

Dag 1

De Twentedagen 2023 staan op punt van beginnen als Dorethy, als voorzitter van de commissie Twentedagen, de deelnemers om aandacht vraagt. Dat is moeilijk, want als er iets is dat onherroepelijk verbonden is aan de Twentedagen dan is dat de reüniefunctie van deze tweedagse. Collega's die elkaar door het jaar niet zo vaak zien, begroeten elkaar enthousiast en allerlei mooie en ook minder mooie verhalen worden met elkaar gedeeld en dat gaat natuurlijk niet in stilte.

Toch lukt het Dorethy om de grote groep collega's stil te krijgen en ze stelt blij vast dat er nu ook veel deelnemers uit het MBO gekomen zijn. Verheugend is ook dat er door veel collega's op beide dagen is ingeschreven. In het verleden gaf dat vaak problemen met schoolleidingen die twee dagen afwezigheid teveel vonden. Duidelijk is dat dan vanuit een heel beperkt perspectief naar twee dagen afwezigheid wordt gekeken en dat dit perspectief gekenmerkt wordt door een gebrek aan kennis van zaken. Zo gauw een schoolleider zelf heeft meegemaakt dat er tijdens de Twentedagen workshops van hoge kwaliteit geboden worden en dat dit rechtstreeks ten goede komt aan de leerling, verandert de visie op de Twentedagen, worden de twee dagen afwezigheid op de juiste waarde geschat en krijgt de collega de kans om beide dagen mee te maken. Dorethy stimuleert de deelnemers ook daarom om nu al contact op te nemen met de schoolleiding over de Twentedagen 2024.

Resten nog enkele huishoudelijke mededelingen en daarbij wordt de deelnemers op het hart gedrukt om zich te houden aan de indeling van de workshops. Niet op eigen initiatief van workshop ruilen of bij een andere workshop aansluiten. En dan worden de collega's "losgelaten" en verdwijnt ieder naar de eerste workshop.

Workshop "Krav maga"



De allereerste workshop waar ik terecht kom is "Krav maga". Alleen al door de naam word ik verleid om hier naar binnen te stappen. Gerwin, de workshopleider, houdt een inleiding waarin hij aangeeft dat zelfverdediging risico's met zich meebrengt. En dat je je daar constant van bewust moet zijn. Veel praten en stilzitten hoef je bij Gerwin niet te verwachten en dus wordt er snel begonnen. Hij werkt van verder van elkaar afstaan naar steeds dichterbij elkaar staan en steeds meer fysiek contact. Hij belooft een lessenreeks met de deelnemers door te nemen die direct op school toepasbaar is. Hij weet iedereen te boeien. De deelnemers luisteren vol aandacht en het is muisstil.

Snel begint het inlopen, loswerken met armzwaaien en een tikspel met tweetallen, waarbij men elkaar op de schouder moet tikken. Door een snelle verplichte wissel van partner, wordt het spel intensief en de deelnemers worden steeds enthousiaster en fanatieker. De sfeer is geweldig. Dan krijgt elk tweetal een stootkussen en moet er om de beurt met de vuisten getimmerd worden op het kussen. Niemand die nog enige remmingen kent en de kussens hebben het zwaar te verduren.

Nu blijkt de enorme gedrevenheid van Gerwin: hij houdt de vaart erin en stimuleert op een wijze die alles uit de deelnemers naar boven haalt.

Hij let ook scherp op de technische uitvoering: timmeren doe je niet alleen met je armen, maar het hele lichaam doet mee. Vergelijk het met het werpen van een bal: inzet heupen, draai bovenlichaam etc. De gedrevenheid van Gerwin verleidt ieder om hard te werken. De ademhalingsfrequentie gaat hoorbaar omhoog. Naast het vuisttimmeren, komt nu de kniezet erbij: volle kracht het kussen in en in een hoog tempo. Bij Gerwin is hoog tempo ook echt hoog. Hij blijft stimuleren en eisen en de energie, die hij uitstraalt, zorgt ervoor dat iedereen keihard bezig is en geen moment verzaakt. Hij maakt ook duidelijk dat de kniestoot naar het kussen in de praktijk richting het kruis van de tegenstander gaat. De groep werkt en sommige deelnemers happen al naar adem door het tempo dat Gerwin hanteert.

Na het vuisttimmeren en het knietje is het nu tijd voor verwurgingen. De deelnemers grijpen elkaar bij de keel en kunnen door het toepassen van een bevrijdingsgreep loskomen. Een eventueel vervolg zou een "elleboogje" kunnen zijn. In het voetbal krijg je er een rode kaart voor, maar in dit verband is het erg effectief. De bevrijdingsgreep wordt eerst alleen voor de spiegel geoefend en daarna in tweetallen. Gerwin legt heel veel nadruk op een perfecte uitvoering van de verschillende technieken. Hij wijst daar telkens op en dan blijkt dat hier iemand bezig is die zeer veel verstand van zaken heeft. Bij elke uitleg is de groep muisstil. Als iedereen bezig is, loopt Gerwin alle tweetallen langs. Men is zeer geconcentreerd bezig en (gymnastiekers eigen) men coacht elkaar. Het vervolg op de bevrijding van verwurging is direct de aanval op de tegenstander uitvoeren met een hamervuist, elleboog of knietje. Gerwin let er scherp op dat de deelnemers beheerst bezig zijn, elkaar blesseren is hier geen doel. Ik zou hier met plezier blijven, maar ik moet verder. Het kost me wel moeite om bij deze workshop weg te gaan.

