NUMMER 4 JAARGANG 110 | mei 2022

LO MAGAZINE

KVLO.NL

SCHOOLSPORT

Sportiefste so- en basisschool

PRAKTIJK

Pickleball
Cricket4KIDS
Judo Gedan

Wat heeft corona met onze leerlingen gedaan?

HET MAGAZINE VAN DE KONINKLIJKE VERENIGING VOOR LICHAMELIJKE OPVOEDING

KVLO

TOPIC

Wat heeft corona met onze leerlingen gedaan?

In LO Magazine 4 staan maar liefst acht topicartikelen: vijf in het magazine en drie als bonusartikel op de website. In het eerste topicartikel 'Corona en LO in vo' staan de resultaten van de online enquête gehouden onder de vo-leden van de KVLO. Andere artikelen gaan over fysieke activiteit, schermgedrag, lichaamsgewicht, motoriek en groepsdynamica en in het bijzonder welke gevolgen corona heeft voor bepaalde doelgroepen. Jennifer Nuij beschouwt haar zoektocht naar online bewegingsopdrachten tijdens corona. Eric Swinkels geeft suggesties voor aanpassingen van het PTA: Sofie Vrieswijk beschrijft een onderzoek naar motorische vaardigheden na de coronapandemie van kinderen. Gertjan van Dokkum neemt je mee in het 'wezen' van ons vak. Wat betekent 'na-corona' voor ons vak, onze relatie met leerlingen en onze rol op school?

18

TOPIC

06 Corona en LO in vo | Maarten Massink
10 Minder bewegen en meer gewicht tijdens en na coronapandemie | Ger van Mossel
14 Zonder wèlke relatie geen prestatie? | Douwe van Dijk
18 Een kijkje in het wezen van onderwijs | Gertjan van Dokkum
36 Sport als preventief medicijn tegen sociaal- economische ongelijkheid in de gezondheid | Frank Gerritsen

SCHOOLSPORT

43 De Hertog (so) en Het Lichtpunt (po) sportiefste basisscholen van Nederland 2022 | Nathalie Termorshuizen
44 De Hertog - Sportiefste so van Nederland! | Mieke Akkermans
46 De Ommezwaai: een rijk binnen schools aanbod | Alfred van Bergen

EN VERDER

03 Mijn laatste voorwoord | Stella Salden
40 De moderne gymzaal: Akoestiek (4) | Folkert Buiter en Odin Wenting
48 Mag ik nog complimenten geven? | Esther van der Steeg

PRAKTIJK

23 Gedan; ervaren van het spelprobleem (2) | Herman Verveld en Engbert Flapper
26 Pickleball | Wilco Bronmeijer
30 Beweegprogramma Cricket4KIDS | Margo Cornelissen

48

Reageren op vakbladartikelen?
redactie@kvlo.nl

Bonusartikelen op de website

- PTA aanpassingen in het vo in coronatijd | Eric Swinkels
- Bewegingsonderwijs tijdens lockdown | Jennifer Nuij
- Corona en de motoriek van kinderen | Sofie Vrieswijk, Lisanne Balk en Amika Singh
- Beeldcoaching als waardevolle toevoeging in stage en beleidingstrajecten | John Treub

Scan de QR-code voor de bonusartikelen

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

RUBRIEKEN

02 Inhoud
03 Voorwoord
52 Onderwijs
54 Scholing
55 Nieuws

Foto cover: Anita Riemersma

Colofon **Redactie:** Ger van Mossel (hoofdredacteur) Maarten Massink (praktijkredacteur) Jacqueline Tangelder (redactiemedewerkster) **Redactieraad:** Monique van Ark, Berend Brouwer (VZ), Dorien Dijk, Douwe van Dijk, Frank Gerritsen, Harold Hofenk, Frank Jacobs, Pieter Matthijsse, Marijke Slotboom, Herman Verveld. **Redactieadres:** KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, Tel.: 030 69 20 847, e-mail: redactie@kvlo.nl. **Abonnementen:** Jaarabonnement € 63,50 (buitenland € 90,-) Losse nummers € 5,– (excl. verzendkosten). Iedere week verschijnt er een digitale nieuwsbrief. Aanmelden via www.kvlo.nl. **Verschijningsdata:** zie www.kvlo.nl **Handelsadvertenties:** OnderwijsMedia, Tel.: 030 – 210 23 86, e-mail: sales@onderwijsmedia.nl, www.onderwijsmedia.nl **Vormgeving en opmaak:** FIZZ | Digital Agency – fizz.nl. Aanbieding en plaatsing van teksten en foto's houdt mogelijk gebruik via andere media-uitingen van de KVLO in, uiteraard met vermelding van auteur en fotograaf. Overname van artikelen is alleen toegestaan met bronvermelding en na goedkeuring van de auteur. De redactie is verantwoordelijk voor de samenstelling. Wij hebben dit magazine met uiterste zorg samengesteld. Wij hebben daarbij steeds getracht mogelijke rechthebbenden te achterhalen. Indien u onverhoopt meent rechten te kunnen doen gelden, dan verzoeken wij u dit kenbaar te maken bij de redactie.

Mijn laatste voorwoord

Er waren genoeg actualiteiten om over te schrijven. Bijvoorbeeld over de oproep van de Nederlandse Sportraad om beweging als eerste levensbehoefte te beschermen. Dat betekent een omschakeling van gezondheidsbevordering naar gezondheidsbescherming. Of over het recent afgesloten onderwijsakkoord waarmee anderhalf miljard geïnvesteerd wordt in hoger salaris, minder werkdruk, extra scholingstijd en ruimere ondersteuningstoelagen. En wat te denken over wat corona gedaan heeft met onze leerlingen: het thema van dit magazine.

De kern van de coronacrisis was afzien: fysiek en mentaal. Toen het leeg en stil op de scholen werd, hebben we het face-to-face-(bewegings)onderwijs zien veranderen in online lesprogramma's. Het bleek een tijd van minder bewegen, meer schermtijd en nog meer (over)gewicht. De overgang van *damage control*, via innovaties en interventies, naar de geleidelijke afbouw van de maatregelen heeft de jeugd natuurlijk anders beleefd omdat de risico's voor jongeren veel geringer waren. Maar ondertussen gingen wel veel leuke dingen aan hen voorbij en voelden zij zich, in een saaie contactarme bubbel, onderdeel van een groot groepsdynamisch experiment.

Keuze genoeg dus voor een voorwoord. Maar ik kies toch voor een ander onderwerp omdat ik op 13 januari na lang beraad heb besloten mijn eerste termijn als voorzitter niet te verlengen. Dat besluit is genomen in de verwachting dat afgelopen week een nieuwe voorzitter zou aantreden maar die diende zich helaas niet aan. Op verzoek van het bestuur heb ik me bereid verklaard aan te willen blijven tot de ALV van december. Daarmee zou ook een goede overdracht van het voorzitterschap gegarandeerd zijn.

Ik meen dat jullie recht hebben op mijn overwegingen die hebben geleid tot dat besluit. Daarvoor heb ik mijn zittingsperiode overdacht aan de hand van vijf, min of meer chronologische, beschouwingen. Deze vijf beschouwingen staan beschreven op pagina 4.

Stella Salden

Vijf beschouwingen

(vervolg voorwoord)

1 Enthousiasme

Mijn gehele gevoel en mijn volle verstand adviseerden me drie jaar geleden om me kandidaat te stellen voor het voorzitterschap van de KVLO. Vanuit mijn sportachtergrond heb ik een passie voor bewegen. En eenmaal opgeleid aan de Kalo is de liefde voor het vakgebied levenslang in je verankerd. De KVLO is een vereniging met verhoudingsgewijs veel leden en ik zou daar veel geestverwanten tegenkomen. Sportieve leuke mensen die er het beste van willen maken.
Nog belangrijker voor me was dat ik wist dat de KVLO een belangrijke speler is in een tijd van bewegingsarmoede, met name onder jongeren. De vereniging heeft een mooie maatschappelijke opdracht om te zorgen voor voldoende en goed bewegen. Het belang van bewegen voor de gezondheidsbevordering en gezondheidsbescherming sloot ook goed aan bij mijn functie als voorzitter van NU'91, de enige onafhankelijke beroepsorganisatie voor verzorgenden en verpleegkundigen. Ook daar wordt een gezonde samenleving van grote maatschappelijke betekenis gezien en is het de dagelijks drijfveer. Je zult begrijpen dat ik, eenmaal benoemd als voorzitter, met veel enthousiasme en hoge verwachtingen aan mijn functie ben begonnen.

2 Weeffoutjes

Tijdens mijn kennismakings- en inwerkperiode als voorzitter werd ik in mijn geestdrift bevestigd door wat ik aantrof. Dat was een verbazingwekkende veelheid aan activiteiten, een aanhoudende aandacht voor de ontwikkeling van het vak, een magazine met praktische en wetenschappelijke artikelen van niveau en een goed geolied bureau met kennis van zaken. Maar bovenal, en overal waar ik kwam, vond ik een bevestiging van mijn enthousiasme in de ontmoeting met actieve energieke leden met toewijding voor het vak.

Met de vakinhoudelijke potentie zat het dus wel goed maar al snel zag ik in de verenigingsstructuur en -cultuur een aantal belemmeringen voor een verdere professionalisering van de vereniging en voor het kunnen vergroten van de betrokkenheid van haar leden. De KVLO moet zich immers zo ontwikkelen dat ze zich kan verankeren in de maatschappij van de toekomst. Dat moet bovendien binnen de kaders van de in 2021 ingegane Wet bestuur en Toezicht Rechtspersonen (WBTR). En die noodzakelijke evolutie lukt niet met onduidelijkheid over verantwoordelijkheden, bevoegdheden en taken van de diverse gremia. Bovendien zijn bepaalde functies nu eenmaal onverenigbaar en bij de aanwezige dubbelrollen ligt altijd belangenverstrengeling op de loer.

De aanwezigheid van weeffoutjes in de structuur heeft bovendien altijd consequenties voor de cultuur. Dat leidt makkelijk tot irritaties en frustraties, polarisatie en onderlinge diskwalificatie, verwarring en verstarring. Dan wordt er teruggevallen op procedures en gaat het mis in de besluitvorming. Ook blijven dan zaken onbesproken, terwijl ik problemen juist graag benoem en het vervolgens een uitdaging vind om een oplossing te zoeken.

De onvolkomenheden in de structuur werden tijdens de coronacrisis nog eens extra uitvergroot. Voor een deel als gevolg van de gewijzigde en gebrekkige communicatiemogelijkheden maar vooral door de spagaat waarin veel onderwijsorganisaties zaten. Deze organisaties werden op alle niveaus gevraagd mee te denken over het te voeren beleid. Maar toch hebben ze regelmatig de media ontweken omdat veel docenten, vanwege hun eigen gezondheid of die van hun dierbaren, niet naar school wilden. Ook de KVLO heeft toen prioriteit gegeven aan de veiligheid van de leden en niet aan de zichtbaarheid in de media.

3 Dispuut

Het is natuurlijk normaal dat binnen een vereniging andere opvattingen bestaan en soms sprake is van wat bakkeleien en bekvechten. Dat is op zich niet zo erg en de aanwezigheid van verschillende meningen kan zelfs productief zijn. Maar in het verschillen van mening, ook als de mening aanvechtbaar is of betwist kan worden, zit ook altijd een opgave. Daarover schreef de Franse filosoof Jean-Francois Lyotard in zijn boek 'The Differend'. Bij zijn verhandeling over 'difference in the sense of dispute' spreekt hij bewust niet over (be)twist(en) maar over 'dispuut'. Hij gebruikt het begrip 'dispuut' om het 'geschil' aan te geven tussen de verschillende perspectieven die er zijn om de realiteit te benaderen. Dat buiten je eigen kaders kijken, wordt ons ook geleerd in de beeldende kunst. Ook daar staan we graag klaar met ons eigen (waarde)oordeel. Ervaar maar eens wat er met je gebeurt als je kijkt naar werken van René Magritte zoals 'De interpretatie van dromen' of 'Het verraad van de voorstelling' (beter bekend als Ceci n'est pas une pipe.).
Terug naar Lyotard. Die stelt dat er blijkbaar een strijd (dispuut) is om standpunten. Dat komt omdat we

blijkbaar een heel netwerk aan perspectieven ter beschikking hebben om de werkelijkheid te bekijken. En soms zijn gezichtspunten met elkaar in strijd. Zo kan een verenigingsperspectief in strijd zijn met een afdelingsperspectief of kan een bestuurs(lid)perspectief in strijd zijn met een (ere)lidperspectief. Nu is een andere invalshoek helemaal niet erg als de intentie maar aanwezig is om de ander te verstaan. Zie daarvoor ook het artikel van Gertjan van Dokkum in dit magazine over 'de blik van de ander'. Maar het willen begrijpen van het perspectief van de ander, van de andere partij, van de tegenstander, vraagt van de discussie- of debatpartner(s) altijd om een 'handeling'. Om twee verschillende standpunten te kunnen overbruggen om en daar een oplossing voor te vinden, is een handeling nodig. Dat kan zowel een denk-actie als een doe-actie zijn.

4 Reflectie

Naar menselijke maatstaven, maar ook in de historie van de KVLO, is een voorzitterschap van drie jaar veel te kort. Het enthousiasme van de leden, de afdelingen, medebestuurders en bureaumedewerkers stelde mij in staat energiek te opereren. Maar omdat enthousiasme een zeer sterke drijfveer is, kan het helaas soms ongecontroleerd en dus blind zijn. In de sport zie je dat bijvoorbeeld terug bij spelverruwing en hooliganisme. In besturen zie je dat terug in het oordelen vanuit de eigen context, het niet delen van informatie of juist delen van vertrouwelijke informatie, een gebrek aan zelfcorrigerend vermogen en een vervaging van de onderlinge aanspreekcultuur. Het bestuur wordt aangesproken op tig operationele en uitvoerende zaken en er ontstaat weerstand als dit soort werkzaamheden wordt afgehandeld door het bureau. Dat leidt tot een tijdsinvestering die niet past bij hoe de belasting van een bestuur er op papier uitziet. Daar komt nog eens bij dat nagenoeg alle bestuursleden zich al lange tijd niet veilig voelden en daar persoonlijk en professioneel (in hun andere werk) last van hadden.

Natuurlijk loop je als bestuurder tegen teleurstellingen aan. Maar als je veel vrije tijd moet opofferen voor een weinig prettige sfeer dan leidt dat tot overdenking en reflectie en uiteindelijk tot een conclusie. Het waren voor mij drie enerverende jaren maar ik koester de overwegend positieve ervaringen. Desondanks heb ik besloten om te vertrekken. Ik beschouw dat niet als opgeven. Interpreteer het als het afgeven van een signaal dat de huidige situatie voor het bestuur niet werkbaar is en dat ik met het beëindigen van mijn voorzitterschap ruimte wil geven voor de noodzakelijke veranderingen.
Mijn doel is steeds geweest om van KVLO een eigentijdse, professionele, democratische en toekomstbestendige organisatie te maken. De contouren daarvan liggen deze maand ter besluitvorming voor in de ALV. Indien gewenst ben ik nog een half jaar bereid om te helpen deze uit te werken.

5 Traditie en vernieuwing

De geschiedenis van de KVLO wordt 'verteld' in verschillende geschiedenisboeken en in de vensters en biografieën van de canon voor de lichamelijke opvoeding. Maar het hierboven beschreven 'dispuut' is meer dan het opsommen van gebeurtenissen. Want alles wat geschreven is over vroeger gebeurt in het heden natuurlijk ook. En wat nu gebeurt is veel meer het innemen van een positie vanuit één standpunt en van daaruit de confrontatie aan durven te gaan met het perspectief van de ander. Je horizon verschuift immers alleen als je beweegt. Als je dat beseft, kan vernieuwing ontstaan omdat het een voortdurend proces is in de richting van het andere, het betere. 160 jaar KVLO moet je dus zien als een serie historische gebeurtenissen die tegen een horizon van vernieuwing verschenen. Dat moet ons sporters aanspreken want daar ligt eigenlijk de betekenis van citius, altius, fortius. Daarom is een nieuwe verenigingsstructuur, en de zich daarbinnen ontwikkelende verenigingscultuur, pas echt bevredigend als:
het voor de leden een herkenning van een idee is;
het bestuur in een werkbare en prettige omgeving haar verantwoordelijkheid kan nemen en haar aansprakelijkheid kan dragen. Als gevolg van de WBTR is besturen immers geen 'hobby' meer omdat bestuursleden persoonlijk aansprakelijk zijn. Dat vereist van alle gremia een professionele opstelling; het een symbool is van enthousiaste mensen die niet alleen streven naar het steeds hoger, steeds sneller, steeds verder, maar ook streven naar een vorm van beheersing, streven naar een vorm van het nieuwe.

De KVLO gaat hoe dan ook haar toekomst tegemoet. Maar *destiny is not a matter of chance, it's a matter of choice* (G. Hamel en C.K. Prahalad in *Competing for the future*). Toekomst overkomt je niet, het kan ook tot stand worden gebracht. Daarom hoop ik vanuit de grond van mijn hart dat jullie, met behoud van je sterke wortels, nieuwsgierig en enthousiast de weg naar het nieuwe inslaan. Je loopt daarbij altijd het risico dat het niet helemaal lukt zoals gepland, maar dat risico moet je accepteren.
Onze vereniging heeft vanaf 1862 tot op heden vaak nieuwe wegen ingeslagen. Jullie kunnen trots zijn op een vereniging waar heel veel leden enthousiast een constructieve bijdrage leveren. Draag die trots ook uit want er is in de KVLO meer dan genoeg om trots op te zijn. En blijf vooral elkaar versterken en complementeren in het belang van het goed bewegende kind en de professionals in ons vakgebied. ●

Stella Salden

Corona en LO in vo

Rimpeling of tsunami?

