

LO

MAGAZINE
KVLO.NL

PRAKTIJK

Respectvol bewegen

TOPIC

Arbeids- perspectief

TOPIC

Arbeidsperspectief

Beste collega,

Voor je ligt een speciale uitgave van het LO Magazine Digitaal. Speciaal samengesteld voor jou als starter in het werkveld van bewegen en sport. We hopen dat dit magazine je helpt bij je voorbereiding voor en je eerste stappen op de arbeidsmarkt. Veel leesplezier!

08



Reageren op
vakbladartikelen?
redactie@kvlo.nl



14

- 02 Inhoud
- 03 Voorwoord
- 04 De KVLO zet je in beweging
- 06 Je eerste aanstelling in het onderwijs | Team Juridisch KVLO
- 08 Solliciteren | Team Communicatie KVLO
- 11 Verdien je wel genoeg? | Team Juridisch KVLO
- 14 Interview met een startende docent | Ger van Mossel
- 16 Vliegende start | Team Onderwijs KVLO
- 18 Respectvol bewegen | PRAKTIJK Maarten Massink
- 22 Veiligheid, verantwoordelijkheid en aansprakelijkheid | Team Juridisch KVLO
- 23 Lidmaatschap KVLO

Scan of klik *hier* naar
LO Magazine Digitaal



<https://www.kvlo.nl/wat-we-doen/lo-magazine/>

Foto cover: Olympic Moves

Colofon **Redactie:** Ger van Mossel (hoofdredacteur), Maarten Massink (praktijkredacteur), Hjalmar Zoetewei (webredacteur), Jacqueline Tangelder (redactiemedewerkster) **Redactieadres:** Monique van Ark, Johan Koedijker, Berend Brouwer (VZ), Douwe van Dijk, Frank Gerritsen, Harold Hofenk, Frank Jacobs, Herman Verveld.
Redactieadres: KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, Tel.: 030 69 20 847, e-mail: redactie@kvlo.nl.
Verschijningsdata: zie www.kvlo.nl.
Handelsadvertenties: OnderwijsMedia, Tel.: 030 - 210 23 86, e-mail: sales@onderwijsmedia.nl, www.onderwijsmedia.nl.
Vormgeving en opmaak: FIZZ | Digital Agency - fizz.nl. Aanbieding en plaatsing van teksten en foto's houdt mogelijk gebruik via andere media-uitingen van de KVLO in, uiteraard met vermelding van auteur en fotograaf. Overname van artikelen is alleen toegestaan met bronvermelding en na goedkeuring van de auteur. De redactie is verantwoordelijk voor de samenstelling. Wij hebben dit magazine met uiterste zorg samengesteld. Wij hebben daarbij steeds getracht mogelijke rechthebbenden te achterhalen. Indien u onverhoopt meent rechten te kunnen doen gelden, dan verzoeken wij u dit kenbaar te maken bij de redactie.

Beste nieuwe collega,

Dit studiejaar studeer jij af als docent LO. De KVLO verwelkomt jou als nieuwe collega in de vakwereld van LO. Je staat op het punt om écht te beginnen aan het mooiste vak dat er is: kinderen en jongeren leren bewegen, met plezier én met kwaliteit. En daar kunnen we je hulp goed bij gebruiken. Samen maken wij ons sterk om leerlingen 'goed te leren bewegen'.

Straks ben je als kersverse beweegprofessional meer dan welkom bij de KVLO, de Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke Opvoeding (ja, met hoofdletters én sinds 1862!). We zijn er speciaal om jou te ondersteunen: met advies, juridische bijstand en verzekering, inspiratie, nascholingsactiviteiten, handige tools en een netwerk van collega's die net zo gepassioneerd zijn als jij. In deze Afgestudeerden special 2025-2026 van LO Magazine vind je onder andere tips die je kunnen helpen bij het vinden van je eerste baan. Maar ook als je al een mooie plek hebt gevonden, steek je hier vast iets van op.

Als alo-student ben je gratis lid van de KVLO. Het gratis studentlidmaatschap loopt per kalenderjaar en gaat als je bent afgestudeerd per 1 januari in het volgende kalenderjaar automatisch over in een betaald lidmaatschap. Een juniorlidmaatschap tot en met de leeftijd van 26 jaar kost € 91,50 per jaar. Vanaf 27 jaar kost een lidmaatschap € 182,50 per jaar. Ben je nog niet afgestudeerd of wil je geen betaald lidmaatschap, geef dit door aan leden@kvlo.nl. Nog geen lid van de KVLO? Geen zorgen, dat regel je zo via www.kvlo.nl/wie-we-zijn/lidmaatschap.

KVLO-leden die werkzaam zijn als docent in het po, vo, mbo en hbo krijgen een deel van de contributie terug via een verrekening met de eindejaars-uitkering. Afhankelijk van je belastingtarief kan je voordeel oplopen tot ruim € 90 euro per jaar.

Log in op *MijnKVLO* naar jouw lidmaatschap, daarin staat onder andere jouw jaar van afstuderen.



Scan of klik *hier* naar meer informatie over lidmaatschap bij de KVLO.



Nederland zit te springen om vakbekwame, enthousiaste beweegprofessionals zoals jij. En bij de KVLO kunnen we jouw energie en frisse blik goed gebruiken om samen te blijven werken aan goed bewegingsonderwijs.

Heel veel succes en vooral veel plezier in je loopbaan! Namens de KVLO,

Eric Pardon
Directeur



De KVLO zet je
in beweging

Goed leren bewegen

De KVLO helpt je om kinderen goed te leren bewegen

Je werkt (nu of in de toekomst) op of rondom school en zet je tijdens de gymles of buitenschoolse sportactiviteiten in voor het goed en met plezier leren bewegen van kinderen en jongeren. De KVLO is er voor jou en steunt je in je werk.

Een leven lang met plezier bewegen

“De leerlingen sociaal en motorisch helpen ontwikkelen, zodat ze hun eigen geluk kunnen nastreven. De KVLO houdt de leden scherp en op de hoogte van nieuwe ontwikkelingen”

– Docent LO op middelbare school
het Mendelcollege.

Voordelen lidmaatschap KVLO:

- De KVLO behartigt jouw belangen voor het vak LO bij de landelijke politiek en ministeries. Bijvoorbeeld als het gaat om een goede cao, het aantal lesuren LO en een veilige werkomgeving.
- Onze helpdesk geeft je advies over onderwijskundige en juridische zaken, arbeid en inkomen, huisvesting en nieuwbouw. Je krijgt rechtsbijstand bij arbeidsproblemen.
- Je bent verzekerd voor aansprakelijkheid bij activiteiten vanuit lichamelijke opvoeding en/of sport, zowel in school- als in verenigingsverband. Dit geldt bij activiteiten vanuit loondienst of als vrijwilliger bij een vereniging.
- Je blijft op de hoogte van trends en ontwikkelingen via LO Magazine en onze digitale nieuwsbrief.
- Je breidt je deskundigheid uit en houdt je kennis op peil door met korting deel te nemen aan onze studiedagen, bijeenkomsten of workshops of door onze Kennisbank te raadplegen.

“Ik kan op de KVLO rekenen”

“De KVLO is de schakel tussen de politiek en ons vakgebied en maakt zich hard voor het beleid voor bijvoorbeeld de vakdocenten. Ik kan op de KVLO rekenen bij onduidelijkheden op het gebied van beleid of verantwoording.” - Combinatiefunctionaris onderwijs en sport bij Sportservice Noord-Holland Haarlemmermeer.

De KVLO is al meer dan 160 jaar dé belangenvereniging voor leraren lichamelijke opvoeding en combinatiefunctionarissen en buurtsportcoaches onderwijs en sport. We komen op voor de belangen van alle professionals die zich in en rondom de school bezighouden met kinderen goed leren bewegen. Centraal staat het recht op voldoende lichamelijke opvoeding, gegeven door goed opgeleide vakbekwame professionals.

De KVLO vertegenwoordigt ruim elfduizend leden door het hele land. Samen maken we ons sterk voor goed bewegingsonderwijs. Hoe meer leden, hoe sterker we staan. Bekijk de animoto op [Wat we doen](#)



Dus ben jij:

- student aan de alo, pabo-leergang, mbo Sport en Bewegen, hbo Sportkunde of wo Bewegingswetenschappen;
- vakleerkracht bewegingsonderwijs po of vo;
- vakspecialist bewegingsonderwijs po;
- combinatiefunctionaris/buurtsportcoach onderwijs en sport;
- docent aan de alo, pabo-leergang, mbo Sport en Bewegen, hbo Sportkunde of wo Bewegingswetenschappen.

