht op waar ze staan in hun leerproces (feedback-functie). Wanneer ze in de rubric vervolgens één niveau verder kijken, krijgen ze zicht op wat de volgende stap in hun leerproces zou kunnen zijn (feedforward-functie). Uiteraard zijn er dan nog steeds uitleg en tips van de leraar nodig en moeten er betekenisvolle leeractiviteiten worden aangeboden waarmee de leerlingen hun vaardigheden verder kunnen ontwikkelen. Een rubric is immers enkel een hulpmiddel.

## Een rubric kan zowel voor het leerproces van de leerling als ook voor het didactisch handelen van de leraar zorgen voor structuur en houvast

Een rubric kan zowel voor het leerproces van de leerling als ook voor het didactisch handelen van de leraar zorgen voor structuur en houvast. We weten dan ook uit een groot aantal onderzoeken dat het werken met rubrics een significant, positief effect kan hebben op het leren en de zelfregulatie van leerlingen (Panadero & Jonsson, 2020). Rubrics kunnen bovendien de betrouwbaarheid van de beoordeling door de leraar verhogen. Echter, er is ook kritiek dat rubrics vaak slecht worden ontworpen of gebruikt, en daarmee soms juist negatieve effecten op het leren hebben. In dit artikel geven we daarom een aantal tips voor het ontwikkelen van goede rubrics en hoe je deze kunt gebruiken om het formatief handelen te ondersteunen. Deze tips zijn gebaseerd op zowel literatuur over rubrics (o.a. Kerkhoffs, Stark & Zeelenberg, 2006; Van Berkel, Bax & Joosten-ten Brinke, 2014), als op onze eigen uitgebreide ervaring met het gebruik van rubrics in het werkveld van de LO.

### Bronnen

- Kerkhoffs J, Stark, E., Zeelenberg, T. (2006). Rubrics als beoordelingsinstrument voor vaardigheden. *Enschede: SLO*
- Panadero, E., & Jonsson, A. (2020). A critical review of the arguments against the use of rubrics. *Educational Research Review*, 30, 100329.
- Panadero, E., & Jonsson, A. (2020). A critical review of the arguments against the use of rubrics. *Educational Research Review*, 30, 100329.
- Van Berkel, H., Bax, A., & Joosten-ten Brinke, D. (redactie) (2014). *Toetsen in het hoger onderwijs*. Derde, geheel herziene druk. Houten: Bohn Stafleu.
- Weeldenburg, G. Slingerland, M. (2019). Formatief evalueren; een essentieel onderdeel van het bewegingsonderwijs. *Lichamelijke Opvoeding* 6, 6-9.
- Weeldenburg, G., Zondag, E., & De Kok, F. (2020). Spelinzicht: Een speler- en spelgecentreerde didactiek van spelsporten. Nieuwegein, Nederland: Jan Luitingh Fonds.

### Rubrics maken

Rubrics bestaan uit criteria en niveaubeschrijvingen. Criteria zijn 'de aspecten waarop wordt beoordeeld'. De criteria van de voorbeeldrubric met betrekking tot de handstand zijn *opgooien van de benen*, *recht staan*, *balans houden* en *terugkomen tot stand*. De niveaubeschrijvingen omschrijven de prestatie (in dit geval een vaardigheid) voor elk criterium op een aantal niveaus. We geven nu een aantal tips voor het ontwikkelen van criteria en niveaubeschrijvingen in een rubric.

#### Criteria:

- *Ben compleet*. Wanneer je de kwaliteit van een handstand wilt beoordelen, zou het bijvoorbeeld vreemd zijn om geen criterium over het 'opgooien' in je rubric op te nemen. Je moet dus goed nadenken over welke aspecten allemaal bijdragen aan de kwaliteit van een

prestatie. Overigens kan het best zo zijn dat je de leerlingen in bepaalde lessen bewust maar op een beperkt aantal criteria laat richten. Bijvoorbeeld bij een doelspel alleen op de verdedigende rol. In dat geval gebruik je natuurlijk alleen de criteria die betrekking hebben op de verdediging. Maar dan moet je er uiteraard nog steeds goed over nadenken welke criteria er van belang zijn bij de vaardigheid verdedigen. In onderzoek noemt men dit ook wel validiteit: meten wat je wilt meten.

- *Gebruik taal afgestemd op leeftijd en doelgroep*. Het is handig wanneer zowel voor collega's als leerlingen in één oogopslag duidelijk is wat het criterium inhoudt. Bij 'opgooien van de benen' is het bijvoorbeeld meteen voor iedereen duidelijk over welk aspect van de handstand het gaat.
- *Ontwerp niet te veel criteria*. Hoe complexer de vaardigheid, hoe meer criteria je nodig hebt. Maar té veel criteria in een rubric maakt het beoordelen vooral lastiger. Je zou bijvoorbeeld het 'terugkomen tot stand' in de voorbeeldrubric verder uit kunnen splitsen naar 'terugkomen' en 'eindigen' maar zo raak je het zicht op het grotere geheel en de complexiteit van de beweging een beetje kwijt. Daarnaast zijn het aspecten van de beweging die je normaal gesproken altijd in combinatie met elkaar moet aanbieden en moet laten oefenen. Het is dus beter om die samen te nemen.

#### Niveaubeschrijvingen:

- *Maak het 'meetbaar'*. Probeer zaken te beschrijven die ook echt te zien zijn. Bijvoorbeeld niet: 'Ik weet alle spelregels van basketbal', want tenzij je een kennistoets over spelregels zou afnemen, kun je dat niet 'meten'. Je zou wel kunnen zeggen: 'Bij het basketbal speel ik volgens de spelregels'. Dat is immers zichtbaar.
- *Gebruik taal afgestemd op leeftijd en doelgroep*. Net als de criteria, moeten de niveaubeschrijvingen begrijpelijk zijn voor zowel collega's als leerlingen. Dus niet te veel vaktermen en moeilijke woorden of zinnen. Je moet er immers makkelijk en liefst snel mee kunnen werken. Hoewel je er niet altijd aan ontkomt, moet je ook proberen om waar mogelijk subjectieve termen (zoals soms, altijd, een beetje, etc.) te vermijden. Deze leiden vaak tot onduidelijkheid en discussie. Ook betekent dit dat je soms niveaubeschrijvingen zult moeten aanpassen voor bepaalde doelgroepen, bijvoorbeeld een extra eenvoudige rubric voor jongere basisschoolleerlingen om zelf mee te werken.
- *Gebruik positieve bewoordingen*. Schrijf in een rubric liefst niet wat iemand nog niet kan, maar wat er al wel te zien is. Dus niet: 'Ik kan nog niet zelfstandig opgooien' bij de handstand, maar 'Ik kan met ondersteuning van hulpmiddelen en medeleerlingen komen



◀ *Werken met rubrics*

tot een handstand'. Het kan immers demotiverend werken voor een leerling wanneer er in een rubric steeds staat wat deze nog niet kan. Datzelfde geldt voor de 'kopjes' boven de niveaus. In plaats van bijvoorbeeld 'Onvoldoende, Matig, Voldoende, Goed' kun je voor formatief handelen beter gebruik maken van indelingen als 'A, B, C, D' of 'Rookie, Semi-Pro, Pro, Master', enz.

- *Gebruik de 'Ik-vorm'*. Aansluitend bij het vorige punt over motivatie, is het aan te raden om een rubric in de 'ik-vorm' te schrijven. Dus niet 'de leerling kan zelfstandig opgooien tot handstand' maar 'ik kan zelfstandig opgooien tot handstand'. Dat leidt tot meer gevoel van eigenaarschap bij de leerling.

- *Denk na over de volgorde*. Leerlingen lezen de rubrics meestal van links naar rechts. Door het hoogste niveau links in de rubric te zetten, krijgen de leerlingen meteen een beeld van het mogelijke einddoel. Dit kan handig zijn in een rubric waarvan je denkt dat een groot deel van de leerlingen het hoogste niveau zou moeten kunnen bereiken. Als het hoogste niveau voor de meesten echter onbereikbaar is, kun je waarschijnlijk beter het laagste niveau links zetten.

Een belangrijke beslissing is verder, hoeveel niveaus je in een rubric opneemt. Heb je te weinig niveaus dan zullen niet alle leerlingen een beschrijving vinden die echt goed bij hun niveau



past. Bij te veel niveaus wordt het voor de leerlingen te moeilijk om te bepalen op welk niveau ze zitten. Ook voor de leraar is het dan lastiger beoordelen. Je kunt het beste beginnen met het beschrijven van het hoogste niveau dat leerlingen zouden kunnen bereiken. Vervolgens beschrijf je het minimale niveau dat je denkt te zullen zien bij leerlingen. Dit niveau dient echt voor alle leerlingen uit je klas haalbaar te zijn. Daarna moet je goed bedenken welke niveaus je daartussen nog kunt verwachten, niveaus die nog goed van elkaar te onderscheiden zijn. Het is gebruikelijk dat in een rubric voor elk criterium evenveel niveaus zijn beschreven. Maar dit is zeker bij het formatief gebruik van rubrics niet noodzakelijk. Wanneer je bij de handstand voor de criteria 'recht staan' en 'terugkomen tot stand' maar drie betekenisvolle niveaus kunt onderscheiden en bij andere criteria vier, dan is er niks op tegen om dat ook zo in je rubric te zetten (zie figuur 1).

### Rubrics gebruiken

Je kunt als leraar de rubrics ook gebruiken om de leeropbrengsten van de leerling aan het einde van het leerproces summatief te beoordelen (bijvoorbeeld in de vorm van een cijfer). Je hebt dan echter wel scoringsregels voor je rubric nodig en je moet waarschijnlijk een weging aanbrengen in de verschillende criteria. Want vaak vind je die niet allemaal even belangrijk. Wanneer de rubric echter alleen gebruikt wordt voor het formatief handelen, dan zijn scoringsregels en een weging niet nodig. Sterker nog, wanneer je cijfers aan een rubric verbindt dan is het risico groot dat leerlingen zich daar te veel op gaan richten. Terwijl je juist wilt dat ze bezig zijn om zichzelf te verbeteren, zonder steeds na te denken over de vraag 'heb ik nu een voldoende of niet?'. Het is dus vanuit formatief oogpunt aan te raden om met leerlingen zo lang mogelijk (of helemaal) weg te blijven bij het berekenen van een cijfer of andere beoordelingen op basis van de rubric.

Het ontwikkelen van een nieuwe rubric is best veel werk en het duurt vaak een hele tijd voordat je er in de praktijk echt tevreden over bent. Het is dus aan te raden om rubrics te maken die je bij meerdere (vergelijkbare) beweegactiviteiten en voor langere tijd kunt gebruiken. Wanneer je bijvoorbeeld een rubric maakt voor dans, dan zijn er misschien een aantal algemene criteria die voor meerdere dansactiviteiten van toepassing zijn. Denk hierbij bijvoorbeeld aan het 'in de maat bewegen'. Bij het beweegdomein turnen zijn er misschien criteria die altijd gelden voor de beweeguitdaging 'over de kop gaan' of 'zwaaien'. Een aanvaller bij een doelspel moet altijd zien 'vrij te lopen' om de bal te ontvangen. Door rubrics te maken met veel van dat soort algemene criteria (of zelfs met alleen dat soort criteria) zijn deze in veel verschillende lessen en bij veel verschillende vaardigheden in te zetten. Met als bijkomend voordeel, dat je op die manier met doorlopende leerlijnen kunt werken. Zo zou je in een lessenreeks doelspelen waarbij je de spelactiviteiten hockey, voetbal en handbal centraal stelt, (grotendeels) met dezelfde rubric kunnen werken. Leerlingen gaan op deze manier de succescriteria steeds beter herkennen, en krijgen daarmee houvast om zichzelf daarop te verbeteren. Eventueel kun je daar dan per doelspel nog een of meer aparte criteria aan toevoegen, wanneer je denkt dat dit nodig is. In figuur 2 zie je een voorbeeld van zo'n rubric, specifiek gericht op balbezit houden en overspelen.

Als leraar is het natuurlijk belangrijk dat je heel goed op de hoogte bent van de inhoud van de rubric. Op die manier kun je leerlingen goed feedup, feedback en feedforward geven. Probeer dat vooral te doen in de bewoordingen die ook in de rubric staan. Wanneer je dat doet, herkennen de leerlingen dat de tips die jij geeft rechtstreeks te maken hebben met de niveaus uit de rubric. Dit geeft voor hen weer extra structuur aan het leerproces.

▼  
Figuur 1: Voorbeeld van een rubric voor de handstand

Criteria	Niveau A	Niveau B	Niveau C	Niveau D
<b>Opgooien van de benen</b>	Ik kan mijn benen opgooien en <b>zelfstandig</b> tot een handstand komen.	Ik kan mijn benen opgooien en met <b>hulp van medeleerlingen</b> tot een handstand komen.	Ik kan met ondersteuning van <b>hulpmiddelen</b> en medeleerlingen komen tot een handstand.	Ik kan steunen op mijn eigen handen waarbij mijn ellebogen recht blijven.
<b>Recht staan</b>	Ik kan een handstand maken waarbij mijn handen, schouders, heupen, <b>knieën en voeten</b> in een <b>rechte</b> lijn zijn.	Ik kan een handstand maken waarbij mijn handen, schouders en <b>heupen</b> in een rechte lijn zijn.		Ik kan een handstand maken waarbij mijn handen en schouders in een rechte lijn zijn.
<b>Balans houden</b>	Ik kan tenminste <b>5 seconden in balans</b> staan en mijn handen daarbij op dezelfde plek houden.	Ik kan tenminste <b>2 seconden</b> in balans staan en mijn handen daarbij op dezelfde plek houden.	Ik kan tenminste <b>1 seconde</b> in balans staan en mijn <b>handen</b> daarbij <b>op dezelfde plek</b> houden	Door mijn <b>handen te verplaatsen</b> kan ik even blijven staan
<b>Terugkomen tot stand</b>	Ik kan uit mijn handstand komen door mijn voeten <b>gecontroleerd één voor één</b> op de mat te plaatsen en in een <b>vloeiende en snelle beweging</b> rechtop te komen.	Ik kan uit mijn handstand komen door mijn voeten <b>één voor één</b> op de mat te plaatsen en <b>rechtop te komen</b> .		Ik kan uit mijn handstand komen door mijn voeten tegelijkertijd op de mat te <b>laten vallen</b> . <b>Ik eindig zittend of voorovergebogen</b> .

Criteria	Master	Pro	Semi-pro	Rookie
<b>Bal afschermen</b>	Als de tegenstander de bal wil veroveren, dan maak ik mij direct breed door mijn lichaam tussen de bal en de tegenstander te brengen. Ik kan in alle spelsituaties de bal controleren en afschermen, en daarmee voorkomen dat de tegenstander de bal afpakt.	Als de tegenstander de bal wil veroveren, dan maak ik mij breed door mijn lichaam tussen de bal en de tegenstander te brengen. De tegenstander krijgt desondanks soms de kans om naar de bal te reiken en deze af te pakken.	Als de tegenstander de bal wil veroveren, dan onderneem ik actie om mezelf breed te maken door mijn lichaam tussen de bal en de tegenstander te brengen. De tegenstander krijgt ruimte om naar de bal te reiken en deze af te pakken.	Als de tegenstander de bal wil veroveren, dan blijf ik stilstaan waardoor de bal eenvoudig door de tegenstander af te pakken is.
<b>Overzicht houden</b>	Ik kijk in alle spelsituaties voortdurend over de bal heen en heb daarbij oog voor mijn teamgenoten, tegenstanders en het doel. Ik heb de bal op ieder moment 'klaar' voor een vervolgactie.	Ik kijk in spelsituaties voortdurend over de bal heen en heb daarbij oog voor mijn teamgenoten, tegenstanders en het doel. Als de druk van de tegenstander groter wordt, heb ik alleen nog oog voor de bal.	Ik onderneem actie om over de bal heen te kijken en oog te hebben voor mijn teamgenoten, tegenstanders en het doel. Mijn ogen zijn regelmatig gericht op de bal.	Mijn ogen zijn gericht op de bal.
<b>Op maat aanspelen</b>	Als balverlies dreigt of een teamgenoot in een betere positie staat, dan speel ik de bal met de juiste richting en snelheid, op het juiste moment door naar mijn teamgenoot. Ik houd daarbij rekening met de mogelijkheden van mijn teamgenoot en de positie van de tegenstander(s). Ik beslis en handel snel en het rendement van mijn acties is hoog.	Als balverlies dreigt of een teamgenoot in een betere positie staat, dan speel ik de bal met de juiste richting en snelheid, op het juiste moment door naar mijn teamgenoot. Ik houd daarbij rekening met de mogelijkheden van mijn teamgenoot en de positie van de tegenstander(s).	Als balverlies dreigt of een teamgenoot in een betere positie staat, dan speel ik de bal richting een teamgenoot af.	Als balverlies dreigt of een teamgenoot in een betere positie staat, dan onderneem ik een poging om de bal richting een teamgenoot af te spelen.

## Gevoel voor kwaliteit

De belangrijkste tip voor het formatief gebruik van rubrics is dat de leerlingen er vooral zelf mee moeten werken. Op die manier ontwikkelen ze een 'gevoel voor kwaliteit'. Aan het begin van een leerlijn moeten leerlingen begrijpen wat het leerdoel is en wat daarvoor de succescriteria zijn. De rubric alleen uitdelen en eventueel kort bespreken, is dan meestal niet genoeg. Je kunt leerlingen beter aan het werk zetten met de rubric. Bijvoorbeeld door beelden te laten zien van een goed en een onvoldoende voorbeeld en ze dan in kleine groepjes aan de hand van de rubric te laten bespreken wat ze zien. Of als dat voor jouw doelgroep te veel gevraagd is, door als leraar zelf de beelden te bespreken met de rubric erbij en dan af en toe eens een leervraag te stellen. Gedurende de lessen kun je leerlingen zichzelf of elkaar dan af en toe laten observeren en laten voorzien van feedback. Daarbij is het verstandig om focus aan te brengen en ze bijvoorbeeld maar naar een of twee criteria uit de rubric te laten kijken. Door het werken met de rubrics worden de leerlingen herinnerd aan wat ze ook alweer aan het leren zijn en hoever ze in dat proces staan. Uiteraard is het daarbij de kunst om hen niet bovenmatig vaak of lang stil te laten staan of zitten; je wilt immers niet al te veel fysiek actieve lestijd verloren laten gaan. Wanneer een rubric alleen wordt gebruikt in een korte lessenserie en je daarin de leerlingen actief wilt betrekken, dan kost dat relatief veel tijd. Dat is dus nóg een argument om vooral te werken met rubrics die

'lang mee kunnen gaan' in een doorlopende leerlijn. Maar bedenk ook dat het werken met rubrics hoe dan ook taakgerichte *leertijd* is. Soms levert even stilstaan de meeste vooruitgang op!

Ervaring heeft ons geleerd dat je bij het ontwikkelen en invoeren van rubrics, samen met je collega's de tijd moet nemen om te experimenteren. De start is daarbij altijd het omschrijven van een goed leerdoel. Pas daarna kun je gaan nadenken over de succescriteria. Het is bovendien handig om klein te beginnen, bijvoorbeeld met het maken van één rubric en hiermee eens te werken in de lessen. Ook is het noodzakelijk om als leraren met elkaar en de leerlingen ervaringen uit te wisselen, om op grond hiervan de rubrics steeds bij te stellen. Niet alles zal in een keer lukken, maar wanneer je volhoudt en goed samenwerkt zullen rubrics heel zinvolle en bruikbare instrumenten blijken om het leerproces van je leerlingen te ondersteunen.



Scan deze QR-code voor een website waarop veel door ons verzamelde voorbeeldrubrics te vinden zijn. Pas deze, met de tips uit dit artikel, aan aan jouw eigen lessen en leerlingen! Daarnaast vind je ook op <https://www.rubricsmaken.nl/> een grote verzameling LO-rubrics.

▲ *Figuur 2: Rubric voor een doorlopende leerlijn 'doelspelen-balbezit behouden en overspelen'. Uit het boek Spelinzicht (Weeldenburg e.a., 2020).*

Lars Borghouts, Gwen Weeldenburg en Menno Slingerland zijn docent bij Fontys ALO Eindhoven en onderzoeker in het lectoraat Move to Be.

### Foto

Anita Riemersma

### Contact

[l.borghouts@fontys.nl](mailto:l.borghouts@fontys.nl)

### Kernwoorden

beoordelen, evalueren, rubric

# Becijferen, of niet-becijferen; dat was de vraag

Discussie over wel of geen cijfers of een beoordeling geven, is van alle tijden. Dat blijkt uit dit artikel van Jelle Zondag die voor ons in het verleden dook en daar stuitte op een discussie gevoerd in 1930. Het blijkt dat we al bijna een eeuw worstelen met het fenomeen beoordelen.

TEKST JELLE ZONDAG



▲ *Gymnastiekonderwijzer J. de Jong uit Hilversum*

**I**n augustus 1930 verscheen in *De Lichamelijke Opvoeding* een ontboezeming van gymnastiekonderwijzer J. de Jong uit Hilversum. Na lerarenvergaderingen keerde hij elke keer in ongelukkige stemming huiswaarts. Het toegekende cijfer voor zijn vak had namelijk geen waarde, omdat het bij de overgang van leerlingen niet werd meegeteld. Hij riep collega's op hun ervaringen te delen en samen na te denken over hoe hun vak meer serieus genomen kon worden.

De oproep van De Jong leidde tot een discussie in het vakblad over nut en noodzaak van examinering. Drie vragen stonden hierbij centraal:

Was examinering voor lichamelijke opvoeding gewenst? Indien zo, moest het cijfer dan ook meetellen bij de overgang van leerlingen? En hoe kwam het cijfer voor het vak eigenlijk tot stand?

## Examineren of niet-examineren?

De Jong was zelf een voorstander van het examineren van lichamelijke opvoeding. In de twaalf jaar dat hij leraar was, had hij ervaren dat leerlingen graag een goed cijfer voor het vak op hun rapport wilden hebben. Bovendien was examinering een

goede stok achter de deur om minder gewillige leerlingen in beweging te krijgen, beargumenteerde hij. De redactie van *De Lichamelijke Opvoeding* was in een naschrift op het artikel ook duidelijk: de school was een opvoedingsinstituut, de lichamelijke opvoeding was een essentieel onderdeel van de opvoeding, het vak stond daarom op gelijke voet met andere vakken en moest even zo goed worden geëxamineerd. Een visie die in de volgende nummers door de meeste gymnastiekonderwijzers werd onderschreven.

Enkele maanden later verscheen in het vakblad niettemin ook een tegengeluid van H.Th.

Rooswinkel, leraar lichamelijke opvoeding van de 1<sup>e</sup> Openbare Handelsschool in Amsterdam. Hij was het niet eens met de meeste van zijn collegae en meende dat er te veel waarde werd gehecht aan het toekennen van cijfers. Leraren lichamelijke opvoeding moesten zich volgens hem juist niet willen spiegelen aan leraren van intellectuele vakken en hun eigen visie ontwikkelen op het belang van examinering. Hij betoogde dat goede leraren helemaal geen cijfers nodig hadden en dat het een teken was van 'pedagogisch begrip en diepte' om een vak niet te examineren.

De gezaghebbende L.D.E.J. Kramer had in hetzelfde nummer de voor- en nadelen van examinering op een rijtje gezet. Ja, het geven van cijfers had zeker z'n voordelen, zo concludeerde hij, maar nee, dat mocht nooit het hoofddoel zijn en vervallen in 'examendressuur', zo vatte hij de voorgaande beraadslagingen samen.

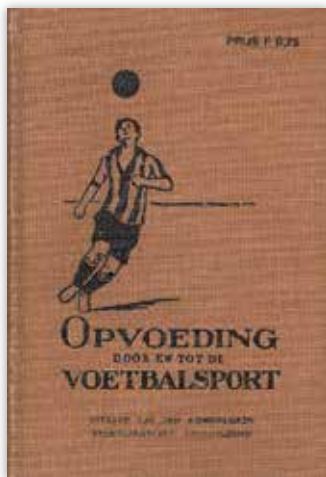
## Examenvak of niet-examenvak?

Direct verbonden aan de vraag of examinering gewenst was, werd de vraag welk belang er dan aan het cijfer voor lichamelijke opvoeding moest worden gehecht. Hierover bestond onder de leden van de vakvereniging meer discussie. Dat het vak moest worden geëxamineerd, betekende voor sommigen vanzelfsprekend dat het ook moest worden meegewogen bij de overgang van leerlingen. Voor anderen was dat laatste minder evident. De redactie van *De Lichamelijke Opvoeding* was opnieuw duidelijk. De lichamelijke opvoeding was

▼ *Demonstratie basketbal in Nederland (1930), waar H.Th. Rooswinkel ook bij betrokken was*







Jelle Zondag promoveert op 26 mei aan de Radboud Universiteit Nijmegen op een proefschrift over de geschiedenis van sport en lichamelijke opvoeding in Nederland. Een publieksboek, getiteld 'Volkskracht. Sport, lichamelijke opvoeding en de versterking van Nederland, 1880-1940' is voor een introductietarief te bestellen bij Uitgeverij Boom. (info@bua.nl)

### Referenties

Voor dit artikel is gegrasdruind in *De Lichamelijke Opvoeding*. Orgaan van de Vereniging van Leeraren en Onderwijzers in de lichamelijke opvoeding in Nederland, 18<sup>e</sup> jaargang (1930). Dit tijdschrift is digitaal te raadplegen via Delpher,

[https://www.delpher.nl/nl/tijdschriften/results?query=&page=1&sortfield=date&coll%5B%5D=\(alternative+all+%22lichamelijke+opvoeding+orgaan+vereniging%22\)&coll=dts](https://www.delpher.nl/nl/tijdschriften/results?query=&page=1&sortfield=date&coll%5B%5D=(alternative+all+%22lichamelijke+opvoeding+orgaan+vereniging%22)&coll=dts)

### Contact

zondag.jelle@gmail.com

### Kernwoorden

geschiedenis, beoordelen

een vak als alle andere vakken en moest dus ook een soortgelijk gewicht als andere vakken krijgen toebedeeld. Als een leerling een onvoldoende had voor gym op zijn eindrapport, dan was zijn opleiding niet voltooid en was hij nog niet gereed voor overgang naar het volgende jaar of om de maatschappij in te gaan, aldus de redactie.