We hebben recentelijk een periode van lockdown en coronamaatregelen achter de rug. De meeste scholen beginnen weer langzaamaan naar de 'normale' situatie terug te keren. In LO Magazine 4 besteden we aandacht aan de ervaringen met, en de gevolgen van corona voor het vak LO op school. Wat hebben LO-docenten in het vo gedaan in deze periode? Wat zijn na deze periode belangrijke aandachtspunten voor het lesgeven? Wat vinden LO-docenten van de fysieke en/of mentale gesteldheid van leerlingen? Het gaat erom terug te kijken op, en te leren van deze unieke periode in de geschiedenis van het onderwijs en LO in het bijzonder.
| **Tekst** Maarten Massink

We hebben een online enquête gehouden onder LO-docenten en hun gevraagd naar ervaringen tijdens en na de coronaperiode. Er was sprake van een lockdown. Leerlingen en docenten zaten gedwongen thuis. Door de meeste scholen werden online lessen aangeboden. Geldt dit ook voor LO? En zo ja in welke mate en hoe is dat verlopen? Hoe is naderhand de draad weer opgepakt? Is alles *back to normal* of zijn er blijvende veranderingen of effecten te signaleren of te verwachten? Met een vragenlijst proberen we hiervan een beeld te krijgen. 393 Vakleerkrachten vo hebben gereageerd. Er is gevraagd aan te geven in hoeverre genoemde aspecten tijdens de lockdown aan de orde waren op een vierpuntschaal (niet/nauwelijks, in geringe mate, in meerdere mate, veel/volledig of n.v.t.). Hier is geen sprake van een wetenschappelijk onderzoek maar een beeldvorming op basis van een online enquête. Wellicht vormt dit beeld aanleiding voor nader onderzoek.

Tijdens de lockdown

De hoofdvraag is: hoe heb je de LO-lessen vormgegeven?

Uit de resultaten blijkt dat ongeveer twee derde (65%) niet of in geringe mate online les heeft gegeven en een derde (35%) in meerdere mate of volledig. Dezelfde verhouding is zichtbaar in het maken van een digitaal lesprogramma voor online lessen. Wat betreft

het onderhouden van contact met de klas geldt dit voor een kleine meerderheid (59%). Dus hoewel een minderheid online les heeft gegeven, heeft een meerderheid wel contact onderhouden met de LO-klas.

Een meerderheid (61%) heeft geen of in gering mate feedback/rapportage gegeven over de online lessen. Wat betreft het aanpassen van PTA-onderdelen is het ongeveer fiftyfifty.

Positieve en negatieve ervaringen
Uit de aanvullende opmerkingen zijn positieve en negatieve ervaringen genoteerd. Wat betreft het onderhouden van contacten hebben sommige scholen kans gezien een online programma te ontwikkelen met veel challenges.

Opmerkingen
"Challenges verplicht voor de leerlingen.
Leerlingen moesten hun opdracht, gefilmd inleveren via Classroom en kregen een waarderingscijfer.
Wij zijn gaan lesgeven op de basisscholen in de wijk, geweldig.
We hebben opdrachten rondom de school uitgezet zoals: het Jachtseizoen, LO-quiz, Wie is de Mol, Ommetje, Strava en nog veel meer leuke spellen.
We hebben nu een gedeeld document met wel 30 lesbrieven die allemaal met bewegen te maken hebben.
We hebben vooral KANSEN gezien tijdens de LOCKDOWN."

Na de lockdown

Hoe heb je na de lockdown de draad weer opgepakt?

Opvallend is dat 92 procent de draad weer gewoon volledig of in meerdere mate heeft opgepakt. Over de geringere fysieke belastbaarheid van leerlingen lopen de meningen uiteen. Van 43 procent niet of in mindere mate tot 56 procent van in meerdere mate tot volledig.

Andere groepsdynamica
Interessant is de ervaring dat een meerderheid (77%) van LO-docenten vindt dat leerlingen in een nieuw groepsdynamisch proces zijn terechtgekomen.

Opmerkingen
"Opvallend vinden wij dat sommige klassen groepsdynamisch gedrag vertonen dat we normaal gezien in een klas van twee leerjaren lager/jonger zien. Met name dit effect wordt in mijn ogen te weinig door de overheid gezien, die voornamelijk de prestaties voor ogen heeft."

"Ik merk niet alleen bij LO veranderingen bij leerlingen. Weinig geduld, brutaal/kort lontje, egoïstischer, niets voor een ander over hebben. Samenspel is lastig. Lesgeven is nu echt vermoeiender dan voor corona."

Belang van sociale binding
Andere opmerkingen in dit verband gaan over het belang van ons vak wat betreft sociale binding met elkaar. Dit werd duidelijk ervaren als een gemis in de coronaperiode.

Opmerkingen
"Het verschilt erg per leeftijdsgroep, maar ik heb gemerkt dat leerlingen na de lange lockdown het echt heerlijk vonden om weer iets in een groep te kunnen en mogen doen. Het gemis van sociale interactie en letterlijk zelf in actie was best groot. Mooi om die motivatie en beleving opnieuw te zien ontstaan."

"Ik vind dat we op school veel te veel bezig zijn met eventuele achterstanden of angst daarvoor. Ik denk dat dat allemaal wel meevalt. Ik vind dat onze focus veel meer moet gaan naar het sociaal-emotionele proces waar leerlingen twee jaar lang een groot stuk begeleiding, het samen zijn en je leren tot elkaar verhouden, gemist hebben. Ons vak is daar een goede basis voor, maar voorlopig is iedereen zelf nog aan het bijkomen en ondertussen rijdt de trein volop verder richting eindexamen en andere beoordelingsmomenten. Zonde!"

Digitale vaardigheden
Wat betreft de digitale vaardigheid vindt een meerderheid (69%) dat

leerlingen digitaal vaardiger zijn geworden. Contacten met ouders gaan ook makkelijker. Maar de toename van digitale communicatie heeft ook nadelen.

Opmerkingen
"Afspraken met ouders, leerlingen en/of collega's zijn nu (nog steeds) veel online."

"Na de corona was er meer ruzie in de klassen en tijdens de pauzes. Op dit moment is alles weer vrij rustig en zie ik niet veel verschil meer. Overgewicht/social media is al een lange tijd een probleem!"

Hoewel de leerlingen digitaal vaardiger zijn geworden, zijn de digitale contacten met de klas minder goed in stand gebleven volgens een meerderheid van de reacties (65%).

Invloed van corona

Wat zijn de effecten van de coronaperiode voor LO binnen jouw school?

Een overgrote meerderheid (88%) is van menig dat er niet meer of slechts in geringe mate aandacht is gekomen voor gezondheid en de rol van ons vak daarin. Maar ook enkele positieve reacties.

Opmerkingen
"We draaien weer op de oude piloot. Gezondheid zat toch in die prik en niet in bewegen ;)
Wel meer ruimte voor welbevinden.
Nu catering met gezonde voeding."

Wat betreft de hygiënische maatregelen is 79 procent van mening dat er niet of in geringe mate meer aandacht is gekomen voor hygiëne in school en de gymzalen. Maar ook enkele positieve reacties.

Opmerkingen
"Tijdens de eerste besmettingsperiode wel (veelvuldig schoonmaken van materiaal, tafels en handen), daarna niet meer.
Dit hangt af van de docent maar wordt niet geregeld door school.
We ventileren regelmatig en het materiaal wordt gereinigd."

Corona heeft voor de meesten niet of in geringe mate geleid tot een andere visie op ons vak en de betekenis op school (89%). Ook de LO-docenten zelf zijn niet of in geringe mate anders gaan denken over de betekenis van ons vak (70%).

Opmerkingen
"Gezondheidsmotief krijgt nu meer aandacht.
Meer naschoolse activiteiten.
Doelen iets meer verschoven richten beleven/sociaal en fitheid.
Een praktijkvak wíl je niet online geven.
Visie ging al om een leven lang met plezier leren bewegen, heeft deze noodzaak alleen maar duidelijker gemaakt."

Persoonlijke ervaringen/effecten

Hoe heb je zelf deze coronaperiode ervaren?

De meeste docenten geven aan (59%) dat het niet zo moeilijk was in contact te blijven met leerlingen. Een aanzienlijk deel (40%) vond dat wel moeilijk.

Opmerkingen
"Je ziet leerlingen wel op het scherm, maar dat 'contact' is niet echt. De verbinding mist volledig.
Niet zozeer 'contact', maar wel het niveau van contact, de intensiteit in contact.
Digitaal contact levert mij geen energie op, de leerlingen ook niet.
Sommige leerlingen waren lastig online contact mee te krijgen. Fysiek is contact veel gemakkelijker.
Online is verstoppen makkelijker en daardoor voor mij moeilijker om ze te blijven stimuleren.
We hadden echt ons best gedaan om er online iets leuks van te maken maar de respons van leerlingen was heel marginaal. Daarom weer blij dat we ze in real life zagen."

"Via TEAMS is dat prima te doen.
Ben altijd op school geweest voor coördinatie opvang kwetsbare leerlingen.Ik heb een Instagram-account aangemaakt om contact te houden met leerlingen en om grappige (sport) filmpjes te maken."

Motivatie lesgeven
Wat betreft de motivatie om te blijven lesgeven waren de ervaringen verdeeld.

Iets meer dan de helft (53%) kon de motivatie vast houden.

Opmerkingen
"Ik ben altijd gemotiveerd om les te geven. Juist nog meer na de lockdown omdat het zo belangrijk is om te bewegen en ook vanwege de groepsdynamica.
Ik heb gedacht in kansen, lesgeven op de basisschool, leuke lesbrieven maken. Doordat leerlingen hun opdrachten moesten inleveren via film of foto zagen we de mooiste presentaties."

"Ritme was weg; positieve vibe/prikkels van fijne collega's/sectie gemist; in zijn algemeenheid het missen van de contacten met iedereen in je omgeving.
Mijn motivatie voor het lesgeven was er nog steeds alleen het digitaal lesgeven van LO was niet lang vol te houden.
Ik heb overwogen om ander werk te zoeken."

Waarde van LO
Meer dan de helft (62%) is de waarde van ons vak in de coronaperiode niet anders gaan zien. Een aanzienlijk deel (36%) in bepaalde mate wel.

Opmerkingen
"Heb zelf veel stil gezeten waardoor ik beweging miste. Vanuit daar het belang nog meer gezien van het vak bewegingsonderwijs.
Belang van bewegen als motor van het schoolse leven is weer onderstreept.
Vond en vind het nog steeds het meest waardevolle vak.
Gaf juist de waarde aan. Alle leerlingen, ook de zwakkere bewegers, misten het.

Groepsdynamische processen
De grote meerderheid (75%) vindt dat de groepsdynamische processen meer begeleid moeten worden na de lockdownperiode.

Opmerkingen
"De vanzelfsprekendheid in contact tussen leerlingen heeft een knauw gehad.
Er zijn veel akkefietjes en pesterijen, met name in de vrije situaties zoals in de kleedkamer. Opvallend verschijnsel.
Leerlingen hebben minder structuur gehad, hierdoor hebben ze moeite om weer gestuurd te worden.
Ook voor corona was ik al bezig met de dynamiek in groepen.
We komen in een hernieuwde storming fase."

Een minderheid (40%) van de respondenten ging met collega's het programma opnieuw afstemmen door deze corona periode. 57 Procent geeft aan niet of in mindere mate hier iets aan te doen. Dus voor een aanzienlijk deel (40%) is de coronaperiode aanleiding geweest het programma tegen het licht te houden en opnieuw af te stemmen.

"We houden hetzelfde programma aan, alleen passen we de activiteiten natuurlijk aan naar het kunnen van de klas.
Doen we altijd al. Na de lockdownaanpassingen vanwege conditiegebrek/energie bij leerlingen zijn we begonnen met 'leuke dingen', groepsdynamiek, samenwerken en niet op conditionele dingen. Thema's zijn hetzelfde gebleven, maar startpunt voor de leerlingen is anders (minder vaardigheden).
We willen nog meer de doorlopende leerlijnen benoemen. Meer rekening houden met mogelijk minder lessen vraagt om programma aanpassing.
Wij hebben allerlei filmpjes gemaakt en 'gejat' om de leerlingen te enthousiasmeren om te gaan bewegen, deze deelden wij en verder good practice voorbeelden."

Tot slot

De uitkomsten van de enquête tonen aan dat een meerderheid niet online heeft lesgegeven. Verder worden door de lockdown vooral veel veranderingen ervaren in de groepsdynamiek. Leerlingen zijn een tijdje uit hun ritme en structuur geweest (net als de docent) en zij zullen weer een nieuw ritme en orde in de groep moeten vinden. Veel docenten zijn wel blij weer les te kunnen geven in de fysieke lesgeefsituatie. Ze zijn de waarde en het belang daarvan nog meer gaan inzien. Dat maakt dat we nog meer worden uitgedaagd dit belang ook in daden om te zetten wat betreft lessentabel en de schoolbrede bijdrage van het vak. Juist in deze tijd is het belang van het vak extra gevoeld, maar heeft niet altijd vorm gekregen in meer tijd en ruimte voor bewegen voor leerlingen. Zodra de school keuzes moet maken voelen LO-docenten dat als mogelijkheden voor nieuwe kansen.

Opmerkingen
"Mooi dat we bij ons op school ook na de lockdown bij het deeltijdonderwijs de keuze konden en mochten maken om sport in te zetten als middel om de leerlingen weer met elkaar te laten verbinden."

"Geen cijfer- en prestatiedruk maar gewoon plezier hebben met elkaar; leerlingen onderling maar ook leerling en docent met elkaar. Wat heerlijk genieten was dat."

Met dank aan Annet Komen voor het uitzetten van de enquête en degenen die de enquête hebben ingevuld. ●

Contact
m.massink1@upcmail.nl
Foto's
Anita Riemersma
Kernwoorden
corona, enquête, vo-docenten LO

Minder bewegen en meer gewicht tijdens en na coronapandemie

In gesprek met Anita Vreugdenhil

Uit onderzoek van Maastricht UMC+ naar de leefstijl van kinderen blijkt dat kinderen en jongeren in de leeftijd van 4-18 jaar tijdens de coronapandemie langdurig minder zijn gaan bewegen. Bovendien gaven de kinderen aan meer tijd achter een scherm door te brengen zowel in verband met school-activiteiten als buiten school. Anita Vreugdenhil, hoogleraar van Maastricht UMC+, maakt zich zorgen over een half miljoen kinderen met overgewicht, van wie het toekomstperspectief verbleekt omdat het hen niet lukt gezond te leven. Dit artikel is een weergave van het gesprek met haar en de resultaten van de COLC-studie (Ter Velde et al., 2021). Is er een rol weggelegd voor scholen en de docent LO? | **Tekst** Ger van Mossel

Anita Vreugdenhil

De coronamaatregelen hebben een negatieve invloed gehad op de leefstijl van kinderen. Dat blijkt uit de COLC-studie (COVID-19, Obesity and Lifestyle in Children) van kinderartsen aan het Maastricht UMC+, in samenwerking met andere Nederlandse ziekenhuizen. Een deel van de kinderen die door de maatregelen en het sluiten van scholen en sportclubs veelal thuis moesten blijven, is aangekomen, meer ongezonde tussendoortjes gaan eten en minder gaan bewegen. Anita Vreugdenhil, kinderarts en hoogleraar van het Maastricht UMC+, onderstreept het belang van de onderzoeksresultaten voor de toekomstige besluitvorming bij een eventuele volgende pandemie en de rol die ouders en scholen kunnen vervullen in het verbeteren van de leefstijl.

Beweegtijd en schermtijd

Anita Vreugdenhil vertelt over de belangrijkste resultaten uit de COLC-studie meting 1, medio 2021, ruim één jaar na het uitbreken van corona in maart 2020 (zie ook figuur 1).

"Kinderen zijn langdurig minder gaan bewegen tijdens de coronapandemie. Er was een significante afname in beweeggedrag op school, in de sport en in vrije tijd. Twee derde (71%) van de kinderen gaf één jaar na de start van de crisis aan (nog steeds) minder te bewegen in vergelijking met voor de coronapandemie. In de eerste fase van de crisis toonden objectieve metingen van beweging aan (ActiGraph-beweegmeter) dat kinderen een uur minder bewogen. Nog maar een klein percentage, één op de vijf kinderen, voldeed aan de beweegrichtlijnen. Op basis van een vragenlijstonderzoek gaven de kinderen aan meer tijd achter een scherm door te brengen, zowel in verband met schoolactiviteiten als buiten school, en meer te snacken."

Gewicht

"Een op de vier kinderen gaf één jaar na de start van de crisis aan dat zij zwaarder zijn geworden tijdens de coronapandemie. In de groep kinderen met overgewicht en obesitas is het percentage dat aangeeft te zijn aangekomen drie keer zo hoog als in de groep kinderen met een normaal gewicht. Ook één op de vijf ouders geeft aan dat zij zijn aangekomen in gewicht tijdens de pandemie."

"Bij kinderen met overgewicht en obesitas die onder begeleiding waren in het ziekenhuis, kwam twee derde van de kinderen aan in gewicht. Gemiddeld namen zij 4,5 kg toe in gewicht tijdens de coronapandemie. Ook kinderen met overgewicht en obesitas die behandeld werden met de Leefstijl-interventie COACH kwamen aan in gewicht tijdens het eerste jaar van de coronapandemie. Normaal gesproken vallen kinderen juist af tijdens de begeleiding in een leefstijl-interventie. Er zijn significant slechtere resultaten van een leefstijlinterventie tijdens de crisis in vergelijking met resultaten van voor de crisis. Met name kinderen die een moeder hebben die ook obesitas heeft, hebben een hoger risico op gewichtstoename. Wel werd vastgesteld dat kinderen die voorafgaande aan de crisis al een jaar leefstijlinterventie hadden ondergaan, beschermd zijn tegen gewichtstoename tijdens de pandemie."