Word lid via [kvlo.nl](#) of scan de QR-code!

Meer weten of direct lid worden?

Ga naar [kvlo.nl](#) of scan de QR-code.





Je eerste aanstelling in het onderwijs

Het gaat gebeuren: je eerste baan in het onderwijs/ werkveld! Dan komen vragen bij je op zoals: waar moet ik op letten bij mijn benoeming? Kan ik meteen een vaste aanstelling verwachten? En welk salaris ga ik verdienen? | Team Juridisch KVLO

Het gaat gebeuren: je eerste baan in dienst van de school, gedetacheerd of uitzendkracht?

Voordat je met je werk op school begint, is het belangrijk om te weten op welke voorwaarden je gaat werken. Globaal zijn er twee mogelijkheden; de school neemt je in dienst op basis van de arbeidsvoorwaarden van de cao voortgezet onderwijs (cao-vo) of de arbeidsvoorwaarden van de cao primair onderwijs (cao-po). Je kunt ook via een uitzendbureau, een detacheringsbureau of een sportservicebureau voor een school werken.

Als je op uitzendbasis werkt, dan mag dit volgens de cao-vo en -po alleen bij een kortdurende aanstelling wegens ziekte, activiteiten van tijdelijke aard of onvoorziene omstandigheden. De werknemerspartijen bij de cao's in het onderwijs, waar de KVLO (via de FvOv) ook bij hoort, willen dat dit soort aanstellingen tot een minimum wordt beperkt. In de cao-vo en -po en de wet (Waadi) is geregeld dat werknemers die worden ingeleend recht hebben op hetzelfde salaris en toelagen en onkostenvergoedingen net als werknemers die rechtstreeks in dienst zijn van de school.

Krijg ik meteen een vaste aanstelling/benoeming?

Om benoemd te worden heb je een 'Verklaring omtrent het gedrag' nodig. Deze kun je schriftelijk aanvragen bij het bevolkingsregister van je woonplaats. Als je in dienst treedt bij de school/onderwijswerkgever krijg je meestal eerst een benoeming voor bepaalde tijd. Dit kan bij wijze van proef zijn, met uitzicht op een benoeming voor onbepaalde tijd. Een tijdelijk dienstverband duurt in de meeste gevallen maximaal twaalf maanden. In bijzondere gevallen kan deze periode worden verlengd met nog eens twaalf maanden. Ook

kun je tijdelijk worden aangesteld als je bijvoorbeeld iemand vervangt of als je nog geen wettelijke onderwijsbevoegdheid bezit.

Let erop dat je bij je indiensttreding een Akte van benoeming krijgt. Hierin staan de afspraken over je werktijdfactor, je salaris, de cao die van toepassing is en of het contract voor bepaalde of onbepaalde tijd is. Vraag je werkgever waar je de cao kan vinden die op jou van toepassing is.

Om erin te komen

Als beginner krijg je de tijd om het vak echt in de dagelijkse praktijk te leren. In de cao-vo is geregeld dat je als startende leraar minder lesuren hoeft te geven. Dit is twintig procent gedurende het eerste jaar van je eerste reguliere aanstelling. Gedurende het tweede jaar van je eerste reguliere aanstelling bedraagt die lesreductie tien procent. Deze tijd kun je onder andere gebruiken voor scholing, het krijgen van begeleiding en het voorbereiden van lessen. Ook in de cao-po is een regeling opgenomen voor startende leraren, je krijgt 40 uur per jaar die je kunt inzetten voor bijvoorbeeld meer voorbereidingstijd (die 40 uur komt boven op de 40 uur voor duurzame inzetbaarheid). Ook heb je recht op een coach voor begeleiding in de beginfase van je loopbaan.

Belangrijk om te onthouden, is dat je alleen de eerste twee jaren die je werkzaam bent als leraar, recht hebt op vermindering van je lestaak. Daarna kun je er geen gebruik meer van maken. Vraag hiernaar bij je eerste werkgever. Kom je er niet uit neem dan contact op met de KVLO (alleen voor leden).

Wat ga ik verdienen?

In de cao-vo en -po staat precies wat je gaat verdienen. Je kunt worden aangesteld als leraar LB (startfunctie in het primair onderwijs en het voortgezet onderwijs), LC of LD. Deze letters duiden op het niveau van de functie. Naast je vaste maandsalaris heb je ook recht op onder andere vakantiegeld en

een eindejaarsuitkering. Een indicatie van LB- schaal vind je onderaan deze pagina.

Wat is bruto en wat is netto?

Ieder bedrag in je salaris wordt als bruto-bedrag genoemd. Het nettobedrag is een stuk lager. Van het brutosalaris worden belasting, werknemerspremies en pensioenpremie ingehouden. Het verschil tussen bruto en netto is dus het geld dat je werkgever voor jou afdraagt aan de belasting, de werknemersverzekeringen en het pensioenfonds. De werknemersverzekeringen zijn er voor je als je werkloos of langdurig arbeidsongeschikt wordt.

Ik ben parttimer, hoe zit het dan met mijn salaris?

Als je parttime werkt, krijg je naar rato uitbetaald. Je wordt op dezelfde manier ingeschaald als een fulltimer en je krijgt een evenredig deel van het salaris.

Krijg ik ook vakantiegeld en een eindejaarsbonus?

Je ontvangt ieder jaar in mei een vakantie-uitkering. De vakantie-uitkering (vakantiegeld) is acht procent (naar rato) en bedraagt ongeveer een bruto-maandsalaris. Aan het eind van het jaar ontvang je in december ook een eindejaarsuitkering.

Krijg ik ook mijn reiskosten vergoed?

In het vo heb je wanneer je acht kilometer of meer vanaf je huis naar de school moet reizen recht op een kilometervergoeding. Deze vergoeding geldt tot een afstand van maximaal 25 kilometer enkele reis, met uitzondering van het eerste jaar van je aanstelling. Dan kun je ook een afstand boven de 25 kilometer enkele reis declareren. Het primair onderwijs kent een vergelijkbare regeling. De precieze regelingen kun je nalezen in de cao's.

Kan ik als deeltijder zelf bepalen wanneer ik werk?

Voor deeltijders geldt een inzetbaarheidstabel, waarin is geregeld op

hoeveel dagen en dagdelen je kunt worden ingezet. In de cao staat voor hoeveel dagdelen je maximaal kunt worden ingezet op basis van het aantal fte dat je werkt. De werkgever kan overigens een andere inzet met je afspreken, mits je het daarmee eens bent. In het primair onderwijs worden de werkdagen in overleg tussen werkgever en werknemer vastgesteld.

Kan ik weer snel ontslagen worden of er zelf mee stoppen?

Als je met je baan wil stoppen, dan kun je er meestal niet direct mee ophouden. In de meeste gevallen is er een opzegtermijn. Dat geldt ook voor de werkgever: die mag jou niet zomaar op staande voet ontslaan, tenzij je je ernstig misdragen hebt. Er zijn echter uitzonderingen, waarbij er geen opzegtermijn is. In de cao's kun je meer lezen over de opzegtermijn. Word je ontslagen en heb je daarover vragen, neem dan uiteraard contact op met de juridische afdeling van de KVLO (alleen voor leden).

Wat is een cao?

Een collectieve arbeidsovereenkomst (cao) is een verzameling afspraken tussen (vertegenwoordigers van) werkgevers en (vertegenwoordigers) van werknemers. De KVLO is aangesloten bij de FvOv (Federatie van Onderwijsvakorganisaties) en daarmee direct en nauw betrokken bij de cao-onderhandelingen. De cao is een aanvulling op de individuele arbeidsovereenkomst die een werkgever en zijn werknemer met elkaar sluiten. De cao geldt voor één of enkele jaren.

Verhuiskosten

Verhuis je vanwege je werk dan kun je in sommige gevallen aanspraak maken op een vergoeding. Aan de tegemoetkoming voor verhuiskosten zijn wel voorwaarden gekoppeld. Zo zijn je diensttijd en de oude en nieuwe reisafstand naar je werk relevant. Mocht dit op jou van toepassing zijn, zoek dan dus goed uit of je recht heb op een tegemoetkoming in de verhuiskosten. De opgenomen verhuiskostenregelingen in beide cao's, verschillen van elkaar. ●

Contact
juristen@kvlo.nl

Primair onderwijs en voortgezet onderwijs (excl. vakantiegeld en eindejaarsuitkering)

Schaal	Aanvangssalaris (bruto per maand)	Eindsalaris (bruto per maand)
LB	3.463	5.277

Solliciteren

Je bent afgestudeerd en je mag je nu op de arbeidsmarkt begeven. Hoe ga je dit nu aanpakken en vooral: hoe verkoop je jezelf? Het ‘verkoop’ van jezelf begint al in de sollicitatiebrief. De volgende tips kunnen je helpen om je brief en CV krachtiger te maken. | Team Communicatie KVLO



De sollicitatiebrief

Zes tips bij het schrijven van een sollicitatiebrief:

TIP 1 – Kies & focus

Bedenk wat echt belangrijk is in de vacature. Werk vervolgens zo’n drie kernpunten uit die aantonen dat je voldoet aan het gevraagde profiel en wees to-the-point.