De aanjager van de discussie, J. de Jong, was een vergelijkbaar standpunt toegedaan. Hij had ervaren dat sommige leerlingen zich weinig inspannen voor het vak, omdat het voor de bevordering naar het volgende leerjaar niet meetelde. Dat moest in zijn ogen veranderen door het vak meer gewicht te geven. Hij ging daarbij zelfs nog een stap verder. 'Een eindexamen gymnastiek. Wat zou ik het toejuichen, wat zou ik het heerlijk vinden voor de waardering van ons mooi vak, als het eens zover kwam.'

Andere collega's meenden dat waardering voor het vak niet gelijk moest worden gesteld aan de status als (eind)examenvak. Zij strenden voor meer waardering voor lichamelijke opvoeding onder collega's en vreesden dat het propageren van gymnastiek als examenvak de afkeer zou oproepen van andere leraren en schooldirecteuren, die zij juist voor zich probeerden te winnen. Bovendien was het gewogen meetellen van het cijfer voor de overgang volgens hen geenszins een teken van zwakte.

W.P. Chavonnes de Vrugt uit Den Haag verwoordde deze middenpositie subtiel. Hij stelde dat het 'vanzelfsprekend' was dat het cijfer voor lichamelijke opvoeding moest meetellen voor de overgang van leerlingen, maar een onvoldoende moest hen ook weer niet te zwaar worden aangerekend. Het ideaal van 'een gezonde geest in een gezond lichaam' moest volgens hem binnen de grenzen van het bereikbare worden nagestreefd en clementie voor een cijfer maakte dit cijfer niet meteen tot wassen neus.

### Hoe te examineren?

Het meest gepassioneerd waren de leraren over de vraag hoe het cijfer voor lichamelijke opvoeding tot stand moest komen. In de discussies brachten zij verschillende benaderingen naar voren.

J. de Jong en de redactie van *De Lichamelijke Opvoeding* zaten ook over deze vraag grotendeels op één lijn. Het cijfer moest tot stand komen op basis van inzet, zo schreef de Hilversumse onderwijzer, en lichtte dat toe op weinig subtiële wijze. 'Bij mij krijgt een kreupele jongen of mank meisjes (ik noem maar enkele voorbeelden) voldoende als zij blijf geven zich ingespannen te hebben. Dat zo'n leerling niet hoog springt of niet kan springen of lopen, is voor de toekenning van een voldoende cijfer voor mij geen bezwaar.'

De redactie volgde het argument van De Jong, maar voegde daaraan toe dat het tonen van inzet niet het einddoel was van het vak, maar slechts een middel. Inspanning,

doorzettingsvermogen en initiatief moesten worden beoordeeld omdat ze een teken waren van iets groters: de vorming van persoonlijkheid. En de vorming van persoonlijkheden, of 'karaktermens', was volgens de redactie het uiteindelijke doel van het vak, en van de opvoeding in algemene zin.

De Haagse onderwijzer De Vrugt en L.D.E.J. Kramer legden de nadruk op een ander aspect. Zij beargumenteerden dat bij een afgewogen cijfer ook de vorderingen van leerlingen moesten worden meegenomen. Kramer werkte dit standpunt uit met de wettelijke regelingen inzake de eindexamens in de hand. Hij stelde vast dat in deze wettelijke kaders was opgenomen dat cijfers niet langer tot stand kwamen op basis van gedrag en inzet, maar op basis van vorderingen in de leerstof. Met betrekking tot de lichamelijke opvoeding werd daarbij wel de kanttekening gemaakt dat de beoordeling van deze vorderingen tot stand kwam 'met inachtneming van de lichamelijke geschiktheid der leerlingen.'

**Hij stelde vast dat in deze wettelijke kaders was opgenomen dat cijfers niet langer tot stand kwamen op basis van gedrag en inzet, maar op basis van vorderingen in de leerstof**

Niettemin zag Kramer de vorderingen in de leerstof niet als doel op zich. Hij meende evenals de redactie van *De Lichamelijke Opvoeding* dat het bij het beoordelen van het vak voor een belangrijk deel ging om het ontwikkelen van eigenschappen waar leerlingen na hun schoolcarrière iets aan hadden: initiatief, concentratievermogen, reactievermogen, zelfvertrouwen, uithoudingsvermogen, spierkracht en praktische vaardigheid. Om het vormen van persoonlijkheid dus. 'Van deze waarden kan slechts weinig in het leven gemist worden en zij mogen niet achtergesteld worden bij sommige kennis, waarvan de betekenis eindigt buiten de muren van het schoolgebouw.'

### Vertrouwen

Met de samenvatting van Kramer kwam de discussie in het vakblad min of meer ten einde. De meeste vakgenoten konden zich wel vinden in het uitgangspunt dat het vooral ging om het voorbereiden en beoordelen van leerlingen op het latere leven in de maatschappij. Het laatste, relativerende woord in de discussie was echter voor Rooswinkel: 'Ik heb voldoende vertrouwen in onze jeugd om aan te nemen dat ze meer waarde zullen hechten aan, en kracht zullen vinden in, de goede sportgedachte, dan in het laatste cijfer op hun rapport.'



# Sportfolio App vermindert beoordelen en stimuleert ontwikkeling

In dit topic zijn we niet alleen aan het vertellen dat we moeten stoppen met het beoordelen van onze leerlingen. We geven ook alternatieven hoe je de ontwikkeling van kinderen een boost kunt geven zonder een oordeel te geven. In dit interview met Sjors Elsinghorst, een van de ontwerpers van de Sportfolio App maken we kennis met een andere wijze van het monitoren van ontwikkeling.

INTERVIEW DOOR HANS DIJKHOFF

**D**it interview vond plaats tijdens de studiedag Motiverend beoordelen op 20 januari, georganiseerd door 'Alles in beweging'. Met onze titel van het topic gooien we wel een knuppel in het hoenderhok, en ook tijdens deze dag kwam in diverse presentaties naar voren dat we met het geven van cijfers e.d. misschien wel meer kwaad dan goed doen voor een grote groep leerlingen. Ook moeten we ons afvragen of we wel focussen op de juiste dingen. Daarover gaat het artikel over de studiedag elders in dit magazine.

## Aanleiding

Het is alweer jaren geleden dat Sjors Elsinghorst op het idee kwam een app te ontwikkelen. Daarvoor heb je, naast interesse in techniek, ook een aanleiding nodig. Die kreeg hij in zijn eerste baan. Daar werd hem verteld hoe en wanneer er van hem werd verwacht dat hij de leerlingen een cijfer moest geven. Daarmee kon hij het doen.

In de lessen differentieerde hij volop. Bij het geven van een cijfer ging het mis. Omdat er één lat gelegd werd voor alle leerlingen ontstonden er steeds discussies over de cijfers. Dit hoorde ook niet bij de filosofie die Sjors voorstond: zorgen dat kinderen ook op later leeftijd blijven deelnemen aan de beweegcultuur.

"Om die reden ben ik begonnen met me te verdiepen in evalueren. Ik liep alle studiedagen af waarin maar iets over dit onderwerp werd besproken en las ook alles wat ik kon vinden. Eigenlijk werd het antwoord al best vaak gegeven. Je moet ontwikkeling zichtbaar maken, het proces kunnen volgen en daarop handelen. Dat deden veel collega's al met een portfolio" Dat ging Sjors zelf toepassen. Hij deed nulmetingen en zorgde dat het proces zichtbaar werd. Dit gebeurde op papier en dat bleek niet de oplossing. Het was te omslachtig. Allereerst dat bijhouden in de zaal met die stapels papier per klas, het kostte heel veel beweegtijd en dat is zonde. Dat was het moment waarop hij bedacht dat er eigenlijk een app zou moeten zijn waarin je alles kon bijhouden.

Zo ontstond een product dat de ontwikkeling bijhoudt, het kind motiveert, zo min mogelijk beweegtijd kost en de docent helpt. Met die punten in zijn achterhoofd is Sjors

zo'n zes jaar geleden begonnen met het ontwikkelen van wat we nu kennen als de Sportfolio App.

## De start

Dan begint het eigenlijk pas. Omdat hij zelf niet genoeg kennis had om een app te bouwen zocht hij iemand die hem kon helpen. Dat werd Jeffrey Roest. De rolverdeling was duidelijk, beiden bleken even gedreven. Bij de zoektocht naar geld werd ook gekeken naar subsidies. Daar zaten zoveel restricties aan dat ze ervoor gekozen hebben hun eigen weg te gaan. Dat hield in dat al het spaargeld erin ging zitten. Daarnaast had Sjors nog een bijbaantje. Dit was noodgedwongen om flexibel te kunnen zijn en om de hypotheek te kunnen betalen. Maar er was ook tijd nodig. Dus banen werden gehalveerd en toen het perspectief beter werd zelfs opgezegd. Ze gingen vol voor hun nieuwe product. Het geloof iets betekenisvol toe te voegen was en is groot. Dat was hun drive.

De eerste twee jaren waren er tien pilotscholen. Daarna gebruikten zo'n 25 scholen de app die nog steeds wordt doorontwikkeld. Op dit moment staat de app volledig en wordt door zo'n 90 scholen gebruikt. De rolverdeling is en blijft dezelfde. Jeffrey is voor de techniek en Sjors voor de inhoud.

Op de vraag wat ze in al die jaren hebben ingeleverd kwam het antwoord dat ze er heel veel energie door kregen omdat het een onwijs gaaf project is en heel betekenisvol. "Ik was op mijn school ook heel betekenisvol maar voor 250 kinderen. Nu zijn dat er 30.000. Zo hebben we ook in de coronaperiode veel kinderen middels de app thuis in beweging kunnen houden."

## Wat is voor een leerling de meerwaarde om te werken met deze app?

"Hij kan zelf zien wat zijn startniveau is. Hij bepaalt zijn eigen doelen. Dat is in het licht van de motivatietheorie belangrijk. Zo ervaren ze autonomie. Doordat ze zelf daadwerkelijk invloed hebben op hun leerproces kan elke leerling zich competent voelen omdat de leerling zich kan ontwikkelen binnen de eigen mogelijkheden. Op hun site staat een filmpje



## Het waarom

De motivatie om aan dit avontuur te beginnen was om de zaken anders te kunnen doen. Toen de gebruikers aangaven dat ze goed met de app konden werken, wisten Sjors en Jeffry dat ze op het goede spoor zaten. “Er wordt heel veel gepraat in het onderwijs over dat het anders moet. Nu horen wij terug van de gebruikers dat dit een tool is die richting geeft en waarmee je de evaluatie van je onderwijs echt anders kunt inrichten. De rol van de docent verandert hierdoor ook. Die zal meer coachend van aard zijn en niet meer die van de docent die langs de kant staat en ergens iets

met de uitleg van de app voor de leerling. [https://www.youtube.com/watch?v=EE3iNqz0vzc&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=EE3iNqz0vzc&feature=emb_title). Dat is voor een leerling heel belangrijk.

Ik vroeg of het doen van een nulmeting niet erg fraudegevoelig is. Bijvoorbeeld een leerling die doet alsof hij de handstand niet goed beheerst en ene enorme progressie laat zien. “Dan zou mijn vraag aan die leerling zijn wie hij daar nu mee in de maling neemt. Er zit namelijk geen cijfer verbonden aan zijn voortgang. Je beoordeelt als docent namelijk niet de mate van progressie, maar je ondersteunt het leerproces vanuit een coachende rol en monitort, zodat je kan bepalen wat de individuele leerling nodig heeft. Je kunt wel een cijfer geven als dat wordt gevraagd door de schoolleiding maar dat is geen cijfer voor het proces, maar over hoe de leerling met zijn portfolio is omgegaan. Mijn sectie weet dat het kind een nulmeting heeft gedaan, een voortgangsrapportage en een reflectieverslag heeft gemaakt en dat is genoeg informatie. Als je ervan uitgaat dat elk kind belangrijke onderwijsinterventies heeft verricht, zoals zichtbaar maken van leren, doelen stellen, zelfreflectie, kan je de vraag stellen wat de leerling nog meer kan doen? De kwaliteit van de docent zal dan verder bepalend zijn of het maximale uit de ontwikkeling van het kind wordt gehaald door het toepassen van zijn didactische skills en door te kijken wat de individuele leerling nodig heeft om tot maximale ontwikkeling te komen. Het scheelt, je hoeft met de Sportfolio App niet meer langs de kant te zitten en tijd te verdoen aan het geven van ‘nutteloze’ cijfers. Je kunt dus alle tijd en energie steken in het begeleiden van je leerlingen om het maximale eruit te halen.”

Afhankelijk van je doelgroep en hoe je er als sectie instaat kun je de leerlingen ook op andere plaatsen dan in de gymzaal hun taken laten doen. Soms is dat zelfs wel prettig omdat je dan geen groepsdruk ervaart. De app kan op verschillende manieren worden ingericht. Waardoor je in vrijwel alle vormen van onderwijs de app zo kan inrichten dat hij past bij je doelgroep.

van moet vinden. Je kunt meer aandacht besteden aan de kinderen die dat nodig hebben.”

Je kunt je voorstellen dat het werken met de app makkelijker gaat als leerlingen hun verantwoordelijkheid kunnen nemen; hoe hoger de betrokkenheid hoe hoger het leerrendement. Het hangt ook samen met de sfeer in de groep. “Vrijwel iedere leerling heeft een telefoon en kan daarmee filmpjes maken. De zelfstandigheid bepaalt of je dan met de app kunt werken. Er is al veel ervaring opgedaan met de app; van het praktijkonderwijs tot aan het gymnasium. Als de docent goed structureert, aangeeft hoelang je met de telefoon mag werken enz. en accepteert dat er zo nu en dan weleens een WhatsApp wordt verstuurd, dan kan er goed gewerkt worden met de app. De Sportfolio App is er voor alle schoolniveaus in het onderwijs en is op maat in te richten. Leerlingen zijn ervaringsdeskundige als het gaat over kennis en kunde van devices.”

Op dit moment hebben de makers er beide een volledige weektaak aan om te zorgen dat de bekendheid van de app vergroot wordt maar ook om support te geven aan de gebruikers en de app verder te ontwikkelen.

Hieronder zie je enkele voorbeelden van hoe de app kan worden gebruikt in verschillende vormen van onderwijs.

### Video 2: Animatievideo Sportfolio App

<https://youtu.be/JzoQW96GCU8>

### Video 3: Praktijksituatie

<https://youtu.be/W147YaYNz2w>

### Video 4: Impressievideo

<https://youtu.be/7IWx10qpaJs>

### Video 5: Uitleg docentenomgeving

[https://youtu.be/k0UOmFXJ\\_ac](https://youtu.be/k0UOmFXJ_ac)

## Kernwoorden

evalueren, ontwikkeling, monitoren

## Contact

[info@sportfolioapp.nl](mailto:info@sportfolioapp.nl)



# Steeds meer aandacht voor een gezonde leefstijl in het mbo

De afgelopen jaren is binnen verschillende landelijke beleidsregelingen aandacht geweest voor een gezonde leefstijl onder studenten van het middelbaar beroepsonderwijs (mbo), zoals binnen de Onderwijsagenda Sport, Bewegen en Gezonde Leefstijl (SBGL). In een recent onderzoek van het Mulier Instituut<sup>1</sup> wordt geconcludeerd dat deze beleidsregelingen op sommige gebieden hun vruchten lijken af te werpen. Op een aantal andere punten lijkt de situatie beperkt veranderd en liggen er nog genoeg kansen voor het (gezondheids)beleid op mbo-locaties. Zo lijkt de aandacht voor bewegen te verslappen. De belangrijkste resultaten uit het onderzoek worden in dit artikel besproken.

TEKST SOFIE VRIESWIJK, JO LUCASSEN EN JORIEN SLOT

## Vitaal burgerschap en een gezonde leefstijl steeds meer in het beleid van mbo-locaties verankerd

De laatste jaren is er sprake geweest van een voortdurende stimulering op het gebied van een gezonde leefstijl onder mbo-studenten. Wel wisselt steeds vanuit welk kader dit gebeurt. Op dit moment is het vooral geborgd in het Nationaal Preventieakkoord (figuur 1). De beleidsinitiatieven hebben een aantal positieve ontwikkelingen opgeleverd, zo blijkt uit het onderzoek van het Mulier Instituut<sup>1</sup>. Allereerst is de aandacht voor vitaal burgerschap en een gezonde school bij driekwart van de ondervraagde mbo-locaties sinds 2016 toegenomen. Ook geeft twee derde van de respondenten (67%) aan dat zij het komende schooljaar (2020/2021) (weer) met deze twee thema's aan de slag willen gaan. Ten tweede blijkt dat op alle mbo-locaties die aan dit onderzoek hebben deelgenomen in een of meer lessen aandacht wordt besteed aan gezondheidsthema's (figuur 2). Hierbij gaat het niet alleen om bewegen en sport

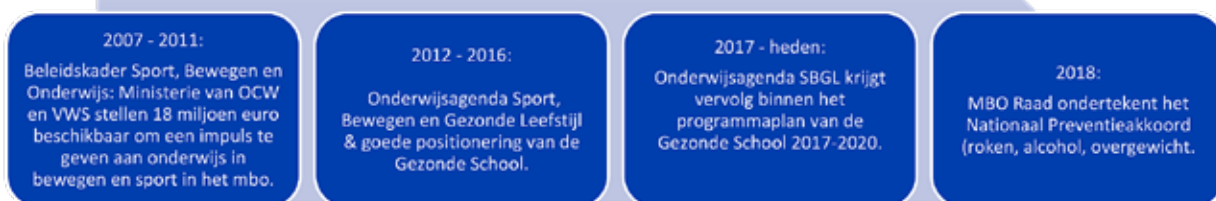
(85%), maar ook om voeding (91%) en preventie van roken en alcohol- en drugsgebruik (82%). De motieven die mbo-locaties hebben om beweeg- en sportaanbod aan te bieden, zijn meer gericht op gezondheid dan het aanbieden van meer beweeg- en sportmomenten. De twee meest genoemde motieven zijn bijdragen aan de gezondheid van studenten (71%) en bewustmaking van het belang van bewegen voor vitale beroepsuitoefening (67%). Eveneens wordt op veel locaties aandacht besteed aan de gezondheid van de docenten die daar lesgeven, voornamelijk door het aanbieden van een fietsenplan (82%), aandacht voor fysiek en sociaal welbevinden in functioneringsgesprekken (76%) en het voeren van rookbeleid (67%)<sup>1</sup>. Tot slot geven de meeste respondenten aan dat binnen hun instelling wordt samengewerkt met verschillende partijen op het gebied van sport (90%). Hierbij wordt de Gezonde School-coördinator het meest genoemd. Bovendien is er sinds 2016 een stijging te zien in het aantal Gezonde School-vignetten bij mbo-locaties, waarbij de teller op 1 november

2020 op 90 Gezonde Scholen (mbo-locaties) met 122 vignetten stond.

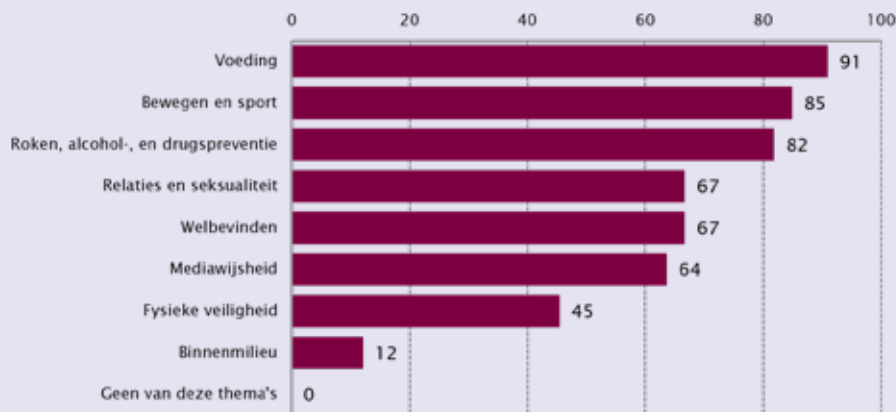
## Verschuiving van beweegstimulering naar gezondheidsbevordering op mbo-locaties?

Al met al lijken de drijfveren voor het aanbieden van sport- en beweegaanbod bij mbo-locaties te verschuiven van sport- en beweegstimulering naar bredere gezondheidsbevordering. Over het algemeen lijkt de aandacht voor het beweeg- en sportaanbod op mbo-locaties wat te verslappen. Dit blijkt bijvoorbeeld uit de verschuiving in de hoeveelheid aandacht die bepaalde gezondheidsthema's krijgen op mbo-locaties: bewegen en sport was in 2016 (56%) vaker in het centrale beleid verankerd dan in 2020 (39%). Sinds 2016 is weinig verandering te zien bij het behalen van de vijfprocentnorm<sup>2</sup>. Het deel van de scholen dat aangeeft aan deze vijfprocentnorm te voldoen voor de eerste twee leerjaren, is tussen 2016 en 2020 zelfs licht afgenomen (van 61% naar 53%)<sup>1</sup>. Tot slot geeft een derde (30%) van de respondenten

Figuur 1: Ontwikkelingen in het mbo (2007 tot nu)

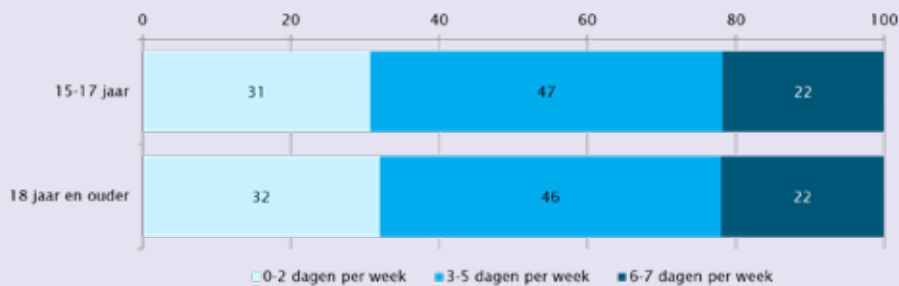


Figuur 2: Gezondheidsthema's waar locaties in de lessen voor studenten expliciet aandacht aan besteden (in procenten, meer antwoorden mogelijk, n=33)



Bron: Onderzoek bewegen, sport en gezonde leefstijl in het mbo (0-meting), 2020, Mulier Instituut.

Figuur 3: Aantal dagen per week dat mbo-studenten van 15-17 jaar (n=11.186) en van 18 jaar en ouder (n=7.299) minimaal zestig minuten bewegen (in procenten)



Bron: TestJeLeefstijl.nl (schooljaar 2019/2020). Bewerking: Mulier Instituut.

aan dat zij beweeg- of sportlessen (nog) niet als vast onderdeel in het curriculum verwerkt hebben en nog niet actief inzetten op gerichte stimulering van de studenten om tijdens een schooldag actief te zijn<sup>1</sup>.

### Implicaties voor de mbo-studenten

Er zijn goede aanwijzingen dat er samenhang is tussen verschillende aspecten van de leefstijl<sup>3</sup>. Een ongezonde leefstijl komt vaker voor bij bevolkingsgroepen die minder hoog zijn opgeleid, en bovendien is er vaak sprake van stapeling van ongezonde leefgewoonten. Het is belangrijk dat juist op mbo-locaties een gezonde leefstijl onder de aandacht komt en blijft, omdat deze doelgroep vatbaarder lijkt te zijn voor een ongezonde leefstijl. Vergeleken met het gemiddelde voor jongeren van hun leeftijd zijn mbo-studenten minder vaak lid van een sportvereniging, sportschool of zwembad en sporten zij minder vaak ten minste wekelijks.

Niet alleen vanuit het perspectief van een gezonde leefstijl, maar ook vanuit dat van sportstimulering, is het belangrijk dat juist mbo-studenten genoeg bewegen en sporten. Voor het onderzoek van het Mulier Instituut is er naast eigen verzamelde data gebruikgemaakt van data van mbo-studenten uit het schooljaar 2019/2020 die zijn verkregen via TestJeLeefstijl<sup>4</sup>. TestJeLeefstijl dateert uit 2007, maar wordt de laatste jaren steeds structureler ingezet

op mbo-locaties, waardoor we een goede indruk krijgen van onder andere het sport- en beweeggedrag van mbo-studenten. Op dat gebied blijkt dat mbo-studenten onder de 18 jaar en boven de 18 jaar ongeveer evenveel bewegen, waarbij ongeveer de helft (47% en 46%) naar eigen zeggen drie tot vijf dagen per week minimaal zestig minuten beweegt (figuur 3)<sup>1</sup>.