Figuur 1 Infographic COLC-studie, 1-meting medio 2021

COACH (Centre for Overweight Adolescent and Children's Healthcare)

www.coachmaastricht.com

Zorgwekkend

Kopzorgen van Anita: "Nederland telt zo'n 3,5 miljoen kinderen die hard op weg zijn om de motor te worden van onze toekomstige maatschappij. Waar ik wakker van lig, zijn de half miljoen kinderen met overgewicht, van wie het toekomstperspectief verbleekt omdat het hen niet lukt gezond te leven. Zij dreigen chronische ziekten te ontwikkelen zoals diabetes en hart- en vaatziekten. Maar dat is niet het enige wat me zorgen baart als ik kijk naar deze kinderen. De impact van overgewicht op hun zelfbeeld, psyche, leerprestaties en later bij het vinden van een partner, het in vervulling gaan van een kinderwens en het vinden van een baan is enorm. En uit ons onderzoek in het Maastricht UMC+ naar de effecten van corona op de leefstijl van kinderen, blijkt dat juist deze groep met overgewicht het hardst getroffen wordt."

Bewustwording

"Gelukkig is er een groeiend besef dat we onze kinderen niet langer moeten blootstellen aan zoethoudertjes zoals producten vol suiker, junkfood, tablets, gaming en andere beweegrestricties. De ontwikkeling van gezonde voedingsproducten afgestemd op kinderen is een stap in de goede richting. Ook een ander beweegaanbod dat aansluit op de belevingswereld van kinderen, lossen een stukje van de puzzel op. Evenals de toenemende aandacht voor het verminderen van armoede, kennisachterstanden, gebrek aan gezondheidsvaardigheden en psychosociale problematiek. Maar hoe breng je dit alles in de praktijk?"

Programma COACH

"In het Maastricht UMC+ hebben we hiervoor een programma ontwikkeld: COACH. De effectiviteit ervan is wetenschappelijk aangetoond: kinderen die het traject doorlopen, leven gezonder en zijn gelukkiger. Inmiddels is het programma ook succesvol geïmplementeerd in de wijk, onder de naam Your Coach Next Door. Kind en gezin worden in contact gebracht met een coach dichtbij huis. Een coach die belemmerende en bevorderende factoren voor een gezonde leefstijl herkent, gezinnen motiveert om kleine stappen te maken om gezonder te leven en zo nodig effectief helpt naar een passend aanbod vanuit een lokaal netwerk. De eerste pilot in Maastricht toont enthousiasme bij kinderen, ouders, professionals en vooral keiharde cijfers die laten zien dat het kinderen lukt een gezonder gewicht te bereiken."

Your Coach Next Door

www.ycnd.nl

Lange termijn invloed van COVID-19

Eind 2021, anderhalf jaar na het uitbreken van corona, is er een tweede meting gedaan. Zie in figuur 2 de vergelijking van resultaten tussen voor corona en meting 1 en 2.

Anita Vreugdenhil licht toe: "Ruim anderhalf jaar na het uitbreken van corona zijn de resultaten nog steeds zorgwekkend. Een groot deel van de kinderen is minder gezond gaan leven tijdens de coronapandemie; minder beweging, ongezondere voeding en een veranderd dagritme. Veel kinderen zijn aangekomen in gewicht, meer dan wenselijk is bij hun lengtegroei. Vooral kinderen met overgewicht en obesitas zijn veel aangekomen in gewicht tijdens de pandemie. Het heropenen van de scholen en deels heropenen van het sportaanbod heeft niet geresulteerd in spontaan herstel van leefstijl zoals deze vóór de pandemie was."

"Een kleinere groep kinderen is ook gezonder gaan leven tijdens de pandemie. Er lijkt een tweedeling te ontstaan tussen kinderen die gezonder en juist

ongezonder zijn gaan leven. Ik houd m'n hart vast dat door een mogelijke economische crisis door de oorlog in Oekraïne die verschillen alleen maar groter worden. Veel kinderen van meer praktisch opgeleide ouders, worden het hardst getroffen, dat versterkt de tweedeling. In april 2022 wordt twee jaar na de start van de pandemie een nieuwe meting (meting-3) uitgevoerd. De resultaten hiervan worden mei/juni 2022 verwacht."

Cultuuromslag

"De cultuuromslag richting een gezonde leefstijl en gezond gewicht vraagt tijd. Onze voornaamste uitdaging is hoe we de kinderen bereiken. Hulp blijft nodig zolang verleidingen groot zijn en gewerkt wordt aan een maatschappij waarin gezonde keuzes de makkelijkste zijn. Daarom pleit ik voor het vormen van communities waarin private partijen, sociaal domein, zorg domein, welzijnswerk, financiers en overheden met elkaar én de gezinnen die het betreft samenwerken. De noodzaak om te versnellen en op te schalen met de uitrol van succesvolle interventies die de leefstijl van jongeren verbeteren is groter dan ooit. Ik ben er zeker van dat we - met het door COVID-19 versterkte gevoel van urgentie - juist nú die slag kunnen maken."

Rol voor scholen en docenten LO?

Anita Vreugdenhil ziet een rol weggelegd voor scholen en docenten. "Wij hebben in het COACH-programma aan de kinderen gevraagd wat hen heeft geholpen bij de online lessen toen alles op slot zat. Kinderen geven aan dat het fijn is als zij online al iemand kennen, bijvoorbeeld de eigen leerkracht, gymleraar, sporttrainer of -coach, dat helpt enorm. Het moet persoonlijk zijn, dat is beter dan dat de overheid iets landelijk aanbiedt wat voor alle leerlingen toegankelijk is."

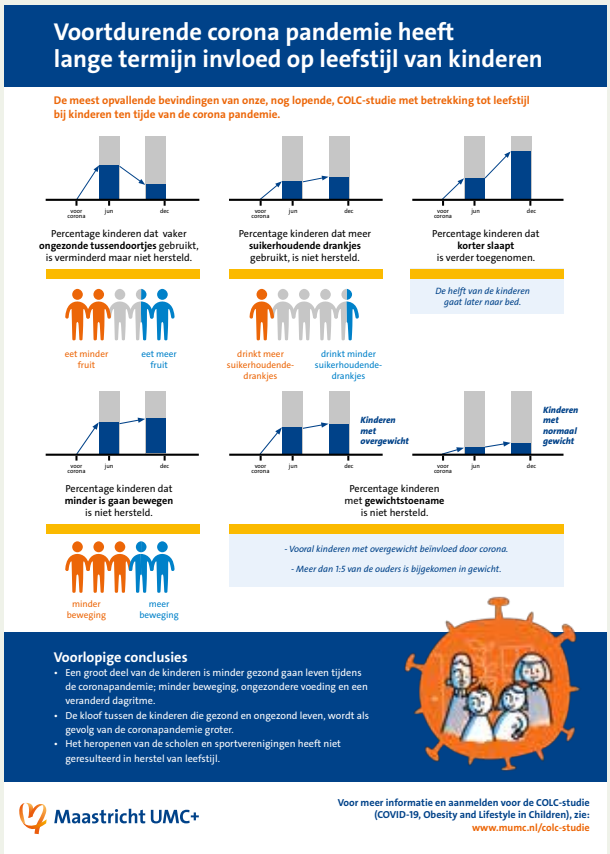
"Uit de Landelijke Sportdeelname Index (NOC*NSF, 2022) blijkt dat de sportdeelname en sportfrequentie van jeugd (5-18 jaar) tijdens corona is afgenomen. Juist de docent LO kan bij zijn of haar leerlingen aangeven dat corona een belangrijke oorzaak is en dat kinderen daarin niet alleen staan. Het gaat erom dat de docent het gesprek op een goede manier aangaat. Wij gebruiken daar allerlei gesprekstechnieken voor als motiverende gesprekstechnieken. Ook docenten kunnen daar gebruik van maken om kinderen te stimuleren om weer te gaan bewegen en sporten, om weer te fietsen naar school of om in hun vrije tijd naar buiten te gaan en niet achter dat scherm te hangen. Mijn oproep is dat gymleraren zich zouden moeten verdiepen in hoe zij het gesprek aangaan met leerlingen die overgewicht en obesitas hebben, die op sportief vlak al onzeker zijn. Wij hebben het nooit over gewicht. Het heeft geen zin te roepen "Jij bent zwaar en moet..." of "Ga 'ns een tandje harder!".

Stel voorafgaand aan de gymles vragen als: "Hoeveel zin heb je in gym?' of na afloop "Wat vond je leuk aan deze gymles?", "Op welke manier kom jij momenteel naar school, op de fiets, te voet, met de auto ...?" of "Wat heeft jouw geholpen weer in beweging te komen na de lockdowns?". Ga tijdens het gesprek niet in op belemmerende factoren maar zoek naar kansen en mogelijkheden: "Hoe gaat het met je en wat wil jij graag?", "Weet je wat bewegen voor je kan betekenen?", "Zou jij meer willen bewegen?", "Wat heb je er al voor gedaan?" en "Hoe kunnen wij, de school, jou daarbij ondersteunen?" of "Wat heb jij nodig?".

Rol voor scholen en docent LO?

Tot slot, er zijn allerlei gezondheidsprofessionals verbonden aan de school zoals leden in het ZAT-team, GGD en de schoolarts. Anita ziet het als volgt: "In Maastricht is de zorg voor kinderen met overgewicht en obesitas zoveel mogelijk verplaatst van ziekenhuis naar de wijk: 'Your Coach Next Door'. Hierin is de jeugdverpleegkundige de centrale zorgverlener: de 'coach next door'. Hij of zij ziet om de paar jaar alle leerlingen. De verpleegkundige heeft een belangrijke signaleringsfunctie, bijvoorbeeld door te kijken of er sprake is van

Figuur 2 Infographic COLC-studie, meting-2 eind 2021



overgewicht of van een ongezonde gezinssituatie. Juist de gymleraar kan de jeugdverpleegkundige helpen bij het signaleren van fysieke problemen of het sociaal-persoonlijk welbevinden van de leerlingen. Gymdocenten kunnen wat ze altijd al zagen, maar lastig vonden iets daarmee te doen, het met de jeugdverpleegkundige bespreekbaar maken."

"De gymleraar zorgt vanuit zijn professionaliteit voor een 'warme' overdracht naar de jeugdverpleegkundige. Van daaruit wordt bekeken wat er nodig is om kinderen te helpen en te motiveren daarin een stap te maken. Dat hoeft de gymleraar niet allemaal zelf te doen. De centrale zorgverlener kan het kind bijvoorbeeld bij fysieke problemen doorverwijzen naar een fysiotherapeut of specialist of bij geldgebrek zorgen voor een financiële tegemoetkoming. De mensen moeten van elkaar weten vanuit welke rol en welke bijdrage ieder vanuit zijn eigen verantwoordelijkheid kan leveren. Er moeten korte lijntjes komen zodat het netwerk makkelijk met elkaar schakelt. In de paar gemeentes waar we 'Your Coach Next Door' nu aan het opzetten zijn, blijkt dat vakdocenten LO heel graag willen aansluiten!"

//

Eén op de vijf kinderen voldeed aan de beweegrichtlijnen

Bronnen

Ten Velde, G., Lubrecht, J., Arayess, L., Van Loo, C., Hesselink, M., Reijnders, D., & Vreugdenhil, A. (2021). Physical activity behavior and screen time in Dutch children during the COVID-19 pandemic: Pre-, during- and postschool closures. Pedatric Obesity. *http://dx.doi.org/10.1111/ijpo.12779*

NOC*NSF (2022). Landelijke Sportdeelname Index. Opgehaald van: *https://nocnsf.nl/sportdeelnameindex*

Contact

a.vreugdenhil@mumc.nl

Anita Vreugdenhil is Kinderarts maag-, darm- en leverziekten, Hoofd Centre for Overweight Adolescent and Children's Healthcare COACH en hoogleraar Maastricht UMC+.

Foto's

Anita Riemersma

Kernwoorden

beweging, gewicht, corona, jeugdzorgverlening

Zonder wèlke relatie geen prestatie?

Leerlingen hebben elkaar de laatste drie schooljaren zowel live als online meegemaakt, terwijl er ook verschillende lockdowns plaatsvonden. Wat is het effect van de coronaperiode en lockdowns op hun onderlinge samenzijn? Hoe geef je als leraar sturing aan hun groepsdynamisch proces? Het vraagt om het hernieuwd invulling geven aan jouw relatie met hen èn hun onderlinge relaties. Dit bewerkte artikel 'Relatieparadox in het onderwijs' van Oldeboom, Dokman en Van Beusekom (2020) biedt hierbij (h)erkenning en richting. | **Tekst** Douwe van Dijk

Het didactisch klaverblad (Oldeboom, 2020) biedt houvast bij het inrichten van een les op maat. Leraren dienen ervoor te zorgen dat de vier klaverbladen goed met elkaar interacteren (zie figuur 1). Ze staan voor Fysieke factoren (opstelling materialen, inrichting ruimte), Relatie (tussen leraar en leerlingen en leerlingen onderling), Inhoud (lesinhoud) en Structuur (organisatie en regels tijdens de les). Samen vormen ze het acroniem FRIS.

Figuur 1 Het didactisch klaverblad (Oldeboom, 2020)

Terwijl de andere drie klaverbladen er evengoed zeer toe doen wordt hier nu vooral op de Relatie ingezoomd. Het begrip 'relatie' geeft aan dat er sprake is van sociale interactie tussen mensen (Argyle, 2017) en dat er verbinding is tussen personen. Die verbinding ontstaat doordat mensen met elkaar communiceren en zich daardoor tot elkaar verhouden (Burleson, 2010). Als een relatie een gegeven is, dan is de vraag belangrijk welke relatie er tussen leerlingen onderling en tussen leraar en leerlingen gewenst is. En al is de onderlinge relatie tussen leerlingen en bijbehorende klassendynamiek van belang (Dokman et al., 2018), in dit artikel wordt vooral de relatie tussen leraar en leerlingen belicht.

Generieke relatiekenmerken in het onderwijs

De wijze waarop leraren relaties met leerlingen aangaan is per relatie uniek. Toch zijn er generieke kenmerken aan te geven. Over de wijze van interacteren en communiceren wordt vaak verwezen naar de Roos van Leary (1957). Leary gaat ervan uit dat gedrag gedrag oproept. In zijn Roos heeft hij twee dimensies uitgewerkt. De verticale dimensie gaat over de mate van dominantie en volgzaamheid, beter bekend als Boven-Onder. Op de horizontale dimensie wordt doorgaans de mate van verbondenheid aangeduid. Over de verticale dimensie bestaat veel consensus. Over de horizontale dimensie is minder consensus. Verbondenheid wordt door auteurs verschillend geduid. Leary zette 'love' tegenover 'hate'. Andere invullingen zijn nabijheid vs. distantie, eigen belang vs. gezamenlijk belang of samenwerking vs. oppositie. Hier is dus sprake van een zekere controverse. Wat is het achterliggende criterium waarmee een dimensie van de relatie geduid kan worden?

De controverse lijkt te ontstaan doordat er twee criteria door elkaar heen gebruikt worden, te weten (a) relatie door middel van een gedeelde inhoud of taak en (b) relatie door persoonlijke kenmerken. Door de horizontale dimensie in twee dimensies uit te splitsen ontstaat er een oplossing voor deze controverse. Er ontstaat nu een driedimensionale invalshoek omtrent relatie, waarbij het bij elke dimensie gaat om 'balancing the never balanced' (Cohn, 1974). Het model met de drie relatiedimensies (zie figuur 2) levert het onderwijs interessante en relevante inzichten op en wordt daarom nu verder uiteengezet. Deze wordt aangevuld met een korte overdenking over de wijze waarop en mate waarin er relatie ontstaat in het onderwijs tussen leraar en leerling. Dit is zeker bij het 'loskomen' van het coronatijdperk, gepaard gaand met dynamische groepsprocessen waar een leraar zich toe te verhouden heeft, van belang.

Gezagsdimensie

Bij de verticale, Boven-Onder-dimensie gaat het, zoals eerder al aangegeven, over leiding nemen vs. volgen en over kunnen bepalen wat en hoe anderen moeten doen en laten vs. je kunnen schikken (Verhaeghe, 2015). Als een leraar veel gezag heeft in een relatie wordt dat ook wel de gelegitimeerde machtsrelatie

genoemd. Leraren zijn duidelijk, consequent, rechtvaardig en handelen eerlijk. Indien een leraar te rigide is of te dominant een stempel drukt op orde en naleving van de regels, dan loopt hij het risico zijn gezag kwijt te raken. De gezagsdimensie is in het onderwijs op papier een gegeven, in de praktijk staat deze steeds vaker onder druk (Verhaeghe, 2014). De macht van leraren is gelegitimeerd, maar door een aantal leerlingen en ouders lang niet altijd meer gerespecteerd en geaccepteerd. Zeker in de a-ritmische corona-onderwijsjaren wordt de leraar hierop uitgedaagd.

Functionele dimensie

Bij de functionele relatie gaat het over het vermogen om samen te werken met als bedoeling een taak of opdracht uit te voeren. Bij de functionele dimensie van de relatie komen competenties van mensen samen. Indien deze competenties complementair zijn, dan vergroot dit de kans dat de taak of opdracht goed afgerond wordt. Omdat de samenwerkenden hier belang bij hebben wordt de relatie functioneel genoemd. Als de binding tussen leraar en leerling er niet of onvoldoende is, dan leidt dit tot niet-functioneel alleen-gedrag.