Workshop "Groepsdynamica"



Mijn volgende doel is de workshop "Groepsdynamica" en als ik binnenkom, is de theoretische uitleg net achter de rug en de groep gaat in een kring staan. Ieder krijgt een stokje en in tweetallen moet men beide stokjes met de handpalmen sturen. Men moet met elkaar meegaan in de beweging. De deelnemers staan tegenover elkaar en de stokjes mogen natuurlijk niet vallen. Dit onderdeel heet: leiden en volgen. Steeds neemt de een initiatief en moet de ander volgen. Dan weer neemt de ander het initiatief. Veel wisselen van partner zorgt voor veel verschillende gesprekken, terwijl je toch heel geconcentreerd moet blijven. Je hoeft als tweetal niet op één plaats te blijven staan. Je mag je door de zaal verplaatsen. In de korte pauze wordt er in de kring geïnformeerd naar elkaars ervaringen tijdens het werk. Elk nieuw contact zorgt weer voor andere ervaringen. De groep gaat nu naar een afbeelding op het scherm kijken, waar groepsdynamische basisprincipes staan:

- Je communiceert altijd
- Alle communicatie raakt gekleurd
- Iedereen wil controle
- Ruimte nemen en geven

Vragen aan de collega's: heb je in je uitleg deze principes voor ogen? Duidelijk zijn in je uitleg. Is je uitleg niet voor meerdere interpretaties vatbaar? Als je in een sectie werkt, heb je hier dan aandacht voor? De ene docent moet niet veel anders communiceren met de leerlingen dan de andere docent.

Er gaat nu weer gewerkt worden: in viertallen ligt één stok op de wijsvingers van de deelnemers en de stok moet horizontaal blijven liggen, terwijl er bewogen wordt: staan, hoog en laag hurken etc. Telkens moet de samenstelling van viertallen veranderd worden en moet men blijven communiceren tijdens het bewegen. Houd contact met elkaar. In elk viertal ontstaat een proces waarbij, als het misgaat, iemand als schuldige wordt aangewezen.

Dit zorgt voor hilariteit in de groep: komt bekend voor! In de kring worden nu de ervaringen weer gedeeld en Frank (workshopleider) probeert de groep bewust te maken van wat er gebeurt in de diverse viertallen. Welk gedrag zie je? In de volgende afbeelding op het scherm wordt getoond in welke volgorde je een groep observeert:

1. In kaart brengen
2. Doel en plan
3. Interventie en monitoren
4. Delen en vermenigvuldigen

De groep krijgt een kaart waarop het “kijkschema groepsdynamisch werken” staat. Als je een sociogram maakt van de klas, groep waar moet je dan allemaal op letten? Is er een normdrager die zijn/haar stempel op de groep drukt? Welke normen gelden in de groep (competitie, status, lang leve de lol etc.)? De deelnemers herkennen veel en dat blijkt duidelijk uit hun interesse en de opmerkingen die ze maken.

Workshop “Gamification”



De derde workshop waar ik binnenva is “Gamification”. De zaal staat vol met hindernissen die samen een parcours vormen. Er wordt een spel gespeeld waarbij een aantal zachte ballen wordt gebruikt om elkaar af te gooien. Iedereen mag iedereen afgooien en als je afgegooid bent moet je het parcours afleggen. Als je dat gedaan hebt, mag je weer naar hartelust gaan afgooien en dat wordt hoorbaar met veel plezier gedaan! Er zijn veel ballen in gebruik en wat een lol als je net achter een hindernis weg kan duiken als er een bal op je afkomt! Natuurlijk wordt er veel afgegooid en dus is de hindernisbaan continu bezet. De spelleider gooit nu verschillende soorten ballen de zaal in. Als je één bepaalde soort ballen te pakken krijgt, moet je die inleveren en krijg je een gekleurde knijper die je aan je shirt moet hangen. De knijper is bedoeld voor het volgende spel. De deelnemers die een knijper hebben, krijgen, afhankelijk van de kleur, een (zacht rubberen) zwaard waarmee anderen afgetikt mogen worden, een kussen om een bal of zwaard mee af te weren en er loopt één tweetal rond dat met een kanon de anderen af mag schieten. Er komen weer veel ballen in het spel en als je afgegooid (met een bal) of afgetikt (met een zwaard) bent, moet je de hindernisbaan weer afleggen. Gymnastiekers die elkaar met een bal mogen afgooien of met een zwaard mogen aftikken, zien de lol van het leven wel in en dat is duidelijk zichtbaar en hoorbaar. Na het afgooien op het hele lichaam komt er een beperking: men mag alleen nog maar afgooien op het bovenlichaam. Het spel is qua intensiteit en gecompliceerdheid aan te passen aan de kwaliteit van de groep. Is dus in de klas altijd te gebruiken. Welke suggesties hebben jullie als deelnemers als je deze spelen gespeeld hebt?

