LO 9 quark 7 2007:LO 9 2007 16-08-2007 11:18 Pagina 24

FOTO: HANS DIJKHOFF

BEWEGEN REGELEN IN HET *BASISDOCUMENT VO*

Het basisdocument bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs verschijnt in mei en sluit aan op het basisdocument voor het basisonderwijs. Berend Brouwer gaf in een artikel in LO nr.2, 2007 doel en functie van dit nieuwe basisdocument aan. Er worden leer- en ontwikkellijnen van leerlingen beschreven, die worden uitgewerkt in concrete deelnameniveaus van leerlingen. De leer- en ontwikkellijnen zijn geordend naar vier 'sleutels': bewegen verbeteren, bewegen regelen, gezond bewegen en bewegen beleven. De lijnen binnen 'bewegen verbeteren' hebben vooral het karakter van leerlijnen, binnen 'bewegen regelen', 'gezond bewegen' en 'bewegen beleven' kan beter van ontwikkellijnen worden gesproken. *Door Chris Mooij*

In dit artikel wordt ingegaan op bewegen regelen. Er worden twee voorbeelden uitgewerkt. De deelnameniveaus van leerlingen worden beschreven voor de regelthema's coachen/begeleiden en organiseren.

VERSCHIJNINGSVORMEN VAN BEWEGEN REGELEN

Het vervullen van regeltaken is in de wereld van bewegen en sport onmisbaar.
De meeste activiteiten doe je gezamenlijk en ook als je individueel een bewegingsactiviteit gaat doen vindt deze vaak plaats in een bredere context waarbij ook andere mensen betrokken zijn. Zonder het maken van afspraken over hoe je gezamenlijk een activiteit gaat starten komt een dergelijke activiteit nauwelijks van de grond. Bij een partijtje beachvolleybal zul je toch op zijn minst een net moeten ophangen en een veldje moeten afbakenen. Vervolgens ga je partijen maken en maak je ook afspraken over de regels en of je punten gaat tellen en hoe je dat gaat doen. In de sport kom je diverse functies tegen, die erop gericht zijn dat de sportactiviteiten 'goed georganiseerd' verlopen. In de onderbouw van het voortgezet onderwijs kunnen we deze aspecten een goede plaats geven in de lessen. Om de deelnameniveaus te kunnen uitwerken hebben we ervoor gekozen deze regeltaken in een aparte ontwikkellijn te plaatsen. In de les zullen regeltaken zoveel mogelijk aan de orde komen in de bredere context van de bewegingsactiviteiten die op dat moment worden gegeven.

HOOFDUITDAGING

Bij 'bewegen regelen' gaat het om taken die uitgevoerd worden om een bewegingsactiviteit gezamenlijk op een plezierige en verantwoorde manier op gang te kunnen brengen, op gang te houden en af te sluiten.

REGELTHEMA'S

Voor school kiezen we voor de volgende regelthema's:

a arrangementen inrichten, bijvoorbeeld:
- helpen inrichten en aanpassen van een veilige bewegingssituatie aan mogelijkheden en bedoelingen van de groep
- helpen bij klaarzetten en opruimen van materialen en toestellen

b onder leiding hulpverlenen, bijvoorbeeld:
- bieden van de helpende hand in veilige bewegingssituaties
- inschatten van de mate van hulpverlening in veilige bewegingssituaties (b.v. bij handstand van medeleerling, of een acrobatische truc)
- met de docent helpen ondersteunen van het bewegingsverloop in uitdagende bewegingssituaties (b.v. steunspringen)
- herkennen en hanteren van risicovolle situaties

c coachen/begeleiden, bijvoorbeeld (zie figuur 1 en 3):
- observeren en analyseren van bewegingssituaties op basis van eenvoudige criteria