TIP 2 – Schets jouw USP

Leg verbanden tussen je (werk)ervaring, opleiding en wat dit voor de werkgever betekent. Benoem de voordelen en wat het de werkgever oplevert wanneer jij in dienst genomen wordt. Met andere woorden: beschrijf jouw Unique Selling Point (USP).

TIP 3 – Onderbouw en overtuig

Door voorbeelden te geven, kom je overtuigender over. Gebruik dus goede argumenten en benoem resultaten. Benadruk hierbij ook jouw enthousiasme en passie voor het werk.

TIP 4 – Kwantificeer

Cijfers zijn meetbaar en overtuigend, gebruik ze als het in je voordeel is. Benoem bijvoorbeeld opleidingsresultaten of het aantal maanden/jaren dat je ergens werkte.

TIP 5 – Maak contact op emotioneel niveau

Contact op persoonlijk niveau, creëert contact op zakelijk niveau. Noem namen van degene die de sollicitatie heeft uitgeschreven en laat in je brief ook zelf wat van je persoonlijkheid zien, want alleen formeel reageren schept afstand.

TIP 6 – Val op!

Door anders te zijn, val je op. Pleeg bijvoorbeeld een kort, maar belangstellend telefoontje voor je je brief instuurt om een aantal vragen te stellen. En

zorg voor een opvallende introductie en scherpe afsluiter van de brief. Ook in de layout van de brief kun je opvallen. Wees creatief, maar professioneel.

De basis op orde

En natuurlijk niet vergeten: overtuigen begint met een goede basis. Schenk aandacht aan spelling, grammatica en stijl. En zorg dat de basis-ingrediënten in de brief kloppen.

Voorbeeld van basis-ingrediënten:

- adressering
- datum en plaats
- betreft: onderwerp brief
- formele aanhef en afsluiting
- naam en adres.

Een goed CV

Als jij als starter op zoek bent naar een baan in het onderwijs, is het opstellen van een overtuigend CV essentieel om op te vallen bij potentiële werkgevers. Het is namelijk jouw visitekaartje om jezelf te presenteren en je professionele ervaring en vaardigheden te laten zien.

Maar hoe maak je nu een overtuigend CV? Wij hebben 6 tips voor je:

TIP 1 - Begin met een sterke introductie

Geef aan wie je bent, hoe je te bereiken bent en vertel kort iets over jezelf. Vertel waarom jij geïnteresseerd bent in het doceren van LO en wat jouw professionele doelen zijn.

TIP 2 - Focus op je opleiding

Jouw opleiding is een belangrijk onderdeel van je CV als startende docent LO. Vermeld jouw behaalde diploma’s en eventuele relevante certificaten. Noem ook minors/keuzevakken die je hebt gevolgd die relevant zijn voor de functie waarop je solliciteert.

TIP 3 - Laat je ervaring zien

Heb je al ervaring opgedaan met het lesgeven? Vermeld dan duidelijk waar je ervaring hebt opgedaan, welke soorten lessen je hebt gegeven en aan welke doelgroepen. Heb je nog geen ervaring als docent? Geef dan aan wat je wel hebt gedaan om je voor te bereiden op deze baan, zoals bijvoorbeeld vrijwilligerswerk of stages.

TIP 4 - Toon je vaardigheden

Een startende docent LO moet niet alleen een goede kennis hebben van de vakinhoud, maar ook beschikken over vaardigheden om de lessen effectief te kunnen geven. Vermeld op je CV welke vaardigheden je hebt ontwikkeld, zoals communicatie, organisatie en leiderschap.

TIP 5 - Voeg referenties toe

Vergeet niet om referenties toe te voegen aan je CV. Dit zijn mensen die kunnen bevestigen dat je geschikt bent voor de functie waarop je solliciteert. Denk hierbij aan stagebegeleiders, docenten of andere relevante personen.

TIP 6 - Maak het consistent en verzorgd

Zorg voor een overzichtelijk en foutloos CV met een duidelijk lettertype en een rustige opmaak. Een goed CV kan het verschil maken bij het solliciteren naar een baan als startende docent LO. Volg deze tips en laat zien dat jij de perfecte kandidaat bent voor de functie. Succes met solliciteren!

Solliciteren en sociale media

Sociale media kunnen een grote rol spelen bij het solliciteren. Jouw toekomstige werkgever zal namelijk niet alleen naar je sollicitatiebrief kijken, maar mogelijk ook je sociale media-profielen onderzoeken. Hoe kun je sociale media optimaal benutten bij het zoeken naar een baan?

Tips voor sociale media:

TIP 1 - Check je profielen

Is je profiel alleen bedoeld voor vrienden en familie? Zorg dan dat alles is afgeschermd. Is het profiel openbaar? Zorg er dan voor dat je profiel professioneel overkomt en een goede weerspiegeling is van je huidige status. Verwijder foto’s en opmerkingen die niet bijdragen aan een professionele uitstraling.

TIP 2 - Maak gebruik van je netwerken

Gebruik sociale media als hulpmiddel bij het vinden van een baan. Houd je LinkedIn-profiel up-to-date en kijk of je werknemers in je netwerk hebt, die werkzaam zijn op de werkplek van de functie waarop jij solliciteert. Neem deel aan discussies over onderwerpen die bij je interesses en talenten passen. Nodig nieuwe contacten uit op LinkedIn direct na de ontmoeting.

TIP 3 - Google jezelf

Google jezelf om te zien wat online over je te vinden is. En bedenk dan: is dit de informatie die je graag bovenaan wilt hebben als je toekomstige werkgever jou opzoekt?

Het sollicitatiegesprek

Het sollicitatiegesprek is vergelijkbaar met een verkoopgesprek, waarbij je jezelf als het product verkoopt. Veel mensen vinden het echter moeilijk om zichzelf goed te presenteren. De

DO’S & DON’TS bij het sollicitatiegesprek

DO’S	DON’TS
Zet je telefoon uit tijdens het gesprek.	Te laat komen
Wees beleefd en vriendelijk bij iedereen die je tegenkomt in het bedrijf: van receptionist tot aan de schoonmaker.	Als eerste gaan zitten
Neem een actieve houding aan tijdens het gesprek.	Negatief zijn: overig vorige werkgevers
Blijf rustig en probeer te ontspannen; Bedank je gesprekspartners aan het einde van het gesprek.	Je gesprekspartner onderbreken
	Ongevraagd tutoyeren
	Kauwgom kauwen; een frisse adem is oké, maar kauwgom eruit voor je het gesprek begint!

volgende zaken kunnen je helpen om ontspannen aan je gesprek te beginnen:

Bereid je goed voor en wacht niet tot het laatste moment

Maak gebruik van de website van de school, het bedrijf, visiestukken, jaar-verslagen en ander informatiemateriaal om zo een beeld te vormen van de organisatie. Bel eventueel met de organisatie om aanvullende informatie te krijgen. Maak aantekeningen van alle verzamelde informatie. Vraag op tijd om referenties en bereid je route voor. Draag kleding die passend is binnen de organisatie en waarin jij je prettig voelt.

Bedenk welke vragen je kunt verwachten

- Tijdens je eerste gesprek kun je vragen verwachten zoals:
- Wat trekt je aan in deze functie?
 - Waarom solliciteer je nu juist bij ons?
 - Wat zijn je sterke en wat zijn je zwakke kanten?
 - Hoe denk je jouw nog beperkte ervaring te compenseren?
 - Wat heb je na het afstuderen gedaan?
 - Hoe zie je je verdere loopbaan voor je?
 - Waarom heb je specifiek voor deze afstudeerrichting gekozen?
 - Hoe zou je een meningsverschil met een directe collega oplossen?