Hebben jullie ervaring met het spelen van diverse spelen in de klas (als je veel spelen in de zaal aanbiedt)? Ervaringen en ideeën worden uitgewisseld en de reader van deze workshop wordt aangeboden op het internet.

Het idee van deze workshop is de principes van gamen toepasbaar maken in de les. De gesprekken met enthousiaste deelnemers gaan nog even door en over en weer worden suggesties gedeeld tot het tijd is voor de koffie.

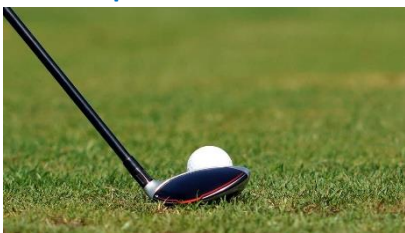
De pauze is niet al te lang (10.45 – 11.00 uur) en de volgende serie workshops gaat exact op tijd beginnen.

Workshop “Padel”



Dus sta ik om 11.00 uur bij de Padelbanen waar Tine laat zien dat ze nog geen afscheid kan nemen van het vak. Met zichtbaar plezier geeft ze deze workshop en zet iedereen aan het werk. Inslaan in tweetallen en al gauw specifieke aandacht voor de techniek van forehand en backhand. Eerst direct en daarna de bal spelen als hij via de wand terugkomt. Tweetallen krijgen één racket en moeten aan de slag: één geeft aan de ander slaat terug. Op drie banen wordt intensief geoefend. Als er een bal in het spel is, wordt de uitdaging met liefde aangegaan... Niet in serene stilte, want de commentaren vliegen aan alle kanten door de lucht, terwijl er hard gewerkt wordt. Ter afwisseling wordt er weer even op de baan in tweetallen ingeslagen. De maten en de belijning van het veld zijn gelijk aan het binnenveld van de tennisbaan. Het racket heeft geen snaren, maar is hard (tempex) en heeft een korte handgreep. Spelen mag via de achterwand en de zijwanden. Serveren moet onderhands en mag niet via de zijwand.

Workshop “Golf”



Naast de Padelbanen zijn de golfers bezig op binnenbaan. Technieken worden geoefend en dan al gauw naar buiten naar de drivingrange (een kleine baan met zes holes, per tweetal beginnen op één hole). Buiten is men heel ontspannen bezig. De binnenbaan is geavanceerd: als je de bal tegen de wand slaat, krijg je direct allerlei gegevens aangereikt waarmee je je voordeel kunt doen om je techniek te verbeteren.

Workshop “Padel”

Op de Padelbanen wordt ondertussen druk gespeeld met viertallen tegen elkaar. Collega's eigen gaat het er al weer fanatiek aan toe met “aanwijzingen over en weer”. Tine houdt de boel goed in de gaten en als er centraal één of meer aanwijzingen gegeven worden dan heeft ze de groep in de hand. En zoals een goede lesgever betaamt, vraagt ze de deelnemers na te denken over antwoorden op de vragen die ze stelt. Denk na over je positie tijdens het spel. Zoals J.C. Cruyff al zei: mislukken of slagen is een kwestie van één of twee meter naar rechts of naar links, naar voren of naar achteren. Meer technieken komen er nu aan de orde en al gauw gaan de instructies weer toegepast worden in het spel. Volop actie!

Workshop “Korfbal”



Vanuit de hal, stap ik weer het veld op waar de korfballers in tweetallen vrije worpen nemen op één korf. Bij elke rake worp is het wisselen en is de ander aan de beurt. En als je te vaak achter elkaar mist, word je dat wel even heel duidelijk gemaakt... Ramon gaat de tweetallen langs en geeft techniekaanwijzingen. Op dit moment gaat de aandacht naar de doorloopbal die ook weer in tweetallen wordt geoefend.

Workshop “Flagfootball”



Bij het flagfootball wordt vier tegen vier gespeeld en worden de eerste afspraken gemaakt over het te spelen systeem. Telkens weer wordt een beginsituatie uitgespeeld en wordt geprobeerd de eindpass zo af te leveren dat deze tot scores leidt. Op tactiekborden wordt aan de ploegen een systeem getoond dat in de praktijk gespeeld moet gaan worden. Ondanks een beetje lichte regen, wordt er fanatiek gespeeld. Heerlijk om te zien!

Ook de korfballers hebben geen last van de regen en er worden wedstrijdjes gemaakt van het scoren uit een doorloopbal. Elke ploeg werkt op één korf: wie heeft het eerst tien scores bereikt. Na de doorloopwedstrijd wordt er vier tegen vier gespeeld op één korf. De regen is meedogenloos, geniet ervan spelbreker te zijn, zodat er even geschuuld moet worden. De verleiding is groot om dan nu maar naar binnen te gaan, want over een kwartier begint de lunchpauze. En die lunch is traditiegetrouw uitstekend verzorgd: soep, belegde broodjes, fruit, diverse drankjes etc. Ook de vegetariërs zijn niet vergeten. Tijdens de lunch komt het reüniekarakter van de Twentedagen weer boven drijven. Allerlei geanimeerde gesprekken, gelach en luidruchtig hernieuwd kennis maken.