Dit levert een breuk op in de mate waarin beide leeftijdsgroepen aan de beweegrichtlijn voldoen. Uit de data van TestJeLeefstijl blijkt namelijk dat maar een klein deel (13%) van de mbo-studenten onder de 18 jaar volgens eigen inschatting voldoet aan de beweegrichtlijn (één uur per dag matig intensieve beweging), terwijl twee derde van de studenten vanaf 18 jaar aangeeft aan de beweegrichtlijn te voldoen (150 minuten per week matig intensieve tot intensieve beweging). Doordat de normstelling voor volwassenen vanaf 18 jaar een stuk milder is, ontstaat hier een vreemde trendbreuk. De coronapandemie maakt deze verschuiving extra zorgelijk. Uit de sportdeelnamecijfers van NOC\*NSF blijkt dat 34% van de Nederlanders aangeeft dat zij het afgelopen halfjaar minder zijn gaan sporten<sup>5</sup>. Dit aantal ligt bij de leeftijdsgroepen waarbinnen mbo-studenten vallen nog hoger (13-18 jaar: 44%; 19-30 jaar: 46%). De meest genoemde reden hiervoor is het sluiten van de club/vereniging, maar waarschijnlijk is

het ook deels afhankelijk van het feit dat de scholen gesloten waren. Normaal gesproken krijgen jongeren op school een groot gedeelte van hun dagelijkse beweging.

### Conclusie

Al met al zijn er genoeg redenen om het stimuleringsbeleid gericht op gezondheid (en in het bijzonder op sport- en bewegen) binnen mbo-locaties voort te zetten. Een goed begin zou bijvoorbeeld al kunnen zijn om TestJeLeefstijl op mbo-locaties als stuurinstrument te gebruiken op locatieniveau, zodat het (gezondheids-)gedrag van de mbo-studenten in kaart kan worden gebracht en gericht kan worden ingespeeld op de gebieden die extra aandacht behoeven. Voor het beweeg- en sportaanbod binnen het mbo liggen er kansen om bij te dragen aan een gezond sport- en beweegpatroon van de studenten. Het is van belang dat het thema bewegen en sport (weer) meer aandacht krijgt, bijvoorbeeld door meer in te zetten op het behalen van de vijfprocentnorm.

### Verantwoording/methode onderzoek

Het Mulier Instituut voert met steun van het ministerie van VWS al een aantal jaren periodiek onderzoek uit naar de stand van zaken binnen het bewegingsonderwijs in verschillende onderwijsvormen. In 2020 is voor de eerste keer het middelbaar beroepsonderwijs (mbo) onderzocht. Hiervoor heeft het Mulier Instituut een online vragenlijst uitgezet onder leiding van het platform Sport en Gezonde Leefstijl van de MBO Raad en onder Gezonde Schoolcoördinatoren in het mbo. De vragenlijst is 33 keer ingevuld. Daarnaast is voor dit onderzoek gebruikgemaakt van data van TestJeLeefstijl uit het schooljaar 2019/2020. Over vier jaar wordt dit onderzoek herhaald, middels een 1-meting, zodat verdere ontwikkelingen in de tijd kunnen worden gevolgd.

- Slot-Heijs, J., Vrieswijk, S. en Lucassen, J. (2020). *Bewegen, sport en gezonde leefstijl in het middelbaar beroepsonderwijs*. Utrecht: Mulier Instituut.
- Hierbij is het streven dat alle studenten gedurende de eerste twee leerjaren van hun opleiding minimaal vijftig uur per jaar lessen bewegen en sport krijgen.
- André, S., Kraaykamp, G. en Meuleman, R. (2018). *Een (on)gezonde leefstijl: Opleiding als scheidslijn*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP).
- TestJeLeefstijl.nl is een persoonlijke, digitale en online leefstijltest. Mbo-studenten beantwoorden vragen over leefstijlthema's als alcohol, beeldschermgedrag, bewegen, seksualiteit, roken, voeding en drugsgebruik.
- NOC\*NSF (2020). *NOC\*NSF Sportdeelname Index oktober 2020*. Geraadpleegd via <https://nocnsf.nl/media/3800/noc-nsf-sportdeelname-maandmeting-corona-virus-oktober-2020-v20.pdf>

### Contact

s.vrieswijk@mulierinstituut.nl

### Kernwoorden

onderzoek, mbo, gezonde leefstijl

# De rol van de bedrijfsarts bij arbeidsongeschiktheid

Regelmatig komen er bij de juridische afdeling van de KVLO vragen voorbij over de rol van de bedrijfsarts bij arbeidsongeschiktheid: Kan ik kiezen naar welke bedrijfsarts ik ga? Moet ik het advies van de bedrijfsarts opvolgen? Is de werkgever verplicht het advies van de bedrijfsarts op te volgen? Wat kan ik doen als ik het niet eens ben met het advies van de bedrijfsarts? Op deze vragen geven we in dit artikel een antwoord.

TEKST DR. JANNEKE WIERSEMA

**W**anneer er sprake is van dreigend langdurig ziekteverzuim moet de werkgever binnen zes weken na de eerste ziektedag van de werknemer een oordeel van de bedrijfsarts of arbodienst vragen over het ziektegeval. De controle en begeleiding van zieke werknemers behoort tot de taken van de werkgever. De werkgever moet zich hierbij laten bijstaan door een gecertificeerde arbodienst of een bedrijfsarts. Als werknemer kan je daarom niet kiezen naar welke bedrijfsarts je gaat. Je bent verplicht naar de bedrijfsarts of arbodienst te gaan waar de werkgever een contract mee heeft gesloten.

## Advies bedrijfsarts

Het advies van de bedrijfsarts is medebepalend voor de reïntegratieverplichtingen van de werkgever en werknemer. De werkgever kan van mening zijn dat de werknemer niet of niet langer ziek is. De werkgever kan echter niet afgaan op zijn eigen oordeel, maar zal de ziekmelding moeten doorgeven aan de bedrijfsarts of arbodienst. Deze neemt de controle ter hand en zal een oordeel geven over de (mate van) arbeidsongeschiktheid en de eventuele mogelijkheden om passende arbeid te verrichten. Het advies bestaat uit twee gedeeltes, namelijk een probleemanalyse en een advies over de concreet te nemen acties om herstel en werkhervatting te bespoedigen. In de probleemanalyse wordt een beschrijving opgenomen van de aard van de klachten, de diagnose, behandeling en prognose. Verder moet worden aangegeven welke beperkingen hieruit voortvloeien. Ook andere omstandigheden die van invloed kunnen zijn op het functioneren en de re-integratie worden beschreven, zoals privé- en werkomstandigheden. In de analyse wordt ook beschreven wat de verwachting is van de deskundige ten aanzien van

herstel, werkhervatting en re-integratie. Op basis van deze analyse zal de bedrijfsarts een advies aan de werkgever uitbrengen ten aanzien van de concrete stappen die voor herstel en werkhervatting genomen kunnen worden. De werknemer krijgt de beschikking over de hele probleemanalyse, de werkgever ontvangt alleen die delen van de probleemanalyse die nodig zijn om met de werknemer een plan van aanpak op te kunnen stellen. De werkgever heeft geen recht op medische informatie van het verzuim. Wel is het noodzakelijk dat de werkgever goed geïnformeerd is over de beperkingen van de werknemer en welke werkzaamheden de werknemer nog wel kan verrichten om zo de inzetbaarheid van de werknemer vast te kunnen stellen.

## Geschillen over ziekte

Het advies van de bedrijfsarts is in beginsel bepalend en wordt in bijna alle gevallen door de werkgever overgenomen. Indien een werkgever hier toch vanaf wil afwijken dient hij dit te motiveren en doet hij er goed aan een deskundigenoordeel bij het UWV aan te vragen. Als de werkgever het advies van de bedrijfsarts opvolgt en conform dit advies de werknemer oproept om weer (deels) aan het werk te gaan, kan er een conflict ontstaan als de werknemer van mening is dat hij daartoe nog niet in staat is. Ook over andere aspecten kan een verschil van mening ontstaan. Het deskundigenoordeel van het UWV speelt een belangrijke rol bij de beslechting van dergelijke geschillen.

## Deskundigenoordeel op verzoek van de werknemer

Wanneer de bedrijfsarts van oordeel is dat de werknemer zijn werkzaamheden kan hervatten, de werknemer het hier niet mee eens is en niet hervat, kan de werkgever de loondoorbetaling opschorten. De werknemer voldoet immers niet aan zijn

re-integratieverplichtingen. Werknemer vraagt dan aan het UWV te onderzoeken of hij al dan niet ziek is. De deskundige van het UWV kan daarbij inlichtingen inwinnen bij de behandelende artsen. Deze zijn verplicht inlichtingen te verstrekken, voor zover daarmee de persoonlijke levenssfeer van de werknemer niet wordt geschaad. Ook kan de werknemer een second opinion aanvragen bij een andere bedrijfsarts. Blijkt uit het onderzoek dat de werknemer ziek is, dan zal hij dit resultaat aan de werkgever voorleggen. In de meeste gevallen zal de werkgever er dan verstandig aan doen het loon alsnog door te betalen. Doet hij dat niet, dan zal de werknemer genoodzaakt zijn een loonvordering in te stellen. Met name het door een verzekeringsarts van het UWV afgegeven deskundigenoordeel zal dan een belangrijke aanwijzing vormen voor het aanwezig zijn van arbeidsongeschiktheid. Het aanvragen van een deskundigenoordeel heeft geen opschortende werking. Dat betekent dat zolang het UWV geen oordeel heeft gegeven de werknemer geacht wordt conform het verzoek van de werkgever aan het werk te gaan. Het deskundigenoordeel heeft de status van een advies. De termijn waarbinnen het UWV een deskundigenoordeel uitbrengt ligt doorgaans rond de vier weken.

## Deskundigenoordeel op verzoek van de werkgever

Ook de werkgever kan het UWV om een deskundigenoordeel verzoeken. De werkgever zal hiertoe kunnen besluiten als hij het niet eens is met het oordeel van de bedrijfsarts dat de werknemer (nog) ziek is, of met het oordeel van de bedrijfsarts dat de werknemer niet in staat is passende arbeid te verrichten. Ook de omgekeerde situatie is mogelijk (werkgever is van mening dat de werknemer ziek is en de werknemer acht zich in staat te werken) hoewel dit veel minder vaak voorkomt. De kosten voor het aanvragen van een deskundigenoordeel door de werkgever bedragen € 400,-, de kosten voor de werknemer € 100,-. Het deskundigenoordeel kan via de website van het UWV worden aangevraagd. Indien je arbeidsongeschikt bent, en je hier vragen over hebt, neem dan contact op met de juridische afdeling van de KVLO. ■

Contact [juristen@kvlo.nl](mailto:juristen@kvlo.nl)





## Werken met rubrics; niet voor niks

In dit topic over beoordelen wordt het geven van feedback en het werken met rubrics vaak aangehaald. Waarom? Omdat rubrics een middel kan zijn om op groei gerichte feedback te geven, die beter aansluit bij de motivatie van leerlingen. Hoe effectief is het werken met rubrics? Wat zijn kansen en wat zijn de valkuilen in de praktijk? In dit artikel wil ik stilstaan bij ervaringen met het werken met rubrics en deze ervaringen linken aan andere artikelen in dit magazine. Werken met rubrics kan een stap in de goede richting zijn maar het vraagt wel een inspanning. Het sluit aan op een behoefte bij docenten die willen werken aan informatieve feedback die verder gaat dan alleen een cijfer. Het kan bijdragen aan de motivatie van leerlingen. Kortom werken met rubrics doe je niet voor niks.

TEKST MAARTEN MASSINK

### Rubricsmaken.nl

Er is een website [www.rubricsmaken.nl](http://www.rubricsmaken.nl) waar voorbeelden worden getoond van rubrics voor verschillende vakken. Zo is er één voorbeeld voor aardrijkskunde, zijn er twee voorbeelden voor biologie, drie voor Engels en vier voorbeelden voor Duits, en voor LO... 678! Oftewel LO-docenten zijn erg actief met het maken van rubrics en ze zijn hierin een voorbeeld voor andere vakken. Dat komt volgens mij omdat LO-docenten zich meer afwenden van de cijfercultuur en meer willen investeren in geschreven feedback in de vorm van rubrics. Feedback die uiteindelijk leidt tot verbetering en groei omdat voor ons vak met name geldt dat vorderingen maken en inzet wordt gewaardeerd. Het deelnameniveau is in ontwikkeling en wordt in een rubric weergegeven (een niveauiduiding die is geschreven op de specifieke bewegingsactiviteit). Die ontwikkeling geeft hoop. Het gaat bij goede rubrics om beoordelen *om te leren* en niet zozeer om het beoordelen *van het leren*. Beoordelingen om te leren, leiden tot actie en dagen uit tot verbetering (zie artikel Stoppen met beoordelen? elders in dit magazine).



[www.rubricsmaken.nl](http://www.rubricsmaken.nl)

### Voorbeelden van rubrics

Inmiddels werken we meer dan twintig jaar bij ons op school (OSG de Meergronden in Almere) met rubrics voor LO. Bij LO gebruiken we rubrics voor de vakmatige categorieën die we verdeeld hebben in de activiteitengebieden; Spel, Atletiek en Turnen. Bewegen op muziek hebben we bij Turnen geplaatst en Zelfverdediging bij Spel, simpelweg omdat we niet meer dan drie vakmatige categorieën mogen invoeren op het rapport. We zijn ook een voorbeeld geworden voor andere vakken bij ons op school als het gaat om het beoordelen met rubrics voor algemene vaardigheden als inzet, samenwerken en organisatie. Andere vakken geven naast cijfers nu ook feedback met rubrics over inzet, samenwerking en organisatie.



Voorbeeld rubric leerlijn lopen, thema estafette

De rubrics voor de vakmatige categorieën zijn gekoppeld aan de leerlijnen van het basisdocument. We noemen de niveaus A ,B ,C ,D oplopend in moeilijkheid van A naar D. Bij atletiek wordt een cijfermatige prestatie altijd gekoppeld aan een uitvoeringswijze van techniek of tactiek en vorderingen qua gedragsaspecten in de algemene categorieën. Zie het voorbeeld estafette.

### Rubrics voor leerlijnen

Het niveau dat je haalt in de vakmatige categorieën is om aan te geven welk niveau je hebt (A,B,C of D). Dit is altijd oké. A is niet goed of slecht en wordt daarom ook niet beoordeeld met een cijfer of o, v, rv of g. Het is niet normerend maar komt overeen met een beschrijving van een uitvoeringswijze. Die beschrijving geeft aanleiding te kijken naar wat de volgende stap zou kunnen

zijn. Dat blijft een streven en geeft richting aan het oefenen door het stellen van heldere doelen. Het kan zijn dat een leerling wel vorderingen maakt en zich beter manifesteert, maar geen niveau stijgt. Dat is niet erg. Herhaling van hetzelfde niveau kan leerlingen ook vertrouwd maken met de beweging zonder dat er meteen vorderingen worden gemaakt. Dit vertrouwd raken kan ervoor zorgen dat de leerling gaat genieten en experimenteren met de vaardigheid op zijn niveau en misschien daardoor een niveau-tje stijgt, maar dat hoeft niet. Het doelgericht blijven werken en oefenen en genieten van de beweging zie je terug bij de rubric inzet.

### Rubrics voor ontwikkelijnen

Naast een leerlijn- en themaspecifieke rubric hanteren we ook een rubric uit de algemene categorieën, bijvoorbeeld inzet.

#### Inzet/zelfstandig werken

- O** Ik kan niet actief blijven zonder de aanmoediging van de docent. Ook dan zit ik veel aan de kant.
- M** Ik moet worden aangemoedigd om actief te blijven.
- V** Ik ben uit mezelf betrokken bij de activiteit door actief mee te doen tijdens de hele les.
- G** Mijn manier van spelen/uitvoering maakt anderen enthousiast, wat een positief effect heeft op de activiteit van anderen.

Hier hanteren we een o-m-v-g schaal die normerend is. De gedachte hierachter is dat ook als je geen talent hebt voor bewegen en sport, je inzet goed (g) kan zijn. Leerlingen die minder talent hebben voor sport en bewegen kunnen wel gewaardeerd worden met een goed (g) voor de gedragscategorieën en algemene ontwikkelijnen; inzet, samenwerken en organisatie. Dat is prima. Andersom komt ook voor. Een leerling met veel aanleg voor bewegen en sport beweegt op niveau D, maar vertoont onvoldoende of matige inzet. Dat is niet oké en dat vraagt om een gesprek hierover. Wat is er aan de hand?

### Mate van detaillering

Het voorbeeld van de rubric over estafette hierboven laat een gedetailleerd voorbeeld zien. Bij ontwikkelijnen en gedragsaspecten gaat het meer om algemene omschrijvingen die bij meerdere (alle?) activiteiten gebruikt kunnen worden. Deze (inzet, samenwerking en organisatie) zijn dan ook belangrijk en hier kun je de kracht van de herhaling gebruiken door ze regelmatig te hanteren bij uiteenlopende activiteiten.

De rubrics voor de bewegingsactiviteiten zijn leerlijn specifiek (bijvoorbeeld doelspelen, spelen met inblijven en uitmaken en terugslagspelen).





Leerlijn lopen

Maar binnen een leerlijn zijn weer thema's te onderscheiden. Zo kun je een algemene rubriek schrijven voor de leerlijn trefspelen. Maar je kunt ook een rubric schrijven voor de thema's apart binnen de leerlijn trefspelen; treffen met wapen (bijvoorbeeld schermen) en treffen zonder wapen (bijvoorbeeld boksen). Je kunt steeds verder inzoomen op de aangeboden bewegingsactiviteit. Op de website [rubricsmaken.nl](http://rubricsmaken.nl) staan daar veel voorbeelden van.

Per rubric moet je mijns inziens een keuze maken tussen algemene beschrijvingen of inzoomen op details. Als je sterk inzoomt, kun je je beperken tot enkele details maar daar wel dieper op ingaan, ten koste van compleet zijn. Compleet willen zijn geeft een grote hoeveelheid informatie en details. Dat is minder overzichtelijk en geeft veel leeswerk. Inzoomen en bijvoorbeeld het setshot gedetailleerd beschrijven in uitvoeringsniveaus gaat ten koste van de volledigheid van aanval opbouwen, doelkansen creëren en benutten. Het kan wel helpen de aandacht te richten op een onderdeel in een les. Voor iedere leerlijn, ieder thema, iedere activiteit, en ieder deelaspect rubrics maken levert veel rubrics in het streven naar compleet zijn. Compleet zijn leidt tot (te?) veel details. En daarmee verlies van overzicht.

### Wat is een goede rubric?

Hier komen we terecht bij een moeilijk dilemma. Lars Borghouts, Gwen Weeldenburg en Menno

Slingerland geven in hun artikel over *Rubrics maken* aan dat er drie belangrijke criteria zijn:

- Compleet zijn
- Duidelijke taal
- Niet te veel details

Heel belangrijk bij het ontwerpen van een rubric is hoe je het wilt inzetten. Er zijn voorbeelden van rubrics die worden ingezet als observatie-instrument voor spelers langs de kant die gericht (leren) kijken naar spelgedrag van een speler zoals het formulier voor PTA afsluiten basketbal in de bovenbouw havo/vwo (voorbeeld zie website KVLO).

Dit is uitgebreider dan de rubric die we in de 1<sup>e</sup> klas hanteren en waarin we het spelen in steekwoorden proberen te vatten (website KVLO). Per les kan een steekwoord accent krijgen zodat dezelfde rubric wel steeds terugkomt maar per les beperkt wordt tot één aspect. Bijvoorbeeld vrijlopen of meeverdedigen of doelen of samenspelen. Hierbij kunnen de rubrics of onderdelen daarvan in steekwoorden op het bord worden geschreven.

### Relatie met rapport

De rubrics leiden bij ons tot een beoordeling met A, B, C, D op het rapport voor bewegingsvaardigheden spel, atletiek, turnen. In de ontwikkellijnen inzet, samenwerking en organisatie leidt dat tot een beoordeling met o-m-v-g. Leerlingen weten dat de eindbeoordeling bepaald wordt door de omgangsvaardigheden en niet door de bewe-



PTA afsluiten basketbal



Basketbal rubric klas 1



gingsvaardigheden. De eindbeoordeling is een o-m-v-g die niet voorkomt uit de A,B,C,D. Dat geeft leerlingen de wetenschap en het vertrouwen dat het niet uitmaakt hoe bewegingsvaardig je bent voor de eindbeoordeling. Bewegingsvaardigheid is toegevoegde informatie. De gedragsaspecten zijn bepalend voor de eindbeoordeling.

Leerlingen worden vooraf geïnformeerd over de niveaus en achteraf na een les of een lesperiode gevraagd welk niveau ze bij zichzelf of bij een ander herkennen. Met een niveaubepaling wordt een periode ook afgesloten. Daarbij proberen we de leerlingen op grond van de criteria te laten kiezen welk niveau bij hen past. Hoewel de beoordeling van de bewegingsvaardigheden niet bepalend is voor de o-m-v-g eindbeoordeling vinden leerlingen het vaak lastig op grond van de beschrijvingen een niveau toe te kennen. Wat

wel goed gaat is speelvaardigheid vergelijken. Ze zien probleemloos wie er beter speelt dan wie. Het is lastig daar een beschrijving bij te vinden. Op grond van de vergelijking worden dan ook vaak de A, B, C en D-tjes gekozen. Niet zozeer op grond van de beschrijving.

Je zou ook leerlingen zelf een rubric kunnen laten maken. Wat maakt een speler tot een goede speler qua spelvaardigheden? Waarom is hij/zij een betere speler? Welke spelvaardigheden zie je? En hoe zit dat met omgangsvaardigheden? Wie is dan een goede speler? Een met de klas zelfgemaakte rubric is dan gebaseerd op het waargenomen spelgedrag in de groep.

### Vergelijken

Feedback geven en zeker het werken met niveaus werkt vergelijken in de hand. Dat roept ook emotie op. Bas Trimbos schrijft daar in zijn artikel over elders in dit magazine. Het geven en ontvangen van feedback moet je leren. De docent is daarin een belangrijk voorbeeld. En het is zeker een langdurig proces dat relatie en vertrouwen vraagt.

Het gebruik van rubrics is geen doel op zich maar moet leiden tot gesprekken. Vooral de rubrics over de gedragsaspecten als inzet en samenwerking. Dat zijn terugkerende rubrics die in veel lessen aan de orde komen en die uiteindelijk meer vakoverstijgende betekenis hebben dan de rubrics over de bewegingsvaardigheden. De rubrics over de bewegingsvaardigheden zijn vooral bedoeld om leerlingen uit te dagen en aan te geven wat een volgende stap zou kunnen zijn als je daar aan toe bent. Het helpt jezelf heldere doelen te stellen. De rubrics over de omgangsvaardigheden kunnen aanleiding geven tot gesprekken met de leerling of een groepje of de klas omdat dit gaat over de voorwaarden van een goede les.

Goed feedback geven en het goed omgaan met het toekennen van niveaus aan leerlingen is cruciaal omdat emotie hierbij een rol kan spelen. Relatie met de klas en binding zijn daarbij bepalende factoren.

### 'Andere' rubric

Als je kijkt naar de inhoud van de voorbeelden op de site [rubricsmaken.nl](http://rubricsmaken.nl) dan is er nog wel veel te ontwikkelen en te stroomlijnen. De voorbeelden staan rijp en groen door elkaar. Er staan met name veel atletiek voorbeelden die zijn aangemeld als rubrics maar die niet veel anders zijn dan afstanden en tijden koppelen aan een niveau (level). Dit zou ook een cijfer of o, v, rv of g beoordeling kunnen zijn.

Je mag uiteraard cijfermatige feedback geven over de prestatie. Bij atletiek is dat een wezenlijk aspect. Maar er hoort wel een verhaal bij (zie



Set shot

artikel Stoppen met beoordelen en beginnen met verhalen delen). Dat verhaal kan gaan over de vorderingen die de leerling gemaakt heeft uitgedrukt in tijd of afstand (zonder een niveau te zijn gestegen), of in de uitvoering van de prestatie. Of het uitvoeren van de sprint in een groepsopdracht waarbij leerlingen in groepjes elkaars tijden opnemen en elkaar coachen. Hierin zijn vorderingen te maken in de LO-les qua samenwerken. Een leerling met een sprinttijd in niveau 1 zal zich niet zo snel zijn tijd verbeteren, maar kan zich wel verbeteren in het omgaan met de oefensituatie. Dat is een mooi verhaal dat vraagt om een 'andere' rubric. Deze rubrics zijn met name bedoeld om verhalen te delen met en over leerlingen.

Samenwerken	
<b>O</b>	Ik heb geen bijdrage aan de groep óf ik kan niet naar de uitleg luisteren zonder correctie van de docent.
<b>M</b>	Ik werk samen met een paar spelers van het team óf ik heb aanmoediging nodig om naar de uitleg te luisteren.
<b>V</b>	Ik werk samen met alle spelers in het team. Ik let meteen op tijdens de uitleg.
<b>G</b>	Ik kan mijn spel aanpassen en anderen betrekken door positief te coachen. Ik ondersteun de uitleg.