Gebruik logische en heldere argumentatie

Gebruik goede argumentatie bij het beantwoorden van vragen en zorg dat je zelf ook vragen voorbereidt. Geef in je antwoorden aan wie je bent, wat je kunt en wat je wil. Gebruik de STAR-methode om voorbeelden te geven van bijvoorbeeld je vaardigheden. Je geeft in je antwoord een voorbeeld van bijvoorbeeld je vaardigheid door een Situatie (wat er speelde) te benoemen, welke Taak of rol jij daarin had, welke Activiteiten je uitvoerde (wat deed je en zei je concreet) en het Resultaat dat je hiermee behaalde.

Zorg voor een goede eerste indruk

Wees beleefd! Luister zorgvuldig naar de interviewer en gebruik non-verbale communicatie om je verhaal kracht bij te zetten. Het is van belang om duidelijk en goed verstaanbaar te spreken en te zorgen voor een sterk verhaal. Wees

relevant, direct, concreet en gestructureerd. Weet je een antwoord niet direct, denk dan hardop of vraag of je deze vraag even mag parkeren, dat vermijdt stiltes/blokkades.

Het arbeidsvoorwaarden-gesprek

Je bent het eerste (en wellicht ook het tweede) sollicitatiegesprek doorgekomen en wordt uitgenodigd voor een arbeidsvoorwaardengesprek. Hoe ga je deze laatste hindernis nemen? Bereid je ook voor dit gesprek goed voor! Tijdens dit gesprek maak je namelijk afspraken over je salaris en je secundaire arbeidsvoorwaarden, reiskostenvergoeding en je aantal te werken uren et cetera.

- Breng van te voren je prioriteiten in kaart.

- Gedraag je in ieder geval hetzelfde als in je sollicitatiegesprek.
- Zoek alles goed uit, lees de cao voor de sector waarin je gaat werken.
- Heb je eerder, al dan niet in het onderwijs gewerkt dan heeft dat mogelijk invloed op de hoogte van je salaris bij indiensttreding. Kijk daarvoor naar de van toepassing zijnde cao of neem contact op met de juridische afdeling van de KVLO (alleen voor leden).
- De schaal is gekoppeld aan de functie die je gaat verrichten. De trede in die schaal is echter bespreekbaar. Argumenten voor een hogere trede kunnen onder andere zijn: aange-toonde ervaring, competentie en opleiding. ●



RECHT

Verdien je wel genoeg?

Benchmark arbeidsvoorwaarden primair onderwijs: voor buurtsportcoaches en uitzendkrachten

Ben of word je binnenkort buurtsportcoach en/of ben je in dienst van een uitzend- of detacherings-bureau? En word je als vakleerkracht tewerkgesteld in het primair onderwijs? | Team Juridisch KVLO

Beantwoord je beide vragen met 'ja'? Let er dan op dat je dan in beginsel recht hebt op een salaris dat gelijk is aan hetgeen je zou verdienen als je rechtstreeks in dienst zou zijn van de school. Dat staat in de Waadi (Wet allocatie arbeidskrachten door intermediairs) en in de cao primair onderwijs.

Deze benchmark geeft je een goede indicatie van de verschillen tussen de cao's. In de benchmark zie je onder meer dat het minimale salaris voor docenten in het primair onderwijs (schaal LB) vaak een stuk aantrekkelijker is dan onder andere cao's. Datzelfde geldt onder meer voor de maximale lestaak, de pensioenopbouw en pensioenpremieaafdracht, de vakantie-uren en overige arbeidsvoorwaarden. ●



Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke Opvoeding

Goed leren bewegen, een leven lang actief!

Kinderen en jongeren moeten met plezier kunnen deelnemen aan beweegsituaties. Goed bewegingsonderwijs is daarbij essentieel. Als Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke Opvoeding maken we ons daar al meer dan 160 jaar sterk voor. Samen met inmiddels ruim 11.000 leden.

Koers 2025-2030

Speerpunten voor de komende jaren

Ondersteunen bij randvoorwaarden voor bewegingsonderwijs

Bevoegde leraren en geschikte lesaccommodaties zijn belangrijke randvoorwaarden voor goed en voldoende bewegingsonderwijs. Veel scholen hebben dit goed georganiseerd en voldoen aan de wettelijke normen voor bewegingsonderwijs. Met name in het basisonderwijs zijn er ook scholen die hierin nog stappen moeten zetten. Wij bieden samen met onze partners ondersteuning om dit mogelijk te maken.

Stimuleren van beweegrijke scholen

We vinden dat kinderen naast de lessen voor bewegingsonderwijs minimaal één uur per schooldag moeten bewegen. Dat kan door een beweegrijke schoolomgeving te creëren. We gaan scholen hierin ondersteunen en stimuleren. De leraar bewegingsonderwijs zien we als aanjager en regisseur. Voorwaarde is wel dat de leraar hiervoor goed is opgeleid en ondersteund wordt door de school. Daar gaan we ons sterk voor maken.

Bewegingsonderwijs voor alle kinderen en jongeren

Een goede basis voor bewegen, leg je op jonge leeftijd. Daarom is het zo belangrijk dat kinderen in groep 1 en 2 de 90 minuten bewegingsonderwijs halen. Uit onderzoek blijkt dat dit nog niet altijd het geval is. Daar gaan we verandering in brengen. En we gaan voor bewegingsonderwijs op het mbo. Sinds 1995 is bewegingsonderwijs niet langer verplicht op mbo-opleidingen en wordt het vaak niet meer aangeboden. Dit heeft invloed op de sport- en beweegdeelname van mbo-studenten. Wij zetten ons in om dit te verbeteren, omdat een actieve leefstijl ook voor deze groep belangrijk is.

Vergroten betrokkenheid leden

Onze waarde en relevantie voor leden gaan we vergroten. De afdelingen spelen daarbij een cruciale rol. Zij weten als geen ander hoe ze leden moeten bereiken en betrekken. Daardoor kunnen carrières groeien en professionaliseren we ons vakgebied. Tegelijkertijd gaan we meer aandacht besteden aan 'moderne' thema's als (technologische) innovatie en digitale communicatie en investeren we in de groei van onze vereniging door nieuwe leden aan te trekken.

Scan of klik *hier* naar de hele koers



Goed leren bewegen

Beroepsprofiel Leraar Lichamelijke Opvoeding 2025



Scan of klik *hier* naar het beroepsprofiel



Interview met een startende docent

Justin Aschman deelt zijn ervaringen en tips

Justin Aschman werkt voor het derde jaar als docent Bewegen en Sport (B&S) op Het Vlietland College (VLC) in Leiden. In zijn eerste jaren combineerde hij zijn parttime docentschap met het verzorgen van voetbaltrainingen bij ADO Den Haag, inmiddels ligt zijn focus bijna volledig op VLC. In dit interview deelt Justin zijn ervaringen als startende docent en geeft hij waardevolle tips. | Ger van Mossel



Even voorstellen: Justin Aschman

Justin: "Ik ben Justin Aschman, 23 jaar oud. Na mijn opleiding Sport en Bewegen niveau 4 in Haarlem, heb ik een versneld traject van drie jaar aan de Halo gevolgd. In mijn vrije tijd ben ik voetballer en al acht jaar voetbaltrainer."

Eerste jaar als docent

Tijdens zijn studie liep Justin zijn afstudeerstage al op VLC, waardoor hij de school goed kende. Het beviel hem direct vanwege de fijne omgang binnen de vaksectie en met collega's. In zijn eerste jaar combineerde hij zijn parttimebaan op VLC met het verzorgen van voetbaltrainingen bij de jeugd van ADO Den Haag. Een volle agenda was even wennen, maar hij voelde zich snel thuis.

Het Vlietland College

Het VLC is een scholengemeenschap met mavo, havo en vwo en kenmerkt zich door een open cultuur met aandacht voor elke leerling. Dit geldt ook voor het vak B&S. Justin: "Wij kijken naar hoe leerlingen zich op hun eigen niveau ontwikkelen en elkaar ondersteunen en helpen. De vaksectie bestaat uit vijf docenten die samenwerking hoog in het vaandel hebben staan."

Sportaccommodatie op VLC

De school beschikt over een eigen sporthal die met scheidingswanden flexibel kan worden ingedeeld in drie gymzalen. Deze sporthal bevindt zich binnen de school, waardoor naschoolse

en pauzesport gemakkelijk toegankelijk zijn voor de leerlingen. De school beschikt over uitgebreid materiaal, zoals een luchtgeveerde baan, grote trampoline, klimmuur, trialbikes, boks-handschoenen, tablets en een smart-board. Tot de herfstvakantie en na Pasen vinden de lessen plaats op de velden van een nabijgelegen hockeyvereniging. In 2026 krijgt VLC een nieuw schoolgebouw met een eigen sporthal, die volgens de adviezen van KVLO en naar de wensen van de vaksectie wordt ingericht.