Na de lunch (het regent jammer genoeg nog) zoek ik mijn heil opnieuw bij de “Gamification”. De inzet van de workshopleider is: de inrichting van de zaal moet in eerste aanblik uitnodigend zijn voor de leerlingen. Er staan veel spelsituaties opgesteld in de zaal waarbij munten te verdienen zijn: hindernisbaan, badmintonshuttle mikken in hoepel, met katapult bal in mand schieten, frisbee door rechtopstaande hoepel spelen en nog meer. Iedereen mag beginnen waar hij of zij wil en mag zo veel keren spelen als men wil. De verdiende munten worden tot slot geteld en dan wordt vastgesteld welke groep gewonnen heeft.

Voor de tweede keer loop ik binnen bij “Groepsdynamica”. Er wordt een film vertoond, waarin duidelijk aangegeven wordt dat iemand die de regels van de groep niet kent, zich door groepsdruk conformeert aan de gedragsregels van die groep. Iemand van de collega’s vertelt: ik zat in de wachtkamer van de tandarts waar niemand bezig was met een mobiel. Dus deed ik het ook maar niet. Denk ook aan kleding die door jongeren wordt gedragen (welke type, merk is de norm?) In volgende filmpjes wordt gevraagd de aandacht te richten op het gedrag van één of meer deelnemers in de film. En dan weer terug naar de praktijk: het spel met de stokjes dat ik in de eerste ronde al beschreven heb.

Ondertussen is het weer beter geworden en dan is de verleiding om naar buiten te gaan wel erg groot. De flagfootballers zijn bezig met een vorm waarin passen en vangen onder weerstand wordt geoefend en de korfballers zijn op acht korven bezig met het nemen van vrije worpen. Bij elke score (tweetallen) mag je bij een willekeurig ander tweetal een dopje weghalen: wie heeft eerst vijf of meer dopjes verzameld?

De golfers zijn nu doorgeschoven naar de echte baan en zijn in kleine (vier) groepen bezig. De zon vraagt zich bedremmeld af waartoe hij of zij op aarde is terwijl de regen de benen heeft genomen. Bij de golfers komt nu de echte praktijk aan de orde en maakt men zich al een beetje zorgen om het examen van morgen.

Na de golfers ga ik langs bij de Padelbanen en als je niet zou weten waar die zijn, hoef je alleen maar op het geluid af te gaan. De combinatie gymnastieker-racket-bal staat garant voor hoorbaar spelplezier en een massa goedbedoelde wederzijdse “adviezen”. Bij deze workshop is iedereen constant bezig en Tine geniet van haar “kroost” en ziet tevreden dat het goed is.

Terug naar de velden waar de flagfootballers bezig zijn met het uitspelen van spelpatronen. Hier komt het fanatisme tijdens het spel weer duidelijk naar boven! Volop spelplezier en prachtig om te zien. De korfballers zijn weer in twee- of drietallen bezig met het zoveel mogelijk scoren op één korf. Eerst uit de vrije worp en daarna uit de (technisch veel moeilijker) doorloopbal.

Inmiddels zijn de workshops ver over de helft van de tijd en ik stap nog één keer de sporthal in waar de deelnemers aan de Gamification volop genieten van hun spel waarbij allerlei eerder gespeelde spelen gecombineerd worden tot één totaalspel. En natuurlijk zijn de opmerkingen niet van de lucht. Veel gehoord: jij hebt vals gespeeld. Met als antwoord steevast: ja maar jij..... enz. In de nabespreking wordt aandacht besteed aan de mogelijkheid die je als lesgever hebt om het spel te sturen.

Nog één keer kom ik terug bij Krav Maga. De deelnemers liggen op hun rug en hoe kom ik nu zo snel mogelijk omhoog zonder oogcontact met mijn tegenstander te verliezen? Eerst alleen oefenen, daarna in een reactiespel met tweetallen. Een wedstrijdvorm zorgt voor meer druk en hogere concentratie. Dit is intensief werk. In dezelfde tweetallen trapt de liggende collega het kussen weg. In de volgende vorm moet de liggende collega zo snel mogelijk opstaan zonder zijn tegenstander uit het oog te verliezen. Gerwin houdt de snelheid erin en heeft zichtbaar plezier. Ook de deelnemers hebben veel plezier en tot het einde van de workshop wordt er keihard doorgewerkt.

Er zijn nog enkele minuten over en dus komt Gerwin nog even met een vorm, waarbij men zich moet bevrijden uit een polsklem: draai weg over de duim van de tegenstander. Tot de laatste minuut is hier hard gewerkt onder leiding van Gerwin die een overdosis aan energie blijkt te bezitten en dat weet over te brengen op de deelnemers. Daardoor vliegt de tijd tijdens deze workshop.

Dag 2



Het is vrijdag 14 april en in de kantine van de sporthal is het op dit moment nog rustig. Buiten geven de vogels duidelijk hoorbaar aan dat de lente begonnen is en de zon kijkt verlegen over de horizon en lijkt excuus te willen aanbieden voor het feit dat hij gisteren verstek liet gaan. De excuses gaan vergezeld van de belofte om vandaag de schade dubbel en dwars in te halen. We gaan verwend worden.... Ondertussen worden er in de kantine de (piep-)kippen en (piep-)vissen uitgepakt en al dat gepiep doet het ergste te vrezen voor de grootscheepse afsluiting van vanmiddag als alle deelnemers in de sporthal met deze kippen en vissen (iedere deelnemer heeft een kip en een vis) aan de slag zullen gaan. Ruim 100 collega's zullen dan een volwaardige piepshow gaan opvoeren onder leiding van Dennis Witsiers, de ongekroonde koning van de Burner Games.