### Voorbeeld rubric samenwerken

#### Tot slot

Het is goed tot slot een leerling aan het woord te laten die gedurende haar schoolloopbaan gewend is geraakt aan het werken met rubrics. Ze kan onderscheid maken tussen leerlijnen (bewegingsvaardigheden) en ontwikkellijnen (omgangvaardigheden)



Set shot

## Beoordeling gym

Teneergeslagen, rugzakje op de rug en ongemotiveerd. Zo zag mijn gymdocent Maarten Massink mij in mijn eerste jaar binnenkomen. Inmiddels zit ik in 5 vwo en doe ik met plezier mee aan de gymles. Ik ben van mezelf een zeer resultaatgericht, hardwerkend, ambitieus en uitermate perfectionistisch persoon. Dat laten mijn cijfers ook zien. Wat ik echter juist heel fijn vind aan de gymlessen op De Meergronden is dat wij geen cijfers krijgen voor gym. We worden met name beoordeeld voor inzet en organisatie. Daarvoor kunnen we een Onvoldoende, Matig, Voldoende of Goed krijgen. Doordat wij op deze manier beoordeeld worden kan ik me focussen op de inhoud van de les en haal ik er plezier uit. Op veel andere scholen word je daarentegen becijferd. Ik denk dat ik daar veel stress en prestatiedruk door zou ervaren; soms kun je ergens heel erg je best voor doen, maar bereik je niet het gewenste resultaat. Immers, je hoofd kan iets wel willen, maar je lichaam werkt niet altijd mee. Inzet daarentegen laat zien of iemand zijn of haar best doet op het niveau dat bij diegene past. Ikzelf ben dieper onder de indruk door iemand die zijn best doet en een persoonlijke overwinning heeft behaald op een dan wel lager niveau, dan door iemand die van nature zonder enige moeite noch inzet een hoger niveau haalt.

Naast de omvg-beoordeling krijgen we voor de verschillende onderdelen ook een A, B, C of D, waarin A betekent dat je nog veel ruimte hebt voor verbetering en D dat je de vaardigheid al onder de knie hebt. In principe weegt deze beoordeling minder zwaar mee dan die voor inzet. Dat vind ik zelf wel prettig, omdat je veel minder makkelijk je vaardigheden kunt verbeteren. Dat kost tijd en inspanning en we hebben immers slechts 1 à 2 uur gym per week. Toch vind ik het wel een effectief middel om leerlingen te motiveren. De sportfanaten zetten alles op alles een D te halen en de docent kan een minder vaardige leerling uitdagen een B te halen. Daarnaast geeft het je ook inzicht in je eigen kunnen.

Lang verhaal kort, ik ben heel blij dat mijn school dit systeem heeft eigengemaakt. Zolang je goed meedoet, hoef je in tegenstelling tot veel andere vakken vrijwel nooit te stressen om je resultaten voor gym en kan je gewoon plezier hebben.

Amaris Schuring, VST De Meergronden

#### Kernwoorden

rubrics voor leerlijnen, rubrics voor ontwikkellijnen

#### Foto's

Anita Riemersma

#### Contact

m.massink1@upcmail.nl

# Samen sporten met (bijna) geen zicht

Als je sporters traint of voor de klas staat als gymdocent, dan weet jij als geen ander dat alle deelnemers verschillend zijn. De motoriek van de één is erg goed, het plezier spat er bij een ander vanaf en weer een ander wordt snel gefrustreerd bij een foutje. Sommige sporters hebben een verminderd zicht. Weet jij als begeleider hoe je hiermee om kunt gaan?

TEKST JASMIJN VAN DER HAMSVOORD E.A.

## Wat houdt visueel beperkt in?

Mensen met een visuele beperking zijn slechtziend of blind. Ook met bril of contactlenzen kan iemand die blind is amper of niets meer zien, en heeft iemand die slechtziend is nog steeds minder gezichtsscherpte en/of een kleiner gezichtsveld. Niet of slecht zien is vaak het gevolg van een oogaandoening of oogziekte. Ook ouderdom kan slechtziendheid veroorzaken. In sommige gevallen werken de ogen wel goed, maar verloopt de verwerking van de visuele informatie in de hersenen slechter. In Nederland zijn ruim 320.000 mensen slechtziend of blind. De kans is dus groot dat er in jouw les of op jouw training iemand met beperkt of geen zicht is.

De sportparticipatie van mensen met een visuele beperking loopt achter op die van mensen zonder een visuele beperking. Eén derde (30%) van de mensen (12-79 jaar) met een visuele beperking sport minimaal één keer per week. Dit is veel minder dan mensen zonder visuele beperking, waar 57 procent (bijna twee derde) wekelijks sport. De meest beoefende sporten door mensen met een visuele beperking zijn fitness, joggen, fietsen, wandelen en voetbal.

## Welke sporten zijn er mogelijk?

Er is een onderscheid tussen sporten die speciaal ontwikkeld zijn voor sporters met een visuele beperking en reguliere sporten waar de spelregels zijn aangepast. In de reguliere sport kan een sporter met een visuele beperking samen met leeftijdsgenoten en/of op eigen niveau sporten. In de lokale sportakkoorden is 'inclusief sporten' één van de ambities. Dat is een goed uitgangspunt, tenzij de mate van de beperking anders vraagt of het de wens van de sporter doorkruist.

Sporten die speciaal voor deze doelgroep zijn, zijn showdown en goalball en blindenvoetbal.

Daarnaast zijn er diverse sporten waar de spelregels of trainingen zijn aangepast op mensen met een visuele beperking. Voorbeelden daarvan zijn atletiek, zwemmen, judo, handboogsport, roeien, dansen en (tandem)wielrennen.



[www.youtube.com/watch?v=13CuRkANBLM&ab\\_channel=GehandicaptensportNederland](https://www.youtube.com/watch?v=13CuRkANBLM&ab_channel=GehandicaptensportNederland)

Boogschieten





[www.unieksporten.nl](http://www.unieksporten.nl)

Het is voor mensen die nog niet sporten soms lastig om de juiste sport te vinden. Dat geldt zeker ook voor mensen die blind of slechtziend zijn. De volgende belemmeringen<sup>1</sup> kunnen een rol spelen:

- beperkt oriëntatievermogen tijdens het sporten, dit kan erg vermoeiend zijn
- vaak afhankelijk van anderen, die niet altijd bereikbaar of beschikbaar zijn
- angst om de controle te verliezen of angst voor letsel tijdens het sporten
- bezorgdheid van familieleden over veiligheid of onderschatting van de fysieke mogelijkheden.

Om de eerste stap gemakkelijker te maken, organiseren de partners van Zichtbaar Sportief multisportdagen. Tijdens zo'n dag kunnen deelnemers met een visuele beperking diverse sporten uitproberen. Daarnaast worden zij na afloop geholpen om in hun eigen omgeving een geschikte sport of vereniging te vinden. Ook [www.unieksporten.nl](http://www.unieksporten.nl) is een goed platform voor sporters. Daar staat het sportaanbod op voor iedereen die in zijn of haar eigen omgeving een geschikte (gehandicapten) sport zoekt.

### Een leven lang sportplezier

De ambitie van het thema inclusief sporten en bewegen in het Nationale Sportakkoord (2018) is dat iedere Nederlander een leven lang plezier beleeft aan sporten en bewegen in een inclusieve sport- en beweegomgeving. Als trainer of gymdocent kun jij een belangrijke rol spelen in de bewustwording hiervan. Dat geldt op vier verschillende manieren, namelijk het belang van sport voor de sporter, het belang van inclusief sporten voor de vereniging, het bewustzijn bij de medesporter en de eigen deskundigheid.

De deelnamemotieven van mensen zijn erg verschillend en dat geldt ook voor sporters met een visuele beperking. Hun top drie om te gaan en te blijven sporten is:

- ontspanning of als uitlaatklep
- meer zelfvertrouwen krijgen
- sociale contacten met anderen.

Als trainer en vakdocent kun je de sporter bewust maken van het belang van sport. Een fit lichaam kan zorgen voor meer uithoudingsvermogen.



Foto Jonathan Mak

<sup>1</sup> Informatie uit de Factsheet 'Sport en bewegen voor mensen met een visuele beperking' van het Mulier Instituut en Kenniscentrum Sport en Beweging (oktober 2018)

Dat is voor mensen met een visuele beperking extra fijn, want dagelijkse taken kosten vaak veel energie.

**Het sport- en onderwijslandschap**

Vanaf 2000 is er een begin gemaakt met het integreren van de gehandicaptensporten binnen de reguliere sportbonden. In de tien jaar daarna hebben de meeste sportbonden de verantwoordelijkheid voor de organisatie van sport voor mensen met een beperking overgenomen. Op dit moment vallen er nog acht sporten onder de verantwoordelijkheid van Gehandicaptensport Nederland, waaronder showdown en goalball. De overige sporten voor deze doelgroep vallen onder verschillende reguliere bonden, zoals zwemmen en atletiek.

Wil je weten welke bonden zich al actief inzetten voor een passend sportaanbod voor sporters met een visuele beperking? Bezoek de site 'Zoek een gehandicaptensport' voor een beknopt overzicht.



▲ *Zoek een sport | Gehandicaptensport Nederland*

Om de stap naar reguliere sportbonden succesvol te maken is deskundigheidsbevordering van enorm belang. Het (bij)scholen van kader zorgt ervoor dat de doelgroep meer plezier in het sporten beleeft. In de aankomende jaren zet Zichtbaar Sportief zich in voor deze deskundigheidsbevordering van onder andere vakdocenten, trainers en buurtsportcoaches.



▲ *Zichtbaar Sportief: Visuele beperking | Gehandicaptensport Nederland*

Het samenwerkingsverband Zichtbaar Sportief is opgericht in 2018. Het is een vangnet en inspirator voor sporten met een visuele beperking. Zichtbaar Sportief daagt de (toekomstige) sporter, de club en de professional uit tot eigen actie en verantwoordelijkheid om meer mensen met een visuele beperking aan het sporten te krijgen. De partners is deze samenwerking zijn Bartiméus, Visio, de Oogvereniging, NOC\*NSF, Kenniscentrum Sport & Bewegen en Gehandicaptensport Nederland. Eén van de doelstellingen is de deskundigheid van de trainer en vakdocent vergroten. Dit gebeurt door het creëren van een kennisnetwerk, waarin zij informatie krijgen over onder andere toegankelijkheid, de doelgroep en hun sportmogelijkheden.

**Passend Onderwijs**

Veel jongeren met een visuele beperking zijn in staat om met intensieve begeleiding en ondersteunende leermiddelen aan het reguliere onderwijs deel te nemen. Lukt het niet om met 'passend onderwijs' op een reguliere school tot leerprestaties te komen, dan is het speciaal onderwijs ook een mogelijkheid. Het speciaal onderwijs is divers en kent meerdere clusters, voor specifieke doelgroepen. Kinderen met een visuele beperking zijn (voornamelijk) te vinden in cluster 1. Ook in de andere clusters geldt dat kinderen met een beperking minder sporten.

Het speciaal onderwijs is er voor leerlingen die specialistische of intensieve onderwijsbegeleiding nodig hebben. Er is speciaal basisonderwijs (sbo), speciaal onderwijs (so) en voortgezet speciaal onderwijs (vso). Speciale basisscholen (sbo) zijn onder andere bedoeld voor moeilijk lerende kinderen, kinderen met opvoedingsmoeilijkheden en gedragsproblemen.

Het speciaal onderwijs (so en vso) bestaat uit vier clusters:

- cluster 1: blinde, slechtziende kinderen



*Een leven lang sporten*





Foto Jonathan Mak

Goalbal

- cluster 2: dove, slechthorende kinderen en kinderen met een taal- spraakontwikkelingsstoornis
- cluster 3: motorisch gehandicapte, verstandelijk gehandicapte en langdurig zieke kinderen
- cluster 4: kinderen met psychische stoornissen en gedragsproblemen.

Vanwege het feit dat kinderen en jongeren met een beperking minder sporten is Special Heroes Nederland in 2005 begonnen met het stimuleringsprogramma *Sport Heroes*.

Met dit programma ervaren leerlingen hoe leuk sport en bewegen kan zijn. De leerlingen en hun wensen staan hierin centraal en op basis daarvan worden passende sport- en beweegactiviteiten aangeboden. Van voetbal, atletiek, korfbal en judo, tot aan rolstoeldansen, hockey of freerunning. Het doel van het programma is niet alleen verbetering van fysieke fitheid en gezondheid, maar het zorgt ook voor meer zelfvertrouwen, zelfstandigheid en uitbreiding van de leefwereld van de leerlingen. Sport Heroes is momenteel actief op circa 100 scholen in het speciaal onderwijs.

Om professionals in bewegen en sporten te ondersteunen is er de Special Heroes Campus.

De Campus is het informatieportaal voor professionals over bewegen en sporten van mensen met een beperking in de vrijetijdsbesteding. Met scholingen, lesboeken en -kaarten, tips en meer.

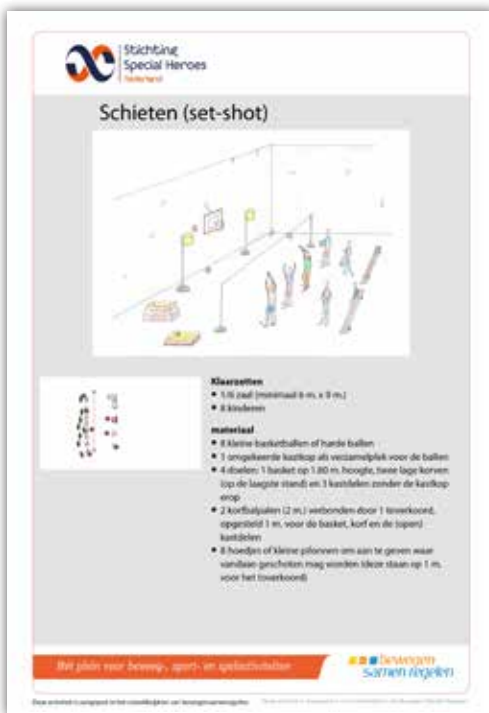
### Enthousiast geworden?

Eerdergenoemde organisaties hebben diverse producten ontwikkeld waar jij mee aan de slag kunt om meer te leren over én aan de slag te gaan met sporters met een visuele beperking. Zoals de leskaarten die Special Heroes Nederland in samenwerking met sportbonden en Calo Windesheim ontwikkelden voor mensen met een beperking.

De kaarten zijn recent aangevuld met tips voor sporters met een visuele beperking.

Wil je meer informatie over sporters met een visuele beperking? Bekijk de pagina Zichtbaar Sportief en verdiep je verder in de achtergrondinformatie, tips en tricks en sportdeelname van de doelgroep.

### Voorbeeld leskaart Basketbaloefening 'set-shot'



De opdracht op de leskaart basketbaloefening 'set-shot' luidt als volgt: probeer de bal in het doel te gooien. Tips voor visueel beperkten hierbij:

- laat het kind uit het ballenassortiment kiezen welke bal hij het beste kan zien (slechtziend)
- werk met een vast tweetal, waarbij het maatje steeds de bal voor het kind ophaalt (blind)
- leg voor elk doel een turnmat neer, zodat het kind steeds vanaf dezelfde plaats start (laat het kind met de tenen net over de rand gaan staan, zo staat hij nu recht voor het doel, slechtziend / blind).
- laat het maatje na elke poging de werprichting corrigeren met de commando's: (iets)hoger/lager, (iets)harder/zachter of (iets) meer naar links/rechts (slechtziend / blind). Laat ook ziende kinderen ervaren hoe het is om deze oefening blind uit te voeren.

Auteurs: Franceline van de Geer en Ruth van der Wel (beiden Special Heroes Nederland), Jorg Radstake (Calo Windesheim), Joris van Impelen en Jasmijn van der Hamsvoord (beiden Gehandicaptensport Nederland)



Stichting Special Heroes  
Nederland » Sport Heroes



[www.specialheroescampus.nl](http://www.specialheroescampus.nl)



Leskaart basketbaloefening  
'set-shot' Artikel - Special  
Heroes Campus

### Kernwoorden

passend onderwijs, visuele beperking, gehandicaptensport

### Contact

[J.vanderhamsvoord@gehandicaptensport.nl](mailto:J.vanderhamsvoord@gehandicaptensport.nl)

### Foto's

Anita Riemersma e.a.



# Lessenpakket Atletiekunie in de maak (3)

## Leerlijn lopen

De Atletiekunie werkt aan de ontwikkeling van het Ren.Spring.Gooi-programma en wordt daarbij ondersteund door het Mulier Instituut (sportonderzoek voor beleid en samenleving). In het programma Ren.Spring.Gooi van de Atletiekunie staan rennen, springen en gooien als belangrijke basisbewegingen centraal. Het doel van de lessenreeks is om kinderen in de schoolsetting kennis te laten maken met, en te enthousiasmeren voor atletiek. Het programma wordt ingezet in de reguliere lessen lichamelijke opvoeding. Voor een structurele verbetering van de basisbewegingen is het programma doorontwikkeld en uitgebreid zodat gedurende langere tijd aandacht besteed kan worden aan het verbeteren van rennen, springen en gooien. In het vorige artikel is met voorbeelden een introductie gegeven op de onderdelen (rennen, springen, gooien) die in het programma aan bod komen. In het tweede artikel stond de leerlijn springen centraal. In dit artikel willen we met voorbeelden ingaan op de uitwerking van leerlijn lopen (rennen).

TEKST ANKE TE BOEKHORST E.A.

### Leerlijnen

De kerndoelen zijn door de Stichting Leerplanontwikkeling (SLO) in samenwerking met de Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke Opvoeding (KVLO) uitgewerkt in leerlijnen. Ook atletiek heeft een plaats gekregen in de leerlijnen: het lopen, springen enwerpen is in verschillende leerlijnen ondergebracht. De Atletiekunie wil als inhoudsdeskundige voor de verschillende onderdelen binnen de atletiek een aanpassing voorstellen voor de uitwerking en invulling van de leerlijnen. Alle activiteiten in het Ren.Spring.Gooi-programma zijn gebaseerd op deze aanpassingen. Rennen, springen, gooien sluit aan bij de leerlijnen uit het Basisdocument; leerlijn 5 springen, leerlijn 6 lopen en leerlijn 7 mikken. In dit artikel willen we voorbeelden laten zien van een uitwerking van de leerlijn 6: lopen.

### Leerlijn 6: hardlopen

Onder deze leerlijn vallen vanuit het perspectief van de Atletiekunie vier onderdelen, die we conform de opbouw van de leerlijnen volgens SLO en KVLO zullen uitwerken. Deze onderdelen zijn de volgende bewegingsthema's; hardlopen (sprinten), duurlopen, hindernislopen en estafettelopen.

### Kernactiviteiten hardlopen (sprinten) in het Ren.Spring.Gooi-programma

*Kenmerken/Beweeguitdaging*

Individueel of in groepsverband het zo snel mogelijk

afleggen van een bepaalde (deel)afstand.

Verschillende afstanden lopend afleggen waarbij de loopsnelheid afgestemd wordt op de afstand en de eigen mogelijkheden.

#### *Bewegingsthema sprinten*

- Uitdagingen: zo snel mogelijk starten en zo snel mogelijk afleggen van een korte afstand.

De complexiteit wordt voornamelijk bepaald door de diepte van de startpositie (hoe dieper, hoe moeilijker).

#### Kernactiviteiten

<b>Groep 1/2</b>	<i>Vos kom uit je hol – Vier vakkenloop</i>
<b>Groep 3/4</b>	Boefje – Puzzelestafette
<b>Groep 5/6</b>	Boefje – Ballon risicosprint
<b>Groep 7/8</b>	Boefje – Memoryloop

### Kernactiviteiten duurlopen in het Ren.Spring.Gooi-programma

*Bewegingsthema duurlopen*

Uitdagingen:

- Zo snel mogelijk afleggen van een langere afstand.
- Langdurig volhouden van een loopsnelheid afgestemd op de afstand van de duurloop en de eigen mogelijkheid.

De complexiteit wordt voornamelijk bepaald door afstand of duur (hoe verder, langer) hoe moeilijker<sup>1</sup>

<sup>1</sup> We laten het midden langeafstand lopen, hetgeen nog complexer is, hier buiten beschouwing, omdat kinderen in hun ontwikkeling daar nog niet aan toe zijn.



▲  
Hardlopen in een tikspel

Kernactiviteiten	
Groep 1/2	Treintjesloop – Kleurenloop
Groep 3/4	Dobbelsteenloop – Kleurenloop
Groep 5/6	Dobbelsteenloop – Kwartetloop
Groep 7/8	Yahtzeeloop – Verzamelloop

### Kernactiviteiten hindernislopen in het Ren.Spring.Gooi-programma

*Bewegingsthema hindernis-/hordenlopen*

Uitdagingen:

- Zo snel mogelijk starten.
- Zo snel mogelijk afleggen van een korte afstand.
- Ritmisch lopen.
- Zo snel mogelijk een hindernis/horde passeren.

De complexiteit wordt voornamelijk bepaald door de hoogte van de hindernis en de tussenafstand tussen de hindernissen.

Kernactiviteiten	
Groep 1/2	Concours Hippique – Hindernisrace met sloten
Groep 3/4	Hindernisrace met sloten – Hindernisrace met lage hekjes
Groep 5/6	Hindernisrace met sloten – Hindernisrace met lage hekjes
Groep 7/8	Hindernisrace met lage hekjes – Hindernisrace met lage hekjes (2)

### Kernactiviteiten estafettelopen in het Ren.Spring.Gooi-programma

*Bewegingsthema estafette*

Uitdagingen:

- Zo snel mogelijk afleggen van een korte afstand
- Op het juiste moment vertrekken (vertrekkende loper)

- Zonder snelheidsverlies overgeven van een stokje
- Als je werkt met wisselvak: optimale ruimtewinst boeken (op juiste plaats in het vak de stok overgeven)

Complexiteit wordt voornamelijk bepaald door de snelheid van de aankomende loper, de snelheid van de vertrekkende loper en de wisseltechniek (onderhands is makkelijker dan bovenhands).

Kernactiviteiten	
Groep 1/2	Toren bouwen – Estafette met werpring – Estafette om de bank heen
Groep 3/4	Toren bouwen – Estafette met werpring – Estafette om de bank heen
Groep 5/6	Verzamelen maar – Estafette om de bank heen – Estafette met wisselvak
Groep 7/8	Estafette om de bank heen – Estafette met wisselvak – Estafette met wisselvak (2)

Zie de vier voorbeelden op de volgende pagina's:

**Sprinten** Groep 1-2 vos kom uit je hol,  
**Duurlopen** Groep 3-4 dobbelsteenloop,  
**Hindernisloop** Groep 5-6 hindernisrace met sloten,  
**Estafette** Groep 7-8 estafette om banken

In een volgend en laatste artikel in deze serie komen voorbeelden van de leerlijn werpen aan de orde.

#### Contact:

anke.teboekhorst@atletiekunie.nl

#### Kernwoorden

Ren Spring Gooi, lessenpakket atletiek

#### Foto's

Anita Riemersma

Les 1 - Activiteit 1

Groep 1-2

Vos kom uit je hol

**Doelstelling**

Snel leren reageren en snel leren wegllopen (starten en accelereren) vanuit een staande startpositie.

**Inhoud**

*Vos kom uit je hol*

Er zit 1 vos in zijn hol. Hij ligt onder een kleedje op een matje. De lopers sluipen van de vrijplaats naar de vos en roepen: 'vos kom uit je hol!'. De lopers sluipen zover mogelijk door tot aan de vos. Als de vos onder het kleed vandaan komt, rent iedereen zo snel mogelijk terug naar de eigen vrijplaats. De vos probeert zoveel mogelijk kinderen te tikken.

**Regels**

- Het spel begint zodra de vos onder zijn kleedje ligt
- Lopers starten vanaf de vrijplaats
- Op de vrijplaats zijn de lopers vrij
- Als een loper getikt is; blijf hij meespelen
- De teller legt na iedere beurt een pion om
- Na twee beurten van de vos schuift ieder kind een plekje door: vos → wachtbank → 1<sup>e</sup> vrijplaats en ieder kind schuift 1 vrijplaats door → kind laatste vrijplaats wordt vos

**Materiaal**

- 1 matje met een kleed erop voor het hol van de vos.
- 1 lintje voor de vos
- 5-7 rubber tegels als startplaats voor de loper
- 1 wachtbank voor de teller
- 2 pionnen op de wachtbank als telsysteem

**Didactische tips**

*Loopt het*

Dit spel kan gespeeld worden met 8-10 kinderen. Bij meer kinderen heeft het de voorkeur om meerdere situaties naast elkaar te maken. Als de vos last heeft van het kleed; kun je ervoor kiezen om een ander kind het kleed te laten wegtrekken waarna de vos mag gaan tikken. Als kinderen niet naar de vos toe durven, speel dan mee als leerkracht (dat verlaagt de spanning).

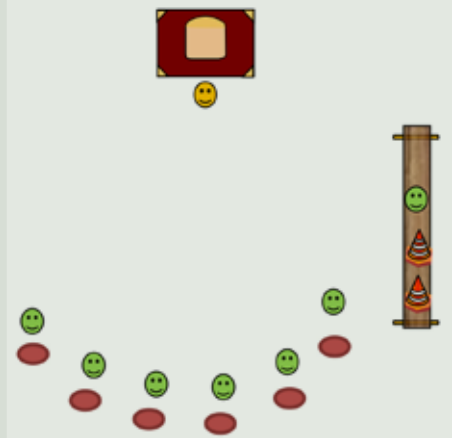
*Lukt het*

- Als een vos geen enkel kind tikt: vrijplaatsen verder weg leggen.
- Als een vos geen enkel kind tikt: de vos stimuleren om later op te springen.
- Als één kind steeds getikt wordt:
  - kind aangeven iets achter de anderen aan te sluipen;
  - vrijplaats van dat kind dichterbij leggen (of een extra vrijplaats dichtbij neerleggen)

*Leeft het*

Gebruik woorden die in de belevingswereld van kinderen thuishoren. De tikker is een vos. De lopers zijn jagers.