Jaartaak van een startende docent

Een startende leraar heeft recht op een reductie van zijn lesgevende taak met 20 procent gedurende het eerste jaar en 10 procent gedurende het tweede jaar van de aanstelling. Zijn taken bestaan uit een lessentaak, vakgebonden en niet-vakgebonden taken, en professionalisering. Zijn vakgebonden taken omvatten vaksectie-overleg, het organiseren van sportdagen en het begeleiden van pauzesport, docentensport en naschoolse sportactiviteiten. Daarnaast heeft hij niet-vakgebonden taken, waaronder mentor zijn van een klas, bijwonen van klassenbesprekingen, begeleiden op het brugklaskamp en surveilleren bij schoolfeesten.

Uitdagingen als startende docent

Als jonge docent met veel energie en ambities benadrukt Justin het belang van focus. Hij heeft ervaren dat het combineren van verschillende banen uitdagend kan zijn. Hij raadt echter aan je te concentreren op de nieuwe rol als lesgever, omdat dit veel energie en aandacht vraagt. Voorbereiding van lessen kost voor een starter meer tijd, maar is cruciaal voor een goede start.

In het onderwijs, ook in het vak LO, is sprake van een lerarentekort. Sportaccommodaties zijn veelal niet geschikt voor het onderwijs. Ze zijn slecht ingericht, liggen ver van de school of hebben een slechte akoestiek. Startende docenten LO stoppen daarom met lesgeven, gaan werken in de sport of kunnen hun werkplek, de gymzaal, verbeteren door van school te veranderen. Het is daarom extra belangrijk dat een startende docent goed wordt begeleid en een goede werkplek heeft, zich 'thuis' voelt op school.



Je nieuwe rol als lesgever vraagt veel energie en aandacht

Begeleiding en ondersteuning op VLC

Vanuit zijn afstudeerstage was Justin bekend met het vakwerkplan van de vaksectie B&S. De continue begeleiding vanuit de vaksectie, waarbij docenten regelmatig bij elkaars lessen binnenlopen en lesideeën uitwisselen, heeft hem geholpen in zijn ontwikkeling. De vaksectie komt één keer per maand bij elkaar voor een avondvergadering. Tijdens deze vergaderingen bespreekt de vaksectie allerlei onderwerpen zoals hoe bepaalde lessenreeksen verlopen en hoe er wordt geëvalueerd met de leerlingen. Justin vindt het fijn om in een vaksectie te werken met afspraken die zijn vastgelegd in een vakwerkplan. Dat helpt hem enorm bij zijn voorbereidingen en het verantwoorden van zijn lessen naar bijvoorbeeld zijn leerlingen. De school weet waar het vak voor staat.

Daarnaast worden alle starters schoolbreed begeleid in BOS-bijeenkomsten (Begeleiding op School), waarin informatie over de schoolorganisatie wordt gedeeld. De starters wisselen ervaringen uit, bijvoorbeeld tijdens de BOS-wandeling over kernkwaliteiten en tegen welke dilemma's andere vakdocenten aanlopen. Justin vindt het heel leerzaam om dat van andere vakdocenten te horen.

Justin benadrukt het belang van deelname aan introductiedagen aan het begin van het schooljaar zoals het brugklaskamp en de introductiedagen van havo-4 om de school, collega's en leerlingen beter te leren kennen.

Justin: "Je ziet wat je van de leerlingen kan verwachten, ook als groep. Dat is prettig bij de eerste lessen."

Een goede start

Elke klas is weer anders, heeft een andere dynamiek. De ene klas zit direct in de storming-fase, terwijl een andere klas pas na vele weken in die fase zit. Sommige klassen zoeken direct de grenzen op. Justin: "Ik moet deze klassen strakker houden en structuur bieden. Begin niet te amicaal! Geef vooral aan het begin in de forming-fase duidelijkheid en structuur. Laat weten wat ze van jou als docent kunnen verwachten, geef je grenzen aan. Daar heb je later profijt van in de norming-fase. Mijn vaksectiegenoten hebben mij daarbij geholpen."

Tips voor startende docenten

Justin sluit het interview af met enkele waardevolle tips voor startende docenten:

- Blijf kritisch naar jezelf en reflecteer op je lessen om continu te blijven ontwikkelen.
- Wees niet te amicaal naar leerlingen, houd je aan de regels en afspraken van de school.
- Focus je aandacht en energie op een beperkt aantal zaken; doe niet te veel verschillende dingen tegelijk.
- Sta open voor feedback van anderen.
- Neem deel aan klassenbesprekingen, schoolkampen en andere activiteiten om contact te maken met leerlingen en collega's, en vergeet de conciërges niet!

Met deze tips en zijn eigen ervaringen hoopt Justin startende docenten te inspireren en te ondersteunen in hun nieuwe uitdaging. ●



Contact

ger.vanmossel@kvlo.nl
Ger van Mossel was docent LO, leerplanontwikkelaar en lerarenopleider en werkt momenteel bij de KVLO

ONDERWIJS

Een vliegende start – met een zachte landing

Na het afronden van je studie, start een nieuwe fase: werken! Waar moet je nu op letten en wat komt er allemaal bij kijken? We geven je in dit artikel wat tips voor een vliegende start.

Tips voor een vliegende start met leerlingen

- Introductie. Bereid je introductie bij de leerlingen goed voor en geef dit moment ook de aandacht.
- Neem de regie. Dit hoeft niet altijd dwingend maar kan ook op een speelse manier worden ingericht.
- Zoek balans tussen streng en vriendelijk. Kies bovenal een houding die bij jou past!
- Zichtbaarheid. Een band opbouwen met de leerlingen heeft tijd nodig, zorg dat je in ieder geval zichtbaar bent voor de leerlingen.

- Verwachtingen managen. Maak duidelijk wat jij van de leerlingen verwacht en wat zij van jou kunnen terug verwachten.
- Ken je leerlingen. Leer zo snel mogelijk de namen, zodat je leerlingen kunt stimuleren en persoonlijk kunt aanspreken.

Tips voor een vliegende start met collega's

- Introductie en zichtbaarheid. Indien het niet door de school gefaciliteerd wordt: introduceer jezelf. Dit kan fysiek bij de start van het schooljaar maar ook met een stukje in bijvoorbeeld een personeelsblad/schoolkrantje/wekelijkse informatie voor personeel.
- Maak een praatje in plaats van (alleen maar) te mailen.
- Toon interesse in werk en privé van je collega's.
- Help collega's wanneer nodig.
- Laat je ook helpen! Je bent nieuw en zal vragen hebben. Stel deze gewoon en probeer niet zelf het wiel opnieuw uit te vinden.



- Zie wat collega's nodig hebben om hun werk goed te doen.
- Sluit aan bij activiteiten zoals een vrijdagmiddagborrel, uitjes of projecten als een musical of inzamelingsactie.

Tips voor een vliegende start met ouders

- Wees respectvol.
- Spreek ouders aan in de rol van ouders.
- Onthoud: een boze ouder, is een ouder die zich zorgen maakt om zijn kind.
- Zet het kind centraal in het contact.
- Voorkom discussies over de opvoeding thuis.
- Opvattingen, Meningingen en Aannames (OMA) thuislaten, dat zijn de grootste bedreigingen voor het voeren van een goed gesprek. Benut je contactmomenten met ouders en bereid de oudergesprekken goed voor.

Hoe is de begeleiding van starters gefaciliteerd?

De volgende vragen helpen je hierbij:

- Heeft de school een gedeelde, heldere visie op het begeleiden van nieuwe docenten?
Hierin is verwoord wat de begeleiding concreet moet opleveren, hoe deze mogelijk wordt gemaakt, eruit komt te zien en ervoor zorgt dat de nieuwe docent binding vindt met de nieuwe school.
- Welke punten worden er in de begeleiding meegenomen?
Gaat het bijvoorbeeld om welbevinden, geven van feedback, professionele groei en een goede beoordeling behalen? Bedenk hierbij ook wat je zelf belangrijk vindt binnen de begeleiding.
- Door wie wordt de begeleiding verzorgd?
Krijg je een coach uit de vaksectie en/of een docent-coach? Vaak begeleidt een schoolopleider nieuwe docenten. Sluit aan bij de groep nieuwe docenten. Spreek binnen de vaksectie af dat één collega van de vaksectie je zal begeleiden.
- Hoe ziet het begeleidingstraject eruit?
Worden er startersbijeenkomsten gehouden, zijn er tussentijdse bijeenkomsten, op welke wijze wordt de begeleiding van de vakcoach en/of de docentcoach ingezet?