Bij deze dimensie is de relatie tussen leraar en leerling specifiek omdat er twee opvallende verschillen zijn tussen hen. De leraar is deskundig(er) met betrekking tot de lesinhoud en waardeert het belang van de lesinhoud anders dan de leerlingen. Om een les functioneel goed te laten verlopen dient de leraar bijvoorbeeld aansprekende werkvormen met voldoende differentiatiemogelijkheden en een passend werktempo voor elke leerling te realiseren. Zeker wanneer een klas intrinsiek gemotiveerd is voor een vak of les kan de functionele dimensie van de relatie tot zijn recht komen. Deze dimensie vormt feitelijk

//

Persoonlijke dimensie: de leraar neemt een deel van zijn mens-zijn mee in het contact met zijn leerlingen en vice versa

de kern van de onderwijsrelatie. De leraar zoekt hierbij – liefst in overleg met de leerlingen – naar evenwicht tussen samen en alleen werken. Het kan de relatie voeden indien leerlingen aan een eigen taak kunnen werken of tijd krijgen om iets voor zichzelf te doen. De samenhang van de functionele- en gezagsdimensie van de relatie komt bijvoorbeeld tot uiting indien de leraar veel vakexpertise heeft die hij gepast op leerlingen kan overbrengen waarmee de leraar als vanzelf gezag krijgt.

Persoonlijke dimensie

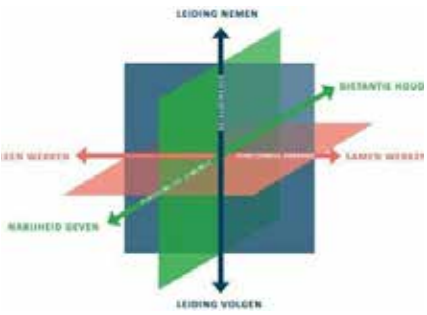
De van de oorspronkelijke functionele dimensie 'afgesplitste' persoonlijke dimensie van de relatie benadrukt de wederkerige erkenning van karakter- en persoonlijkheidskenmerken. Bij deze dimensie is het minder van belang wie bepalend is en/of welke resultaten er behaald worden. Wel gaat het hier om het informeel aan elkaar kenbaar maken van smaak, levensbeschouwelijke voorkeuren en/of opvattingen. Het gaat hier feitelijk om verbinding in de relatie op basis van persoonlijke identiteiten (Heldeweg et al., 2009; Ruijters, 2015). Op basis van nieuwsgierigheid en (h)erkenning van zichzelf en de ander kan er een spel van aantrekking -nabijheid en afstoting- distantie plaatsvinden (Verhaeghe, 2014).

De persoonlijke dimensie manifesteert zich ook duidelijk in het onderwijs. Leraar ben je met hart, hoofd en handen. Er staat een persoon met zijn eigen levensverhaal voor de klas, niet alleen een gezagdrager of functionaris. En ook de leerling is niet alleen maar volgend functioneel aan het leren, hij brengt in de ontmoeting met de leraar net zo goed zijn eigen levensverhaal en gemoedstoestand van dat moment mee. Waar de gezags- en functionele dimensie van de relatie wel een formele positie hebben in het onderwijs geldt dit niet voor de persoonlijke dimensie. Met een persoonlijke invulling van de relatie neemt de leraar een deel van zijn mens-zijn mee in het contact met zijn leerlingen en vice versa. Het zorgt voor een wezenlijke ontmoeting tussen mensen in een (samenwerkings) relatie waarin geleerd wordt.

De persoonlijke dimensie van de relatie bepaalt in het onderwijs de maat voor de wezenlijke verbinding tussen leraar en leerling. Bij een door beide partijen gewenste invulling ervan creëert het iets extra's, geeft het energie en betekenis aan het samenzijn in een onderwijssetting. Juist daarom kan (en moet) deze dimensie geen formele positie hebben. Door binnen impliciete kaders persoonlijke interesses of iets dat je op tv geboeid heeft met elkaar te delen kan kleur gegeven worden aan de ontmoeting tussen leraar en leerlingen. De coronatijd met haar lockdowns liet juist zo indringend zien hoe belangrijk de

persoonlijke dimensie is. Leerlingen 'schreeuwden' om live contact, om samen dingen te leren en te beleven. Belangrijk hierbij voor de leraar is om goed aan te voelen wanneer gepast afstand te houden en de relatie niet té persoonlijk te maken. Moreel en wettelijk gezien is er immers een gezagsrelatie, die in ieder geval de leraar vanuit zijn verantwoordelijke (machts) positie moet onderkennen.

Figuur 2 De drie relatiedimensies



In bovenstaand model '3D-relaties' zijn acht kleinere kubussen te onderscheiden. Elke kleinere kubus beschrijft zichtbaar gedrag. Een leraar gedraagt zich bij bijvoorbeeld Leidend-Samen-Nabij (LSN) anders dan bij Volgend-Alleen-Distantie (VAD). Zo communiceert de LSN-leraar duidelijk welke afspraken er in de les gelden, weet leerlingen vakdidactisch te boeien en vertelt af en toe een persoonlijke anekdote. Hiermee sorteert hij een bepaald effect bij leerlingen. Zo kan hij mede afhankelijk van spontane gebeurtenissen in de les zijn gedrag afstemmen op leerlingen en de situatie.

Relatieparadox

Ook – juist! – in dit model geldt het 'balanceren van het ongebalanceerde'. Als een leraar bijvoorbeeld te weinig kaders hanteert en tegelijkertijd wel informeel uitwisselt over een Tiktok-filmpje dan kunnen leerlingen hem als minder gezagdragend ervaren. Het investeren in de persoonlijke dimensie van de relatie kan zo de functionele en gezagsdimensie van de relatie verzwakken. Hier geldt dan: ondanks een relatie, toch geen prestatie. En zo kan een relatieparadox ontstaan: investeer je teveel in nabijheid vanuit de persoonlijke dimensie, dan kan dit je gezagspositie aantasten en wordt er tevens minder geleerd. Het frappante is dat dit ook geldt als je als leraar teveel 'op afstand' bent en geen (persoonlijke) interesse toont. Indien je ook nadrukkelijk bepaalt hoe de les dient te verlopen, dan zullen leerlingen je als 'koud' en niet toegankelijk ervaren, waardoor ook nu de kans groot is dat er minder geleerd wordt (functionele dimensie).

Je leraargedrag heeft niet alleen effect op individuele leerlingen maar zeker ook op de groepsdynamiek in een klas. En andersom geldt ook dat de gewenst en benodige mix ten aanzien van de relatiedimensies per klas kan verschillen en daarmee ander leraargedrag vraagt om tot goede lessen te komen. Als iets dit (nogmaals) duidelijk heeft gemaakt, dan is het de coronaperiode wel geweest. Het didactisch klaverblad biedt houvast in het streven naar een optimaal evenwicht van de drie relatiedimensies: zonder wèlke relatie geen prestatie? ●

Bronnen
Scan de QR-code naar de bronnen

https://bit.ly/3vKfdtM

Contact
d.van.dijk@hva.nl
Douwe van Dijk is docent Sociale Wetenschappen /Pedagogisch Bekwaam - ALO - Hogeschool van Amsterdam
Foto's
Anita Riemersma
Kernwoorden
gezagsdimensie, functionele dimensie, persoonlijke dimensie, groepsdynamica

//

Gezagsdimensie: de leraar is duidelijk, consequent, rechtvaardig en handelt eerlijk

Bas zette 'het leren' aan bij de leerlingen en samen gingen ze ervoor!

Een kijkje in het *wezen* van onderwijs

Nu het onderwijs tijdens de coronapandemie heeft getoond óók online uit de voeten te kunnen, zou je kunnen overwegen om onlineonderwijs in te passen in het 'nieuwe normaal'. Ook andere technologische ontwikkelingen, onderwijskundige inzichten en zelfs neurologische ontdekkingen dringen zich in toenemende mate op aan het onderwijs. De toekomst is nu en we moeten mee. Toch? Nu ben ik zeker niet tegen vooruitgang, sterker nog het heeft ons al veel goeds gebracht, maar ik wil evengoed vanuit mijn romantische kijk op onderwijs iets meegeven van wat we altijd zouden moeten koesteren in het onderwijs. Iets waar we in elke mogelijke toekomstige wereld oog voor zouden moeten blijven houden. Iets dat verscholen ligt in het wezen van onderwijs.

| **Tekst** Gertjan van Dokkum

De Schaal van Oerlemans

Nog voordat ik de meer filosofische kant op ga, neem ik jou mee in een voorbeeld uit mijn beroepspraktijk waarin het *wezen van onderwijs* zich volgens mij duidelijk toont. Het voorbeeld betreft het verhaal van oud-student Bas Oerlemans (echte naam, maar ik hoop dat Bas mij dit vergeeft gezien de context van dit artikel). Bas is een getalenteerd jongleur nog voordat hij getalenteerd gymleraar is. Tijdens zijn lessen zet hij dit talent in om alle kinderen meer zelfvertrouwen te geven – iedereen kan jongleren bij Bas – en het lukt hem altijd om alle verschillende kinderen met elkaar te laten samenwerken om zo tot een mooie show te komen. Bewegingsonderwijs met een glimlach. Feitelijk hoefden wij op de ALO Bas alleen maar te leren om deze werkwijze door te trekken naar de andere leerlijnen van het bewegingsonderwijs om zijn diploma te verdienen. En zo is het ook gegaan, in elke les van Bas waren de leerlingen betrokken, werkten alle verschillende kinderen respectvol met elkaar, kregen zelfvertrouwen en groeiden door elke leerlijn met een glimlach op hun gezicht. Ongeacht wat er op het programma stond, Bas zette 'het leren' aan bij de leerlingen en samen gingen ze ervoor!

Tijdens de diploma-uitreiking mocht ik het praatje namens de docenten houden voor Bas en ik introduceerde de Schaal van Oerlemans, het enige eerbetoon dat gepast was op dat moment. Niet zozeer een eerbetoon aan Bas zelf, eerder een eerbetoon aan wat ik zie als het *wezen* van onderwijs. Het basisidee is erg eenvoudig en ik leg het hier graag uit. In onderwijsland zijn we geneigd, wanneer we kijken naar de kwaliteit van onze lessen, als eerste de output en het proces van de les te gaan evalueren: zijn de leerdoelen gehaald? Is het onderwijsproces goed verlopen? Was de instructie effectief? Is de leeractiviteit wel optimaal geweest of hadden we wellicht nog meer uit kunnen halen? Allemaal logisch en nuttige vragen maar ik persoonlijk mis dan altijd nog iets, iets wezenlijks als het aankomt op de kwaliteit van onderwijs... En daar komt dan de *Schaal van Oerlemans* van pas.

De vraag naar hoeveel glimlachen heeft jouw onderwijs vandaag opgeleverd? Hoeveel verschillende kinderen kwamen elkaar en zichzelf vandaag tegen en hebben hierin iets over elkaar en dus over zichzelf geleerd? Hoe heeft deze les de kinderen weer bewuster gemaakt over wie ze willen zijn en wat ze goed kunnen? Al deze vragen samen kun je, volstrekt niet-wetenschappelijk, weergeven op de Schaal van Oerlemans. Precies zoals de kracht van aardbevingen aangegeven wordt op de Schaal van Richter, kun je de impact van de les op de leerlingen vastleggen op de Schaal van Oerlemans. De schaal bestaat uit een simpele 10-punts verdeling en kan volledig uitslaan op het gevoel dat jij en je leerlingen aan de les overhouden. De schaal helpt je om nog beter de kwaliteit van je onderwijs te bepalen. Een gesprek met je collega's aan de koffietafel zou dan, met deze nieuwe kwaliteitsstandaard, als volgt kunnen gaan: "Hoi Gertjan, jij was vandaag toch met de brugklassers begonnen met stoeien en judo, hoe gingen die lessen?" Gertjan zou dan als volgt kunnen antwoorden: "Tja, eigenlijk wel aardig, de lesdoelen zijn gehaald, alle technieken zijn behandeld en iedereen deed mee"... Het bekende standaardantwoord voor de zielloze gymles.
De volgende vraag van de betrokken collega zou dan kunnen zijn: "En hoe scoorde de les eigenlijk op de Schaal van Oerlemans?" En dan zou Gertjan wakker schrikken en zich beseffen dat dit een les was zonder impact, een les die niemand zich gaat herinneren; een magere 5 op de Schaal van Oerlemans. En nu hebben de collegae ineens het goede gesprek over de kwaliteit van hun onderwijs, namelijk over het zorgen van onderwijs met impact. Het zou er zelfs toe kunnen leiden dat dezelfde vraag in het volgende studiejaar als volgt wordt beantwoord door Gertjan: "Tja, de leerdoelen zijn niet allemaal gehaald, maar ongelofelijk hoe die kinderen met elkaar gestoeid hebben, fair en hard tegelijk en aan het einde

van de les wilden ze niet eens stoppen. Melanie en Daphne vonden het aanraken natuurlijk niet leuk, maar die heb ik eerst maar met de bokshandschoenen aan laten rommelen totdat ze die zelf uitdeden. Ik heb ze uiteindelijk moeten beloven om vrijdag ook nog met ze te gaan stoeien... Ik kijk dan nog wel even hoever ik kom met die kanteltechnieken of misschien dat ik gewoon weer doorpak op vandaag. Deze stoeiles was zeker een 8 op de Schaal van Oerlemans!"

Het wezen van onderwijs

Wat de Schaal van Oerlemans te maken heeft met het wel of niet kiezen voor onlineonderwijs of met de inzet van allerhande technologische ondersteuningsmiddelen in de gymles kom ik graag later op terug. Eerst wil ik toelichten hoe de lessen van Bas een kijkje geven in het wezen van onderwijs. Kritische lezers zouden mijn voorbeeld namelijk kunnen afdoen als een verouderd inzicht dat allang geleden en beter geduid is in de vorm van het pedagogisch lesklimaat en onderwijs dat zich richt op de ondersteuning van de basisbehoeften van de mens: autonomie, verbondenheid en competentie-gevoelens. En zij zouden gelijk hebben, maar zij zouden ook de kern van het verhaal missen. In het wezen van onderwijs ligt namelijk meer verscholen dan alleen de zorg voor de eigen ontwikkeling, de eigen behoeften, de eigen wensen en het realiseren van de eigen dromen. Binnen het onderwijs vindt meer plaats dan alleen maar doelgericht leren en zelfdeterminatie.

De onderwijsgemeenschap vormt, zoals het voorbeeld wil tonen, ook altijd een leefwereld waarbinnen jonge mensen zich, met de hulp van een docent, ontwikkelen tot jonge volwassenen die zich steeds dienen te verhouden tot elkaar en de gangbare normen van de groep. In een leefwereld draait het om zaken die er echt toe doen: liefde en vriendschap, belangeloze aandacht, behulpzaamheid en wederzijds respect. Menselijke relaties staan centraal in deze leefwereld. In de leefwereld houden mensen zich bezig met vragen over de zin van hun bestaan en toetsen zij in interactie met elkaar hun waarden en normen. Een plaats dus het vormen van een eigen (beweeg)identiteit plaats vindt door de echte ontmoeting met anderen die net als ik op zoek zijn naar hun (beweeg)identiteit. Binnen een onderwijsgemeenschap moeten alle activiteiten dan ook altijd bijdragen aan deze algemene menselijke vorming. Onderwijs is vanuit dit perspectief voor de leerlingen juist meer op de ander gericht dan op henzelf.

Ander-determinatie

Wanneer we op deze manier een kijkje nemen in het wezen van onderwijs, zien we dus dat er naast de zelfdeterminatie ook ander-determinatie plaats zou moeten vinden. Het bewust en planmatig werken met anderen; anderen die soms niet mijn eerste keuze zouden zijn, anderen die ik niet kan kiezen, weg-swipen, of deleten en waar ik mij juist toe moet leren verhouden. Anderen die mij aanzetten tot het leren van nieuwe inhouden en nieuwe perspectieven en mij dwingen verder te kijken dan mijn eigen wensen en behoeften.
De Franse Filosoof Levinas beschrijft in zijn hoofdwerk Totaliteit en oneindigheid (1961) een alternatief voor de ego-gecentreerde kijk in het Westerse denken, die ook in de zelfdeterminatie verscholen ligt. Het ego wil en het Ego verlangt. Het ego heeft de basisbehoeften. Maar het ego vraagt vooral van zijn omgeving en in de heerschappij van het ego is er dan ook geen plek meer voor een werkelijk ethische verhouding met de ander. Voor Levinas is de basis voor het aangaan van die ethische verhouding met de *ander de face-to-face-ontmoeting*; de wereld van de dingen (inclusief het internet en online lessen) spreekt immers niet tot ons, ze doet geen beroep op ons, het is pas door de blik van de ander dat ik mij verantwoordelijk ga voelen. Alleen in deze ontmoeting kan ik, aldus Levinas, mezelf ontwikkelen als moreel wezen. De ander die ook iemand is met wensen en behoeften. De blik van de ander die mij belemmert, die mij uitdaagt, die mij inspireert, die mij helpt, die mij ontroert, die mij nieuwe dingen leert en die mij dwingt om na te denken en mijn eigen behoeften soms op een tweede plek te zetten. Als we het wezen van onderwijs goed begrijpen kunnen we stellen dat er geen zinvolle zelfdeterminatie mogelijk is zonder de ander die een beroep op mij doet en mij ter verantwoording roept.