**Organisatie**



Les 1 - Activiteit 2

Groep 3-4

Dobbelsteenloop

**Doelstelling**

Kennismaken met het langere tijd achter elkaar hardlopen/rennen.

**Inhoud**

*Dobbelsteenloop*

Iedere groep staat op een matje met voor zich 6 pylonen. Van iedere groep gooit 1 kind met de dobbelsteen. De hele groep loopt gezamenlijk naar het nummer van deze pylon, legt hem plat en loopt weer terug. Hierna gooit een ander kind. Welke groep heeft als eerste alle pylonen plat?

**Regels**

- Kinderen gooien om de beurt met de dobbelsteen. Na het gooien de dobbelsteen terug leggen op de mat.
- Na het gooien, loopt de hele groep naar de pylon die overeenkomt met het aantal ogen op de dobbelsteen.
- Als alle kinderen voorbij de pylon zijn, mag de laatste de pylon omgooien.
- Is een pylon al omgelegd: toch lopen.
- Het spel stopt als bij 1 groepje alle pylonen omliggen.

**Materiaal**

- 4 situaties naast elkaar met elk 2-3 kinderen
- 4 matjes (1 per groepje)
- 4 dobbelstenen (iedere groep 1)
- 24 pylonen: per groep genummerd van 1-6.

*Tip*

Als je 4 blokjes neerlegt, blijft de dobbelsteen hiertussen tijdens het dobbelen.

**Didactische tips**

*Loopt het*

- Bij grotere of kleinere groepen: meer of minder groepjes maken zodat de groepjes 2-3 blijven.
- Na de opstart controleren of kinderen het verder zelfstandig kunnen spelen.
- Kinderen lopen pylonen omver: kinderen daar op wijzen en/of meer tussenruimte creëren.
- Kinderen niet gemotiveerd om naar omgelegde pylon te lopen: naar pylon 1 lopen i.p.v. het geworpen nummer.

*Lukt het*

- Probeer snel te handelen.
- Hoe harder je loopt, hoe groter de kans dat je eerder klaar bent.
- Hoe sneller je gooit met de dobbelsteen, hoe groter de kans dat je sneller klaar bent.
- Als je merkt dat het spel te lang duurt, dan kun je ook kiezen voor een tijdslimiet (Wie heeft over 3 minuten de meeste pylonen omgelegd?)

*Leeft het*

- Wie heeft als eerste alle pylonen om?
- Zorg dat er na één keer spelen nieuwe groepjes gemaakt worden.
- Probeer de groepen zo veel mogelijk op niveau in te delen. Bij een groep met 'betere' lopers kun je de pylonen verder wegzetten.

**Organisatie**





### Les 5 - Activiteit 1

### Groep 5-6

### Hindernisrace met sloten

#### Doelstelling

Leren om met een vast ritme de hindernis te passeren met zo min mogelijk snelheidsverlies.

#### Inhoud

##### Hindernisrace met sloten

Er zijn twee groepen. Na een paar baantjes oefenen lopen de teams een hindernisrace tegen elkaar met onderstaande regels.

##### Regels

- Eén leerling geeft het startsignaal en draait de zandloper om.
- De eerste loper loopt zo snel mogelijk over de sloten en steekt de pylon die in de hoepel staat omhoog.
- Dit is het signaal voor de tweede loper om te starten. Enzovoort.
- De loper die gefinist is, pakt een fiche uit de emmer en legt deze in de emmer bij de start. Daarna loopt hij buitenom terug.
- Als de zandloper leeg is, is de hindernisrace afgelopen.
- Het team dat de meeste fiches heeft verzameld wint.

De activiteit wordt nogmaals gespeeld.

#### Materiaal

- Zandloper van 2 of 3 minuten
- 12 springtouwjes (of 'flubbers')
- 6 pylonen 2 hoepels
- 4 emmers met fiches
- Eventueel 6 lage hekjes

#### Didactische tips

##### Loopt het

- Werk met groepen van 3 of 4 kinderen. Bij meer kinderen een baantje erbij zetten.

##### Lukt het

- Controleer bij het oefenen of de slootjes op de goede afstand liggen (kinderen moeten een drie-pasritme kunnen lopen).
- Probeer je 'bijtrekbeen' zo snel mogelijk neer te zetten.

##### Noot:

Deze activiteit is een voorbereiding op het hordelopen. De essentie van hordelopen is 'zo snel mogelijk', daarvoor is een horizontale verplaatsing belangrijk. We kiezen daarom eerst voor slootjes, waardoor een verticale verplaatsing 'afgedwongen' wordt.

Als dit goed gaat kunnen er eventueel lage hindernissen in het slootje gezet worden.

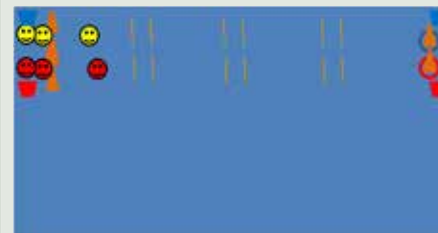
##### Leeft het

- Wie verzamelt de meeste fiches?
- Lukt het de tweede keer om meer fiches te halen?

##### Variant

Kinderen lopen tegen elkaar en de winnaar verdient een fiche voor zijn team.

#### Organisatie



### Les 3 - Activiteit 1

### Groep 7-8

### Estafette om de bank heen

#### Doelstelling

Leren zo snel mogelijk te wisselen met een estafettestokje.

#### Inhoud

##### Estafette om de bank heen

Iedere groep zit op de bank. Op teken van de leerkracht rent de eerste loper met een estafettestokje in de hand naar de overkant en tikt de pylon aan. Hij rent terug en tikt pylon achter de eigen bank aan. Daarna rent hij naar de tweede loper die inmiddels klaarstaat en geeft het stokje over. Deze loper rent ook naar de overkant en weer terug en geeft het stok daarna aan de volgende. Dit gaat zo door tot iedereen een keer geweest is.

##### Regels

- 4 groepjes van 5-7 leerlingen
- Als je niet hoeft te rennen, zit je op de bank.
- Je moet als loper beide pylonen aantikken.
- Als je klaar bent met rennen, ga je z.s.m. op de bank zitten
- Wisselen doe je door de volgende loper het stokje te geven voor de lijn.
- Bij het passeren van de bank, moet de bank aan je linkerzijde blijven.

##### Noot

Deze estafetteles is, vanwege de beleving, geschreven als klas-sikale les. De vorm zelf kan ook in een vakkenles opgenomen worden (minder groepen en kleinere groepen).

#### Materiaal

- 4 banken
- 8 pylonen
- 4 estafettestokjes

#### Didactische tips

##### Loopt het

- Als er onvoldoende banken beschikbaar zijn; kies dan voor matjes.
- Als er geen estafettestokjes zijn; kies dan voor elkaar aantikken of haal wat dikke takken van buiten.
- Als er ongelijke aantallen zijn per groepje; dan loopt 1 leerling 1 keer extra (geef dit kind een lintje). Iedere ronde start er een andere leerling en loopt een ander kind dubbel.
- Als kinderen kris kras door elkaar heen rennen; kies dan voor meer tussenruimte of zelfs 1 groepje minder.
- Als er botsingen dreigen; benadruk nogmaals dat de bank aan de linkerzijde moet zijn bij het passeren.

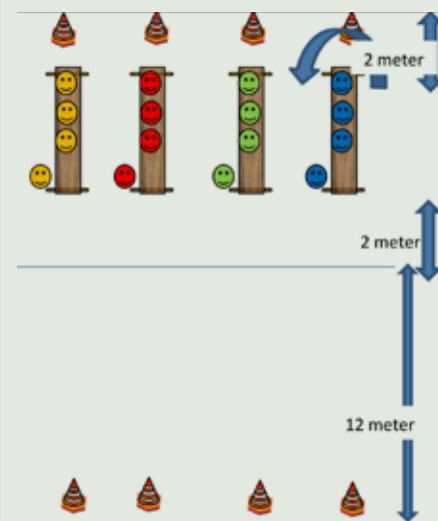
##### Lukt het

- Probeer op tijd klaar te staan.
- Probeer al een beetje te rennen als iemand het stokje overgeeft.
- Als 1 groepje altijd wint: kinderen van groepje laten wisselen of de pylon van de winnaars iets verder weg zetten.

##### Leeft het

- Zorg voor een goede balans in de groepjes; laat niet steeds hetzelfde groepje winnen. Zie ook lukt het!
- Welk groepje is als eerst klaar?

#### Organisatie



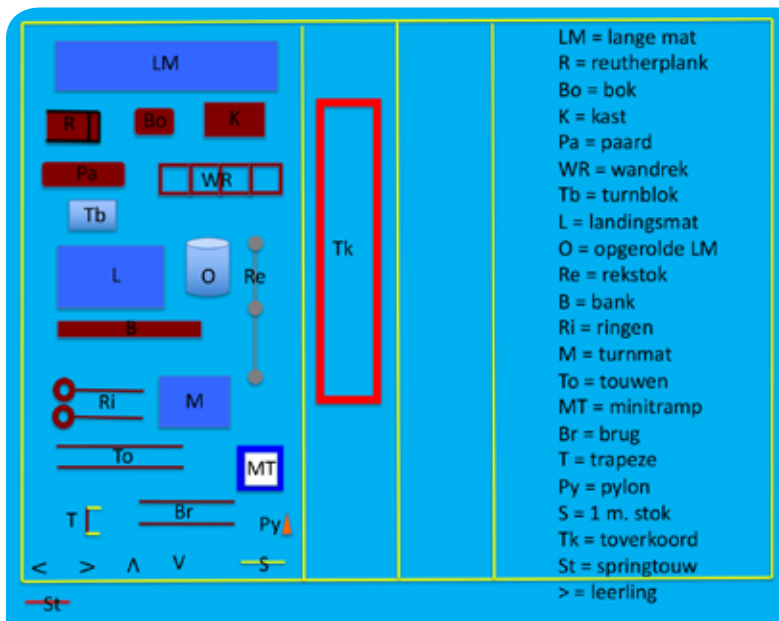
# Werken met een methodiek, turnen (2)

Dit artikel is een vervolg op het artikel “Werken met een methodiek, waarom zou je?” in Lichamelijke opvoeding magazine 2 - februari 2021 blz. 29-32. Hierin worden vijf methodieken behandeld uit het thema Balanceren en één uit Klimmen. Daarnaast wordt er een voorbeeld gegeven hoe je deze thema's zou kunnen behandelen in een periodeplan.

TEKST GUUS KLEIN LANKHORST

In de kleuren zit een volgorde in opbouw van makkelijk naar moeilijk. Deze kleuren zijn afgeleid van de moeilijkheidsgraad bij skipistes. Groen is eenvoudig, blauw iets moeilijker, rood is pittig en zwart is zeer uitdagend. In het paars is een manier van hulpverleners beschreven. De filmpjes die zijn gebruikt komen van internet. Daarnaast wordt er gebruikgemaakt van organisatietekeningen hoe je de oefeningen kunt aanbieden in de zaal. In de legenda staan de betekenissen van de toestellen.

▼  
Legenda



## Balanceren

### 1 Handstand

- Hurkzit met rug naar de muur, loop met je benen omhoog tegen de muur
- Ligsteun, handen op schouderbreedte, vingers gespreid, handen licht naar buiten gedraaid (ellebogen op slot) en hoofd in de nek (“kijk naar je handen”, strekreactie), voeten in schredestand, hupjes maken op afzetbeen, achterste been opwerpen (slingerbeen) terug ook voet voor voet in dezelfde volgorde
- Handen- en voetenstand, slingerbeen optillen, helpers tillen verder omhoog tot verticaal, niet langer dan 3-5 seconden, maak geen holle rug maar “paalhandenstand”, laat je handen staan!
- Zelfstandig been opgooien tegen 2 hulpverleners, 3 sec. balanceren tussen hun handen
- Zelfstandig zonder hulpverleners, ga je te hard dan handstand wenden (draaien om lengteas, 1 hand naar voren plaatsen) zodat je niet op je rug valt
- Zelfstandig been opgooien tegen muur, “kijk naar de grond vlak voor of tussen je handen” (naar de muur kijken anders gevaarlijk voor je nek)
- Afzetten met twee voeten tegelijk (gehurkt, gehoekt, uit spreidstand)
- Handstand maken op verhoging bijvoorbeeld een bank
- Lopen in handenstand (over de lange mat)
- 10 sec. stil blijven staan

Hulpverleners: twee helpers staan dichtbij en steungreep bij de knieën

▼ Voorbeeld voor een periodeplan turnen

	Jaar 1	Jaar 2	Jaar 3	Jaar 4	Jaar 5
<b>Herfst-kerst Zwaaien</b>	Ringen, strekhang	Ringen, ½-ve draai	Ringen, vouwhang	Trapeze, steun-, hang-zwaaien	Trapeze, oefening maken
<b>Kerst-krokus Klimmen, balanceren, over de kop</b>	Touwklimmen Acrogym	Handstand, radslag	Borstwaarts om, buik-draai, ondersprong	Zelf oefening samenstellen op rek, mat, ringen, kast	Circus: jongleren, slackline, pedalo, etc.
<b>Krokus-mei Springen-over de kop</b>	Kast, hurksprong en koprol	Kast, dievensprong	Minitramp, streksprong	Minitramp, bokspringen	Minitramp, salto verhoogd vlak



Video handstand  
<https://www.youtube.com/watch?v=eFmjckKXEoA>



## 2 Handstand wenden

- Met éénbenige afzet rustig opzetten tot handstand (slingerbeen bepalen)
- Idem maar bij terugkomen vóór de landing even de "slingerbeenhand" optillen
- Idem helper steunt bij de knieën, goede hand voorwaarts verplaatsen en onmiddellijk terug tot handen- en voetenstand
- In één beweging opzetten, door het evenwicht heengaan, hand verplaatsen en terugkomen
- Lichaamsgewicht duidelijk overbrengen, hand flink verplaatsen (draaiing om de lengte-as)

## 3 Radslag



Video radslag  
<https://www.youtube.com/watch?v=DMyehlbHx4>

- Hurkwendsprong over 1 bank, handen op de bank, afzet van 1 been, steeds minder hurken en meer strekken, steeds meer opzwaaien van de benen, met 1 been over de lijn wenden, volgorde is hand, hand, voet, voet
- Handstandwenden over lange mat, handen in de "sloot" (mat), voeten vóór en achter de "sloot", heupen omhoog
- Over een verhoging bv. twee banken naast elkaar (met tussenruimte), handen verder uit elkaar plaatsen
- Banken schuin gaan stellen in het wandrek, steeds schuin, handen op de grond achter elkaar plaatsen aan weerszijden van de bank, benen boven langs, handstand moet gepasseerd worden
- Twee kasten uit elkaar met daarom heen een toversnoer (ongeveer 1 m. hoogte), met aanloop en hup, maak een ¼ draai, plaats handen binnen het snoer, benen erbuiten en daarna weer een ¼ draai, gezicht gericht naar de plaats waar men vandaan kwam, eerst landen dan pas doordraaien

Losse radslag (handen niet op de mat)

Hulpverleners: niet nodig, creëer dwingende situaties, externe focus ("ga door de sloot heen")

## 4 Arabier

- Handstand wenden (handstand met halve draai), verplaats de handen van naast elkaar naar achter elkaar (rechthoekige driehoek), benen zijn aangesloten, land op 2 voeten, "kijk naar de voeten als je landt"
- Nu met aanloop, doe een hupje en doe het 3-tellen ritme: 1. plaats 2 handen, 2. verplaatsing van 1 hand, 3. landing op 2 voeten
- Zet nu de handen direct achter elkaar, breng ze van laag naar voor, zet de handen goed gedraaid neer, vingers wijzen naar buiten
- Barani (losse arabier, dus zonder handen op de mat)

## 5 Schouderstand

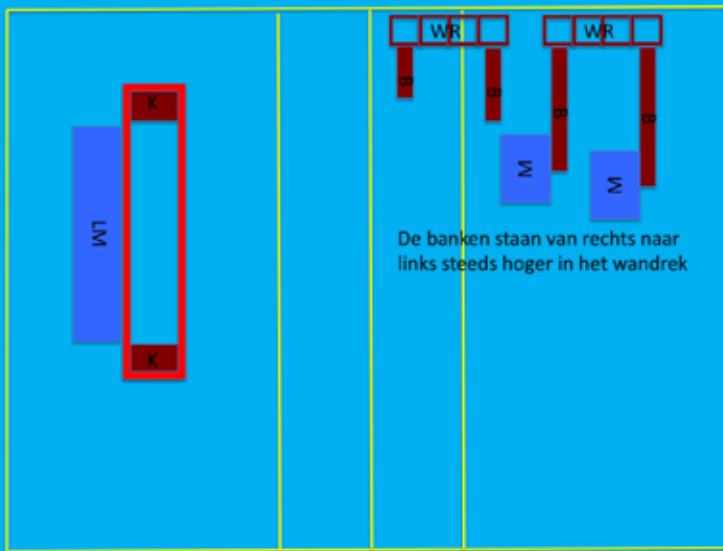


Video schouderstand  
<https://www.youtube.com/watch?v=2K7BclK-lHo>

- Vanaf een verhoging of vanuit spreidzit (tenen achter over de liggers), bovenarmen op de liggers van de brug plaatsen met de ellebogen naar buiten, hoofd achterover ("kijk naar de grond"). Heupen omhoog brengen en daarna pas de benen strekken. Er wordt een mat achter de leerling geplaatst tegen angst om door te vallen. Daarna weer terugkomen tot spreidzit
- Vanuit zwaai, als de benen boven de ligger uitkomen, ellebogen buigen en spreiden (draaiingsas) en daarna weer terugkomen tot spreidzit
- Idem maar nu ga je na 3 sec. in de schouderstand doorrollen (zonder mat)
- Idem maar nu kom je terug tot steun en daarna tot streksteunzwaai

Hulpverleners: één hand op de elleboog en de andere hand bij het bovenbeen om het evenwicht te bewaren

## Radslag





**Literatuur**

Agelink, R. e.a. (1999) Allround, lichamelijke opvoeding voor de basisvorming. Groningen, Nederland: Wolters Noordhoff

Bakker, J. e.a. (1996) Turnen in de basisvorming. Baarn, Nederland: Bekadidact

Bijlsma, R. (1970) Toestelspringen. Leiden, Nederland: N.V. Uitgeverij Meander

Brouwer, B. e.a. (2021) Basisdocument bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs. Nieuwegein, Nederland: Arko Sports Media

Cooper, J. (2016) Calisthenics. United States of America

Friedrich, E. e.a. (1986) Turnen, training, techniek en tactiek. Rijswijk, Nederland: Elmar

Gantois, J. e.a. (1991) Van kopstand tot kasamatsu. Leuven, België: Acco

Knirsch, K. (1983) Reihenbildserien für Gerät- und Kunstturnen. Böblingen, Duitsland: CD-Verlagsgesellschaft

Koch, K. (1976) Elementair toestelturnen. Baarn, Nederland: Hollandia b.v.

Meusel, H. (1978) Van kopje duikelen tot salto, Heinz Meusel. Baarn, Nederland: Hollandia b.v.

Nuij, J. (2016) Turnen voor beginner. Rotterdam, Nederland: 2010 Uitgevers

Polman, H. e.a. (1986) Praktijk methodiek en didactiek gymnastiek/turnen. Groningen, Nederland: ALO Groningen

Räupke, R. e.a. (1978) Van klauteren, klimmen tot turnen aan de ringen. Baarn, Nederland: Hollandia b.v.

Sliedrecht, R. e.a. (1992) Turnen, lichamelijke opvoeding voor de tweede fase voortgezet onderwijs. Meppel, Nederland: Edu'Actief

Stroo, R. (1994) Turnen op school. Baarn, Nederland: Bekadidact

Van den Berg, T. (1982) Leer spelend onderwijs turnen. Haarlem, Nederland: De Vrieseborch

Van den Berg, T. (1992) Turnen in beeld. Haarlem, Nederland: De Vrieseborch

Van den Berg, T. (1997) Stimulering turnen, deel 1 t/m 5. Beekbergen, Nederland: KNGU

Van Elteren, F. e.a. (1987) Turnen, compleet leerplan. Baarn, Nederland: Tirion

Wiemann, K. (1977) Van kippen naar overslagen. Baarn, Nederland: Hollandia b.v.

Witfeld, J. e.a. (2018) The ultimate parkour & freerunning. Maidenhead, United Kingdom: Meyer & Meyer Sport

**Klimmen**

1 *Touw klimmen met behulp van de Schippersklimslag. Binnenkant knie, buitenkant voet (met de knieën tegen elkaar heb je nog meer steun).*



▲ *Video schippersklimslag Schippersslag (Voetklem) - Survivalrun in het Bewegingsonderwijs - YouTube*

- a. Zittend op een toestel (kast, bok of twee banken op elkaar) de benenklem aanleggen: met de buitenkant van de linkervoet tegen het touw, rechtervoet eronder en aan de andere kant het touw pakken met de buitenkant, het touw over de linkervoet heen brengen en het gewicht erop zetten.
- b. Nu heffen de leerlingen het zitvlak van het toestel, zodat ze in zittende houding aan het touw hangen en weer gaan zitten. Vanuit deze zithang-houding de benen strekken (gaan staan).
- c. Idem maar nu aan de armen optrekken. Hierna de benen intrekken en de volgende klem aanleggen en weer helemaal uitstrekken en met de handen naar boven "lopen". Hierna alles intrekken en de volgende benenklem aanleggen.
- d. Vanaf de grond opspringen en de benenklem aanleggen zonder knoop, dit is moeilijker want er zit minder touw onder je. Klim naar boven en bedenk dat je voldoende kracht overhoudt om ook weer naar beneden te klimmen en niet te laten glijden met de handen (blaren).

**Video**

Fontys Sporthogeschool Eindhoven 2016

**Foto's**

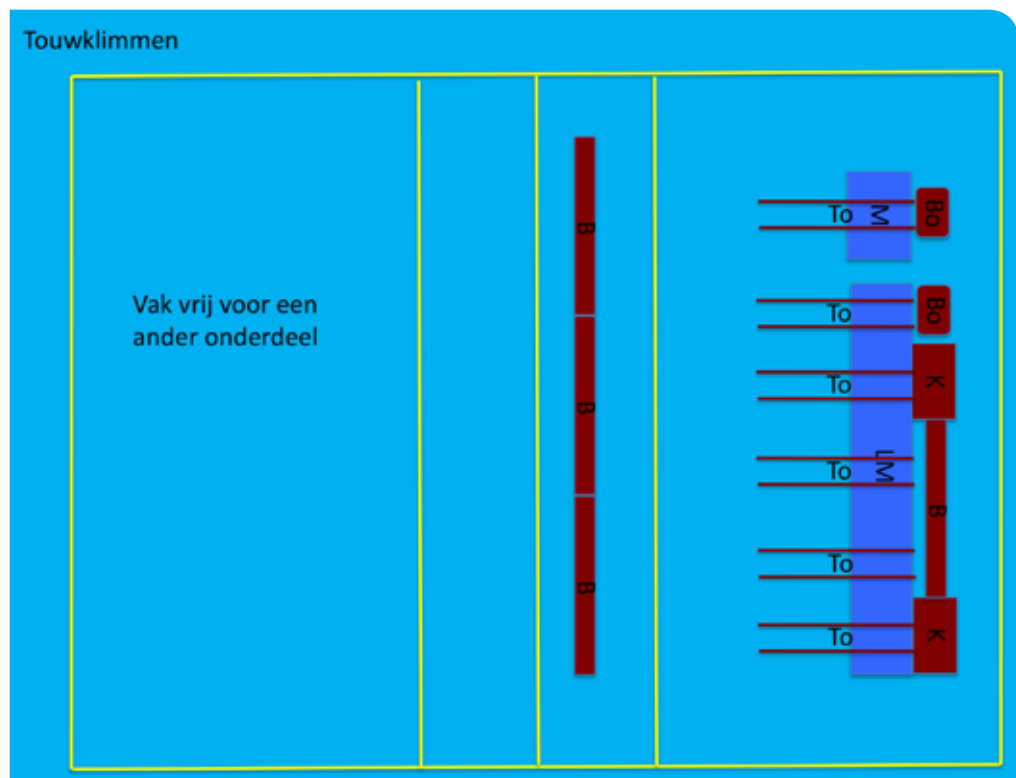
Foto touw klimmen: Survival bond Nederland  
 Foto handstand: <https://app.emaze.com/@AZLIIQZQ#2>  
 Foto: schouderstand: <https://nl.pinterest.com/pin/555772410254202540/>

**Kernwoorden**

methodiek turnen, leerlijnen

**Contact**

[guskleinlankhorst@gmail.com](mailto:guskleinlankhorst@gmail.com)



# Motivatie van leerlingen in het voortgezet onderwijs

Vragen opgenomen in peiling Huisvesting december 2020

**S**teeds meer geven docenten aan motivatieproblemen te zien bij leerlingen in het voortgezet onderwijs. In een onderzoek uit 2018 onder 361 sectieleiders lichamelijke opvoeding geeft 54% van de sectieleiders aan dat er motivatieproblemen zijn bij de leerlingen (Slot-Heijs et al., 2018). De motivatieproblemen bij leerlingen in het voortgezet onderwijs nemen ook eerder toe dan af, geeft 49% van de sectieleiders LO aan. In een onderzoek van de Stichting Leerplan Ontwikkeling (SLO) in 2014 onder 1400 leerlingen bleek dat de waardering voor bewegingsonderwijs geleidelijk afneemt naarmate de leerling ouder wordt (Ekdom & Mossel, 2014). Het is de taak van het bewegingsonderwijs om leerlingen te stimuleren en te begeleiden in tal van sport- en bewegingsactiviteiten en ze voor te bereiden op een leven met beweging en sport. Als dit minder lukt door een gebrek aan motivatie bij de leerling leidt dit tot meer bewegingsarmoede. Onder jongeren is de bewegingsarmoede groot; 80 % van de jongeren beweegt te weinig (NOC\*NSF, 2018). Dat was voor Jimmy Warnaar, student Master Sport- en Beweeginnovatie aan de HAN, aanleiding om onderzoek te doen naar hoe de interne motivatie van de leerling er uitziet. Hij heeft ook gekeken of dit correspondeert met de perceptie die de docent LO heeft van de interne motivatie van de leerling. Daarnaast werd onderzocht wat de motivatie bepaalt van de leerling in de gymlessen. Ook deze vraag werd aan zowel de leerling als de docent gesteld.