Handige websites solliciteren:

<http://www.carrieretijger.nl/carriere/solliciteren>
<http://sollicitatieinfo.nl>
<https://www.loopbaanadvies.net/solliciteren>



Wist je dat...

- in de cao-po- en -vo regelingen zijn opgenomen voor startende docenten?
- Zo is er in het vo afgesproken dat startende docenten recht hebben op een lestaakreductie in zowel het eerste als in het tweede jaar (zie cao).
- in het boek Vliegende start, over de begeleiding van beginnende leraren, van Christa Carbo en Jos Moerkamp SBO, 2006 allerlei ervaringen terug te lezen zijn van allerlei startende docenten? Dit boek te downloaden is via https://www.leraar24.nl/app/uploads/Bijlage-2_-Infoboekje-begeleiding-startende-leraren.pdf
- er veel mogelijk is in verdere professionalisering? Zo kun je gebruikmaken van de lerarenbeurs, is er op school een scholingsbudget en beleid op deskundigheidsbevordering. ●

Handige websites vacatures:

<http://www.sport-netwerk.nl/sportvacatures>
<https://www.werkenindesport.nl>
<http://www.sportknowhowxl.nl/vacatures>
<https://ditiswijs.nl>
<http://www.meesterbaan.nl>
<http://www.onderwijsvacaturebank.nl>

PRAKTIJK

Respectvol bewegen

Dat kom je juist in de gymles tegen

Respect is een belangrijk onderwerp in onze samenleving, en zeker in het leergebied bewegen en sport. Daar wordt juist een appèl gedaan op respect. Omdat respect een voorwaarde is om met elkaar te kunnen sporten en bewegen. Als het aan respect ontbreekt dan is bewegen en sport met elkaar niet meer mogelijk. Samen bewegen is gebaseerd op respect. Om dat uit te dragen hebben voetballers armbandjes om met het woord 'respect' zodat iedereen dit beseft en dit wil uitdragen. Het doet daarmee ook een beroep op deze (top) sporters zelf zich ook daarnaar te gedragen. Zij hebben een belangrijke voorbeeldfunctie. Dat deze armbandjes ons daar op moeten wijzen stemt tot nadenken. Hoe besteden wij aandacht aan respect in onze lessen bewegingsonderwijs? | Maarten Massink

Wat is respect?

In het stadion waar voetballers het woordje respect op een armbandje dragen wordt het lied van Queen 'we are the champions' luid gezongen. Daar in is de quote te horen; 'no time for losers, cause we are the champions'. Dat is opmerkelijk als je ook respect voor je tegenstander wilt tonen.

Re-spect betekent letterlijk om-zien-naar.... Omzien naar de ander. Rekening houden met de ander. Bewegen en sport doen we in de meeste gevallen met de ander. En zelfs als we alleen sporten/bewegen voelen we vaak de aanwezigheid (toeschouwer) van de ander. De ander is vaak letterlijk dichtbij (fysiek) of mentaal (in gedachten) op afstand aanwezig. Samen bewegen is in de conceptkerndoelen bewegen en sport een apart domein waarin kerndoelen staan beschreven waarin het 'omzien naar de ander' wordt omschreven.

Omzien naar de ander is niet alleen nodig maar geeft ook voldoening. Zowel voor degene die respect geeft als ontvangt. De voldoening is gebaseerd op 'je gewaardeerd

voelen', 'gezien worden' door de ander, 'er mogen zijn'. Het leidt tot wederzijds begrip, vertrouwen en verbondenheid. Dit is in de kern een algemeen menselijke behoefte. Zeer belangrijk ook in onzekere tijden. Door respect is er sprake van wederkerigheid; je behandelt een ander zoals je zelf ook graag behandeld wilt worden. Kerndoel 4 (conceptkerndoelen bewegen en sport) beschrijft; de leerling neemt verantwoordelijkheid voor het samen deelnemen aan bewegen.

Dit besef van samen deelnemen, en wat daar voor nodig is, kan ontwikkeld en geleerd worden in het leergebied bewegen en sport. Competenties die daarbij horen zijn;

- empathie: het vermogen om je in te leven in de gevoelens en perspectieven van anderen;
- actief luisteren: oprechte aandacht geven aan wat een ander zegt;
- tolerantie: openstaan voor verschillende meningen en overtuigingen;
- communicatievaardigheden: effectief en respectvol je gedachten delen;
- zelfbewustzijn: begrijpen hoe jouw gedrag anderen beïnvloedt.



Scan of klik [hier](#) naar Respect - Wat is het? - gevoelens en emoties

Gelijkheid en gelijkwaardigheid

In sport en bewegen worden in verschillende activiteiten spelregels gehanteerd. Deze regels beschrijven hoe we in het spel met elkaar omgaan en deze spelregels zijn voor alle spelers gelijk. In onze gymlessen zijn er echter grote verschillen in vaardigheden en interesses. Daar gebeurt het vaak dat we niet voor alle spelers dezelfde regels hebben. De ene speler kiest er bijvoorbeeld voor om een groter veldje (badminton) te verdedigen of om de bal sneller te controleren (doelspel) door het aantal balcontacten te beperken (volleybal met/zonder vang). Dit 'spelen' met de spelregels, en dit onderling afstemmen is een vorm van respecteren van verschillen. Dit afstemmen (afspreken) gebeurt het liefst door de leerlingen zelf. Dit kan aangeleerd en ondersteund worden door de docent die voorbeelden aanreikt wanneer nodig.

We zijn niet allemaal 'gelijk'. We zijn wel allemaal 'gelijkwaardig'. Dat wil zeggen dat we gelijke kansen willen/moeten hebben op deelname aan bewegen en sport. Inclusie, het meedoen van alle deelnemers/leerlingen aan veel verschillende



activiteiten is een belangrijk doel in lessen bewegen en sport. Juist het omgaan met de verschillende beperkingen en mogelijkheden en talenten is de uitdaging. Met elkaar afspraken maken hoe dan te spelen en te oefenen is belangrijk. Een voorbeeld van respectvol bewegen en sporten is het Gedicht 'Frekie' van Willem Wilmink (Chris Hazelebach, LO Magazine 9, 2023) waar kinderen Frekie uitnodigen mee te doen met voetbal met aparte regels voor Frekie.

Scan of klik [hier](#) naar het gedicht Frekie en het bijbehorende artikel van Chris Hazelebach



In de sportwereld wordt diversiteit in beweegvaardigheid beperkt door het strikte selectiesysteem. Spelers van ongeveer gelijke sterkte spelen met en tegen elkaar. In de lessen bewegingsonderwijs maar ook in toenemende mate in de ongeorganiseerde en georganiseerde sport zie je dat diversiteit

in beweegvaardigheid een uitdaging is om met elkaar te kunnen bewegen en sporten. De genoemde competenties, empathie, actief luisteren, tolerantie, communicatieve vaardigheden en zelfbewustzijn zijn daarbij belangrijke eigenschappen en vaardigheden die hiervoor ontwikkeld moeten worden.

Ruimte voor de ander

Als doel van opvoeding geldt de zelfverantwoordelijke zelfbepaling (Langeveld). De leerling kiest zelf zijn activiteit waarin hij zich wil ontwikkelen. De opvoeders moeten hem in staat stellen tot bekwaam en moreel en betrouwbaar deelnemen aan samenleving en zelfvorming. Moreel en betrouwbaar betekent dat er ook ruimte en gelegenheid moet zijn voor de ander om zich te ontwikkelen. Zie ook het artikel van Gertjan van Dokkum in dit magazine over 'Respect voor jezelf begint bij de Ander' en het belang van positieve vrijheid.

Met respect omgaan met de ander in bewegingssituaties kan volop geoefend worden in onze lessen bewegen en sport. Daarbij ontcom je niet aan omgangsregels die met elkaar

afgesproken en gerespecteerd moeten worden. Zodra deze bewegingsruimte met elkaar is afgesproken dient dit ook met elkaar bewaakt te worden. Het gaat hier om regels in de les bewegingsonderwijs. Die kunnen per klas afgesproken worden. Hoe willen wij met elkaar omgaan? Hoe wil je dat de ander met jou omgaat? Hoe ga jij met de ander om? Dat zijn essentiële (existentiële) vragen.

Maar ook klas-overstijgend zijn er op scholen regels af te spreken in de vakgroep bewegingsonderwijs. Iedere klas heeft hier mee van doen. En uiteindelijk zijn er schoolregels die de omgang met elkaar in en om het schoolgebouw richting geven. Soms ook met bordjes en teksten op de muur weergegeven. Deze regels worden niet alleen met leerlingen besproken. Ze worden in het beste geval ook mede door leerlingen bepaald en onderschreven. Daar waar mogelijk zijn regels niet alleen regels vóór leerlingen maar ook opgesteld dóór leerlingen.