De eerste deelnemers komen zich nu melden en terwijl de kantine nog lichtelijk verdwaasd probeert te herstellen van de invasie van gisteren toen een horde LO-ers een sfeer bracht die deze kantine nog nooit heeft ervaren, worden de eerste vissen en kippen uitgedeeld en dat dit het begin betekent van een vrolijk gepiep is duidelijk. Van een enkele kip of vis is dat nog wel te pruimen, maar als de collega's in groten getale binnen komen en allemaal hun vis en kip tot luid piepen aanzetten, gaan onze oren protesteren. Hoe gaan we dit vandaag volhouden? En inderdaad: de kippen en de vissen beginnen zich steeds duidelijker te manifesteren, terwijl veel collega's zich verbaasd afvragen wat ze eigenlijk met deze piepbeesten moeten gaan doen vandaag.

Workshop "Pickleball"



De eerste workshop waar ik binnenloop, staat voor mij bij voorbaat vast. Dat wordt "Pickleball", gegeven door Hans Minten. Als je de kans krijgt om een inleiding mee te maken in het mooie, kleurrijke Vlaams door een bevlogen collega, dan doe je jezelf tekort als je deze gelegenheid niet met twee handen aangrijpt.

Pickleball is het snelst groeiende spel in de USA. Hans zal allerlei vormen van terugslagspelen aanbieden in een eenvoudige spelvorm. Bij Pickleball is het de bedoeling dat het terugslaan voor iedereen mogelijk moet zijn, ongeacht zijn of haar niveau.

Eenvoudige vormen worden al snel uitgebreid (de deelnemers leren snel) en ruim 20 collega's zijn in tweetallen geconcentreerd bezig. Concentratie betekent bij LO-ers tegelijk ook dat de commentaren niet uitblijven!

Na de basistechnieken komen nu ook de speltactieken aan de orde. Bij Pickleball wordt gebruik gemaakt van een hard racket met een korte steel, maar ook een plankje of een tafeltennisbatje kan gebruikt worden. Aan het geluid te oordelen wordt er vol overgave gespeeld. Zeker ook als de spelvormen complexer worden. De spelende mens manifesteert zich hier heel duidelijk.

Workshop “Exekutive Funktionen im Sport”



In de andere zaal van de sporthal is Arne Dornseifer bezig met zijn uitleg over de Exekutive Funktionen im Sport. Boeiend om te zien dat een Duits sprekende workshopleider zonder problemen de collega's weet te bereiken. Omgekeerd gaat het iets minder soepel, maar de taal is hier geen echte barrière.

In tweetallen moet de een reageren op bevelen van de ander: men staat achter elkaar en de achterste deelnemer geeft commando's en de voorste collega moet direct links, rechts, voor of achter de ander gaan staan, afhankelijk van het commando dat gegeven wordt. Iets lastiger wordt het als de duidelijke commando's links, rechts etc. worden vervangen door cijfers: 1, 2, 3 en 4. Hier is al meer concentratie vereist, omdat je hersenen 1 moeten vertalen als links, 2 als rechts etc en dit dus een tussenstap vereist. Nog lastiger: cijfers worden plaatsnamen: 1 is Almelo, 2 is Hengelo, 3 is Apeldoorn en 4 is Oldenzaal. Nog complexer wordt het als degene die de commando's geeft, mag kiezen uit alle voorgaande mogelijkheden en ze door elkaar mag gebruiken. Toch hebben we nog niet de moeilijkste situatie meegemaakt (en al veel collega's gingen, vaak gierend van de lach, de fout in). Want het kan nog moeilijker. Tot nu toe stond degene die de commando's gaf stil, maar nu mag hij/zij ook een kwart draai maken. De collega die de commando's moet uitvoeren en met zijn/haar rug naar de ander staat, is nu ook de zekerheid van de positie van de ander kwijt en dus wordt het nog ingewikkelder om snel en adequaat te reageren. Degene die dacht dat hiermee het summum was bereikt, komt bedrogen uit: als je de voorste van het tweetal bent, moet je nu ook nog met een basketbal blijven stuiten, terwijl je je op commando verplaatst. Essentie hiervan is dat er gehandeld moet worden, terwijl er steeds informatie verwerkt moet worden. Deze situatie doet zich telkens voor tijdens elk spel: er wordt continu een beroep gedaan op cognitieve flexibiliteit.