LO 9 quark 7 2007:LO 9 2007 16-08-2007 11:19 Pagina 25

- herkenen van spelgedrag dat nodig is voor sportief verloop
- geven van instructie aan een medeleerling aan de hand van een concreet observatiepunt uit een kijkwijzer

d scheidsrechteren, jureren, bijvoorbeeld:
- op gang brengen en houden zonder scheidsrechter
- optreden in eigen groep als hulpscheidsrechter
- uitvoeren van eenvoudige jurytaken (bij atletiek bijvoorbeeld)

e organiseren, bijvoorbeeld:
- afspreken en uitvoeren van een rolverdeling in de eigen groep bij een eenvoudige wedstrijd (puntentellen, scheidsrechter, tijdbewaken bij b.v. badminton)
- maken van afspraken over teamindeling, wisselen en taakverdeling
- organiseren van een klein toernooitje voor een kleine groep in de eigen klas (bijvoorbeeld met een spelschema een tafeltennistoernooitje uitvoeren)

f ontwerpen, bijvoorbeeld:
- bedenken van een eenvoudige variatie op een gegeven bewegingsactiviteit of situatie (bijvoorbeeld bij spel een spelregelvariatie of bij een dansvorm een variatie met een arm- of beenbeweging)
- bedenken van een eenvoudig (tik)spel
- gezamenlijk ontwerpen en uitvoeren van een mooie acrobatiektruc.

FASERING

Een precieze fasering is er bij de diverse regelthema's niet te geven.
Over het algemeen gaat het van oriënteren (bijvoorbeeld via observeren) naar analyseren, en dan van plannen, via realiseren naar evalueren. Voor het uitvoeren van regeltaken moeten de nodige kennis en vaardigheden worden verworven en toegepast.
Bij coachen en begeleiden bijvoorbeeld wordt eerst geobserveerd op bepaalde punten. Vervolgens geanalyseerd wat er verbeterd kan worden en dan wordt op basis van een plannetje aanwijzingen gegeven aan een medeleerling of een team. Vervolgens wordt bekeken (geobserveerd) wat er met die aanwijzingen wordt gedaan en of het ook werkt (evalueren). Ook de kennis die nodig is om een regeltaak uit te voeren kan complexer worden. Benadrukt moet worden dat het bij deze regeltaken in de onderbouw van het voortgezet onderwijs nog om redelijk overzichtelijke en niet al te complexe taken gaat die in een veilige pedagogische context worden uitgevoerd. Het gaat

FOTO: HANS DIJKHOFF

FOTO: HANS DIJKHOFF

Zelf bewegen regelen

Oriëntatieperiode

c Coachen en begeleiden

Kernactiviteit
Coachen bij atletiek: een klasgenoot coachen bij een duurloop.

Opdracht
Geef je medeleerling aanwijzingen en motiveer hem tijdens een duurloop.

Basis	Vervolg	Gevorderd	Zorg
Geeft rondetijden op het juiste moment door	Geeft op het juiste moment de rondetijden door en of de loper te snel of te langzaam loopt	Geeft rondetijden op het juiste moment door en coacht op basis van een goede observatie de loper naar een sneller of langzamer schema	Geeft rondetijden niet op het juiste moment door, zodat de loper geen goede informatie krijgt
Geeft regelmatig aanwijzingen aan de loper	Geeft aanwijzingen zodat de loper gemotiveerd wordt om soepel en ontspannen door te lopen	Geeft motiverende aanwijzingen die passen bij het karakter van de loper en geeft goede technische aanwijzingen die de prestatie verbeteren	Moedigt nauwelijks aan, weet geen motiverende aanwijzingen te bedenken

Figuur1: Coachen en begeleiden

LO 9 quark 7 2007:LO 9 2007 16-08-2007 11:19 Pagina 26

e Organiseren

Kernactiviteit
Spelen volgens een wedstrijdschema bij badminton.

Opdracht
Organiseer volgens een voorgeschreven wedstrijdschema een badmintontoernooitje met je groep.