Hiermee wordt (soms letterlijk) de ruimte aangegeven die er is om te handelen qua bewegen en sporten. Leerlingen kunnen op school oefenen met ruimte nemen en invullen in de lessen bewegen en sport. Wil er sprake zijn van respectvol bewegen dan is de voorwaarde (of dient te zijn) dat er ook ruimte is voor de ander om te handelen. Soms moet dit bewust worden gemaakt tijdens lesmomenten door reflectie voor, tijdens en na de activiteiten. De ruimte ergens voor krijgen geeft een gevoel van vrijheid. Er is spraken van positieve vrijheid als met het invullen van de ruimte er ook nadrukkelijk ruimte wordt gegeven aan de ander om zich te ontwikkelen. Hier is empathie, tolerantie en zelfbewustzijn voor nodig. Zodra dit de mores (ongeschreven regel of gebruik binnen een bepaalde context) wordt in de groep ga je van geschreven naar ongeschreven regels en wordt respectvol bewegen vanzelfsprekend. Het vraagt wel om het actief in stand houden en opnieuw bespreken als het dreigt te worden 'vergeten'.

Voorbeelden in de praktijk

Deze mores in de klas, vakgroep, school kan vooral geoefend worden in de les. Door protocollen te introduceren en procedures te oefenen in de praktijk.

Badminton; samen tellen, bedankje
Badmintonnen met elkaar is een zeer basale vorm van samen spelen. Het kan gaan om de spanning van hooghouden of een wedstrijdje spelen. Met hooghouden kun je samen tellen en de spanning van een recordje maken beleven. Hoe ga je om met fouten maken en teleurstelling? Geef je elkaar de schuld? Of stimuleer je elkaar met makkelijk aangeven?

Met wedstrijdje spelen moet je samen de stand bijhouden. Wat doe je als je het niet eens bent met beslissingen van de ander? Maak er in ieder geval gewoonte van (mores) elkaar te bedanken (shake hands) na de wedstrijd. Dit is makkelijk als je speelt met je vriendje. Het wordt al meer uitdagend om dit te doen met een willekeurige speler. Het wordt moeilijker als je samen moet tellen in een toernooivorm met tegenstanders uit andere klassen die je niet kent. Hoe ga je dan met elkaar om? Dat oefen je in de eigen gymles met de eigen klas.

Frisbee; zonder scheidsrechter, spirit punten uitdelen
Met ultimate frisbee wordt gespeeld zonder scheidsrechter. Het gaat om de *spirit of the game* (SOTG). Na de wedstrijd komen de spelers van beide teams bij elkaar en reflecteren op de speelwijze van de spelers (medespelers en tegenstanders). Er worden zelfs sportiviteitspunten uitgedeeld.

De SOTG zorgt ervoor dat in Ultimate wedstrijden het saamhorigheidsgevoel belangrijker is dan onderlinge rivaliteit. Het bijzondere aan de spelregels van Ultimate Frisbee (SOTG inbegrepen) is dat het 't spelen zonder scheidsrechter mogelijk maakt. Je draagt samen verantwoordelijkheid voor het spelverloop.

Scan of klik [hier](#) naar de Spelregels Ultimate Frisbee



Hier zouden andere sporten van kunnen leren. Het lijkt in het huidige sportklimaat moeilijk zo niet onmogelijk te spelen zonder scheidsrechter. Maar LO-docenten ervaren vaak problemen als er gespeeld wordt met een scheidsrechter. Het probleem is dat leerlingen de rol van scheidsrechters op school nog moeten/willen leren met alle gebreken die daarbij horen. Het tweede probleem is dat spelers zich soms minder/niet verantwoordelijk voelen voor het spelverloop en aan- en opmerkingen gaan plaatsen naar de scheidsrechter. Kortgeleden was er een experiment (28 maart 2025) in Helmond waarin een voetbalwedstrijd gespeeld werd zonder scheidsrechter.

Scan of klik [hier](#) naar Experiment zonder scheidsrechter geslaagd, maar ook lastig: 'Was 'ie nou over de lijn?



Leerlingen leren grenzen aan te geven die anderen moeten respecteren

Opmerkelijk is dat wat in de ene sport (frisbee) vanzelfsprekend is, in de andere sport als 'lastig' wordt ervaren. Althans in de sportwereld. Het bewegingsonderwijs is de ideale plek de 'ultimate frisbee variant' op alle sportspelen toe te passen. Wat mij betreft is de term 'ultimate' dan een verwijzing naar het uiteindelijke streven te spelen zonder scheidsrechter. Dat zouden we dan 'ultimate voetbal' of 'ultimate basketbal' kunnen noemen; het uiteindelijk kunnen spelen zonder scheidsrechter/docent/begeleider, maar met elkaar te spelen volgens SOTG. Gelukkig gebeurt dit al op veel scholen, maar ook op de vele voetbalveldjes en basketbalpleintjes in verschillende woonkernen.

Vechtsport; afspraken vooraf

Juist in de vechtsporten is respectvol bewegen letterlijk ervaarbaar als voorwaarde om met elkaar te kunnen 'spelen'. Het 'stoere binkie' dat trots is dat niemand met hem wil sparren omdat ze bang voor hem zijn, beseft (nog) niet dat hem dat in een isolement zet. Hij zal dit in de les gewoon moeten ervaren door niet mee te doen. Langs de kant is het tijd voor een gesprekje. Hoe komt het dat niemand met je wil stoeien/boksen/trefspelen (schermen)? Het beseft dat vertrouwen geven iets waardevols is in het leven en voorwaarde is om met elkaar te spelen en prettig om te gaan, dat beseft moet nog indalen. Hier gaat het om afspraken over welk trefvlak richten we ons op (boksen, schermen)? Waar en hoe mag je vastpakken en welke grepen mag je toepassen, start en stoptekens respecteren en vanuit welke uitgangspositie (stoeien)?

De lichamelijke aanraking is al een vertrouwenskwesitie die juist bij vechtsporten nadrukkelijk speelt. De pedagogische begeleiding is hier zeer belangrijk. Het gaat om de grote verantwoordelijkheid zorgvuldig met de ander (en de gemaakte afspraken) om te gaan. Lees

in dit verband het boek 'Vechtkunst als kompas' (Erik Hein, 2023) met daarin het hoofdstuk van Gertjan van Dokkum 'Respect en de ander' en het artikel van Gertjan hierover in dit LO Magazine; respect wordt verkregen bij de Ander door mij ertoe te verhouden als moreel wezen; respect voor jezelf begint bij de Ander.

Evaluaties achteraf zijn belangrijk en informatief. Het gaat om vragen als; bij wie voelde je jezelf veilig en op je gemak tijdens het vechtsporten? Wat maakt het leuk met elkaar vechtsporten te doen? Wat is daarvoor nodig? Hoe wil je dat de ander met jou omgaat? Hoe ga jij met de ander om?

Presenteren bij BOM; prestaties waarderen met applaus

Jezelf durven presenteren is zeer belangrijk als het gaat om samen bewegen. Je veilig voelen, niet alleen lichamelijk maar ook veilig wat betreft opmerkingen van anderen. Dit speelt bij alle activiteiten. In klassikale lessen en spelletjes is dit 'etalage effect' soms merkbaar. Sommige leerlingen bewegen zich minder vrij met klassikale lessen in vergelijking met lessen in groepjes waarin ze zich meer vrij voelen om te bewegen. Dat kan een reden zijn om vooral les te geven in groepjes.

Dit kan vooral een rol spelen bij groepspresentaties voor de klas met bijvoorbeeld acrobatiek en bewegen op muziek. Hierbij is het streven dat er een optimale sfeer bereikt wordt als leerlingen optredens laten zien als groep aan de klas en weten en voelen dat ze gewaardeerd worden (met een applaus). Hoeveer zijn jouw groepen daarin?

Acrobatiek en turnen; zorgvuldigheid omgaan met elkaar

Met acrobatiek en met turnen speelt de lichamelijke een rol wat betreft het zorgvuldig omgaan met elkaar. Elkaar durven aanraken en mogen aanraken in

het kader van hulpverleners zijn belangrijke elementen als het gaat om respectvol bewegen. De leerling moet toestemming geven om lichamelijke hulp te ontvangen. Als er zorgvuldig een sfeer van vertrouwelijkheid is opgebouwd zal dit als natuurlijk worden ervaren en geen problemen opleveren. Maar het is geen vanzelfsprekendheid. Ook hier moeten leerlingen leren grenzen aan te geven die anderen moeten respecteren. Zowel leerlingen als docenten.