Andere tijden en het wezen van onderwijs

We leven, zoals vaak verteld bij onderwijscongressen, in een snel veranderende maatschappij waarin de wetenschappelijke inzichten en technologische vernieuwingen elkaar in rap tempo opvolgen. Vervolgens wordt er bij die onderwijsbijeenkomsten beargumenteerd dat het onderwijs van vandaag de leerlingen dient voor te bereiden op die snel veranderende maatschappij en dus dat het onderwijs aan de bak moet! Eerlijk gezegd heb ik zelf altijd dubbele gevoelens bij dat soort redeneringen. Natuurlijk klopt de gedachtegang wel, maar de argumenten leggen toch wel oneigenlijke druk op docenten en ze bepalen ook al behoorlijk de richting waarin het onderwijs zich dan zou moeten ontwikkelen, namelijk door het volgen van al die wetenschappelijke en technologische ontwikkelingen. Maar daar klopt de logica niet. Uit A volgt nooit B. Als de samenleving verandert moet het onderwijs natuurlijk ook veranderen maar de richting waarin er veranderd dient te worden volgt nooit logisch uit het eerste gegeven. Ter illustratie: Als de samenleving steeds individualistischer wordt, betekent dit niet per se dat het onderwijs ook individualistischer hoeft te worden. Je zou net zo goed kunnen beargumenteren dat we ons in het onderwijs dan juist meer zouden richten op collectieve waarden zoals bijvoorbeeld elkaar ontmoeten, samenwerken en zorgen voor elkaar. Zo hoeft ook niet elke nieuwe leertheorie die op een studiedag wordt gepresenteerd direct te leiden tot een nieuwe didactiek. Onderwijs is immers geen toegepaste leertheorie. Ook hier volgt B niet automatisch uit A. En als je zo verder redeneert, hoeft bijvoorbeeld de mogelijkheid van online onderwijs niet automatisch te leiden tot (meer) online onderwijs.

Efficiëntie-denken binnen het onderwijs is uiteraard toegestaan, maar waar en wanneer gaat het ten koste van het wezen van onderwijs? Online lessen,

//

Hoeveel glimlachen heeft jouw onderwijs vandaag opgeleverd?

kennisclips en een verplichte Kahoots zijn behulpzaam, maar scoren door hun aard per definitie laag op de Schaal *van Oerlemans*. We kunnen de nieuwe verworvenheden alleen op waarde schatten en gebruiken om ons onderwijs te verbeteren wanneer ze bijdragen aan het complete wezen van onderwijs. Dus wanneer de onlineactiviteiten, de nieuwe didactiek en moderne technische ondersteuning zicht bieden op én het halen van de leerdoelen én tegelijkertijd tijd en ruimte creëren voor de ontmoetingen met de ander en het dragen van verantwoordelijkheid voor het collectief, dan pas klopt de redenering in het licht van het wezen van onderwijs.

Hoe dan?

Het blijft altijd een afweging van de docenten van een school welke verbeteringen er aan het onderwijs worden aangebracht. Het wezen van onderwijs erkennen, houdt ons in ieder geval kritisch en alert voor drogredenen en kan wellicht voorkomen dat we ons blind in vreemde onderwijsvormen storten zoals bijvoorbeeld in een te ver doorgevoerde vorm van gepersonaliseerd-leren waarbij elke leerling aan de eigen laptop een eigen leerprogramma volgt met een online studiecoach en een geautomatiseerde FAQ list, met computer-ingeregelde pauzes waarin de leerling fysiek actief mag worden om dan het persoonlijk beweegprogramma te volgen met eigen opdrachten voor het bewegen en waarin uiteraard ook nog ruimte is om persoonlijke challenges aan te gaan. Hiervoor kan de leerling dan weer instructiefilmpjes downloaden om vervolgens de gefilmde bewijslast van de vorderingen via het online sportfolio aan de docent aan te bieden. Het is een typisch voorbeeld van efficiënt, maar zielloos en mijns inziens onwenselijk onderwijs eenvoudigweg omdat het het wezen van onderwijs ontkent.

Belangrijkste advies bij het maken van de afwegingen rondom de inzet van nieuwe wetenschappelijke inzichten en technologische verworvenheden voor je eigen onderwijs is daarom allereerst het inzetten van de S*chaal van Oerlemans*. Als je je onderwijsverbetering helemaal zou doordenken, hoe zouden je lessen dan scoren? In de tweede plaats is het handig om te reflecteren op de vraag of jullie, als docenten, zelf graag dit onderwijs op deze manier aangeboden zouden willen krijgen. En tot slot zou je de meer filosofische gedachten-oefening moeten doen of er in de vernieuwing naast de mogelijkheden tot zelfdeterminatie voldoende mogelijkheden tot ander-determinatie verscholen zitten. Succes verzekerd voor elke mogelijke toekomst. ●

i

Contact
G.vandokkum@fontys.nl
Gertjan van Dokkum is docent Pedagogiek, Didactiek en Filosofie aan de ALO Eindhoven
Foto's
Anita Riemersma
Kernwoorden
zelfdeterminatie, wezen van onderwijs, filosofie van onderwijs, corona

Vakgroep Almere

De vakgroep bewegingsonderwijs Almere is een prachtig samenwerkingsverband binnen de Almeerse Scholen Groep (ASG) tussen meer dan 40 vakleerkrachten bewegingsonderwijs. De vakgroep heeft als missie om alle kinderen succeservaringen te bieden, beter te leren bewegen in alle leerlijnen van bewegingsonderwijs om een leven lang met plezier te bewegen.

Samen met jouw vakcollega's krijg je scholing om deze doelen voor de kinderen te realiseren. Dit doen wij door 14 bijeenkomsten per jaar waarin we elkaar ontmoeten, samen leren, samen delen, ontwikkelen en vernieuwen.

De vakgroep biedt begeleiding voor starters en faciliteert elke vakleerkracht met een Ipad om een leerlingvolgsysteem bij te kunnen houden. Alle groepen 3 t/m 8 krijgen twee keer per week les van een vakleerkracht bewegingsonderwijs, in veel gevallen krijgen ook de groepen 1-2 les van de vakleerkracht.

"Ik werk met plezier op twee basisscholen als vakleerkracht gymnastiek. Vanuit de vakgroep krijg ik alle vrijheid om mijn eigen invulling aan het vak te geven, ik probeer graag nieuwe dingen uit tijdens de lessen. Een mooie toepassing die we hebben ontwikkeld met het Jan Luitingsfonds is Volg mij, een leerlingvolgsysteem waar we kinderen motorisch en sociaal-emotioneel kunnen monitoren. Naast alle praktische ondersteuning en studiemogelijkheden vind ik het ook prettig dat we een grote club zijn en dat er altijd mogelijkheden zijn om bij een andere ASG-school aan de slag te gaan, mocht je daar behoefte aan hebben."

Iwan van Loenen,
vakleerkracht gymnastiek
Omniversum en Bommelstein, Almere

"Als kind al vond ik gym het leukste vak op school. Op basisschool De Zeeraket werken we met de 7 gewoonten voor kinderen, gebaseerd op het gedachtegoed van Stephen Covey. Deze pedagogische lijn ontwikkelt persoonlijk leiderschap bij kinderen. Het mooie is dat ik dit heel goed kan toepassen in de gymlessen. Wat ik aantrekkelijk vind aan dit vak is om kinderen uit hun comfortzone te halen, ze uit te dagen en plezier laten beleven in bewegen. Binnen de Vakgroep Almere ASG is veel ruimte voor persoonlijke ontwikkeling en zijn er mooie momenten om ervaringen te delen en te sparren over dit prachtige vak. Voor mij echt een meerwaarde."

Samantha Versteeg,
vakleerkracht gymnastiek
De Zeeraket, Almere

Ben je op zoek naar een baan als vakleerkracht?

Wij bieden een fantastische leeromgeving binnen onze vakgroep Almere en uiteraard betaald via de cao Onderwijs. Alle vakleerkrachten zijn in dienst van de Almeerse Scholen Groep (ASG).

Wat bieden wij nog meer:

- 1 fulltimebaan op 1 school! (Unieke kans; hier hebben we er maar een aantal van binnen Almere)
- naschools AKT programma (wordt rekening mee gehouden in je lesuren)
- Ipad voor LVS
- professionele leergemeenschap
- Inschaling in L10 (L11 is een mogelijkheid bij ons bestuur)
- 2 x 45 minuten 3-8 (veel binding met de kinderen en de school)
- in veel gevallen ook kleuters 1 of 2x per week
- begeleiding voor starters

Almeerse Scholen Groep

Kijk voor alle informatie op www.werkenbijasg.nl

PRAKTIJK

KATERN

Gedan; ervaren van het spelprobleem 2

Dit is een vervolgartikel in een reeks over leren judoën met een methodisch-didactische blik zoals dit op de Calo wordt gedoceerd. In dit artikel beschrijven we de eerste fase van het leerproces: Gedan. En geven we voorbeelden van arrangementen en leervoorstellen die in deze fase worden gehanteerd. | **Tekst** Herman Verveld en Engbert Flapper

Tekening 1

Sparrend spelen

Zoals reeds in de proloog beschreven in LO Magazine 3 hebben we het leerproces tijdens het leren judoën verdeeld in drie fasen:

1 Gedan (spelen, ervaren van het spelprobleem);
2 Chudan (tijdens het spelen zelf de principes ontdekken en toepassen);
3 Jodan (principes en morele code op en buiten de mat toepassen).

Het uitgangspunt in iedere fase, dus ook in de eerste fase, is en blijft randori (sparrend spelen). In het spelen zelf zit de uitdaging, de principes en het spelplezier. Om de ondergedompelde leerlingen enige helderheid te bieden, geven we structuur om te voorkomen dat de leerlingen door de bomen het bos niet meer zien. Tevens zorgt deze structuur ervoor dat het leerproces op gang komt. De leerlingen zijn echter niet gebonden aan voorgeschreven uitvoeringswijzen en kunnen gebruik maken van kracht en creativiteit om tot een oplossing van het spelprobleem te komen.

Tekening 2

Vriendjesjudo

Zoals reeds genoemd starten we de introductie van de houdgreep en de start van randori vanuit vriendjesjudo. Middels een eenvoudige kantelbeweging wordt de houdgreep geïntroduceerd. In deze startsituatie (tekening 1) zitten de leerlingen naast elkaar op de knieën met één arm om elkaars rug heen geslagen en de andere hand vastgepakt aan de mouw van de ander. Hierbij steunend met de ellenboog op de mat. Het leervoorstel is vanuit deze situatie proberen elkaar op de rug te krijgen en te contoleren.

De leraar moet tijdens deze introductie het spel van de leerlingen niet onderbreken. Toelaten dat deze 'chaotische' situatie zich autonoom ontwikkelt, vraagt moed om niets te doen. Niet ingrijpen en toelaten dat leerlingen zich in hun eigen tempo en richting ontwikkelen is van fundamenteel belang. Hoe vaak worden er niet interventies gepleegd die slecht of totaal niet aansluiten op de ontwikkeling van de leerlingen. De inbreng van de leraar verstoort het leerproces dat net een beetje op gang komt. Ook goed bedoelde tips komen in deze fase te vroeg. Vertel geen dingen die ze zelf wel kunnen oplossen of waar ze snel genoeg achterkomen. Geef ze de voldoening het zelf te ontdekken (impliciet leren). Een luisterend oor, aanwezig en aanspreekbaar zijn is belangrijker dan een slimme opmerking maken die een averechts effect kan hebben op het leerproces. In het Taoïsme wordt dit aangeduid met *wu-wei*, laten gaan, niet ingrijpen. "Doing nothing usually leads to the very best of something." (Quote van Winnie de Pooh).

Vanuit vriendjesjudo wisselen de leerlingen regelmatig van positie (links en rechts van elkaar) en onderling van partner. De randori's zijn kort tot ongeveer 15 seconden. Na enige tijd (want dat kost het leerproces nu eenmaal) waarin de leerlingen het spelprobleem en elkaar hebben verkend, introduceren we enkele dynamische startsituaties.

Startposities

Tijdens het spel is er sprake van machtsongelijkheid en zal de fysiek sterkere leerling veelal aan het langste eind trekken. Om te voorkomen dat kracht de allesbepalende factor is en fysiek minder sterke leerlingen afhaken maken we gebruik van dynamische startsituaties. In deze startsituatie laten we de fysiek minder sterke leerling kiezen vanuit welke positie hij of zij wil starten. Hiermee proberen we de machtsongelijkheid enigszins te nivelleren en randori voor beide leerlingen uitdagend te maken.

Ook willen we zoveel mogelijk de positie waarin de leerlingen tegenover elkaar zitten op de knieën voorkomen (tekening 2). In deze positie loopt het spel vaak vast (patstelling) en zullen de leerlingen geneigd zijn elkaar naar achteren te duwen.

Een aantrekkelijke situatie om mee te starten is die waarbij de leerlingen ongeveer anderhalve meter van elkaar op de buik liggen en naar elkaar toe rollen. Bij de botsing start het randori (tekening 3). In deze startsituatie is het spannend hoe je uitkomt ten opzichte van de ander en speelt geluk een belangrijke rol. Ook laten we de leerlingen als ze rollen de ogen sluiten en bij de botsing pas weer openen dit maakt het spannender en verrassender.

Een tweede startsituatie die hierop lijkt maar toch een hele andere positie oplevert, is als de leerlingen naar elkaar toe rollen en zodanig bij elkaar liggen dat ze bij de botsing met hun hoofd bij de voeten van de ander uitkomen (tekening 4).

Weer een andere startsituatie is die waarbij één van de leerlingen over de buik van de andere leerling heen rolt. Op het moment dat hij/zij gaat rollen is het randori begonnen (tekening 5).

In deze startsituatie zou de fysiek minder sterkere leerling kunnen kiezen of hij/zij het rolletje over de buik wil maken of dat de ander op deze manier gaat beginnen. Het is voor de leerlingen fijn om zelf te mogen kiezen vanuit welke startsituatie ze willen beginnen. De randori's die in deze fase van het leerproces gemaakt worden zijn nog steeds kort tot ongeveer 20-30 seconden. Leerlingen moeten na de start van het randori snel beslissen of ze gaan aanvallen of snel moeten wegdraaien om niet in een houdgreep terecht te komen. Hoe (op welke wijze) ze dit doen moeten ze zelf weten. Door wederom veel te variëren van startpositie en veel te wisselen van tegenstander maakt dat het randori lang op gang wordt

Tekening 3

Tekening 4

Tekening 5

De leerlingen wisselen regelmatig van positie en onderling van partner

gehouden en er veel leerervaring wordt opgedaan.

Judospellen

Om het wisselen van tegenstander door de leerlingen zelf te laten regelen en vlot te laten verlopen, maken we gebruik van verschillende judospellen. Een voorbeeld van een judospel is judokwartet:
Arrangement: Alle leerlingen krijgen een speelkaart en verspreiden zich over de mat.
Leervoorstel en verloop: Daag een tegenstander uit en probeer elkaar vanuit de afgesproken startpositie(s) op de rug te krijgen en tien tellen te controleren. De kleur kaart waarmee je start (rood: harten of ruiten of zwart: klaver of schoppen) spaar je. Leg de kaart voor dat je start met judoën op de kop, zodat de ander niet kan zien wat voor kaart je hebt. Na afloop van de randori laat je de kaart zien aan de ander. De winnaar krijgt in het geval dat jij een rode kaart hebt en hij rode kaarten verzamelt jouw kaart, en jij haalt een nieuwe bij de leraar. Als in dit geval de verliezer een zwarte kaart heeft, die je niet verzamelt, heb je voor niets gejudood. Helaas, beide leerlingen houden hun kaart en dagen een ander uit voor een potje randori. Degene die het eerst vier kaarten van dezelfde kleur heeft verzameld, krijgt één punt en levert de kaarten in bij de leraar en krijgt een nieuwe kaart.

In het volgende artikel zullen we de tweede fase van het leerproces beschrijven: Chudan. Hierin komen naast enkele nieuwe startsituaties ook verschillende scenario's aan de orde. Wat scenario's zijn en hoe deze het leerproces bevorderen, zullen we dan gaan beschrijven. ●

Bronnen

Verveld, H. (2016). 'Juf, leer mij het zelf te doen!': over de ogenschijnlijke controverse tussen pedagogiek en onderwijskunde; kindgericht of sportgericht lesgeven in het bewegingsonderwijs. *Lichamelijke opvoeding* 104 (pp. 6-8).
Walinga, W. (2019). *Bewegen loopt, lukt en leeft*. Interne publicatie Calo Windesheim.

Engbert Flapper is docent judo aan de Calo Windesheim.
Herman Verveld is opleidingsdocent aan de Calo Windesheim.

Tekeningen
Irene Goede

Contact
ef.flapper@windesheim.nl
hd.verveld@windesheim.nl

Kernwoorden
judospellen, judo als spelprobleem, didactische praktijktheorie

Pickleball

Terra Assen is een groene vmbo-school. Naast allerlei groene vakken biedt Terra Assen ook heel veel sport aan voor leerlingen. Vanaf klas 1 kunnen leerlingen kiezen voor de sportklas. In leerjaar 1 en 2 ligt het accent van de sportklas op kennismaken met zoveel mogelijk verschillende sporten. In leerjaar 3 en 4 ligt het accent meer op verdiepen in verschillende sporten, onderling lesgeven en lesgeven aan de kinderen van groep 7 en 8 van de basisschool in de wijk.

| **Tekst** Wilco Bronmeijer

Foto 1 Materiaal pickleball

Na een tenniswedstrijd tussen HLTC en Westerbork sprak ik Jan Jaap. Hij ging de volgende dag meedoen aan het NK pickleball. Een sport waar ik nog niet eerder van had gehoord. Hij legde het kort uit, liet wat video's zien en mijn interesse was gewekt.

Kennismaking

Jan Jaap is tennisleraar en hij staat aan de wieg van pickleball in Nederland. Ik heb hem uitgenodigd om een clinic te geven. Dit was aan een derde klas vmbo die het keuzevak 'sport en bewegen' bij ons volgt. Jan Jaap had paddles, netten en ballen meegenomen. Hij liet ons middels een aantal oefeningen kennismaken met de sport pickleball en ik was direct enthousiast. Na afloop hebben we dan ook zes netten, 24 paddles en 20 ballen aangeschaft bij pickleball.nl om zo pickleball op te nemen in ons sportaanbod. Ik zal uitleggen wat de sport inhoudt en wat de methodische opbouw is.