### Geen nulmeting

Doordat er voor dit onderzoek geen referentiepunt is, zoals een nulmeting, kan niet worden aangegeven of de motivatie van de leerlingen meer of minder is geworden. Wel is te zien hoe de leerling is gemotiveerd voor het LO-onderwijs, hiervoor zijn vier soorten motivatie te onderscheiden: intrinsieke motivatie, geïdentificeerde motivatie, externe motivatie en amotivatie. Intrinsieke motivatie scoort met gemiddeld 2,9 op een schaal van 1 tot 5

(1 niet gemotiveerd, 5 zeer gemotiveerd) van de vier soorten motivatie het hoogst (zie figuur1). De amotivatie (gebrek aan motivatie) en de externe motivatie (motivatie door redenen uit de omgeving, zoals een cijfer) zijn lager, maar substantieel aanwezig. Dit komt overeen met de moeite die de docenten soms voelen om leerlingen te motiveren (Slot-Heijs et al., 2018).

Veel leerlingen geven aan dat ze de gymlessen soms volgen omdat het moet (externe motivatie) of zélf vinden dat het moet (geïdentificeerde motivatie). Leerlingen hebben niet voor elke les/activiteit dezelfde motivatie.

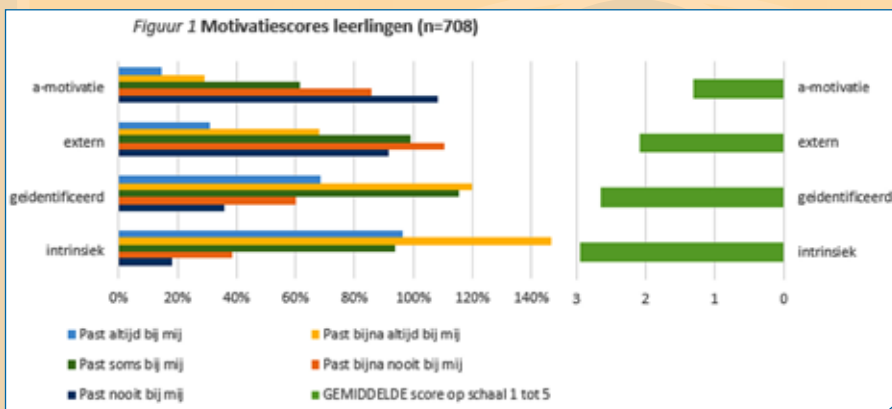
Docenten schatten de motivatie van leerlingen anderhalf punt hoger in (op de vijfpuntschaal) dan de leerlingen zelf.

### Wat bepaalt de motivatie van de leerling voor LO?

Zowel docenten als leerlingen geven aan dat het plezier en de sfeer van saamhorigheid (vrienden, relaties) belangrijke voorwaarden zijn voor motivatie. Tevens geven zowel docenten als leerlingen aan dat de activiteit en de mate van uitdaging van invloed zijn op de motivatie om te bewegen. Plezier, verbondenheid en competentie worden in diverse literatuur genoemd als voorwaarden voor een sterke motivatie wat onze resultaten ondersteunt.

### Wel of geen cijfers?

De leerlingen noemen het krijgen van een cijfer als een factor die de motivatie bepaalt. 44% van de leerlingen doet vaak of altijd beter zijn best tijdens de gymlessen als hij/zij een cijfer krijgt, voor 30% heeft dit geen invloed. Cijfers hebben echter een negatieve invloed op plezier: 75% vindt de gymlessen leuker wanneer ze niet beoordeeld worden. Dit blijkt ook uit onderzoek van Krijgsman (2017) waarin het krijgen van een cijfer een negatieve invloed bleek te hebben op plezier in de gymlessen. Vrijdag 12 maart is Christa Krijgsman gepromoveerd op haar proefschrift over de relatie tussen cijfers, motivatie en angst<sup>1</sup>. Verder staat dit nummer vol met artikelen rond beoordelen en evalueren.



<sup>1</sup> "Op welke manier zijn prestatiecijfers, het inzichtelijk maken van doelen en het geven van op groei gerichte feedback gerelateerd aan de motivatie en gevoelens van angst van leerlingen in de les LO?"

**Contact**  
 onderwijs@kvlo.nl

# Internationaal advies over beoordelen bij lichamelijke opvoeding

Niet alleen in ons land is het beoordelen van de leervorderingen en leeropbrengsten van leerlingen een van de meest ingewikkelde onderwerpen binnen de lichamelijke opvoeding, ook vakgroepen in andere landen stoeien hiermee. AIESEP<sup>1</sup>, de internationale organisatie voor LO-onderzoek, heeft daarom een advies uitgebracht aan leraren, ALO's en andere partijen.

TEKST LARS BORGHOUTS, GWEN WEELDENBURG EN MENNO SLINGERLAND

**H**et advies omtrent beoordelen binnen de lichamelijke opvoeding (LO) kwam tot stand op basis van een internationaal symposium met meer dan zeventig experts uit twintig verschillende landen, georganiseerd door het lectoraat Move to Be van Fontys ALO Eindhoven. Ondanks de soms grote verschillen tussen de landen ten aanzien van de positionering en doelen van het vakgebied LO, waren de experts het over diverse punten ten aanzien van beoordelen roerend eens.

beoordeling en hoe hiernaar gehandeld dient te worden, en 4) *kritische beschouwing van beoordelen*, gericht op het bewustzijn van de invloed of consequenties van beoordeling en het ter discussie kunnen stellen van 'gangbare' beoordelingspraktijken. Toekomstige leraren LO zouden gedurende hun opleiding in staat gesteld moeten worden om beoordelingsdeskundig te worden. Ze moeten leren om betrouwbare, valide, authentieke, transparante beoordelingen te ontwerpen en te realiseren, met een hoge mate van leerlingenbetrokkenheid. Lerarenopleiders zouden daarbij richting studenten voorbeeldig moeten zijn in hun eigen beoordelingspraktijk. Zo zouden zij formatieve beoordeling moeten vervlechten met het gehele ALO-curriculum. Ook na het afstuderen hebben leraren LO zowel het recht als de plicht om zich te blijven ontwikkelen en professionaliseren op het gebied van beoordelen bij LO.

## Advies AIESEP over beoordelen

In dit artikel komt een aantal van de meest relevante punten uit dit advies aan bod. Wanneer we overigens in dit artikel spreken over 'beoordelen' - in de literatuur ook wel aangeduid met 'evalueren', 'toetsen' of 'assessment' - dan doelen we op alle doelgerichte activiteiten waarmee informatie verzameld en geïnterpreteerd wordt omtrent de vaardigheden, kennis en/of houding van de leerling.  
AIESEP Standpunt over Beoordeling bij Lichamelijke Opvoeding (2020):  
<https://aiesep.org/scientific-meetings/position-statements/>

### Position statement

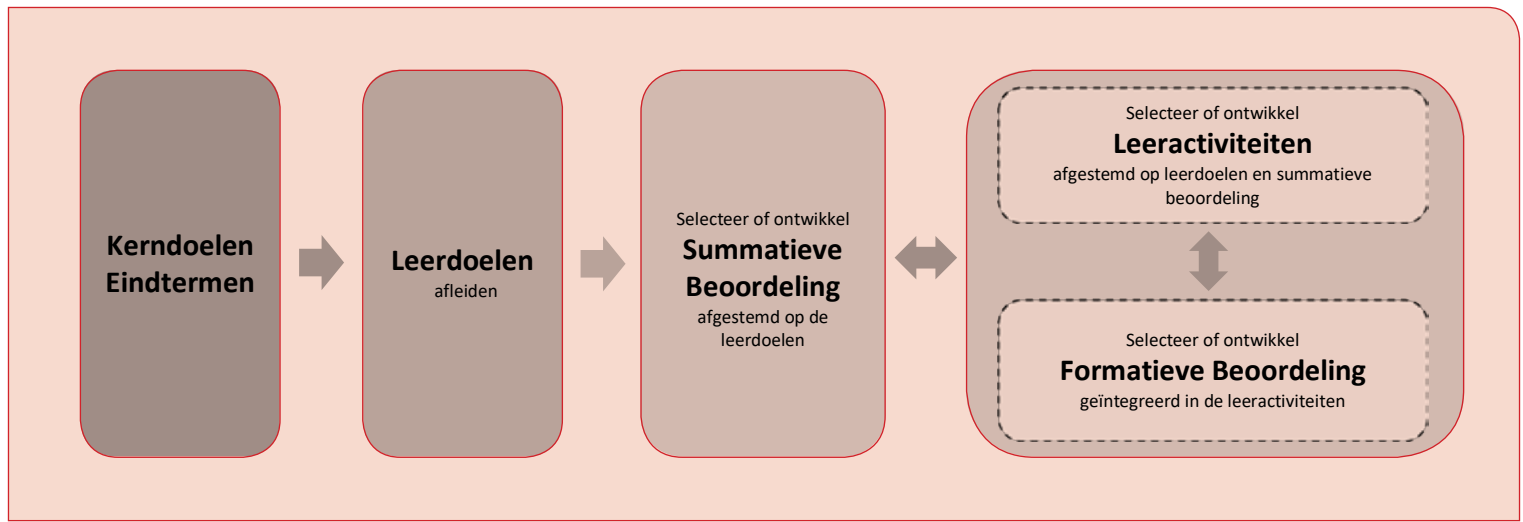
Om te beginnen wordt er in het zogenaamde 'position statement' gepleit voor een investering in de beoordelingsdeskundigheid van leraren LO, omdat uit onderzoek blijkt dat dit in de praktijk vaak onder de maat is. Beoordelingsdeskundigheid wordt gezien als een belangrijke voorwaarde voor effectief leraarschap en bestaat uit vier elementen: 1) *inzicht in beoordelen*, gericht op kennis van de doelen en functies van beoordelen en de voorwaarden voor een goede beoordeling, 2) *toepassing van beoordelen*, gericht op zowel de uitvoering van beoordelingsactiviteiten door de leraar als de betrokkenheid van leerlingen, 3) *interpretatie van de beoordelingsresultaten*, gericht op het begrip van de informatie afkomstig uit de

### Alignment en formatief beoordelen

Betekenisvol en effectief leren wordt bereikt door te zorgen voor *alignment* (afstemming) tussen de beoogde leerdoelen, de beoordelingsactiviteiten en lesgeefpraktijken die het leren ondersteunen. Met andere woorden, voor effectief onderwijs moet er een duidelijk verband zijn tussen wat leerlingen moeten kennen en kunnen, de leeractiviteiten die ze daarvoor ondernemen, en hoe en wat er wordt beoordeeld. Beoordelen dient daarbij volgens het AIESEP-advies een integraal onderdeel te zijn van het onderwijsleerproces en niet 'iets dat er nog achteraan komt'. Het komt in de praktijk nog te vaak voor dat er bij het ontwerpen van

<sup>1</sup> Association Internationale des Écoles Supérieures d'Éducation Physique





▲ *Figuur 1: Volgorde voor planning en ontwerp van een aligned curriculum.*

leerplannen wordt gestart vanuit (beweeg)activiteiten in plaats van vanuit de leerdoelen en de daarbij behorende succescriteria, beoordelingsvormen en -activiteiten. Bij het formuleren van deze leerdoelen vormt het landelijke kader (kerndoelen en eindtermen) het uitgangspunt. Leraren horen vervolgens beoordelingsvormen en -activiteiten te ontwikkelen of selecteren, die een betrouwbare en valide afspiegeling zijn van de leerdoelen, zodat aan het eind van het leerproces de leeropbrengsten van de leerlingen kunnen worden vastgesteld (summatieve beoordeling). Vervolgens worden pas de leeractiviteiten ontworpen, die gericht zijn op de leerdoelen en die beoordelingsactiviteiten bevatten die het leerproces ondersteunen (formatieve beoordeling) (zie figuur 1).

### Betrokkenheid leerling bij eigen ontwikkeling

Summatieve en formatieve beoordeling hebben verschillende functies, en vullen elkaar aan. Echter, volgens AIESEP dient het onderwijs altijd op zijn minst formatieve beoordelingsactiviteiten te bevatten, om betekenisvol, doelbewust en doelgericht leren mogelijk te maken. Dit houdt in dat leerlingen bij aanvang van het leerproces op zijn minst op de hoogte moeten zijn van de beoogde leerdoelen en bijbehorende succescriteria (transparantie). Voor een optimale leerervaring zouden zij echter ook actief betrokken moeten worden in het beoordelingsproces. Bijvoorbeeld door:

- Zelf te mogen bepalen welke leerprioriteiten ze hebben,
- Keuze te hebben waarop en wanneer ze beoordeeld willen worden,
- Mee te denken over de beoordelingsvorm en/of -criteria,
- Zelf- en *peer*-beoordeling,
- Het gesprek aan te gaan met leraren en klasgenoten over de beoordeling (sluitkomst),
- Reflectieopdrachten,
- Enz.

Volgens het AIESEP-statement zouden er meer instrumenten en voorbeelden ontwikkeld

moeten worden om de huidige kennis over beoordelen te vergroten en te vertalen naar LO-praktijk. Leraren LO worden in het 'position statement' daarom aangemoedigd tot kennisuitwisseling en het delen van 'good practices' om de innovatie van de beoordelingspraktijk te versnellen.

### Beleid en Technologie

In veel landen worden toetsingsgegevens, ook van LO, gebruikt om scholen en vakgroepen verantwoording te laten afleggen over de onderwijskwaliteit. Voor LO brengt dit het risico met zich mee dat men zich vooral gaat richten op uitkomstmaten die relatief eenvoudig en objectief vast te stellen zijn (denk aan fitheidstesten, geïsoleerde technieken zoals de lay-up bij basketbal), of juist op zaken die zo veelomvattend zijn dat ze buiten de invloedssfeer van het LO-curriculum liggen (denk aan dagelijkse fysieke activiteit). Tegelijkertijd hoeft de LO in veel regio's van de wereld juist weinig verantwoording af te leggen. Nederland is een voorbeeld van zo'n land. De onderwijsinspectie lijkt zelden de LO-praktijk kritisch onder de loep te nemen, waardoor voor veel vakgroepen LO de urgentie ontbreekt om het vakgebied voortdurend te blijven ontwikkelen en te actualiseren. AIESEP pleit daarom in haar advies voor krachtig beleid en duidelijke landelijke richtlijnen over zowel de doelen als de beoordeling van het vak. Pas als het beleid en de richtlijnen helder zijn, kan de LO echt verantwoordelijk worden gehouden voor de opbrengsten van het onderwijs. Bij het aantonen van de leeropbrengsten van leerlingen in de LO, moet volgens het AIESEP-advies dan wel rekening worden gehouden met de mogelijkheden van de individuele leerling. Ook dient het 'bewijs' voor het leren afkomstig te zijn van een verscheidenheid aan betrouwbare beoordelingsvormen.

Bij die beoordelingsvormen speelt technologie steeds vaker een rol. Denk aan het gebruik van video-feedback, apps of een digitaal portfolio. Mits op een juiste manier ingezet, kunnen

▲ *Advies AIESEP over beoordelen*





▲ *Discussie-sessie tijdens het internationaal symposium*

deze technologieën ondersteunend werken bij het inzichtelijk maken van leervorderingen en leeropbrengsten. Daarentegen moet voorkomen worden dat de technologische toepassingen een doel op zich worden en gaan bepalen welke gegevens er verzameld worden, en hoe die worden gebruikt voor de beoordeling. Technologie vormt enkel een didactisch hulpmiddel en moet op het juiste moment, voor de juiste redenen worden ingezet. In de woorden van AIESEP: binnen de LO moeten we meten wat we belangrijk vinden, in plaats van belangrijk vinden wat we kunnen meten. Daar komt nog bij dat leraren LO bij het gebruik van technologie altijd garant moeten staan voor de bescherming van de privacy en persoonlijke gegevens van leerlingen, verzameld tijdens beoordeling.



▲ *Scan deze QR-code om de lezingen te zien van het internationaal symposium over beoordelen bij LO.*

**Genoeg te doen**

Uit het advies van AIESEP blijkt ook dat er nog steeds veel is dat we niet weten over het beoordelen bij LO. Zo is er maar weinig onderzoek gedaan naar het ontwerp, de ontwikkeling en implementatie van effectieve

beoordelingsinstrumenten en -praktijken. Of wat verschillende beoordelingspraktijken doen met de leeruitkomsten en motivatie van leerlingen. Ook wordt er een oproep gedaan om professionele leergemeenschappen op te zetten van lerarenopleiders, onderzoekers en leraren LO rondom beoordelen bij LO. Het advies van AIESEP is dan ook mede bedoeld om LO-onderzoekers wereldwijd op te roepen tot samenwerking op dit soort thema's en daarmee de praktijk te ondersteunen. Om zo veel mogelijk mensen te bereiken, worden er artikelen als deze geschreven in verschillende talen. Ook het AIESEP-advies zelf is inmiddels vertaald in meer dan tien talen, waaronder Duits, Spaans, Frans en Koreaans. Mocht je geïnteresseerd zijn om het advies in zijn geheel te lezen, er is ook een Nederlandse vertaling te vinden op de website: <https://aiesep.org/scientific-meetings/position-statements/>

*Lars Borghouts, Gwen Weeldenburg en Menno Slingerland zijn lerarenopleiders en onderzoekers bij Fontys ALO Eindhoven.*



▲ *Scan deze QR-code om meer publicaties te lezen van Fontys ALO Eindhoven over het beoordelen bij LO.*



**Foto's**

Marco Magielse

**Kernwoorden**

onderzoek, beoordelen, evalueren

**Contact**

[l.borghouts@fontys.nl](mailto:l.borghouts@fontys.nl)

▲ *Experts bespreken onderzoeksresultaten over beoordelen*

# Feedback is meer dan het overbrengen van informatie

“We gaan geen cijfers meer geven, maar meer feedback”. Dit hoor ik de laatste tijd vaker. Maar is dat wel slim om te doen? Wat is er bekend over feedback? Kinderen maar ook volwassenen krijgen feedback. Hoe ervaren ze dat? Zien ze het als kritiek of als cadeautje? Doen ze iets met feedback? En hoe gaat dat dan bij bewegingsonderwijs? In dit stuk probeer ik op drie zaken wat dieper in te gaan: welke emotie brengt feedback met zich mee en wat betekent dat voor de relatie leraar-leerling? Hoe zorg je ervoor dat leerlingen iets met feedback gaan doen? Feedback heeft immers een plek nodig om te landen. En mag je van leerlingen verwachten dat ze elkaar feedback geven als je het niet voorgedaan hebt hoe dat moet?

TEKST BAS TRIMBOS



▲  
Op deze site vind je het vervolg (pag. 6-7) op dit verhaal over feedback van Bas Trimbos en nog meer info over dit onderwerp

**T**oen ik vanuit verschillende hoeken hoorde dat een aantal scholen geen cijfers meer wilde geven maar over wilde gaan op meer feedback was mijn eerste reactie: Oef..., meteen volgend door een aantal vragen: zal dat wel goed gaan? Wordt feedback gezien als product of proces? Weten leerlingen, docenten én de schoolleiding wat dit inhoudt? Hebben ze dezelfde beelden daarbij? Maar vooral wat gaat dit emotioneel doen met de ontvangers van feedback? Hoe kun je emotie reguleren? En wordt er überhaupt iets met de feedback gedaan door de ontvangers? En hoe geef je eigenlijk feedback? Feedback heeft de potentie om leerprestaties te verhogen (Hattie & Timperley 2007). Dat klinkt heel verleidelijk om dan te zeggen dat

**.....maar bijvoorbeeld de emotie die het ontvangen van feedback met zich mee kan brengen kan veel schade aanrichten en ervoor zorgen dat er niets met feedback gedaan wordt. Relatie is belangrijk**

we veel feedback gaan geven aan de leerlingen. Helaas is het niet zo eenvoudig. Alhoewel feedback terecht een speerpunt is geworden op het gebied van lesgeven, onderzoek en praktijk

moeten we voorzichtig zijn, zoals ook bleek toen opnieuw naar de *power of feedback* werd gekeken (Wisniewski, Zierer & Hattie, 2020). Dat het niet eenvoudig is, is natuurlijk geen reden om het niet te doen, maar bijvoorbeeld de emotie die het ontvangen van feedback met zich mee kan brengen kan veel schade aanrichten en ervoor zorgen dat er niets met feedback gedaan wordt. Relatie is belangrijk (Carless, 2013).

## Feedback is emotie

“Je spreekt Frans als een Turk die Nederlands spreekt”. Dit was de feedback die ik kreeg toen ik Frans studeerde als bijvak: Ik herinner me het nog als de dag van gister (toch weer 30 jaar geleden). Naast het feit dat het beledigend overkwam en niet alleen voor mij, kon ik niets met die feedback, namelijk hoe kan ik het dan verbeteren? Er gebeurde iets waar ik nog heel lang last van heb gehad; het wakkerde mijn spreekangst aan. De relatie met de docent werd er niet beter door want iedere keer bleef dit in mijn geheugen terugkomen en werd ik onzekerder. Feedback van die docent (hoe goed en goed bedoeld ook) nam ik niet meer aan en deed er niets mee. Wat zou die feedback met jou doen?

## Gevoel speelt een belangrijke rol wanneer je commentaren op je werk terugkrijgt

Het is van belang dat je een goede relatie hebt met je leerlingen en dat je weet wat feedback met een persoon kan doen. Ken je leerlingen en denk na of feedback altijd een goed idee





▲ *Feedback, ook tijdens studiedagen*

is. Gelukkig kreeg ik daarna les van andere docenten en is het goed gekomen, maar toch, die spreekangst in het Frans is heel lang ‘een dingetje’ gebleven. Dit wens je niemand toe. De school die van plan is over te gaan op het geven van meer feedback in plaats van cijfers heeft dit natuurlijk niet voor ogen, maar het is goed om je verwachtingen te verhelderen wat je bedoelt met een dergelijke uitspraak.

### Je emotie reguleren

“Ik haal de emotie uit feedback door er actiegerichtte punten van te maken.”, dat zegt Phillip Dawson, onderzoeker en *associate director, Centre for Research in Assessment and Digital Learning* met een grote interesse in onderzoek naar feedback. Ik ken Phill persoonlijk en heb hem vorig jaar ontmoet in Manchester. Op het thema feedback werkt hij samen met onderzoekers als o.a. David Boud, David Carless, Naomi Winstone. In een persoonlijke blog (Dawson, 2018) deelde hij een paar jaar geleden zijn ervaringen hoe hij omgaat met feedback in het licht van feedback geletterdheid (Carless & Boud, 2018). Ik zal dat hier kort beschrijven.

### Peer review

Voor onderzoekers is het normaal dat hun werk door anderen van feedback wordt voorzien, de zogenaamde *peer review*. In zijn blog beschrijft Phill de eerste reactie die bij hem naar boven komt wanneer hij feedback krijgt. Dat gaat altijd over gevoel. Dit kan een gevoel van pijn, boosheid, schaamte maar ook trots zijn. Om over

die gevoelens heen te stappen heeft hij geleerd om die feedback te herschrijven in bruikbare actiepunten. Ook bij experts op het gebied van feedback is niets menselijks hen vreemd. Gevoel speelt een belangrijke rol wanneer je commentaren op je werk terugkrijgt. Overigens geldt dat je je emoties moet reguleren bij zowel positieve als negatieve feedback (Voerman, 2014). Belangrijk is dat je ervan bewust bent dat het geven en ontvangen van feedback niet iets mechanisch is. Vertrouwen is van groot belang bij het geven en ontvangen van feedback (Carless, 2013). Ook de scholen die meer feedback willen geven zouden volgens mij na moeten denken wat feedback met de emotie kan doen en hoe ze daar rekening mee kunnen houden.