In de volgende fase van de workshop wordt er gewerkt met drietallen. Eén is de stuurman/-vrouw en de andere twee lopen als robot in tegenovergestelde richting weg. De stuurman/-vrouw moet nu de robotten bij elkaar brengen door ze op de schouder tikken: linker schouder aantikken betekent dat de robot een kwartslag naar links draait en doorloopt. Zo moeten de robotten bij elkaar gebracht worden. Moeilijker wordt het als een van de twee robotten kapot is: de ene robot reageert als boven beschreven, de andere robot draait naar rechts als de linker schouder wordt aangetikt en naar links als de rechter schouder wordt aangetikt. Breng nu de twee robotten maar eens netjes bij elkaar.... Wij

zijn er nog niet: de robot moet niet meer op de schouder getikt worden, maar op de arm, heup, hoofd, rug, terwijl de stuurman/-vrouw dit niet weet en dus eerst moet uitvinden waar elke robot op gaat reageren. Concentratie en veelheid aan informatie verwerken!

Workshop "Cricket"



Met een hoofd vol informatie loop ik naar buiten waar de cricketers al bezig zijn met een spelvorm waarbij geworpen, geslagen en gelopen wordt. De zon schijnt volop en het is een voorrecht om nu buiten bezig te zijn. De slagman moet de geworpen bal wegslaan, naar een pilon (links of rechts) lopen en weer terugkomen bij het wicket. Maar de werper werpt weer zo gauw hij de bal in bezit heeft gekregen en dan moet de loper weer klaarstaan om het wicket te verdedigen. De spelers hebben veel plezier in het spel en dat is goed te horen en te zien. Het is ook bijna een ideale situatie: een nieuw spel spelen onder deze weersomstandigheden is zeker geen straf.

Workshop "Kio Rahi"



Op het ander veld is de groep bezig met een handbalspel, waarbij een keeper in een driehoek in het midden staat en twee teams de bal rond spelen (Kio Rahi = speel je vrij). De spelers hebben twee lintjes aan een gordel hangen. Ben je in balbezit dan moet je met de bal een pilon aantikken, terwijl de tegenstander een lintje van je gordel mag trekken. Lukt dat? Dan krijgt de tegenstander de bal en ligt het spel even stil. De spelregels ontgaan me, maar het lijkt een ingewikkeld spel. En dat nog met een hoofd nog vol informatie van de Exekutive Funktionen maakt dat ik mijn heil zoek bij het beach handbal.

Workshop "Beach handbal"



In het zand (uiteraard) wordt vier tegen vier gespeeld (één keeper en drie spelers). Het spel gaat heel snel op en neer en er mogen vliegende wissels toegepast worden. Scoren moet met een sprongschot, waarbij na de afzet eerst een pirouette gemaakt moet worden vòòr de bal geworpen wordt. Elke

ploeg heeft een wisselzone waarin de wissels mogen plaatsvinden. In de pauze krijgen de ploegen de tijd tactische afspraken te maken. Elke ploeg heeft een begeleider die helpt tijdens dit overleg. In de wedstrijd, die daarna gespeeld wordt, is terug te zien dat er afspraken zijn gemaakt. Er vinden veel snelle wissels plaats en er wordt geconcentreerd en met heel veel spelplezier gespeeld. Na een periode spel, is er weer gelegenheid tot overleg onder leiding van de begeleider. Taken worden verdeeld en wissels worden heel precies afgesproken. Tijdens de wedstrijd laten de begeleiders zich horen en de afspraak dat er een pirouette gemaakt moet worden voor er geschoten mag worden, vervalt. Er wordt nu gespeeld met een normaal sprongschot. Er wordt nog even fanatiek gespeeld en gewisseld. Het is een goed teken dat de tijd voorbij lijkt te vliegen, want de koffiepauze breekt al aan. De eerste workshopronde is al weer voorbij en met dit weer geniet iedereen buiten van de pauze, de koffie en de zon.

Workshop "Gezondheid"



Na de pauze richt ik mij op de workshop "Gezondheid" waar men zich bezig houdt met gezonde veranderingen aanbrengen in de school. Het is duidelijk dat de motorische vaardigheden bij kinderen achteruit gaan. De overheid heeft besloten dat er gezonder geleefd moet worden en wil dit stimuleren. Uit onderzoek blijkt dat hetgeen online geleerd wordt, oppervlakkig van karakter is, dus moeten we een andere weg kiezen. Gezondheid wil bijvoorbeeld zeggen: aanpassen aan het slaapritme van de puber (dat is anders dan bij de volwassenen). Dus niet om 08.30 uur met toetsen beginnen! De opgave is eigenlijk om veranderingen te stimuleren op weg naar een gezonde school. Thema's hierbij zijn: bewegen en sport/voeding/welbevinden/slaap/gehoor/relatie en seksualiteit/mediawijsheid/natuur en milieu/hygiëne. Rode draad in het verhaal is het echte veranderen van de organisatie. Belangrijk hierbij is het toepassen van cognitieve gedragstherapie (ook op jezelf toepassen). Ervaar bij jezelf wat je tegenkomt als je jezelf een gedragsverandering oplegt. Met enkele simpele werkvormen in tweetallen laat de workshopleider de deelnemers ervaringen opdoen. De een doet de ogen dicht en de ander leidt door de arm vast te houden. Loop door de ruimte, maar je mag niet botsen. Wat voel je op het moment dat je je ogen dicht hebt. Ongemakkelijk, vertrouwen op de ander. De een is wat twijfelachtiger, de ander geeft zich sneller over aan de begeleider. Als docent zie je bij je leerlingen wel gedrag, maar je weet niet wat de gedachte achter dat gedrag is. Om gedrag te veranderen, moet de bijbehorende gedachte veranderd worden. De deelnemers wordt geleerd zich bewust te worden van gedachten die bij bepaald gedrag opkomen. Dat gebeurt ook als je leerlingen een opdracht geeft. Probeer door vragen te stellen achter de gevoelens te komen die bij de leerlingen opkomen. Andere gedachten aanbieden kunnen gedrag veranderen. Probeer dus steeds achter gevoelens en gedachten te komen. De groep gaat verder met werkvormen die nieuwe gedachten aanleren. Dat gaat snel, maar afleren van oude gedachten is moeilijker. Nieuwe gedragen aanleren gaat gemakkelijker.