Snelst groeiende sport

De sport is overgewaaid uit Amerika en is daar de snelst groeiende sport. Pickleball kun je zowel binnen als buiten spelen.

Materiaal

Je speelt de sport met een paddle (soort beachball plankje), een gatenballetje (vergelijkend met een bal bij floorball) en een net. Het net en de buizen zitten in een handige draagtas en is binnen drie minuten opgebouwd. Het speelveld is te vergelijken met een badmintonveld. Je kunt zowel enkelspel als dubbelspel spelen.

De regels bij dubbelspel

De bal wordt onderhands geserveerd, startend aan de rechterzijde van het veld en wordt diagonaal gespeeld naar het tegenoverliggende servicevak. De bal mag uit de hand

geserveerd worden of je mag hem laten vallen (niet opgooien) en laten stuiten. Bij een netservice wordt er gewoon doorgespeeld. De ontvangende partij moet de bal eerst laten stuiten, voor ze hem retourneren. En vervolgens moet ook de serverende partij de bal eerst laten stuiten. Pas de derde bal mag ook in één keer met een volley geslagen worden. Met stuit mag ook.

Je krijgt een punt als:
- de bal twee keer gestuiterd heeft;
- de tegenstander uitslaat;
- de tegenstander in het net slaat;
- je binnen de kitchenlijn (de servicelijn bij badminton) staat te volleren.

De puntentelling is hetzelfde als de 'oude' puntentelling van badminton. Je kunt alleen een punt scoren als je serveert. Scoort de tegenstander dan gaat de service naar de tweede speler van hetzelfde team. Scoor je zelf dan mag je wederom serveren maar dan aan de linkerzijde van jouw kant. Scoort de tegenstander dan weer, dan gaat de service over naar speler één (diegene die rechts in het veld staat). Beide spelers van een team serveren, behalve aan het begin van de wedstrijd, dan serveert van het startende team maar één speler

De regels bij enkelspel
Bij enkelspel begint een speler links met serveren als hij een oneven aantal punten heeft en rechts bij een even aantal. Voor de rest dezelfde regels.

Foto 3 Kitchenbal

Foto 4 Bovenaanzicht pickleball

Foto 2 Onderhands opslaan

Waarom pickleball in de les LO?

Ik speel pickleball nu met klas 1 tot en met 4 van Terra Assen. De leerlingen vinden het een erg leuke sport. De sport is erg dynamisch. Waarom is pickleball een goede toevoeging op het aanbod van de lessen LO:
- Pickleball wordt gespeeld met een paddle/racket met een korte steel. Dit maakt het relatief makkelijk om het balletje te raken. De oog-hand coördinatie is bij een racketsport met een lange steel relatief moeilijk. Pickleball is eenvoudiger.
- Pickleball is een sport die snel aan te leren is en de leerlingen ervaren snel succeservaringen. Dit maakt de sport uitermate geschikt voor het onderwijs.
- De bal is relatief traag en stuitert niet te hoog. Daardoor heeft de speler relatief veel tijd om de bal terug te spelen. Hierdoor ontstaan er snel lange rally's.
- Het net is laag waardoor de bal relatief makkelijk over het net te spelen is.
- De spelregels zijn simpel. Er kan al snel een wedstrijdje gespeeld worden.
- Het is een actieve sport er wordt snel gezweet.

(De puntentelling vinden de leerlingen lastig. Ik kies voor de school puntentelling: rallypoint en om de beurt serveren.)

De methodische opbouw

Om de sport goed te kunnen spelen moet je een aantal technieken beheersen. Dit zijn de onderhandse service, forehand, backhand, volley (forehand en backhand) en de smash.

Deze technieken kun je met allerlei oefeningen aanleren. Als je de QR-code scant dan zie je een promotiefilmpje van pickleball. Voor het aanleren van pickleball-technieken geldt de volgende opbouw:
- van alleen (soleren) naar samen spelen;

Foto 5 Aangegooide ballen

Foto 7 Soleren, tegen de muur spelen

Foto 6 Soleren, hooghouden

Foto 8 Volleren kitchenlijn

- van aangegooide ballen terugspelen naar aangespeelde ballen terugspelen;
- van met elkaar spelen naar tegen elkaar spelen.

Pickleball voor scholen

https://pickleball.nl/scholen/

Soleren

Hierbij gaat het om oefeningen als: hooghouden (forehand en backhand) en hooghouden afwisselend forehand en backhand; tellen van geslaagde pogingen/ recordjes werkt hierbij stimulerend;hooghouden met stuit. De bal één keer laten stuiteren en dan voor jezelf omhoog spelen. Dit kan daarna al snel in tweetallen.
tegen de muur spelen. Wederom forehand en backhand. Dit kan al snel in tweetallen om de beurt.

Samenspelen

In tweetallen de bal binnen de kitchenlijn spelen waarbij de bal moet stuiteren. De speler staat met de voeten achter de kitchenlijn. Het onderling doordraaien is hierbij handig om zo iedere keer met een andere medeleerling te spelen. Dit is weer een andere uitdaging en geeft nieuwe energie.

Aangooien en volleren

Speler A gooit de bal onderhands aan en speler B volleert de bal naar de grond. Speler A probeert de bal te vangen. Tellen van geslaagde pogingen/recordjes werkt ook hierbij stimulerend. Idem met aanslaan vanaf ongeveer het midden van het veld.

Overspelen

In tweetallen de bal overslaan waarbij de bal achter de kitchenlijn moet stuiteren. Idem, waarbij de bal ook gevolleerd mag worden.

Tegen elkaar spelen

- Kitchenball. De bal moet voor de kitchen stuiteren. Je scoort als de bal uit is of in het net geslagen wordt. De service is onderhands. Degene die scoort mag serveren.
- Zowel kitchenball als pickleball kunnen met twee of vier gespeeld worden. Speel je 1-1 bij Pickleball dan speel je op een half badmintonveld.

Veel plezier met spelen!

Contact
w.bronmeijer@terra.nl
Wilco Bronmeijer is docent LO op Terra Assen
Foto's
Wilco Bronmeijer
Kernwoorden
pickleball, terugslagspel

Beweegprogramma Cricket4KIDS

Samen sporten, onbewust breed motorisch ontwikkelen, kennismaken met de sport cricket en vooral veel plezier hebben. Dat is wat Cricket4KIDS is! | **Tekst** Margo Cornelissen

Cricket4KIDS is een beweegprogramma ontwikkeld door de Koninklijke Nederlandse Cricket Bond (KNCB) en richt zich op kinderen in de leeftijd van 6 tot en met 11 jaar. Een programma met als doel meer kinderen met plezier te laten deelnemen aan sport- en spelactiviteiten. Activiteiten met een hoge 'fun' factor, gericht op de Brede Motorische Ontwikkeling (BMO), waarmee de kinderen onbewust kennismaken met de, voor de meeste kinderen, onbekende sport cricket.

Cricket4KIDS is laagdrempelig en voor ieder kind toegankelijk. De activiteiten kunnen zowel binnen als buiten worden aangeboden. Op school en op de club, maar kinderen kunnen ook thuis met hun vriendjes de activiteiten beoefenen. Binnen Cricket4KIDS staat het sociale aspect hoog in het vaandel; vrienden ontmoeten of nieuwe vrienden maken, samen een hoop lol beleven, geen verliezers, alleen maar winnaars! Plezier, samenspelen en samenwerken zijn belangrijker dan de sport, prestatie en winst.

Het beweegprogramma

Cricket4KIDS is een uitgebreid beweegprogramma en bestaat uit een serie van acht lessen van één uur. De activiteiten in deze acht lessen richten zich op de breed motorische ontwikkeling (BMO) 'overgoten met een cricketsausje'. Iedere les is opgebouwd uit een warming-up, drie kernactiviteiten, een eindspel en een afsluiting van de les waarin het sociale aspect centraal staat.

De warming-up bestaat uit een activiteit waarin vormen van lopen, gaan en/of rennen verwerkt zijn. De kernactiviteiten staan in het teken van de BMO. In iedere les is één van de kernactiviteiten de skill-challenge. Deze activiteit richt zich op meerdere oefeningen gericht op de BMO. Tijdens het eindspel komen de geoefende vaardigheden bijeen in een groepsactiviteit of wedstrijdje. In bijna alle activiteiten laten we iets van cricket terugkomen door bijvoorbeeld het gebruik van cricketmaterialen. Als afsluiting van de les is er altijd een 'sociaal' momentje. Dat kan zijn een activiteit gericht op het geven van complimenten, samen terugkijken naar wat gedaan is in de les of een vriendenactie.

Er is een handleiding beschikbaar voor de lesgever. Hierin is een verkorte weergave opgenomen van de eerste acht Cricket4KIDS-lessen inclusief alle lesactiviteiten. De lessen kunnen in willekeurige volgorde, zowel binnen als buiten, gegeven worden. Binnen de lessen kan er geschoven worden met de lesactiviteiten. De lesactiviteiten zijn per activiteit uitgeschreven op een spelkaart. De spelkaarten zijn digitaal beschikbaar via een app op je mobiel en te downloaden van de website.

Cricket4KIDS

www.cricket4kids.nl

Les opbouw

Warming-up	Kernactiviteit 1	Kernactiviteit 2	Kernactiviteit 3	Eindspel	Afsluiting
10 minuten	10 minuten	10 minuten	10 minuten	15 minuten	5 minuten

Foto 1 Fun

Foto 2 Geschikt voor basisonderwijs

Elke lesactiviteit kan 'op maat' aangepast worden door de activiteit makkelijker of moeilijker te maken of door te kiezen voor een variatievorm. De variatievorm en het makkelijker of moeilijker maken van de activiteit staat uitgeschreven op de desbetreffende spelkaart. Mochten de benodigde materialen die op de spelkaart staan niet aanwezig zijn, dan kunnen alternatieve materialen gebruikt worden. Kleine, grote, harde of zachte ballen, gebruik van een bat, hockeystick, stok of opgerolde krant, et cetera. De alternatieve materialen zijn te vinden in de handleiding Cricket4KIDS of op de digitale spelkaart.

Het acht weken Cricket4KIDS beweegprogramma is vooral goed in te zetten in het basisonderwijs, de buitenschoolse opvang en bij sportorganisaties. Met de handleiding en de digitale spelkaarten kan de lesgever zelfstandig aan de slag met Cricket4KIDS.

Certificaat Partner in Veelzijdig Bewegen

Het certificaat Partner in Veelzijdig Bewegen is uitgegeven door het Kenniscentrum sport en bewegen en geeft, door middel van een drie sterren systeem, aan hoe BMO-proef en daarmee de kwaliteit van een programma is. De KNCB heeft voor Cricket4KIDS het certificaat met het hoogste aantal sterren mogen ontvangen. Daar zijn we heel trots op. Hiermee weten we zeker dat aanbieders die dit beweegprogramma gebruiken hun jonge sporters een goede basis geven.

Vervolg Cricket4KIDS

Scholen en sportorganisaties die enthousiast zijn geworden en aansluitend op Cricket4KIDS de kinderen nog meer cricket ervaring willen laten op doen, kunnen verder met Cricket4YOU of het criiio-cricket-programma.
Cricket4YOU is een lesprogramma met cricketactiviteiten meer gericht op het leren cricketen. Een programma met 40 complete leskaarten. De leskaarten van Cricket4YOU zijn te vinden op *www.cricket4you.nl* of via de KnS cricket app.

Cricket4YOU wordt veelal ingezet in de lessen bewegingsonderwijs binnen het voortgezet onderwijs, maar kan ook als vervolgprogramma na Cricket4KIDS ingezet worden in de bovenbouw van het basisonderwijs. Cricket4YOU vraagt cricket basiskennis van de lesgever. Met een twee uur durende bijscholing kan een vakleerkracht of buurtsportcoach goed uit de voeten met het lesprogramma Cricket4YOU.
Het criiio-programma is ontwikkeld door de ICC (Internationale Cricket Councel). Een programma dat wereldwijd binnen het onderwijs ingezet wordt om kinderen en jongeren kennis te laten maken met de cricketsport. Dit programma geeft

kinderen de kans om overal, met iedereen en waar dan ook te cricketen. Net als in het Cricket4KIDS beweegprogramma is er binnen het criiio aandacht voor breed motorisch ontwikkelen, het vereenvoudigen of moeilijker maken van de activiteit en is er aandacht voor het gebruik van alternatieve materialen.

Alle drie de lesprogramma's zijn in het Engels beschikbaar en daarmee ook binnen het tweetalig onderwijs en voor expats zeer geschikt.

Bijscholing

Speciaal voor vakleerkrachten en buurtsportcoaches is er een twee uur durende bijscholing, waarin de deelnemers wegwijs gemaakt wordt met de basis beginselen van de cricketsport. Na afloop van de bijscholing ontvangt de deelnemer de handleiding Cricket4KIDS. Met de handleiding kan de vakleerkracht of buursportcoach zelfstandig aan de slag met Cricket4KIDS binnen het basisonderwijs of bij sportstimuleringsactiviteiten. De bijscholing kan 'op maat' bij de aanvrager gegeven worden. ●

Contact
Voor meer informatie of aanvraag bijscholing kan contact opgenomen worden met de projectleider Cricket4KIDS van de kncb
Margo Cornelissen *margo.cornelissen@kncb.nl* of *cricket@kncb.nl*
Foto's
Jan de Koning
Kernwoorden
cricket

cricket you4

Eind spel: Bowling tag (Bowling tikkertje)

Materialen
- 1 of meerdere tennisballen
- 1 grote bal
- 4 matten
- 8 pionnen

Organisatie
Er zijn twee of meer tikkers. Alle andere spelers staan in het veld. De tikkers moeten de spelers proberen te tikken met een tennisbal. Ze moeten de tennisbal tegen het been van een speler gooien. De tikkers moeten goed samenwerken.
Als een speler wordt getikt, moet die stilstaan als een standbeeld, met de handen in de lucht. De spelers die nog "vrij" zijn, kunnen de spelers die zijn getikt, bevrijden door ze een high five te geven.

Techniek
Zeg dat de spelers hun ogen op de bal gericht moeten houden terwijl ze vangen.
De spelers moeten vangen met hun vingers omhoog of omlaag, niet met 'krokodillenhanden' (twee handen vooruit, als een krokodillenbek).
Bij het eindspel moeten de spelers behendig en snel zijn om de ballen te ontwijken.

Variatie
Maak eilandjes en rivertjes.
De spelers mogen niet in de rivertjes komen. Op de eilandjes zijn de spelers veilig (ze kunnen niet worden getikt), maar spelers mogen slechts 3 seconden op een eiland blijven staan.

Makkelijker
- Gebruik grote bollen.

Moeilijker
- Vergroot het speelveld.

www.cricketforyou.nl

cricket you4

Final game: Bowling tag

Materials
- 3 or more small balls
- 1 big ball
- 4 mats
- 8 cones

Organization
Two or more players are the taggers. All other players are in the field. The taggers must try to tag the players with a tennis ball. They need to hit the taggers with the tennis ball in the leg. The taggers must work together.

If a player gets tagged, then they need to stand like a statue with their arms in the air. The taggers who are still "free" can free the tagged players by giving them a high five.

Technique
- Watch the ball into the hands.
- Catch with either the fingers pointing up or down, no crocodile hands.
- Be agile and mobile in the end game to dodge the balls.

Variation
Create islands and rivers. Players cannot run through the rivers.
The islands are a safe (cannot be tagged) haven but players may not stay on the island longer than 3 seconds.

Easier
- Use bigger balls.