Sommige hulpverleningsactiviteiten zoals saltospringen of handstandoverslag kunnen intensief lichamen contact vragen. Als dit als zelfsprekend en goed gebeurt kunnen leerlingen ervaren dat als je lichamelijke hulp toelaat je tot meer plezier en prestatie kan komen. Zorgvuldig opbouwen qua hulpverleningstechniek en vertrouwen geven is hier wel een vereiste.

Tot slot

Respectvol bewegen kom je vooral in de gymles tegen. Er valt veel te winnen omdat respect, 'om zien' naar elkaar, bijdraagt aan een optimale werksfeer. Het leidt tot je gewaardeerd voelen en er mogen zijn, een gevoel van verbinding. Daar is een aantal competenties voor nodig zoals empathie, actief luisteren, tolerantie, communicatieve vaardigheden en zelfbewustzijn. Uiteindelijk is daarbij de belangrijke vraag; hoe wil je zijn? Dat heeft te maken met de vraag; hoe wil je dat de ander met jou omgaat? Dit zijn belangrijke vragen voor leerlingen waarmee we ze moeten confronteren. Vooral ook in het kader van persoonsontwikkeling (subjectificatie; Biesta). Ga je voor Queen ('no time for losers')? Of ga je voor Willem Wilmink ('kom maar Frekie, doe maar mee')? Dit is een vraag voor leerlingen. Maar ook voor de docent. Want een belangrijke factor in het leren respectvol te bewegen is het voorbeeld van de LO-docent; dat ben jij! ●



Contact
m.massink1@upcmail.nl

Foto's
Anita Riemersma
Kernwoorden
respectvol bewegen, gelijkheid, gelijkwaardigheid

RECHT

Veiligheid, verantwoordelijkheid en aansprakelijkheid

Een ongeval tijdens de gymles

Het is een scenario dat elke leraar vroeg of laat zal tegenkomen: een leerling valt en raakt geblesseerd tijdens de les. In zo'n situatie is het cruciaal om adequaat te handelen en indien nodig medische hulp in te schakelen. Helaas kunnen deze incidenten soms leiden tot aanzienlijke schade voor de leerling en zijn ouders, wat weer kan resulteren in pogingen om de school of de leraar aansprakelijk te stellen. Hoe kunnen we de gymles zo veilig mogelijk maken en aansprakelijkheid voorkomen?

Veiligheid

Scholen en leraren moeten zorgen voor een veilige omgeving waarin de kans op een ongeval zo klein mogelijk is. Dit geldt ook voor de gymles, waarbij de risico's inherent zijn aan de activiteiten. Ondanks alle inspanningen van de leraar kunnen ongelukken echter niet altijd worden voorkomen. Leerlingen kunnen zich bezeren door bijvoorbeeld een bal die van richting verandert, een val van de ringen of een simpele botsing met een medeleerling. Het is de leraar LO die altijd verantwoordelijk is voor de veiligheid van de leerlingen tijdens de les. De cruciale vraag die vaak wordt gesteld bij een ongeval is of de leraar zorgvuldig en veilig heeft gehandeld.

Onrechtmatige daad: zorgvuldig handelen

Het Nederlandse rechtssysteem stelt dat iedereen zijn eigen schade draagt. Als er sprake is van domme pech, bijvoorbeeld doordat twee leerlingen tijdens een gymles tegen elkaar op botsen waardoor de bril van een leerling sneuvelt, draaien de ouders voor de schade op.

Maar wanneer die schade ontstaat doordat een leraar een fout heeft gemaakt of onzorgvuldig heeft gehandeld bij het lesgeven of bij het toezicht houden, dan kan er sprake zijn van een onrechtmatige daad. Het schoolbestuur die de school in stand houdt, is primair aansprakelijk voor fouten van ondergeschikten. Heeft de leraar bewust roekeloos gehandeld, dan kan hij in bepaalde gevallen ook persoonlijk aansprakelijk worden gesteld.

Criteria voor aansprakelijkheid

De Hoge Raad heeft criteria opgesteld om te bepalen of er sprake is van een onrechtmatige daad. Deze criteria

spelen een rol bij de beoordeling of is voldaan aan de geldende normen voor bewegingsonderwijs en of er sprake is van aansprakelijkheid van de werkgever/schoolbestuur:

- 1 de waarschijnlijkheid van onoplettendheid of onvoorzichtig gedrag;
- 2 de kans op ongevallen;
- 3 de ernst van de gevolgen van een ongeval;
- 4 de bezwaarlijkheid van te nemen veiligheidsmaatregelen.

Veiligheidsmaatregelen en nazorg

Om de veiligheid tijdens de les te waarborgen moeten leraren maatregelen nemen, zoals het geven van duidelijke instructies vooraf, het informeren van leerlingen over risico's, het opstellen van gedragsregels, het zorgen voor planmatige opbouw, het houden van toezicht tijdens de les, het houden van regelmatige controles van materiaal en accommodatie en het bieden van EHBO bij sportongevallen. Ook is het van belang om ongevallen te registreren en te evalueren om herhaling te voorkomen.

Aansprakelijkheid in de praktijk

Bij een ongeval tijdens de gymles worden verschillende factoren beoordeeld om te bepalen of er sprake is van aansprakelijkheid. Dit omvat de mate van toezicht, de duidelijkheid van instructies en de opstelling van de les. De school kan alleen succesvol aansprakelijk worden gesteld als er sprake is van onzorgvuldig handelen dat heeft geleid tot letsel bij de leerling. De school heeft in dat geval verzaakt in haar zorgplicht richting de leerling om te zorgen voor een veilig en gezond leerklimaat.

Kortom, het waarborgen van veiligheid, het nemen van veiligheidsmaatregelen en het zorgvuldig handelen van leraren zijn essentieel om aansprakelijkheid te voorkomen en een veilige omgeving te bieden voor leerlingen tijdens de gymles. ●

Scan of klik *hier* naar het volledige artikel dat is verschenen in LO1 2022 met als topic Veiligheid in en om de gymzaal



KVLO

Lidmaatschap KVLO

Voordelen van lidmaatschap

- Je hebt een verzekering voor beroepsaansprakelijkheid (ook tijdens stages).
- Helpdesk: juridische en onderwijskundige hulp en advies (bijv. bij ongevallen).
- Korting op scholingsaanbod; zowel landelijk als lokaal bij de eigen afdeling (goed om samen met je collega's regelmatig professionele scholing te volgen).
- Je ontvangt de laatste ontwikkelingen via LO Magazine en de wekelijkse nieuwsbrief.

Gratis studentlidmaatschap

- Studenten zijn gratis lid t/m 31 december in het jaar van afstuderen.
- Ben je student en nog geen lid, schrijf je in voor het gratis lidmaatschap op www.kvlo.nl.

NB alleen inschrijven als je nog geen gratis lid bent

Betaald lidmaatschap

- Als je afgestudeerd bent, gaat het gratis studentlidmaatschap in het nieuwe kalenderjaar over in een betaald lidmaatschap. Hierover krijg je tijdig bericht.
- Tot en met 26 jaar geldt een gereduceerd starters-tarief: zgn. juniorlidmaatschap.
- Als je in het onderwijs werkt, kan je een gedeelte van de contributie terugkrijgen via jouw school. De vakbondscontributie wordt met de eindejaarsuitkering verrekend. De netto-uitkering wordt hierdoor hoger.
- Studeer je door studievertraging later af? Geef aan **onze ledenadministratie** de nieuw te verwachten afstudeerdatum door, dan blijf je tot die datum gratis studentlid.
- Ben je gestopt met je studie en/of wil je je lidmaatschap opzeggen? Dat kan per kalenderjaar via een bericht aan **onze ledenadministratie** vóór 1 december. Wanneer je het lidmaatschap voor 1 december niet hebt opgezegd, dan gaan we ervan uit dat je lid wilt blijven.



KVLO ONLINE

Ga naar **KVLO.nl** voor:

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

- **Websites**
canonlo.nl
impulsbewegingsonderwijs.nl
janlutingfonds.nl
lerenbewegenmeten.nl
olympicmoves.nl
beweegrijkschool.nl
lomagazine.nl
- **Podcast KVLO**
- **KVLO TV**



Scan of
klik hier
om naar
kvlo.nl
te gaan



Scan of klik hier naar
de animoto Wat we doen

**Word juniorlid van de KVLO
voor €91,50 per jaar**