Bij Kio Rahi is de groep weer fanatiek aan het spelen in de volle zon. Het spel is mij nog niet duidelijk, maar deelnemers aan de eerste workshop hebben mij verteld dat het goed toepasbaar is in de klas. Lijken voor een buitenstaander (zo voel ik mezelf) de regels onbegrijpelijk, de opbouw van de

workshop is zodanig dat de deelnemers de regels direct onder de knie hebben. Dat is ook wel te zien aan de intensiteit waarmee gespeeld wordt en aan de mate waarin de spelers elkaar coachen. En het plezier in het spel is spreekwoordelijk!

De cricketers staan in tweetallen met veel genoeg de geworpen bal met een bat weg te slaan. Een heerlijk gevoel als je de bal raakt! Niet te hoog wegslaan, want dan kan de bal te gemakkelijk gevangen worden.

Bij Pickleball (in de Vlaamse enclave) wordt enthousiast in tweetallen gespeeld. Het spel wordt gecompliceerder gemaakt door extra opdrachten, maar het wordt daardoor ook uitdagender. Het is duidelijk dat de deelnemers genieten van het spel. Als je niet weet wat spelvreugde is of het nog nooit zelf hebt ervaren, dan is deze workshop een openbaring. Genieten puur, terwijl tegelijk lekker fanatiek gespeeld wordt. Onze Vlaamse collega's weten de deelnemers wel te raken! Als je daarnaast ook nog vrolijk wordt van de Vlaamse tongval en het taalgebruik, dan wil je niet meer weg uit deze workshop.

Toch ga ik naar de andere kant van de sporthal en zie ik de groep bij de Duitse collega Arno bezig met gecompliceerde opdrachten. In een kring of in viertallen moet er geconcentreerd gewerkt worden en als er iemand iets mist of een fout maakt dan breekt de concentratie/de spanning en mag er even heel ontspannen gelachen worden. De opdrachten worden moeilijker en aan de momenten van stilte en het onderling overleg is te merken dat iedereen de gedachten er goed bij moet hebben om de opdrachten te kunnen uitvoeren. Bijvoorbeeld: een deelnemer doet bewegingen voor die de anderen moeten nadoen. Maar al gauw moet je tegenovergestelde bewegingen maken: armen hoog is teken armen omlaag, armen naar rechts is teken armen naar links enz. De opdrachten gaan nu steeds meer in de richting van voorwaarts bewegen, waarbij allerlei nevenopdrachten uitgevoerd moeten worden. Dan weer over naar tweetallen, waarbij de eerste beweging een bijbehorende reactie vraagt. Deze eerste beweging varieert en dus moet de bijbehorende reactie ook steeds anders zijn. De rust in de zaal wijst op volledige concentratie en als de opdracht niet lukt, wordt er even ontspannen gelachen, maar daarna is er weer volledige concentratie. Vertaal dit eens naar het uitvoeren van het juiste gedrag in spelsituaties die steeds veranderen en dus komt continu concentratie vereisen.

Buiten ruimen de deelnemers aan Kio Rahi de spullen op, terwijl de cricketers nog volop bezig zijn met hun spel.

De beach handballers zijn nog fanatiek bezig met de wedstrijd, waarbij het spel heen en weer schiet en de vele vliegende wissels laten zien dat er volgens een duidelijk tactisch plan wordt gespeeld. Het spel is vermoeiend en af en toe wordt er een drinkpauze ingelast, waarbij de tijd meteen gebruikt wordt voor tactisch overleg.

Dan is het lunchpauze. Geen straf, want de verzorging is weer even perfect als gisteren.

In de zon komen tijdens de lunch de verhalen weer los en het uur lunchtijd is snel voorbij. Dan gaan we met alle deelnemers op weg naar het sluitstuk van de deze twee fraaie dagen: Burner Games gespeeld met ongeveer 100 spelers onder de bezielende leiding van Dennis Witsiers (voor hem is het ook een unieke opgave om met zoveel deelnemers tegelijk te werken).

Ik stap de sporthal binnen en kom terecht in een kakafonie van geluid: 100 deelnemers laten zich al horen en daar bovenop zijn er nog 100 piekippen die zich niet onbetuigd laten!

Dennis erkent in zijn inleiding dat hij wel even wakker heeft gelegen van deze opdracht...