More difficult
- Create a larger playing field.

www.cricketforyou.nl

MEDILEX ONDERWIJS
MEESTERS IN SCHOLING

www.medilexonderwijs.nl

Congressen najaar

Wat ga jij leren in het nieuwe schooljaar? Er zijn ook in 2022 - 2023 volop nascholingsmogelijkheden. Gebruik je budget en volg een inspirerend congres of een praktische cursus. Bekijk het volledige aanbod op de site:

vo

Donderdag 8 september
De rol van de sectievoorziter
Effectief leidinggeven aan je vaksectie

www.medilexonderwijs.nl/sv

vo / mbo

Woensdag 14 september
Meiden begeleiden
Voorkom dat meiden vastlopen in het vo en mbo

www.medilexonderwijs.nl/meiden

po

Woensdag 21 september
Lesgeven in groep 8
Over onder meer (pre)pubers, groepsdynamica en schooladvies

www.medilexonderwijs.nl/lesgeven-8

vo

Dinsdag 27 september
Motiveer je leerlingen in het vo
Grip op de motivatie van je leerlingen

www.medilexonderwijs.nl/leerlingmotivatie

po

Woensdag 28 september
Bewegend leren
Integreer beweging in je dagelijkse lessen

www.medilexonderwijs.nl/beweging

vo / mbo

Vrijdag 30 september
Lesgeven aan jongens
Aansluiten op de onderwijsbehoeften van jongens in het vo en mbo

www.medilexonderwijs.nl/jongensbijdeles

vo / mbo

Donderdag 13 oktober
Verbindend communiceren met je leerlingen
Een positieve relatie als basis voor schoolsucces

www.medilexonderwijs.nl/verbindend-communiceren

po

Maandag 7 november
Kleuters in beweging
Beweegdrang van het jonge kind

www.medilexonderwijs.nl/kib

vo

Maandag 14 november
Werken met leerpleinen
Over visie, teamteaching, didactiek en zelfsturing

www.medilexonderwijs.nl/pleinen

Bekijk onze complete agenda op www.medilexonderwijs.nl/aanbod

Sport als preventief medicijn tegen sociaal-economische ongelijkheid in de gezondheid

Tot voor kort was er relatief weinig bekend over de rol van sportparticipatie, als specifiek onderdeel van bewegen in het algemeen, in relatie met gezondheid en zorgkosten en de ongelijke verdeling daarvan. Willem de Boer (2022) schreef hierover een proefschrift: *Sport as a medicine for health and health inequalities*. Het uitgangspunt van het proefschrift is de wetenschap dat de kans op een lang en gezond leven sterk samenhangt met iemands opleidings- of inkomensniveau. Daarnaast is ook deelname aan sport en bewegen gerelateerd aan iemands sociaaleconomische status (SES). Het doel van dit proefschrift is om een beter begrip te krijgen van de relatie tussen sportdeelname enerzijds en gezondheid anderzijds. Het proefschrift is samengesteld uit een zestal deelonderzoeken waarvan we de meest relevante onderzoeken voor het vakgebied LO/bewegingsonderwijs hebben samengevat. Na de samenvatting geeft Willem de Boer zijn visie op bewegen en de legitimering van ons vak in het licht van de uitkomsten van zijn proefschrift. | **Tekst** Frank Gerritsen

Sportdeelname vs. algemeen beweeggedrag

Aan de hand van gegevens uit de Lifelines cohortstudie in Noord-Nederland blijkt dat sportdeelname positief gerelateerd is aan lagere risico's op vroege sterfte, diabetes type 2 en obesitas, ten opzichte van het niet deelnemen aan sport. Voor fitness bleken de gezondheidseffecten minder groot dan voor andere typen sporten en in het bijzonder teamsporten. Het onderzoek toonde ook aan dat verschillen in gezondheidsuitkomsten gedeeltelijk kunnen worden toegeschreven aan sociaaleconomische verschillen en daarmee samenhangende ongelijkheid in sportdeelname. De invloed van sportdeelname op sociaaleconomische gezondheidsverschillen lijkt veel groter te zijn dan die van (matig tot intensief) bewegen in het algemeen. De relatie tussen sportdeelname en de gezondheidsuitkomsten verschilde niet significant tussen verschillende sociaaleconomische groepen (naar opleiding of inkomen). Deze resultaten duiden erop dat de mate waarin groepen deelnemen aan sport een belangrijke oorzaak lijkt te zijn van sociaaleconomische gezondheidsverschillen. Om de sociaaleconomische verschillen op het gebied van gezondheid te verkleinen, zou gezondheidsbeleid zich daarom moeten richten op het vergroten van de sportdeelname onder lage SES-groepen, en minder op het beweeggedrag of het verhogen van de hoeveelheid sport onder de personen die al sporten.

Sportdeelname en levensverwachting

In deze studie werd ontdekt dat sportdeelname gerelateerd was aan een verbeterde levensverwachting en een verminderd risico op diabetes type 2 en prediabetes. Met andere woorden sportdeelname hangt positief samen met een hogere levensverwachting en een lager risico op prediabetes. Daarnaast laat het onderzoek zien dat sporten in veel gevallen gepaard gaat met lagere gezondheidsrisico's in vergelijking met andere vormen van beweging in de vrije tijd, zoals wandelen, tuinieren en klussen. Deze uitkomsten suggereren dat het wenselijk is om bij sportadviezen meer rekening te houden met iemands gezondheidsstatus.

Sportdeelname en zorgkosten

Hier is weergegeven hoe leefstijlfactoren samenhangen met de verschillen in gemiddelde zorgkosten op wijkniveau. We vonden dat in wijken met een hoger aandeel sportclubleden gemiddeld jaarlijks per persoon €25 lagere zorgkosten hadden. Wijken waarbij de volwassen bevolking meer voldoet aan de beweegrichtlijnen, dan een vergelijkbare wijk, hebben jaarlijks €14 lagere zorgkosten per persoon. Voor lidmaatschap van sportclubs (maar niet voor het voldoen aan de beweegrichtlijnen) lijkt het effect complementair te zijn aan het effect van de sociaaleconomische status op het verklaren van de ongelijkheid in zorgkosten tussen wijken. De uitkomsten van het onderzoek wijzen erop dat beleid dat gericht is op het vergroten

//

Sportdeelname is positief gerelateerd aan lagere risico's op vroege sterfte, diabetes type 2 en obesitas

van het aantal sportclubleden gunstig zou zijn voor het verlagen van zorgkosten, ongeacht het sociaaleconomische niveaus van een wijk. Daarnaast lijkt een toename van het percentage personen dat voldoet aan de beweegrichtlijnen voornamelijk effectief te zijn in wijken met een lage sociaaleconomische status.

Effecten COVID-19 op beweeggedrag

In dit onderzoek is gekeken naar de effecten van de COVID-19-pandemie op sociaaleconomische verschillen in beweeggedrag in 2020. De uitkomsten laten zien dat door de pandemie en de maatregelen om de verspreiding van het virus tegen te gaan de verschillen in beweeggedrag tussen lage en hoge SES-groepen aanzienlijk zijn toegenomen. Personen met een laag inkomen of opleidingsniveau hadden een veel grotere kans om minder te gaan bewegen dan personen met een hoog inkomen of die hoog waren opgeleid. Omgekeerd hadden personen uit een lage SES-groep een kleinere kans om meer te gaan bewegen dan personen uit een hoge SES-categorie. Deze uitkomsten golden voor een lange periode, waaronder, zorgwekkend genoeg, ook de tijd waarin veel bewegingsbeperkende maatregelen waren opgeheven. Onze bevindingen impliceren dat, zelfs wanneer de COVID-19-crisis voorbij is, het onwaarschijnlijk is dat het beweegniveau van vóór COVID-19 snel weer zal worden bereikt. Dit geldt vooral voor groepen met een lage SES. Omdat het doen van fysiek activiteiten al op een kritisch laag niveau lag vóór de COVID-19-crisis, is er een verhoogde urgentie om de (beleids-)inspanningen voor bewegen te vergroten en – met de eerdergenoemde onderzoeksresultaten in het achterhoofd – ook sportdeelname aan te moedigen, waarbij de focus op de lage SES-groepen zou moeten liggen.

In gesprek met Willem de Boer

Naar aanleiding van het proefschrift ben ik met Willem de Boer in gesprek gegaan over zijn visie op bewegen en de legitimering van ons vak in het licht van de uitkomsten van zijn proefschrift.

> // Tijdens corona hadden personen uit een lage SES-groep een kleinere kans om meer te gaan bewegen dan personen uit een hoge SES-categorie

Frank Gerritsen: "Uit het proefschrift maak ik op dat je 'leren deelnemen aan bewegingssituaties' te ruim gedefinieerd vindt omdat deze benadering niet bijdraagt aan het verkleinen van de sociaal economische verschillen op het gebied van gezondheid. Deelname aan/lid zijn van een sportclub draagt meer bij aan gezondheid (besparing €25 p.p. per jaar) dan het voldoen aan de beweegrichtlijnen (besparing €14 p.p. per jaar). En vervolgens dat door de coronacrisis het verschil in sportparticipatie tussen verschillende sociaaleconomische lagen is toegenomen. Je pleit voor meer inzetten op sportclubdeelname en met name teamsporten vanwege het onderling stimuleren van sportdeelname. Hier ligt, in mijn ogen, een biologische vak-visie aan ten grondslag die gericht is op gezondheidsbevordering."

Willem de Boer: "Ogenschijnlijk ligt hier een biologisch vakconcept aan ten grondslag. Toch is een nuance op zijn plaats. Op basis van mijn onderzoek zou ik willen pleiten voor een breed sport- en beweegaanbod bij jonge kinderen, met als doel om de kans op een leven lang goed bewegen met plezier zo groot mogelijk te maken. Het personalistische vakconcept ligt hier (impliciet) aan ten grondslag. Enerzijds omdat een sportkeuze van een kind (ook) bijdraagt aan zijn/haar beweegidentiteit, anderzijds omdat deelname aan een sportvereniging ook bijdraagt aan geïnstitutionaliseerd beweeggedrag (lees: een leven lang bewegen)."

"Zelfs de kritische emancipatorische visie (KEV) – die leerlingen kritisch leert kijken naar het sport- en beweegaanbod – draagt ertoe bij dat leerlingen leren ervaren en kiezen welke sporten het beste bij hun passen. Met andere woorden: de structuur bij een (gekozen) sportvereniging zorgt er dan voor dat bewegen duurzamer en als 'gewoon' ervaren wordt wat een leven lang bewegen duurzamer, makkelijker en toegankelijker maakt."

"Het proefschrift geeft aan dat sportparticipatie een belangrijk preventief medicijn kan zijn voor het verbeteren van de gezondheid, het verminderen van sociaaleconomische gezondheidsverschillen en het verlagen van de kosten van de gezondheidszorg." ●

Bron
De Boer, W.I.J. (2022). *Sport as a medicine for health and health inequalities.* Groningen: University of Groningen.

Contact
Willem.deboer@han.nl
Willem de Boer is werkzaam als sporteconoom op de Academie Sport en Bewegen (ASB) aan de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen waarvan ook de ALO Nijmegen deel uitmaakt

Kernwoorden
SES, sportparticipatie, gezondheid, zorgkosten

Master Sport- en Bewegingsonderwijs: Verander je LO-omgeving

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

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

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

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

Voorlichting
De website van de master biedt je veel informatie. Video’s van studenten die vertellen over hun drijfveren en ervaringen, alles over de opbouw van de opleiding, hoe je dat kunt combineren me werk en hoe de opleiding is opgebouwd. Ook de FAQ-lijst helpt je een heel eind op weg.

Geïnteresseerd?
Ga voor meer informatie of voor het abonneren op de master-nieuwsbrief naar fontys.nl/master**sport**en**bewegingsonderwijs**.
Daar vind je ook alle informatie hoe je snel en makkelijk met ons in contact kunt komen. Van een gesprek met een docent tot een antwoord op een korte vraag.

Fontys › FOR SOCIETY

De moderne gymzaal: Akoestiek 4

Akoestiek is het onderwerp van deze aflevering van de serie De Moderne Gymzaal. Aan welke eisen moet de akoestiek van een gymzaal, een sportzaal of een sporthal voldoen? Akoestiek die ervoor zorgt dat docenten bewegingsonderwijs en andere gebruikers geen gehoorschade oplopen. Akoestiek die voorkomt dat geforceerd stemgebruik tot schade leidt. Naast deze directe akoestiek is er aandacht voor akoestische maatregelen om geluidsoverdracht tussen ruimten te voorkomen of te beperken. **Tekst** Folkert Buiter en Odin Wenting

Het belang van goede akoestiek

In de gymzaal en andere sportruimten zijn de volgende aspecten van akoestiek van belang:
- maximale nagalmtijd;
- minimale nagalmtijd;
- flutterecho's.

Nagalmtijd

Als de nagalmtijd in een sportruimte te hoog is, dan resulteert dit veelal in een hogere mate van vermoeidheid dan gebruikelijk is. Dit is het gevolg van de geluidsenergie die 'rondkaatst' in de ruimte en/of omdat deze energie onvoldoende wordt geabsorbeerd door wanden, plafond en vloer. Deze vermoeidheid neemt toe naarmate gymdocenten of anderen langer in die sportruimte aanwezig zijn.

Als de nagalmtijd te hoog is, wordt het in de ruimte geproduceerde geluid onvoldoende geabsorbeerd en kan er een verhoogd geluidsniveau ontstaan, waarbij men geneigd is harder te spreken of de stem onjuist gaat gebruiken. Dit kan bij langdurig verblijf in een dergelijke ruimte tot problemen met de stembanden leiden.

De zogenaamde 'stapeling van geluid' leidt er vaak toe dat het totale geluidsniveau boven de wettelijke norm van maximaal 85 dB(A) uitkomt. Dit kan bij langdurig verblijf in een dergelijke ruimte tot doofheid leiden. Volledige doofheid komt zelden voor maar lichte tot ernstige gehoorschade wel.

Een te lage nagalmtijd leidt tot een zogenaamde 'dode' ruimte. Het geluid wordt dan onvoldoende in de ruimte gedragen en men is vervolgens geneigd de stem te verheffen, of de stem verkeerd te gebruiken. Dit kan leiden tot problemen met stembanden.

Flutterecho's

Flutterecho's mogen nooit voorkomen in een sportruimte. Flutterecho's zijn eenvoudig te voorkomen door juiste materiaalkeuzes en/of een niet parallelle positie van wanden of wanddelen.

Voorschriften voor akoestiek in sportruimten

De wettelijke akoestische vereisten voor veilig werken en sporten staan in *Arbowet artikel 3, lid, sub b* en in *Arbobesluit de artikelen 6.6 tot en met 6.11.*

NOC*NSF heeft specifiek voor indoor sportruimten voorschriften laten opstellen op basis van onderzoek naar de effecten van geluid in sportruimten. Het gaat om de nagalmtijden van geluid in een sportruimte.

De toegestane maximale nagalmtijd wordt gebaseerd op het volume van de wedstrijdruimte. Normbladen van NOC*NSF zijn verouderd en zullen het komende jaar worden geactualiseerd. In plaats van te verwijzen naar vermeende standaard afmetingen van een sportruimte, wordt nu gewerkt met een tabel die gerelateerd is aan de inhoud van de wedstrijdruimte (zie tabel 1).

Tabel 1 met toegestane nagalmtijden voor sportruimten is het uitgangspunt.

Tabel 1 *Toegestane nagalmtijden in seconden in een sportruimte*

Regel	Inhoud ruimte	Ondergrens	Bovengrens
1	> 100 m3 en ≤ 300 m3	0,6	0,8
2	> 300 m3 en ≤ 600 m3	0,7	0,9
3	> 600 m3 en ≤ 1.700 m3	0,8	1,0
4	> 1.700 m3 en ≤ 2.100 m3	0,9	1,1
5	> 2.100 m3 en ≤ 2.400 m3	0,9	1,2
6	> 2.400 m3 en ≤ 3.200 m3	1,0	1,3
7	> 3.200 m3 en ≤ 4.350 m3	1,1	1,4
8	> 4.350 m3 en ≤ 6.300 m3	1,2	1,5
9	> 6.300 m3 en ≤ 7.400 m3	1,3	1,7
10	> 7.400 m3 en ≤ 9.500 m3	1,4	1,8
11	> 9.500 m3 en ≤ 12.400 m3	1,5	1,9
12	> 12.400 m3 en ≤ 17.250 m3	1,5	2,0
13	> 17.250 m3 en ≤ 29.000 m3	1,8	2,3
14	>29.000 m3	nader onderzoek	nader onderzoek

De bovengrens van nagalmtijden is de maximaal toegestane nagalmtijd. De ondergrens van nagalmtijden is de minimaal benodigde nagalmtijd om een dode ruimte te voorkomen. De inhoud van de sportruimte bepaalt wat de voorgeschreven minimale en maximale waarden van de nagalmtijden zijn.

De blanco vakjes in de tabel zijn voorgeschreven waarden. De grijze vakjes in de tabel bevatten voorlopige waarden. Deze voorlopige waarden van de ondergrens van nagalmtijden zijn voorlopig bepaald op 75 procent van de bovengrens van nagalmtijden.

Geluidsoverdracht tussen ruimten

De geluidsoverdracht tussen ruimten en tussen de verkeersruimten en ruimten moet worden beperkt, opdat men rustig kan sporten, werken en met elkaar spreken. In een akoestisch rapport bij nieuwbouw, of renovatie of ter beoordeling van de bestaande situatie, moet aan onderstaande waarden worden voldaan.

De luchtgeluidisolatie-index tussen wedstrijdruimten en haldelen van wedstrijdruimten onderling heeft een Dnt;A van ≥ 52 dB(A).
De luchtgeluidisolatie-index tussen wedstrijdruimten en verkeersruimten heeft een Dnt;A van ≥ 42 dB(A).

Het niveau van het achtergrondgeluid in een wedstrijdruimte mag niet meer bedragen dan 40 dB(A). Het niveau van het achtergrondgeluid is het geluidsniveau dat in een wedstrijdruimte wordt gemeten zonder dat er activiteiten plaatsvinden.

Zorgplicht

De gemeente en onderwijsinstellingen hebben, afhankelijk van hun onderlinge rol, een zorgplicht voor het faciliteren van adequate onderwijshuisvesting. Bij nieuwbouw dienen zij in het programma van eisen de akoestische voorschriften op te nemen. Voorschriften die in ontwerp en tijdens de bouw leidend zijn. Bij oplevering dient een akoestische meting uit te wijzen dat de akoestiek voldoet aan alle voorschriften.
De onderwijsinstelling heeft een zorgplicht op grond van de Arbowet. KVLO adviseert om bij toewijzing van een sportaccommodatie voor bewegingsonderwijs erop toe te zien dat het een veilige, gezonde en verantwoorde werkplek is.

Maatregelen

Om de geluidsoverdracht in een ruimte en tussen ruimten te beperken kunnen verschillende maatregelen worden genomen. Deze maatregelen worden in de volgende artikelen van deze serie over wanden en plafonds besproken.

De beste akoestiek voor bewegingsonderwijs

Let goed op bij nieuwbouw of renovatie, maar ook bij gebruik van bestaande gebouwen. Wat is de inhoud van de wedstrijdruimte? Lees het akoestische rapport dat aantoont dat de sportruimte voldoet aan alle akoestische eisen. Laat je daarbij eventueel ondersteunen door een deskundige. Het gaat om jouw gezondheid en die van jouw collega's. Vergeet niet dat je als docent bewegingsonderwijs in 40 werkbare jaren 30.000 tot 40.000 uur in een gymzaal werkt.

Ben je van mening je dat de akoestiek niet op orde is en is er geen akoestisch rapport beschikbaar? Vraag de onderwijsinstelling dan om metingen te laten doen door een onafhankelijk bureau, resulterend in een rapport dat aangeeft welke aanpassingen nodig zijn.