Basis	Vervolg	Gevorderd	Zorg
Is coöperatief bij het maken van afspraken	Komt met zinvolle voorstellen bij het maken van afspraken	Komt bij discussiepunten met zinvolle compromisvoorstellen	Neemt nauwelijks initiatief tijdens het gesprek of blokkeert het maken van afspraken
Geeft aan welke verschillende taken verdeeld moeten worden	Geeft aan iedereen aan wat de verschillende taken inhouden	Geeft aan wat de verschillende taken inhouden en geeft anderen daarover tips	Onderscheidt de verschillende taken niet van elkaar
Vult het wedstrijdschema zo in dat iedereen even vaak aan de beurt komt	Vult het schema snel en adequaat in en leest een tussenstand snel af	Past het wedstrijdschema zo nodig tussentijds aan	Vult het wedstrijdschema niet goed in
Vervult zonder problemen de verschillende taken binnen de afgesproken organisatie	Vervult de verschillende taken binnen de organisatie goed	Vervult de verschillende taken binnen de organisatie en geeft zonodig andere coaches aanwijzingen	Is onzeker bij het vervullen van de verschillende taken en heeft daarbij vaak hulp van anderen nodig

Figuur 2: Organiseren

er vooral om dat leerlingen leren ervaren dat het bij bewegen en sport vaak gaat om gezamenlijke activiteiten die ook om een gezamenlijke inzet en verantwoordelijkheid vragen.

BANDBREEDTE

Binnen bewegen regelen zien we leerlingen op verschillende niveaus deelnemen.
Er zijn leerlingen die niet kunnen inschatten wat er moet gebeuren en moeilijk tot afspraken komen met anderen over de organisatie van een bewegingsactiviteit; die nauwelijks gedurende enige tijd zelfstandig kunnen werken. Sommige leerlingen hebben weinig overzicht over de verschillende taken en kunnen zich ook slecht aan eenvoudige afspraken houden.

Daarnaast zijn er leerlingen die een onderlinge taakverdeling kunnen afspreken. Die uit zichzelf initiatief nemen om zaken te 'regelen' en die met overzicht meer coördinerende taken kunnen uitvoeren bij wat complexere bewegingsactiviteiten. Deze leerlingen hebben ook voldoende kennis en sociale vaardigheden om deze regeltaken uit te voeren.
Bij bewegen regelen wordt de inbreng van alle leerlingen bevorderd door die inbreng geleidelijk uit te bouwen.

Bij het *coachen en begeleiden* gaat het om variatie en uitbouw van het aantal observatiepunten en het aantal criteria waarop het bewegingsverloop wordt geanalyseerd. Maar ook om het aantal leerlingen dat wordt gecoacht en de tactische kennis en het inzicht die daarbij nodig zijn. En of er veel of weinig invoelend vermogen nodig is om het gedrag van de deelnemers in te kunnen schatten. Bijvoorbeeld in wedstrijdsituaties waarin het spannend is en het voor deelnemers belangrijk is dat een actie lukt dan wel mislukt.
Bij *organiseren* gaat het om variatie en uitbouw van het aantal organisatietaken dat vervuld moet worden. Het gaat om een kleine dan wel grotere groep, met een eenvoudige dan wel meer complexe wedstrijdvorm. Maar ook om een toernooischema dat voorgeschreven is of een schema dat zelf gekozen moet worden, passend bij het karakter van de activiteit.

DEELNAMENIVEAUS

De deelnameniveaus worden beschreven voor twee perioden: de oriëntatie- en de uitbouwperiode. De oriëntatieperiode is na één jaar onderwijs, ongeveer aan het eind van de brugklas, maar dat kan ook op een later moment zijn als niet gelijk in de brugklas met de activiteit wordt gestart. De uitbouwperiode ligt meestal aan het eind van klas drie. Er worden vier deelnameniveaus beschreven: basis-, vervolg-, gevorderd en zorgniveau. Basisniveau moet voor vrijwel alle leerlingen haalbaar zijn en geeft aan hoe de leerlingen succesvol en met plezier in de les deelnemen als regelaar. Vervolgniveau is haalbaar voor ongeveer de helft van de leerlingen. Gevorderd niveau is voor de beste 20% van de leerlingen. Het zorgniveau is de kleine groep die basisniveau niet haalt en die in aanmerking komt voor extra zorg, bijvoorbeeld MRT.
De deelnameniveaus kunnen gebruikt worden om te kijken hoe het staat met de aandacht die het regelen van bewegen krijgt op school. Bovendien zouden ze - juist voor regelen - ook benut kunnen worden om mee te determineren voor welke leerlingen LO2 of BSM een zinvol keuzevak kan zijn.