In het eerste spel schermen tweetallen met elkaar met als wapen de piepende kip. Op dit moment zijn oordoppen geen overbodige luxe! Het spel heeft tot doel om met elke overwinning te stijgen in de hiërarchie (amoebe-muis-poes-leeuw-olifant-dinosaurus).

In de tweede ronde worden negen ploegen van circa tien spelers geformeerd. De op hol geslagen kippen zijn ondertussen niet meer te temmen...

Op drie velden worden drie verschillende spelen gespeeld. Per veld drie ploegen, waarvan één ploeg rust heeft. Na de eerste spelronde wisselen de drie ploegen naar het volgende veld en heeft een andere ploeg rust. Bij de eerste wisseling worden de kippen weggebracht. Ze zijn niet meer nodig. Ik heb nooit geweten dat kippen zoveel lawaai maken als ze terug gaan naar hun hok....

De tweede ronde begint en dat is weer op een andere manier duidelijk te horen. Laat LO-ers los in allerlei competitieve spelen en het is heel goed hoorbaar dat hier liefhebbers aan de gang zijn. Zoveel liefhebbers tegelijk bezig met verschillende spelen: het is een feest om het mee te mogen maken. Zet hier een of andere sceptische of onwillige schoolleider op de tribune en je krijgt nu direct toestemming om in te schrijven voor beide dagen van de Twentedagen 2024 (11 en 12 april).

Dompteur Dennis ziet met voldoening dat alles volgens plan verloopt. Hij staat zichtbaar te genieten van het bewegescircus dat hij in gang heeft gezet en dat loopt als een trein.

De tweede ronde is afgelopen en de ploegen worden door Dennis naar het volgende veld gedirigeerd. Met een tevreden glimlach om zijn mond geeft hij het startsein voor de derde ronde. Het feest gaat door en zelfs iemand die azijn in plaats van bloed door zijn aderen heeft stromen, kan hier niet chagrijnig bij blijven. Zoveel spelplezier werkt aanstekelijk!

Ondertussen hangt Dennis op de diverse velden de instructie op de muur voor de volgende fase van dit spelfeest. Hij is net op tijd klaar om de ploegen voor de derde ronde naar het veld te dirigeren. Daar leggen zijn assistenten aan de ploegen de spelregels uit (zoals ze dat in de vorige twee rondes ook deden) en wordt het startsein voor ronde drie gegeven. Dennis kan weer even aan de kant gaan staan om te genieten. Genieten van de sfeer geldt in deze hal voor iedereen. Zelfs een geboren pessimist wordt door deze lawine van spelvreugde een aarts-optimist.

Na de derde ronde van de poulewedstrijden krijgen de deelnemers een klein kwartiertje pauze om iets te drinken en bij te komen van de emoties. Aan het einde van deze pauze is er maar één seintje nodig om alle deelnemers weer in de sporthal te krijgen, want nu gaat de apotheose van de Twentedagen van 2023 beginnen.

Maestro Dennis deelt de drie poules in, waarbij alle nummers 1 van de vorige drie poules bij elkaar worden gezet en dat gebeurt ook bij de nummers 2 en 3. Op de drie velden staan de spullen klaar voor deze ronde. Er worden drie andere spelen gespeeld dan in de vorige rondes en de assistenten leggen op de drie velden de spelregels weer uit. De slotronde gaat beginnen...

Dennis mag weer even terug in de luwte en het initiatief ligt weer bij de deelnemers die graag deze uitdaging aangaan.

Snel is het eerste deel van deze finaleronde voorbij en verhuizen de ploegen naar het volgende veld. De assistenten leggen weer uit en er wordt weer snel gespeeld. Iedereen is nog even enthousiast bezig, hetgeen nog steeds duidelijk te horen is en voor je er erg in hebt, is ook deze tweede speelronde voorbij. De laatste wisseling vindt plaats en de slotwedstrijden van het sluitstuk van deze tweedaagse gaan van start. Nog één keer leggen de assistenten uit en dan is het echt: "helpers weg, laatste ronde!"

Hoeveel plezier de spelers ook aan deze laatste ronde beleven, de klok is onverbidlijk: het laatste eindsignaal van deze dag klinkt en de sporthal moet weer in onberispelijk staat opgeleverd worden. Alle materialen moeten opgeruimd worden en dan wacht nog het invullen van de enquête en het gezamenlijke laatste drankje in de kantine van de sporthal. Maar eerst nog de uitslag van dit fraaie sluitstuk van de Twentedagen. Iedereen zit verwachtingsvol rond de grote organisator Dennis op de grond en dan krijgt elke ploeg de uitslag en een bijbehorende prijs. In de euforie van de uitslag en de napret van deze twee perfecte dagen, helpen alle deelnemers met het opruimen van het materiaal, waarna het al genoemde laatste drankje soldaat gemaakt kan worden.

En het blijft niet bij één laatste drankje, maar het worden er meer. Logisch als je nog zoveel mooie ervaringen van deze twee dagen wilt delen met elkaar. Dan ben je met een half uur nog niet klaar, daar is echt meer tijd voor nodig.

En dat is dan meteen een groot compliment aan de commissie Twentedagen, de assistenten en de workshopleiders!

P.s.: ga voor de vakantie vast even langs bij de schoolleiders: 11 en 12 april 2024!!!

Groet, Leo