## Wat doen leerlingen met feedback?

Leerlingen moeten iets doen met de feedback die ze ontvangen. Ja, nogal wiesde hoor ik je denken... Maar is dat ook zo? Naomi Winstone is onderzoeker op het gebied van feedback. In een voor mij belangrijke publicatie heeft ze 195 artikelen doorgespit over betrokkenheid bij feedback van 1984 t/m 2014. Zonder in detail te treden kwam ze tot de volgende conclusie: we weten best wel veel uit onderzoek over het geven van feedback. We weten echter weinig wat leerlingen ermee doen (Winstone et al., 2017, Winstone, 2019). Toen ik dat las, dacht ik: dit kan toch niet waar zijn, wat zijn we dan aan het doen? Feedback heeft toch veel potentie om leerprestaties te verhogen? Maar als je er langer over nadent en reflecteert op je eigen praktijk zorg je er dan voor dat er iets met feedback gebeurt in je lesontwerp? Maak je ook voor de leerling duidelijk wat het doel is van feedback? Is er een gevoel van gedeelde verantwoordelijkheid bij zowel gever als nemer van feedback? Hoezo zouden leerlingen elkaar feedback kunnen geven? Hebben ze daarvoor voldoende kennis? Heb je voorgedaan hoe je elkaar feedback geeft? Heb je ook gecheckt of er iets met de feedback is gedaan? Ik moet uit mijn eigen lespraktijk constateren dat ik daar te weinig aan deed.

## Feedback heeft een plek nodig om te landen

Wat zou je dan kunnen doen om feedback te laten gebruiken? Natuurlijk zul je de dialoog met je klas aan moeten gaan om helder te maken waarom je bepaalde dingen doet zoals je ze doet. Feedback speelt bijvoorbeeld een grote rol in *formative assessment*. Het delen van leerdoelen en succescriteria doe je niet zonder reden. Een van de redenen is dat leerlingen straks de feedback die ze krijgen kunnen begrijpen om er vervolgens iets mee te doen. Dan heeft het weinig zin om alleen maar de leerdoelen op het bord te schrijven. Leerlingen moeten aan de slag met voorbeelden van verschillende kwaliteit

(Sadler, 2012, Carless & Chan, 2016). Waar je voor zou moeten zorgen is dat feedback een plek heeft om te landen. Heb je in je lesontwerp al ingebouwd dat leerlingen in een vervolftaak de feedback moeten verwerken? (Boud & Molloy, 2012, Winstone & Boud, 2020). Geef leerlingen bijvoorbeeld de taak om aan te geven waarom ze wel of niet de feedback gebruikt hebben.

## Voordoen hoe je feedback geeft

Het laatste punt waar ik aandacht voor vraag is *modeling*. Wanneer je van leerlingen verlangt dat ze elkaar feedback geven, zou je dat dan eens voor kunnen doen (Carless, 2020)? Neem bijvoorbeeld een werk van een leerling en geef er feedback op, laat zien wat je doet, welke vragen je stelt, hoe je feedback formuleert, of de ander begrijpt wat hij moet doen met de feedback. Een goed hulpmiddel voor het stellen van specifieke feedbackvragen op het gebied van taak, proces en zelfregulatie is in een handig schema gezet: A Matrix of Feedback for Learning (Brooks, et al., 2019, p.28). Daarbij wordt onderscheid gemaakt welke vragen je stelt aan een beginnend gebruiker of een expert. Ook het boek van Voerman en Faber (2020) geeft concrete handvatten met bijvoorbeeld hun kaarten om vragen te stellen.

## Oefening baart kunst

Maar zeker belangrijk: hoe formuleer je feedback? Oefen er dan mee voor je de leerlingen het zelf laat doen. Hou het klein aan het begin en verwacht niet van een leerling zonder enige voorkennis goede feedback te geven. Voor docenten is het al een hels karwei om feedback te geven die ook nog eens verwerkt wordt waardoor leerprestaties verhoogd kunnen worden.

## Feedback moet leiden tot gesprekken

"*Feedback should cause thinking*", ooit uitgesproken door Dylan Wiliam. Hopelijk doet dit artikel dat ook en denken schoolleiding, docenten en leerlingen samen na over meer of misschien wel minder feedback. Een handig hulpmiddel daarbij is te kijken hoe een feedback geletterde leraar eruit ziet (Carless & Winstone, 2020). Wat doet hij en welk gedrag vertoont hij? Ik nodig dan ook iedereen uit om het gesprek aan te gaan om samen een neus voor kwaliteit te ontwikkelen. Feedback geven en ontvangen is niet makkelijk. Het gaat om een gedeelde verantwoordelijkheid. Je moet weten of en hoe het binnen jouw klas en school past. En dat kan alleen maar als je die goed kent. Praat erover en zoek de dialoog. Geef feedback op feedback. (Dank voor het geven van feedback op dit artikel en de gesprekken die we erover hebben gevoerd: Cathelijn Schilder, Gerdineke van Silfhout, Lia Voerman (Nederlandse versie) en David Carless, Phillip Dawson en Naomi Winstone (Engelse versie))

*Bas Trimbos is leerplanoontwikkelaar bij het nationaal expertisecentrum leerplanoontwikkeling (SLO) met een grote interesse in formative assessment, feedback en zelfregulatie.*

### Kernwoorden

feedback, emotie, beoordelen

### Foto's

Hans Dijkhoff

### Contact

b.trimbos@slo.nl





# VolgWijzer! 2.0

## stimuleert zelfstandigheid en eigenaarschap

Je wilt geen cijfers meer geven maar toch je leerlingen informatie geven over hun vorderingen. Dan kun je een leerlingvolgsysteem gebruiken. Daarvan zijn er meerdere op de markt. Harry van der Meer, docent met meer dan 40 jaar ervaring, blijft met zijn tijd meegaan en ontwikkelde VolgWijzer! 2.0

TEKST HARRY VAN DER MEER EN JOZEFIEN VAN DER MEER-ROBERTZ

**K**inderen die op een veilige en ontspannen manier kunnen bewegen, kennen een hogere leeropbrengst. Dit ervaren Harry van der Meer, initiatiefnemer en één van de ontwikkelaars van VolgWijzer! 2.0 een leerlingvolgsysteem (LVS) voor het basisonderwijs en al 44 jaar leerkracht lichamelijke opvoeding. Hij ontwikkelde het systeem vanuit de visie dat gym een leervak is en dat plezier kinderen motiveert om iets te willen leren. Eigenaarschap staat centraal in het systeem. Want leerlingen die inzicht hebben in hun deelnameniveau en hun persoonlijke vooruitgang kunnen volgen, voelen meer eigenaarschap en zullen daardoor zichzelf eerder doelen stellen en die proberen te bereiken.

### Adaptief onderwijs

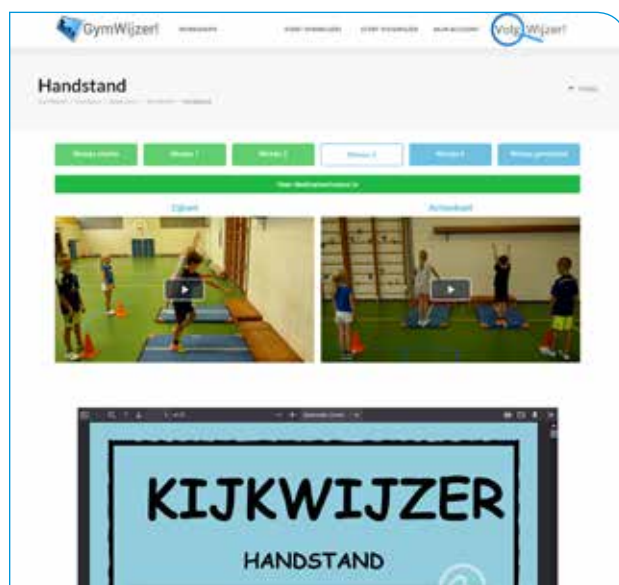
De visie die ten grondslag ligt aan VolgWijzer! 2.0 dat plezier kinderen motiveert om iets te willen leren, voert terug op adaptief onderwijs. Hiermee wordt bedoeld dat het lesaanbod in de gymzaal aansluit op het ontwikkelingsniveau van de groep en de individuele leerling. Volgens Doornbos (1991) gaat het bij adaptief onderwijs om het aanpassen van het onderwijs om ieder kind tot zijn recht te laten komen. Stevens (1997) voegt hieraan toe dat differentiatie noodzakelijk is; als iedere leerling op zijn of haar niveau kan oefenen en zich op zijn of haar plek voelt, is de kans op succesbeleving ("lukt 't") veel groter. Daarmee wordt de kans dat de individuele leerling en/of de gehele groep verder wil oefenen en dus gemotiveerder is, ook groter ("leeft 't"). De succesbeleving is een belangrijk onderdeel van het plezier dat de leerling ervaart tijdens de gymles. Uiteindelijk zal dit een positieve uitwerking hebben op de ontwikkeling van de leerlingen ("leert 't").

### Van jong af aan vaardig in bewegen

Uit een peiling over bewegingsonderwijs in 2016/2017 (Inspectie van het onderwijs, 2018)



▲ Harry van der Meer



▲ Een voorbeeld van instructiefilmpjes en kijkwijzer bij de activiteit 'handstand'.



▲ Een leerling uit groep 8 kijkt naar een instructiefilmpje van GymWijzer! voordat ze verder oefent

blijkt dat de motorische vaardigheid van kinderen in een periode van tien jaar is afgenomen. De ambitie om een positieve trendbreuk in de beweegvaardigheid van kinderen te bewerkstelligen, is opgenomen in het Nationaal





Normeringsformulier voor de docent en begeleiders

*De leerling vult zijn/haar deelnameniveau in. De activiteiten die groen zijn gekleurd heeft de leerling succesvol afgerond. De activiteit in het wit weergegeven is de huidige activiteit en de activiteit in het blauw is het volgende doel*

Sportakkoord, waarvan deelakkoord ‘Van jongens af aan vaardig in bewegen’ (Ministerie VWS, 2018) onderdeel uitmaakt. In dit deelakkoord zijn een aantal maatregelen beschreven die de motorische vaardigheid van kinderen in Nederland verbeteren. Eén van deze maatregelen is het bieden van ondersteuning aan scholen en gemeenten, door middel van het inzetten van gevalideerde motorische meetinstrumenten. VolgWijzer! 2.0 is zo’n gevalideerd meetinstrument. Het biedt de mogelijkheid om leerlingen te monitoren en inzicht te krijgen in de voortgang van beweegvaardigheid en in de kwaliteit van bewegen.

### Hoe werkt VolgWijzer! 2.0?

Het leerlingvolgsysteem VolgWijzer! 2.0 is een product van het digitale leermiddel GymWijzer! (eerder ontwikkeld met Pascal Mariany). GymWijzer! werkt met instructiefilmpjes en kijkwijzers. Van 53 verschillende activiteiten zijn filmpjes gemaakt; elke activiteit heeft zes niveaus. Elk niveau bevat meerdere filmpjes waarin de activiteit wordt uitgelegd. Iedere leerling kan daardoor snel en zelfstandig op eigen niveau aan de slag en kan zelf doelen bepalen. De behaalde deelnameniveaus worden door de leerlingen zelf, of met hulp van de leerkracht (groep 2 t/m 4), geregistreerd en in hun persoonlijke (s)portfolio opgeslagen. De leerlingen krijgen geen beoordeling of cijfer, maar in het (s)portfolio wordt aangegeven wat al lukt.

Het aantal periodes, het aantal activiteiten en welke activiteiten kan per school zelf bepaald worden.

### Normeringen

De afbeelding hierboven is een voorbeeld van de normering van een bewegingsactiviteit. Op dit formulier zijn de scores af te lezen voor zowel de groepen 3/4, 5/6 als 7/8. Deze normeringen zijn bedoeld voor de leerkracht en het zorgteam van de school en dus niet voor de leerling zelf. Het idee achter VolgWijzer! 2.0

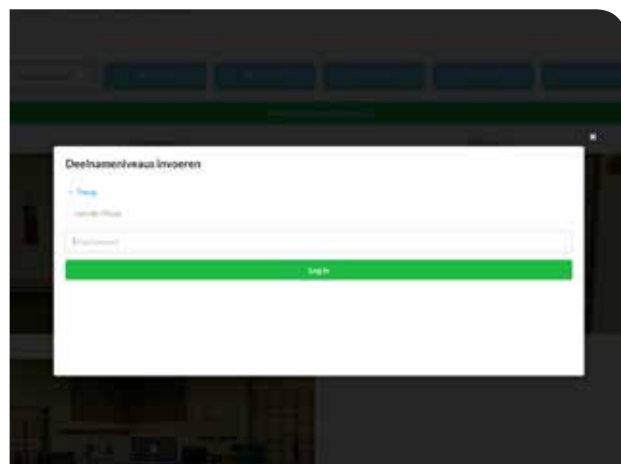
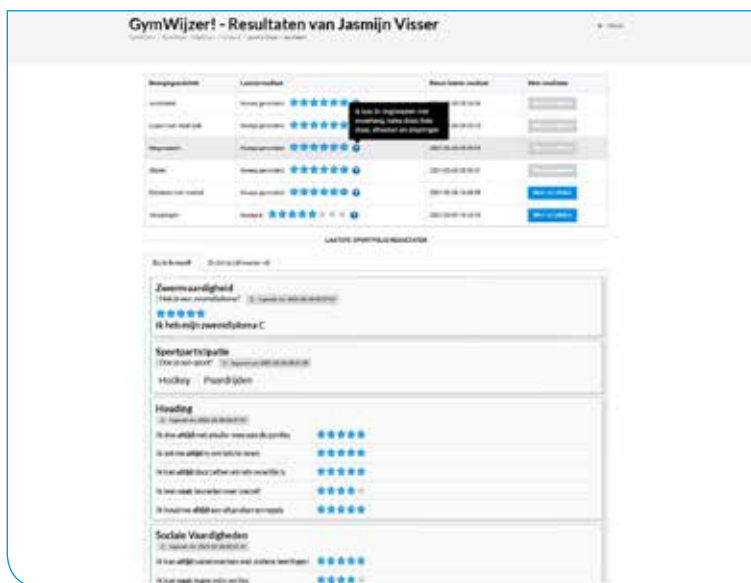
is dat leerlingen niet aangespoord worden om het streefniveau te behalen, wél om hun eigen doel te bepalen. Hiermee wordt het plezier en daarmee de voortgang gestimuleerd.

Er wordt feedback gegeven op basis van de voortgang van de leerling, er wordt geen cijfer of voldoende/goed gegeven op basis van behaalde deelnameniveaus. Elk leerjaar heeft de leerling vijf niveaus die hij of zij kan behalen. Het niveau is gebaseerd op de uitvoering van de activiteit, en wordt door middel van de filmpjes en kijkwijzers van GymWijzer! verduidelijkt.

**Er wordt feedback gegeven op basis van de voortgang van de leerling, er wordt geen cijfer of voldoende/goed gegeven op basis van behaalde deelnameniveaus**

### Praktijkervaringen

Rémon van Miltenburg, leerkracht op basisschool Het DOK in Oegstgeest en al elf jaar actief in het basisonderwijs en Stefan Vos, recent afgestudeerd aan de ALO, hebben beiden ervaringen opgedaan met GymWijzer! en VolgWijzer! 2.0. Rémon: “Een van de mooiste aspecten van GymWijzer! vind ik de differentiatie. Je kunt heel snel en gemakkelijk een activiteit op verschillende niveaus aanbieden aan de kinderen”. Stefan is te spreken over de gebruiksvriendelijkheid. Volgens hem draagt het bij aan het eigenaarschap en de succesbeleving van de leerlingen. Rémon geeft ook aan: “Ik ben ervan overtuigd dat ik veel minder tijd kwijt ben aan administratie”. Het eigenaarschap dat centraal staat in het volgsysteem wordt door beide heren herkend. Stefan illustreert: “De leerlingen kunnen na een korte beeldinstructie zelfstandig de oefeningen op hun eigen bewegingsniveau uitvoeren. Bijkomend effect is dat er meer beweegtijd en plezier tijdens de gymles ontstaat.”



▲ Een leerling vult een persoonlijk wachtwoord in om het deelnameniveau in te voeren

▲ **VolgWijzer! 2.0 is AVG-proof**  
 Overzicht van een deel van de resultaten die Jasmijn uit groep 8 ingevuld heeft

VolgWijzer! 2.0 voldoet aan alle AVG-normen. Iedere leerling heeft een eigen inlogcode voor zijn of haar persoonlijke (s)portfolio. Daarnaast bepaalt de schoolleiding of administratie van de school welke leerkrachten toegang krijgen tot de data van VolgWijzer! 2.0. De data worden versleuteld en veilig opgeslagen. Twee jaar na het beëindigen van een abonnement worden de data verwijderd. Ook de website zelf is uitgebreid op veiligheid getoetst.

**De initiatiefnemer**

Harry van der Meer heeft al 44 jaar ervaring in het bewegingsonderwijs. Hij ontwikkelde samen met studenten De Lesbrievens voor groep

3 t/m 8, gevolgd door Gymmen in de grote gymzaal voor groep 1 en 2 waarmee lessen kunnen worden voorbereid door de leerkracht. Vervolgens ontwikkelde hij het digitale leer-middel GymWijzer!, een middel voor leerlingen in de les zelf. En nu dus het leerlingvolgsysteem VolgWijzer! 2.0 als vervolg op VolgWijzer! 1.0. Van der Meer gaat binnenkort met pensioen, maar is niet van plan stil te gaan zitten: *“Het is een geweldig idee dat na 1 augustus 2021 heel veel leerlingen plezier beleven aan deze producten. Het plan is om GymWijzer! en VolgWijzer! verder te ontwikkelen. Daar zoek ik nog een opvolger voor. Ben je nieuwsgierig of heb je interesse, stuur dan een e-mail naar info@gymwijzer.nl.”*



**Kernwoorden**  
 leerlingvolgsysteem, digitaliseren  
**Foto's**  
 Harry van der Meer  
**Contact**  
 meerharryvander@gmail.com

# Leerzaam judoplezier

## HANDBOEK VOOR JUDOLERAREN



**Leerzaam judoplezier**  
Handboek voor  
judoleraren  
(maak je lessen  
nog leuker)  
Eveline Wilke de  
Souza Beentjes

**D**e schrijfster van dit boek, die in de judowereld goed bekend staat als Eveline Beentjes, spreekt uit ervaring. Zij bezit de vijfde dan in judo, geeft al 40 jaar judoles en is bovendien het afgelopen jaar door de Judobond Nederland uitgeroepen tot coach van het jaar. Dan mag je wat verwachten en dat komt gelukkig ook uit. Van de eerste tot de laatste bladzijde is duidelijk dat alleen een basis van spelvreugde en een fijne samenwerking met anderen bij een judoka kunnen leiden tot het ontwikkelen van competenties. Beentjes onderscheidt er acht. Ze baseert haar handelen op een aantal krachtig motiverende motto's, zoals 'je wint of je leert' en 'iedereen kan de zwarte band halen'. Daarbij onderstreept ze in haar inleiding dat valbreken en de ontwikkeling van sociale competenties het judo-leerproces ver overstijgen.

Het boek is prachtig vormgegeven, overzichtelijk ingedeeld en voorzien van honderden foto's die bevestigen hoeveel plezier kinderen toch aan judo kunnen beleven. Leuk en leerzaam gaan steeds hand in hand. Mocht je jezelf vaag een leuke spelvorm herinneren dan is deze na eventjes bladeren zo teruggevonden, zo niet precies wat je zocht dan wel ongeveer. Het woud aan opties binnen de stoeispelen is hier namelijk overzichtelijk gekaderd in vijf varianten op acht competenties die door judo worden gevoed, alles met een speelse inslag zonder het competitie-element te schuwen. Elke paragraaf per leervoorstel vermeldt consequent de doelgroep, het doel van de activiteit, de gebruikte

attributen en een compacte beschrijving van de uitvoering en mogelijke variaties. Doordat de kantlijn rechts is voorzien van kleuren (oplopend volgens de acht kleuren van de judobanden), met verticaal dikgedrukt de competentie die centraal staat, vind je snel terug waar je naar op zoek bent.

De volgorde binnen dit boek is een beetje zoeken. Het is duidelijk dat de basis van het leerproces wordt gelegd door 'wennen aan fysiek contact' (wit), 'valbreken' (geel) en 'samenwerken' (oranje) en dat we uitkomen bij het vrije gevecht, een totale Randori met vrijheid van handelen (rood-wit geblokt, wat symbool staat voor het hoogste niveau), maar wat daartussen gebeurt lijkt chronologisch uitwisselbaar (balans, reactievermogen en fysieke ontwikkeling) en wordt desondanks meegenomen in de reeks van bandenkleuren. Dit wekt visueel de indruk dat er een lineair-methodische gedachte schuil zou gaan achter het geheel. De meeste oefenvormen zijn echter juist in meerdere fasen van de ontwikkeling in te zetten. Ook binnen de hoofdstukken is geen duidelijke opbouw herkenbaar qua leeftijd of complexiteit want 'iedere groep reageert weer anders'. Zo behoudt elke leraar in dit menu zijn keuzevrijheid.

Docenten LO, die zichzelf enige parate judokennis toedichten (een heleboel dus hoop ik!), kunnen veel plezier en profijt hebben van dit praktische werk. Je moet bijvoorbeeld wel weten wat er wordt bedoeld met afslaan, een basis-judopakking of een O-Goshi, want dat wordt verder niet uitgelegd. Een aanbeveling voor een volgende druk zou kunnen zijn om met icoontjes aan te geven welke werkvormen behalve voor een judoles ook voor een gymles geschikt zijn, omdat ze algemeen vormend zijn en minder judo-specifiek. Het overgrote deel van deze stof komt daar namelijk voor in aanmerking. Een veel groter aantal docenten en dus kinderen zou dan plezier kunnen hebben van dit creatieve aanbod. De direct beoogde doelgroep, de aspirant judoleraar, wordt in elk geval alvast op zijn wenken bediend. Sowieso is dit boek aan te bevelen aan de lerarenopleiding van de judobond. ■

**Thijs Mensink**



KVLO  
Verkiezing Sportiefste School  
✓ *Excellente VO*KVLO  
Verkiezing Sportiefste School  
✓ *Excellente VSO*

# 'Sportiefste VO-school van Nederland' en 'Sportiefste VSO-School van Nederland'

## Genomineerden verkiezingen 2021 bekend

De genomineerde scholen voor de verkiezing 'Sportiefste VO/VSO-school van Nederland 2021' zijn inmiddels bekend. De scholen die strijden om de titel zijn voorbeeldscholen voor andere scholen op het gebied van het maken van beweegbeleid. Zij hebben een innovatief of uitmuntend sport- en beweegaanbod. Op die manier stimuleren zij hun leerlingen om een actieve en gezonde leefstijl te ontwikkelen. Uiteraard is het aanbod geborgd in het schoolbeleid.

REDACTIE NATHALIE TERMORSHUIZEN

**O**p 26 mei 2021 maken de genomineerden kans om de 'Sportiefste VO/VSO-school van Nederland 2021' te worden. De KVLO (Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke Opvoeding), NOC\*NSF en Stichting Special Heroes Nederland organiseren deze verkiezing.

### Het traject tot aan de finale

De jury zal voorafgaand aan de prijsuitreiking op 26 mei een bezoek brengen aan de genomineerde scholen. Hier krijgen ze een rondleiding en zullen ze vragen stellen aan de schoolleiding, de sectie lichamelijk onderwijs en daarnaast drie leerlingen van de school. Het bezoek van de jury en de finaledag worden volledig gefilmd met een aftermovie als resultaat.

Wist je dat de verkiezing dit jaar voor iedereen digitaal te volgen is? Op de finaledag wordt er bij iedere school op de eigen locatie een sportief feestje gemaakt. Aan het einde van de ochtend volgt de uitreiking voor de VSO-school en in de middag voor de VO-school en zullen we overgaan tot een live prijsuitreiking.

### Prijzen

*Bosan, Janssen-Fritsen, Nijha* en *Menzis* stellen prachtige prijzen beschikbaar voor zowel de winnaars als de andere genomineerden. Ook de *AirTrack Factory* en *TIG Akoestiek* zijn zeer gewaardeerde sponsors van het evenement.

## De genomineerde VO-scholen

### 't Atrium - Amersfoort 'Bewegen, het nieuwe virus?!



Adem in, beweeg, adem uit. Bewegen zou net als ademhalen ingebakken moeten zijn in ons systeem. Toch zien we overal in onze samenleving dat dit niet zo vanzelfsprekend is. Om onze leerlingen deze 'way of life' mee te geven, proberen wij met onze sectie LO, altijd onze visie na te streven. We willen een bijdrage leveren aan een gezonde maatschappij door onze leerlingen te enthousiasmeren voor een rijke bewegingscultuur, nu en in hun toekomst. We willen leerlingen uitdagen om hun lichamelijke grenzen te verleggen, waarbij plezier voorop staat. We zijn ervan overtuigd dat wij dankzij ons ontzettend diverse aanbod van activiteiten de leerlingen het juiste duwtje in de rug geven op dit gebied. Aan alle kanten willen wij sportiviteit uitstralen in en om onze school. Door proactief te zijn in het leggen van nieuwe sportieve contacten en door de bestaande contacten te onderhouden hebben we een onuitputtelijke hoeveelheid mogelijkheden op sportgebied. Denk bijvoorbeeld aan contacten zoals sportverenigingen, basisscholen, woonzorgcentrum, materiaalverhuurders, sportbedrijven, materiaalleveranciers, oud-leerlingen en ouders. Mede dankzij hen kunnen we onze leerlingen laten genieten van sport in de aller breedste zin van het woord.

De helft van het aantal leerlingen op onze school kiest voor de sportklas en een groot deel van de leerlingen in de bovenbouw kiest voor het vak BSM. Hiermee staat sport op de kaart en stimuleren de leerlingen die vrijwel allemaal sportief, beweeglijk en energiek van de basisschool af komen, maar ook zeker en misschien wel bovenal: de leerlingen die diep in hun hart wellicht wat minder sportief zijn. Bewegen werkt als een gezond virus!