Uitbouwperiode

e Coachen en begeleiden

Kernactiviteit
Coachen en begeleiden bij een voetbalspel 4 tegen 4.

Opdracht
Je bent vandaag coach en begeleider van een team brugklasleerlingen bij de sportdag voetbal 4 tegen 4.

Basis	Vervolg	Gevorderd	Zorg
Observeert het spel ten aanzien van één aspect, bijvoorbeeld vrijlopen of verdedigen	Observeert het spel ten aanzien van twee aspecten, bijvoorbeeld aanvallen en verdedigen	Observeert het spel ten aanzien van verschillende aspecten, zoals aanvallen, verdedigen en samenspel	Scoort vooral kwantitatieve items, bijvoorbeeld hoe vaak er wordt overgespeeld
Geeft aan individuele leerling door wat hij gezien heeft	Geeft op motiverende wijze aan individuele leerling een tip ter verbetering Geeft tactische tip aan individuele leerling	Geeft tips ter verbetering aan het team Geeft tactische tips aan een team, waardoor het team beter gaat functioneren tijdens het spelverloop Maakt stimulerende en motiverende opmerkingen naar het team	Geeft aan individuele leerling door wat hij heeft bijgehouden

Figuur 3: Uitbouw coachen en begeleiden

e Organiseren

Kernactiviteit
Het maken van een toernooi- en roulatieschema bij stoeispelen.

Opdracht
Maak een toernooi- en roulatieschema voor de laatste les stoeispelen van jullie eigen klas van deze periode.

Basis	Vervolg	Gevorderd	Zorg
Is coöperatief bij het maken van afspraken	Komt met zinvolle voorstellen bij het maken van afspraken	Komt bij discussiepunten met zinvolle compromisvoorstellen	Neemt nauwelijks initiatief tijdens het gesprek of blokkeert het maken van afspraken
Weet welke verschillende taken verdeeld moeten worden: scheidsrechter, tijdbewaker, coach	Geeft aan wat de verschillende taken inhouden	Geeft aan wat de verschillende taken inhouden en geeft anderen daarover tips	Onderscheidt verschillende taken niet van elkaar
Neemt vooral als uitvoerder deel aan de toernooiorganisatie	Voert de verschillende taken in de toernooiorganisatie uit	Speelt in de toernooiorganisatie een coördinerende rol	Voert eenvoudige opdrachten binnen de toernooiorganisatie uit, bijvoorbeeld uitslagen verzamelen
Vult in het wedstrijdschema zo in dat iedereen even vaak aan de beurt komt	Vult het schema snel en adequaat in en leest een tussenstand snel af	Past het wedstrijdschema zo nodig tussentijds aan	Vult het wedstrijdschema niet goed in Is onzeker en heeft vaak hulp van anderen nodig bij het vervullen van de verschillende taken

Figuur 4: Uitbouw organiseren

VOORBEELDEN

In de figuren 1 t/m 4 geven we wat voorbeelden van kernactiviteiten en deelnameniveaus bij regelen, om u een indruk te geven van de manier waarop dat in het *basisdocument VO* is aangepakt. Eerst voor aan het eind van de oriëntatieperiode, zeg maar eind klas 1, daarna voor aan het eind van klas 3.

Het *Basisdocument bewegingsonderwijs VO* is in mei verschenen bij het Jan Luiting Fonds (*www.janluitingfonds.nl*)

Correspondentie: *C.Mooij@slo.nl*