### Calandlyceum - Amsterdam 'Passie voor ons vak'



We hebben passie voor ons vak en de ontwikkeling van het kind doormiddel van sport. Hierbij staat plezier bovenaan! We hebben een van de grootste sportcentra van Amsterdam en buiten sporten we op velden naast de ALO in Amsterdam West.

#### *LO en examenvakken*

Onze klassen krijgen minimaal twee lessen in de week LO en maximaal zes lessen. Daarnaast heeft elk leerjaar minimaal één sportdag. Ook hebben leerlingen de mogelijkheid om extra sport te kiezen.

Naast de LO-uren bieden wij ook de examenvakken LO2 en BSM aan. We hebben het programma zo in elkaar gezet, zodat er een goede leerlijn is gemaakt naar het vervolgonderwijs. Zo hebben we samenwerkingen met de ALO Amsterdam en met verschillende mbo-opleidingen. Onze leerlingen kunnen naast LO ook extra sport kiezen waar ze meer verdieping in krijgen.

Ook hebben ze de mogelijkheid om zich in te schrijven voor naschoolse activiteiten. Dit zijn specifieke sporten waar in ze werken naar een competitie toe. Tijdens deze uren hebben we ook een project voor de mindere bewegers, zodat zij meer bewegen en bewegen leuk gaan vinden!

Tot slot kunnen leerlingen zich inschrijven voor verschillende kampen/competities. Zo hebben we een surfkamp, skikampen en doen we mee aan ISF-toernooien.

*Caland Sportacademie*; deze groep bestaat uit verschillende groepen leerlingen die 'sterke' affiniteit hebben met sport. De groep krijgt een compact (les)rooster en beginnen elke dag met sport.

Er zijn drie groepen die in aanmerking komen voor deze academie: TOPSPORT, SPORT FOCUS (sport-specifiek) en SPORT PLUS (sportklas)!



## Montessori College Nijmegen 'Sport zit in ons DNA'



Het Montessori College in Nijmegen is een brede scholengemeenschap midden in een groene omgeving in Nijmegen Oost. Het is een gezonde school met het certificaat sport en bewegen en biedt aan alle leerlingen de mogelijkheid om te kiezen voor extra uren bewegen. Dit noemen we sportspecialisatie (spsp). In deze twee uur extra sport verdiepen de kinderen zich in het bewegen en leren ze nieuwe dingen door het vooral te doen. De leerlingen in het vmbo kunnen daarnaast ook kiezen voor een aantal keuze-uren sport.

Op het college worden veel maatwerkprogramma's aangeboden. Zo is er veel aandacht en begeleiding voor kinderen die aan topsport doen (topsportvriendelijke school), maar krijgen ook kinderen die juist moeite hebben met bewegen veel aandacht.

Alle leerlingen in de onderbouw hebben naast een reguliere gymles eenmaal in de week een les lichamelijke opvoeding op niveau (LON). Tijdens deze les krijgen kinderen van alle verschillende leerniveaus door elkaar LO op hun eigen motorische niveau. Alle leerlingen starten de lessen met een sporttest waarna ze op dit motorische niveau worden ingedeeld.

Het college beschikt over een aantal gymzalen die op thema zijn ingericht. Zo is er een spelzaal, een multizaal en een turnzaal en wordt er gebruikgemaakt van het naastgelegen zwembad en de sportvelden.

Er wordt gewerkt met een aantal rubrics zoals bijvoorbeeld sociale vaardigheid of motorische vaardigheid. Met een rubric wordt er geen cijfer gegeven, maar een bepaalde ontwikkeling bijgehouden.

Op het Montessori College zit sport in het DNA en wordt er alles aan gedaan om het kind een leven lang te laten bewegen en plezier te hebben in bewegen.

## De genomineerde VSO-scholen (tk)

### VSO De Twijn - Zwolle, 'Een gewone school, maar speciaal waar nodig'



Onderwijscentrum De Twijn in Zwolle biedt onderwijs aan leerlingen met een lichamelijke beperking, meervoudige beperking, zeer moeilijk lerende en langdurig zieke leerlingen in de leeftijd van 4 tot 18 jaar. Naast de SO-afdeling is er een VSO-afdeling, waar momenteel 378 leerlingen onderwijs genieten in de leeftijd van 12-18 jaar.

#### Sport en bewegen

Onze vakgroep beweging bestaat uit een team van enthousiaste, gepassioneerde vakdocenten met één duidelijke visie:

*"Iedere leerling optimaal laten ontwikkelen op motorisch, sociaal-emotioneel en cognitief gebied in overeenstemming met zijn of haar mogelijkheden."*

Bewegen is één van de belangrijke pijlers binnen onze school. Onze vakgroep beschikt o.a. over goed ingerichte sportaccommodaties, goede ICT-voorzieningen en financiële middelen door de directie beschikbaar gesteld. We werken structureel samen met mbo- en hbo-opleidingen waarin o.a. stages zijn geregeld. Naast de reguliere lessen bewegingsonderwijs is er een ruim beweegaanbod voor onze leerlingen:

- sensogymlessen in samenwerking met andere disciplines zoals fysiotherapie en logopedie
- zwemmen op indicatie
- weerbaarheidstraining
- binnen- en naschoolse sportactiviteiten middels het Sport



Heroes programma vanuit de samenwerking met Special Heroes

- binnen- en naschoolse sportactiviteiten vanuit de vakgroep bewegingsonderwijs
- twee skikampen, voor zowel lopende als rolstoelgebonden leerlingen.

Door de inzet van een eigen sportcoach wordt nadrukkelijk ingezet op binnen- en naschools sportaanbod en ondersteuning van ouders en leerlingen. In de afgelopen tien jaar hebben honderden leerlingen kennisgemaakt met diverse vormen van sport en bewegen en zijn er tientallen leerlingen naar een vereniging doorgestroomd. Resultaten waar wij én de leerlingen trots op zijn!

### VSO Kristallis Aventurijn - Nijmegen: 'Sterk in Beweging'



Motorische vaardigheden verbeteren, omgaan met winst en verlies, zelfstandig en samen bewegingsactiviteiten beoefenen, samenwerken, bewegingsrepertoire uitbreiden en afspraak betrouwbaarheid. Dat zijn de doelstellingen voor het bewegingsonderwijs binnen Kristallis Aventurijn.

Tijdens de lessen bewegingsonderwijs is er aandacht voor zowel de motorisch zwakke leerling, als de talentvolle leerling. Bewegen is namelijk voor iedereen! Om de verschillende niveaus van de leerlingen nog specifiek in kaart te brengen, wordt er gebruikgemaakt van de HAN motorische test.

Vanwege de ondersteuningsbehoefte van de leerlingen binnen het VSO, is er tevens aandacht voor de sociaal-emotionele ontwikkeling. Sporten wordt als middel gebruikt om dit te realiseren.

Naast de lessen bewegingsonderwijs wordt er op structurele wijze aandacht besteed aan sportieve workshops, pauzesport, naschoolse sport, MRT, PMT, kickboksen, clinics, individuele begeleiding, toernooien en zwemvaardigheid. Dit alles in een doorgaande lijn, want de sportiefste VSO school van Nederland is toch echt Kristallis Aventurijn!

Kristallis Aventurijn is de trotse bezitter van het vignet 'Gezonde school' en het themacertificaat 'sport'. Vanaf dit schooljaar mogen we onszelf ook een rookvrije school noemen.

We vinden het belangrijk dat bewegen en sporten breed worden opgepakt. Daarom dragen docenten, leerlingen, ouders, de buurt, sportverenigingen, de gemeente Nijmegen en andere samenwerkingspartners allemaal bij aan de sportiefste VSO-school van Nederland! Dit met als doel het toe leiden naar een sportvereniging bij de leerlingen in de buurt en het activeren van een gezonde leefstijl.

Om een betere beweger te worden en voor een gezonde en actieve leefstijl is Kristallis Aventurijn de plek waar je moet en wilt zijn!

## Ook geïnteresseerd?

Is je school niet genomineerd, maar ben je van mening dat jouw school de 'Sportiefste School van Nederland' is? Op onze website lees je aanvullende informatie over de verkiezing en meld je jouw school aan. Houd onze socialmediakanalen in de gaten om de verkiezing live te volgen. Meer informatie kan worden opgevraagd via het contactadres.

### Kernwoorden

verkiezing, schoolsport, gezonde school

### Foto's

Alle foto's zijn aangeleverd door de deelnemende scholen.

### Contact

sportiefsteschool@kvlo.nl

# Canon LO; de geschiedenis bij de tijd

Onze website die de geschiedenis van ons vak, belangrijke ontwikkelingen en personen in beeld brengt, is vernieuwd. Aanleiding om in de komende nieuwsbrieven en in ons magazine aandacht te besteden aan deze digitale vraagbaak. Hoe het werkt lees je aan de hand van het venster van de Oostenrijkse School.

**D**e keuze voor de vensters is tot stand gekomen door een gericht verzoek aan een groot aantal goed ingevoerde vakgenoten om belangrijke gebeurtenissen en/of thema's aan te dragen. Een soortgelijke oproep werd gedaan in het vakblad. De redactie heeft vervolgens, rekening houdend met de vele suggesties, haar keuze gemaakt. Daarna zijn de vensters ontwikkeld

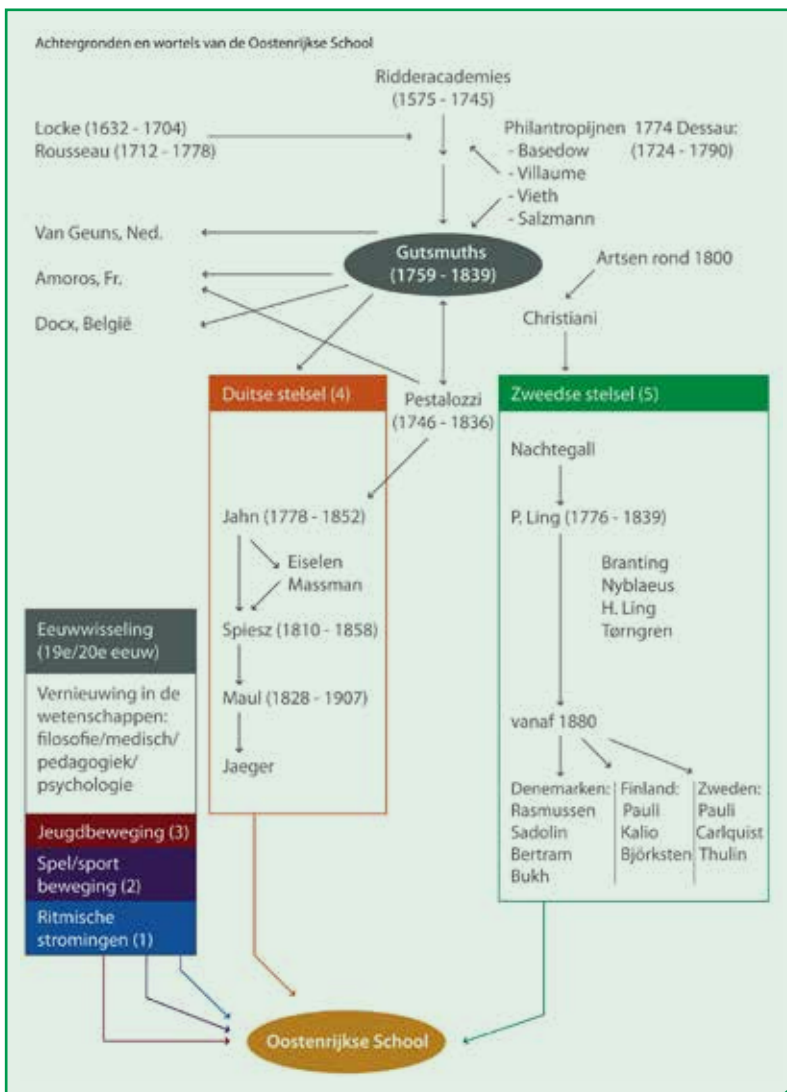
en geschreven door een breed samengestelde schrijversgroep (zie de auteurslijst). De auteurs zijn elk op het gebied van hun venster op één of andere manier deskundig en bijzonder betrokken. De vensters dragen dan ook sporen van deze persoonlijke interesse van de auteurs.

De Oostenrijkse School in Nederland Na de Eerste Wereldoorlog vond in Oostenrijk een totale pedagogische hervorming van het onderwijs ('Schulreform') plaats. Karl Gaulhofer (1885-1941), en later ook Margarete Streicher (1891-1985), kregen opdracht de lichamelijke opvoeding te hervormen. Zij bouwden aan een antropologische-pedagogische-biologische benadering van de lichamelijke opvoeding en ontwikkelden het 'systeem van de Oostenrijkse School'. In hun onderwijsleerstof zijn de toen bestaande vijf stromingen als systeemwortels van de Oostenrijkse School herkenbaar.

In 1922 publiceerden Gaulhofer en Streicher hun opvattingen in *Grundzüge des Österreichischen Schulturnens*. Ze legden met dit boek de basis voor de verspreiding van de grondgedachten van het 'natuurlijke turnen' over Europa.

Er staat natuurlijk nog veel meer op deze pagina maar als je de QR-code scant, kom je op de pagina van de Canon en kun je meteen kijken hoe het klikken werkt. Zo kom je bijvoorbeeld bij het schema van de systeemwortels van de Oostenrijkse School (zie afbeelding).

Veel plezier.



# Mery Baalt



Foto: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Kasteel\\_Almere\\_13-8-2014.JPG#/media/Bestand:Kasteel\\_Almere\\_13-8-2014.JPG](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Kasteel_Almere_13-8-2014.JPG#/media/Bestand:Kasteel_Almere_13-8-2014.JPG)

'Pro Memorie 1', is geschreven door Dirk Frieling  
 Er is een plan,  
 Ik weet er niet het fijne van.  
 Zoals ik je ook niet vertellen kan,  
 wat precies en waar precies en wie precies  
 wanneer precies  
 of hoe dat precies in elkaar zit.  
 Maar wel weet ik dit, er is een plan (...)  
 dus nu ter zake.  
 Er is een plan.  
 Ga dat nu maken.

COVID-19. Iedereen thuis achter een beeldscherm. Scherder veel in beeld. Hij draagt de boodschap uit dat je moet bewegen. Dat is goed voor de hersenen. Dat is bewezen. Betere doorbloeding, meer verbindingen. De hersenen worden er beter van! Hij lanceert 'Ommetje', een app waarmee je met vrienden, collega's, klasgenoten een soort wandelwedstrijd kunt houden. De app wordt overal gepropageerd. Docenten LO gebruiken veel de Strava-app. De KVLO bestaat sinds 1862. Goed de naam is in de loop der jaren weleens aangepast maar de club staat voor het belang van bewegen. Net als de naam, is in de loop der jaren de boodschap ook veranderd. Ging het eerst om gezondheid; een gezond lichaam met daarin een sterke geest, nu gaat het om een betere toerusting om deel te kunnen nemen aan de bewegingscultuur.

Is dat zo anders? Eigenlijk niet. Toen het ging om die gezonde geest in dat gezonde lichaam hadden we werkrachten nodig. Er waren er veel en het was werk was veelal handwerk. Je moest hard werken en daarvoor diende je over een goed gestel te beschikken. Wat is dan de overeenkomst met het nu? Je moet mee kunnen doen in de maatschappij. Door een andere waardering van werk en de toename

van vrijetijd heb je nog meer tijd en ruimte naast je school/werk om je leven anders in te vullen; bereiden we leerlingen/werkers voor op persoonlijk betekenis geven aan bewegen in hun totale leefstijl.

Vroeger hadden we de sportverenigingen die een groot deel van ons sociale leven uitmaakten. Daar ontmoette je elkaar en bewoog je. Tegenwoordig zijn we veel individueler, willen we sporten op het moment dat het ons uitkomt. Het aantal sportscholen vliegt omhoog. Sommige zijn zelfs 24/7 open. Ja ik weet dat ik nogal bruut door de geschiedenis heen fiets... Waar wil ik naartoe? Bewegen is belangrijk. Goed leren bewegen ook. En die gezondheid dan? Dat is juist het mooie. Als je veel beweegt, komt het sowieso met je hersenen en veel andere vitale lichaamsfuncties goed. Wandelen en fietsen is niet verkeerd maar om te voorkomen dat het aanbod daartoe beperkt blijft, zijn wij nodig. Veel mensen willen ook meer. Op wat er te koop is in bewegeland dien je attent te worden gemaakt. Dat kan heel goed op school. Daar komt iedereen best een lange periode langs. Maar je moet wel verantwoord, perspectiefrijk en vooral blijvend kunnen deelnemen aan de bewegingscultuur. Dat gaat dus iets verder dan alleen fysieke activiteiten. Om de juiste keuze te maken, dien je goed voorbereid te zijn; te weten waar je interesses en mogelijkheden liggen. En daar blijven wij in beeld. Wij gaan ervoor zorgen dat we, zodra het weer kan, de leerlingen achter hun beeldscherm vandaan houden en weer goed leren bewegen.

Maar dan moeten we er wel de kans voor krijgen. Op verschillende scholen blijft ons vak echter 'on hold' ook na de versoepelingen. Dan worden gymzalen gebruikt als toetsruimte, vol gezet met tafels en stoelen. Dan kunnen we meer leerlingen kwijt en hebben we minder surveillanten nodig, wordt als reden gegeven. Sinds 1862 pleiten we als vereniging voor het belang van bewegingsonderwijs. Als het puntje bij het paaltje komt blijkt de 'gezonde geest' belangrijker dan het lichaam waar het in huist, ondanks het aanwezige bewijs dat iets anders aangeeft.

Er is een plan. Er zijn verkiezingen geweest. Dan komen er nog meer plannen. We worden er weer mee bestookt. Laten we hopen dat er straks bewindlieden komen die het belang van bewegingsonderwijs niet alleen met de mond belijden. Ze geven schoolleiders/besturen die dat belang groot maken een podium! Wishful thinking? ■



## Mery Graal

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

Mery Graal



## Cursussen 'Van start met BSM of LO2' (twee dagdelen van 15.00-17.30 uur)

### cursusdata 'Van start met BSM':

- 20 september & 4 oktober 2021

### cursusdata 'Van start met LO2'

- 1 & 15 november 2021

Nog altijd groeit het aantal scholen dat het school-examenvak BSM op havo/vwo aanbiedt. De voor dit vak gestelde eisen 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 dat als leerplankader moet dienen voor de te geven lessen?

Deze online cursussen bestaan uit twee dagdelen (totaal vijf uur) en zijn bedoeld voor docenten die willen starten met het aanbieden van de examenvakken BSM op havo/vwo óf LO2 op vmbo. In deze cursussen wordt stapsgewijs gewerkt naar het fundament voor een vakwerkplan voor BSM of 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 vakwerkplan voor BSM óf LO2.

**Kijk op onze website voor meer informatie.**

### Kosten

135 euro voor KVLO-leden, 190 euro voor niet-leden



## Scholingen van afdelingen en opleidingsorganisaties

Op de webkalender vind je scholingen van de diverse afdelingen en opleidingsorganisaties.



**Reageren op  
vakbladartikelen?  
Twitter @KVLONL**

### contact

astrid.vanderlinden@kvlo.nl

## Kosten en tijd voor scholing

Wist je dat je op grond van de cao recht op tijd en geld voor scholing hebt?

- In het primair onderwijs heb je per jaar recht op een persoonlijk scholingsbudget van 83 uur (bij 1 FTE). Tevens stelt de werkgever voor individuele professionele ontwikkeling in het primair onderwijs (op schoolniveau) per jaar een bedrag van € 500,- per fte beschikbaar.
- In het voortgezet onderwijs heb je per jaar recht op een persoonlijk scholingsbudget van 83 uur (bij 1 FTE). Voor individuele professionele ontwikkeling heeft de leraar in het voortgezet onderwijs recht op een bedrag van € 600,- per jaar (bij 1 FTE).
- In het mbo heb je per jaar recht op een persoonlijk scholingsbudget van minimaal 59 uur (bij 1 FTE). Daarnaast dient de werkgever de scholing die (mede) in het belang is van de instelling te vergoeden (stel dit vast met je werkgever).

In het hbo heb je een basisrecht van 40 uur voor scholing (bij een dienstverband onder de 0,4 fte is dat wat lager). De werkgever dient de scholing die in het belang is van de instelling te vergoeden (stel dit vast met je werkgever). De bovenstaande rechten beschrijven alleen de individuele rechten en de basis daarvan. De volledige rechten zijn beschreven in de cao. Aanvullend op de individuele rechten hebben werkgevers in alle onderwijssectoren ook een collectief scholingsbeleid met faciliteiten (tijd en geld) aanvullend op de hierboven beschreven individuele budgetten.

Advertentie



**VolgWijzer!**



**GymWijzer!**

### VolgWijzer! 2.0

Het leerlingvolgsysteem voor het basisonderwijs waarbij plezier, motivatie, zelfstandigheid en eigenaarschap centraal staan.

- 1000 instructievideo's
- 300 kijkwijzers
- Oefenen op eigen niveau
- Inzicht in eigen voortgang
- Kindvriendelijk sportfolio



[www.gymwijzer.nl](http://www.gymwijzer.nl) | [info@gymwijzer.nl](mailto:info@gymwijzer.nl)



## Koningsspelen en Gezonde School

Op vrijdag 23 april vinden de Koningsspelen 2021 plaats, weliswaar in aangepaste vorm. Uitgangspunt blijft om kinderen mee te geven dat een gezond ontbijt en lekker bewegen niet alleen leuk is, maar ook belangrijk. In welke vorm de Koningsspelen plaatsvinden - kleinschalig op school of thuis - hangt af van de situatie op 23 april. Deelnemende basisscholen bepalen zelf hoe zij de dag vormgeven.



Het thema van de dag is IK+JIJ=WIJ.

Het programma Gezonde School en de organisatie van de Koningsspelen zetten stappen om de onderlinge samenwerking te verstevigen.

Het doel is helder: ervoor zorgen dat de scholen die meedoen aan de Koningsspelen het hele jaar aan de slag gaan met een gezonde leefstijl via de Gezonde School-aanpak. Die verbinding maken we zo logisch en makkelijk mogelijk.



### Meer informatie?

Ga naar de website van de Koningsspelen of neem contact op met Martijn Sobels, projectleider communicatie, [martijn.sobels@gezondeschool.nl](mailto:martijn.sobels@gezondeschool.nl).



## Get up and dance!

Stichting Tranz maakt sinds 2003 dansvoorstellingen voor jongeren en geeft dansworkshops aan de jeugd. Get Up and Dance is een online dansworkshop voor middelbare scholieren (12-18 jaar). In die workshops leer je een dansje dat je ergens op straat uitvoert en opneemt. Dat stuur je op en dan wordt er een film van gemaakt (zie de link voor een voorbeeld) En dat alles coronaproof.

### Meer weten?

[info@stichtingtranz.nl](mailto:info@stichtingtranz.nl).

<https://vimeo.com/516206652>



## Fitter op school

Veel collega's hebben initiatieven om kinderen aan het bewegen te krijgen, soms in combinatie met cognitief leren. Zo ook Maurice van Sloun. Hij heeft leermatten ontwikkeld.

Kijk op [www.fitteropschool.nl](http://www.fitteropschool.nl).

### Voor aankondiging vacature hoofdredacteur *Lichamelijke Opvoeding Magazine*

Op 1 januari 2022 gaat de huidige hoofdredacteur met pensioen. Zie de aankondiging en de advertentietekst in *Lichamelijke Opvoeding* magazine nr. 4 van 14 mei a.s. De aanstelling kan plaatsvinden op basis van een onderwijs-vrijstelling/detachering en de omvang zal liggen tussen de 0,6/0,8 fte. De overdracht van werkzaamheden start vanaf 1 oktober 2021.

# → SPELINZICHT

EEN SPELER- EN SPELGECENTREERDE DIDACTIEK VAN SPELSPORTEN



GEHEEL  
HERZIEN!

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 'selfamilies' 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.



€ 44,95

incl. btw

ISBN 9789072335692

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

Te bestellen via [www.janluitingfonds.nl](http://www.janluitingfonds.nl)

→ In samenwerking met Arko Sports Media

janluitingfonds  
LEZEN OVER BEWEGEN

## VOLG MIJ

## hét leerlingvolgsysteem voor het bewegingsonderwijs!



Bent u op zoek naar een leerlingvolgsysteem dat hanteerbaar is, snel werkt en meegaat met de tijd? Dan is VOLG MIJ iets voor u! VOLG MIJ is hét leerlingvolgsysteem voor het bewegingsonderwijs! Met behulp van VOLG MIJ kunt u gemakkelijk de motorische ontwikkeling van uw leerlingen bijhouden!

VOLG MIJ is gebaseerd op de 12 leerlijnen beschreven in het *Basisdocument bewegingsonderwijs voor het basisonderwijs*. Per leerlijn zijn er meerdere varianten waarop u kunt scoren, waarbij wordt uitgegaan van 5 verschillende scoringsniveaus. Heeft u zelf een oefening om een leerlijn te scoren? Geen probleem, er is zelfs een mogelijkheid om uw eigen scoremodel in te voegen.

### Voordelen:

- handzaam
- vernieuwend
- flexibel
- modern
- on- en offline
- snel



MEER INFORMATIE:  
[JANLUITINGFONDS.NL](http://JANLUITINGFONDS.NL)