Uitgebreid artikel akoestiek

In overleg met de redactie wordt overwogen om een uitgebreid artikel over akoestiek te schrijven, samen met een onafhankelijk akoestisch bureau. Een artikel dat uitgebreid ingaat op gehoorschade en verkeerd stemgebruik, op de geluidswaarde dB(A) en op maatregelen die vooraf en achteraf genomen kunnen worden. ●

Bron
folkertbuiter@gmail.com
info@odinwenting.nl
Folkert Buiter is programmamanager multifunctionele accommodaties.
Odin Wenting is sporttechnisch en bouwkundig adviseur sportaccommodaties.
Informatie verkregen van
Peter van der Velde (TIG Akoestiek): *info@tig-akoestiek.nl*
Foto's
Anita Riemersma
Kernwoorden
bewegingsonderwijs, huisvesting, gymzaal, akoestiek, gehoorschade

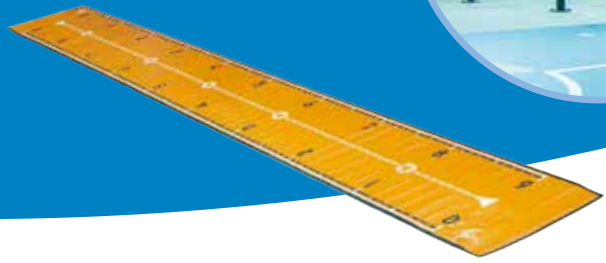
Athletic Skills Model

Veelzijdig bewegen met de producten van **ASM** en **Janssen-Fritsen**

Het **Athletic Skills Model (ASM)** daagt mensen uit om veelzijdig te bewegen. Dat verbetert de fitheid, vitaliteit en gezondheid. De Schijf van 10! vormt daarin de basis met 10 grondvormen van bewegen.

ASM inspireert en motiveert, en is inmiddels in steeds meer accommodaties te vinden. Samen met **Janssen-Fritsen** zijn nieuwe producten ontwikkeld, zodat iedereen met ASM aan de slag kan gaan!

Ontdek ASM op:
www.janssen-fritsen.nl/athleticskillsmodel



janssen·fritsen
bewegen is onze sport.

De Hertog (so) en Het Lichtpunt (po) sportiefste basisscholen van Nederland 2022

Op woensdag 23 maart 2022 vond in Groningen de uitreiking van de sportiefste speciaal (basis-)onderwijs school en de sportiefste basisschool van Nederland' plaats. Een deskundige jury verkoos De Hertog (Tiel) tot winnaar in de categorie 'Sportiefste so-school van Nederland'. In de categorie 'Sportiefste Basisschool van Nederland' kwam CBS Het Lichtpunt (Rhoon) als winnaar uit de bus. | **Tekst** Nathalie Termorshuizen

Al jaren organiseert de KVLO samen met Kenniscentrum Sport & Bewegen, NOC*NSF en Special Heroes Nederland de verkiezing 'Sportiefste School van Nederland'. Het evenement is bedoeld om scholen met een vooruitstrevend beleid op het gebied van bewegen en sport in en rondom de school een podium te geven. Door middel van deze voorbeelden van good practice hopen we andere scholen te inspireren. Alle basisscholen en scholen voor speciaal onderwijs konden zich vooraf inschrijven. Deze scholen werden gevraagd hun beweeg- en sportaanbod rondom '2+1+2' te beschrijven. Een deskundige jury bracht voorafgaand aan de finaledag een bezoek aan de scholen. Er werden uiteindelijk vijf basisscholen en twee scholen voor speciaal onderwijs genomineerd.

Finaledag

Op 23 maart werden onderstaande genomineerde scholen op Hanzehogeschool Instituut voor Sportstudies verwelkomd voor een feestelijke finaledag:

- OBS Houtrust - Den Haag
- Johannesschool - Arnhem
- BS Het Lichtpunt - Rhoon
- Thomas van Aquinoschool - Sneek
- CBS De Waterhof - Delft

En de volgende so-scholen waren genomineerd:

- De Hertog – Tiel
- De Ommezwaai – Arnhem

Na de spetterende podiumpresentaties van de scholen namen de leerlingen en hun docenten deel aan een sportief programma. Bij de clinics airtrack, judo, light saber, urban funsports, korfbal en skaten hebben de kinderen gedurende deze dag heerlijk gesport. Het enthousiasme spatte ervan af. Tussen de middag was er een gezonde lunch voor alle leerlingen. Deze lunch werd aangeboden door TIG Akoestiek. Kijk voor de Aftermovie op *www.kvlo.nl/sportiefsteschool.*

Winnaar CBS het Lichtpunt Rhoon

In dit nummer, LO Magazine 4, staan de schoolverslagen van De Hertog (pagina 44) en De Ommezwaai (pagina 46). In LO Magazine 5 presenteren de andere basisscholen zich.

Prijzen

De prijzen voor alle genomineerde scholen in de vorm van waardecheques van in totaal €11.000,- worden jaarlijks beschikbaar gesteld door: Bosan Sport, Janssen-Fritsen en Nijha. De prijzen voor de beste sportpresentatie worden verzorgd door de AirTrack Factory.

Kennisbijeenkomst

Naast de verkiezing vond in de middag een succesvolle kennisbijeenkomst plaats voor sport- en beweegprofessionals, collega-scholen, studenten, beleidsambtenaren sport en andere belangstellenden. Kennisdeling en inspireren door de vakleerkrachten en schooldirecteuren van de genomineerde scholen stond centraal. Ook waren er verdiepende sessies over 'Plezier in bewegen voor ieder kind' van Simon Leistra en 'Kleuters in beweging' van Pim Koolwijk.

Ook geïnteresseerd?

Is je school dit jaar niet genomineerd, maar werk je op een hele sportactieve school? Op onze website lees je aanvullende informatie over de verkiezing. Volgend jaar gaan we op zoek naar de 'Sportiefste v(s)o-school van Nederland' en in 2024 weer naar de 'Sportiefste po/s(b)o-school van Nederland'. Meld je school aan! Meer informatie en video-opnames vind je op *www.kvlo.nl/sportiefsteschool.* ●

Bron
Sportiefste School

www.kvlo.nl/sportiefsteschool

Contact
sportiefsteschool@kvlo.nl
Foto
Lieke Beukema

De Hertog - sportiefste so van Nederland!

Enorm trots zijn wij, De Hertog uit Tiel, dat wij onszelf de sportiefste so school van Nederland mogen noemen. Maar natuurlijk is die titel ons niet zomaar aan komen waaien, daar hebben we erg hard voor gewerkt! Wij zijn een cluster IV-school midden in de Betuwe. Uit een groot gebied komen dagelijks zo'n 170 leerlingen met ernstige gedragsproblematiek naar onze school. | **Tekst** Mieke Akkermans

De plek van bewegen en sport binnen de school

Al sinds 2015 zijn wij een Gezonde School, inmiddels met vier thema-certificaten, met van oorsprong die van Bewegen en Sport. Daarvoor hoefden we destijds niet veel te doen, omdat we op dat moment al aan alle criteria voldeden. Inmiddels hebben we bewegen een nog grotere plaats gegeven binnen ons onderwijs door dit niet alleen in en om de gymzaal/speelplaats te laten plaatsvinden, maar ook in klaslokalen en zelfs de therapieruimten. De schoolleiding faciliteert niet alleen, maar is zelf ook nauw betrokken bij beslissingen die soms moeten worden genomen en denkt actief mee over bijvoorbeeld beleidsstukken.

De Hertog

www.dehertogschool.nl

Sportdemonstratie tijdens de finaledag van so De Hertog

Bewegingsonderwijs

Onze school vindt de kwaliteit van bewegingsonderwijs belangrijk en daarom zijn er al jarenlang vakleerkrachten verbonden aan de school en krijgen alle groepen twee keer per week een les bewegingsonderwijs. Er wordt veelal gewerkt met (korte) lessenreeksen, waarbij de (eigen) gymzaal wordt opgedeeld in meerdere vakken. Motorische Remedial Teaching in groepsverband staat al jarenlang – als ondersteuning van de motorische zwakkere leerlingen – vast op het rooster. We vinden het tevens belangrijk om deel te nemen aan sportieve evenementen, zoals toernooien in de buurt, maar ook de zelf georganiseerde sportweek. Op deze manier kunnen sportverenigingen in de buurt en onze leerlingen in een ontspannen context kennismaken met elkaar.

Extra bewegen tijdens de schooldag

Sinds twee jaar is bewegend leren een *hot item* op school en worden steeds meer klassen meegenomen in het implementatietraject hiervan. Een van de vakleerkrachten heeft zich hierin gespecialiseerd, coördineert het traject school breed en begeleidt het team bij de inzet hiervan. Zelfs de remedial teacher is hiermee 'besmet' geraakt en volgt nu een opleiding om beweging nog meer een plaats te geven tijdens de begeleidingstrajecten van leerlingen. Op het moment van schrijven worden beide schoolpleinen omgevormd tot groene schoolpleinen die meer uitdagen tot creatief bewegen en spelen.

Naschools sportaanbod

Onze school heeft verder een mooi aanbod (gratis) naschools sporten.

So De Hertog: Sportiefste So-school van Nederland

Dit doen we in samenwerking met Sportfriends. Op maandagmiddag hebben we blokken van ongeveer zes lessen, steeds gericht op een specifieke sport. Indien mogelijk proberen we hier een (trainer van de) sportclub aan te verbinden, maar het is in ieder geval altijd mogelijk om samen met de trainer van Sportfriends eens bij de vereniging te gaan kijken. Daarnaast hebben we op de woensdagmiddag een eigen schoolsportvereniging in de vorm van freerunning. Deze sport sluit, vanwege het individuele karakter en de maximale mogelijkheden tot differentiatie, perfect aan bij onze doelgroep en is dan ook enorm populair. Alle leerlingen (vanaf ongeveer groep 3/4) kunnen aansluiten, mits zij na de sportles kunnen worden opgehaald bij school. De lessen vinden plaats in de eigen gymzaal, waar dus altijd vertrouwde gezichten in de buurt zijn.

Draagvlak

Onze leerlingen zijn woonachtig in een uitgespreid gebied en hebben voor een behoorlijk deel te maken met een niet-standaard gezinssituatie. Zowel de problematiek als de gezinssituatie maken sportdeelname soms lastig. Juist daarom zijn wij extra blij en trots dat wij onze leerlingen op school op al deze manieren toch veel in beweging zetten en bijdragen aan een actieve leefstijl. De bevlogenheid van ons team is hierbij onontbeerlijk en maakt dat het lukt om dit allemaal mogelijk te maken. Want een ding is zeker: om de sportiefste (of gewoon een sportieve) school te worden, is voldoende draagvlak van groot belang!

Vakleerkrachten zijn beweegambassadeurs in de school

De vakleerkrachten geven bewegen niet alleen gestalte door alleen binnen hun gymzaal taken uit te voeren, maar binnen de school als het ware 'ambassadeurs' te zijn van bewegen. Zo zijn zij bijvoorbeeld actief betrokken bij het naschools sporten, bewegend leren in de klas, de gezonde school, en – momenteel – de aanleg van een nieuw, groen schoolplein. Zij worden hier door de schoolleiding in gefaciliteerd.

Betrokkenheid bij eigen leerproces

In een aantal groepen 7 en 8 wordt momenteel een pilot gedraaid met het werken met rubrics. Het doel hiervan is het vergroten van de autonomie en betrokkenheid bij het eigen leerproces. Tevens hopen we als school hiermee het huidige 'beoordelingssysteem' achterwege te kunnen gaan laten. De reacties zijn vooralsnog erg positief.

Jury: Gedreven vakleerkrachten en uitdagend aanbod

De jury is onder de indruk van de gedreven vakleerkrachten die zorgen voor een breed aanbod bewegen en sport. Bewegen zit daarnaast verweven in de zorgstructuur en het naschoolse aanbod sluit aan bij de doelgroep en biedt bovendien veel uitdaging. "De school ademt echt bewegen. Dit was te zien in de gymzaal, in de klaslokalen, maar ook na schooltijd", aldus jurylid Saskia Biesterbosch van de Calo. ●

Contact
m.akkermans@entreaonderwijs.nl
Foto's
Lieke Beukema

Optreden van onze 'KungFu-fighters'

De Ommezwaai: een rijk binnenschools aanbod

De Ommezwaai is een school voor speciaal onderwijs voor ongeveer 145 leerlingen met gedragsproblemen en/of psychiatrische problematiek (ADHD, autisme, hechting, trauma, etc.) met een uitstroomprofiel naar diplomagericht onderwijs. De meeste leerlingen gaan naar vmbo bb/kb (75%). | **Tekst** Alfred van Bergen

Draagvlak en urgentie

Omdat er veel bewegingsonrust is bij de leerlingen, en wij geloven in het feit dat bewegen goed is voor een gezond leven, de hersenontwikkeling en een fijn gevoel, heeft bewegen de afgelopen jaren een steeds belangrijkere plek in ons curriculum gekregen. Uiteraard kan het bewegen niet zo'n belangrijke plek innemen in de school als er geen draagvlak is binnen het schoolteam. Bij alle stappen die we gezet hebben is het team meegenomen. We proberen samen te zoeken naar oplossingen want soms is er tijd tekort in een schooldag. Er moet natuurlijk ook aandacht besteed worden aan andere schoolse vakken. Daar waar beweegactiviteiten en cognitieve vakken gecombineerd kunnen worden, wordt regelmatig naar de overlap gezocht.

De Ommezwaai

www.ommezwaai-arnhem.nl

Bewegingsonderwijs

We hebben in de basis een aanbod van twee keer 50 minuten bewegingsonderwijs, dit wordt gegeven door een vakleerkracht. De nadruk van deze lessen ligt op motorische en toestelvaardigheid, maar niet minder belangrijk zijn de algemene sociale vaardigheden, zoals samenwerken en omgaan met winst/verlies (echt moeilijk voor onze leerlingen). We hebben de beschikking over een vrij recent gebouwde gymzaal, met allerlei moderne attributen. De gymleerkracht werkt vaak in circuits, omdat dit het beste aansluit bij de onderwijsbehoeften van onze leerlingen, veel afwisseling en niet al te grote groepen.

Meer bewegen tijdens de schooldag

Uiteraard doen we mee met vele sportactiviteiten: voetbaltoernooi, Koningsspelen, de Bridge to Bridge-run

en dergelijke. Maar specifiek voor onze school zijn twee activiteiten, Het Dagelijks Kwartiertje (HDK), wat we vijf jaar geleden zijn gestart (naar een voorbeeld van The Daily Mile) en de drie jaar geleden gestarte Fitclub met een daaraan gekoppelde Hall of Fame.

In het schoolgebouw hebben we een speellokaal voor peuters om extra te bewegen. Het schoolplein is ingericht met diverse beweegplekken: een voetbalkooi, een klautertoren en Plein 14-activiteiten. Dit laatste wordt regelmatig gebruikt voor beweegactiviteiten met en zonder didactische input. Vlak naast onze school hebben we een basketbalveld en een Johan Cruyffcourt waar we regelmatig bewegen. En ook klinken er bijna dagelijks klanken van 'Just dance' door de gang, vooral vanuit de klassen met de jongere leerlingen. In dit nieuwe schoolgebouw hebben we de beschikking over een viertal zitfietsen, zodat de leerlingen bewegend hun opdrachten kunnen maken.

Naschools beweegaanbod

Dit jaar zijn we gestart met een pilot 'naschoolse sport', in samenwerking met een aantal sportclubs in de buurt. We bieden dit twee keer per week aan. De aanmelding is zo groot, dat we een aantal leerlingen hebben moeten teleurstellen om voor een tweede keer mee te kunnen doen. Dit is een teken dat we in een behoefte voorzien en zullen dit zeker meenemen in de evaluatie van deze pilot. De ouders hebben er geen moeite mee om de leerlingen zelf op te halen, ook al komen ze van ver.

Wat vond de jury?

De school is sterk in het zoeken van samenwerking om samen het aanbod bewegen en sport verder uit te breiden of door te ontwikkelen. Er zijn steeds nieuwe facetten toegevoegd om steeds meer een dynamische schooldag te creëren. Het binnenschoolse aanbod is dan ook heel goed en rijk: het dagelijks kwartiertje, de fitclub, energizers, actief meubilair, enzovoorts. De jury was erg enthousiast over hoe er in en om het nieuwe schoolgebouw bewuste keuzes zijn gemaakt om bewegen en sporten mogelijk te maken. Op de school heerst een fijne onderlinge sfeer. 'Er zijn voor de kinderen', dat staat centraal! ●

Het Dagelijks Kwartiertje

Zo'n zes jaar geleden werd ons de vraag gesteld door Loopgroep Gelderland of wij mee wilden doen met een pilot Het Dagelijks Kwartiertje, in samenwerking met de HAN, CIOS Arnhem en Sportbedrijf Arnhem. Het Dagelijks Kwartiertje is een soort Daily Mile op de Arnhemse manier. Het bijzondere aan deze pilot was dat zowel studenten van de HAN als CIOS Arnhem meededen met deze beweegactiviteit, zodat niet alle draaglast op de schouders van onze school kwam. Dit is twee jaar lang gelukt, daarna is de CIOS Arnhem afgehaakt. Dus we gingen het zelf organiseren. De HAN bleef wel een derdejaars student leveren en vanuit deze collega is het ontwerp van een FITclub ontstaan.

FITclub

Het idee achter de FITclub is dat leerlingen een sportbeloning in mogen zetten naar aanleiding van goed gedrag in de klas. Het uitgangspunt is dat door het aanbieden van een beweegactiviteit met een opbouw in moeilijkheidsgraad, leerlingen intrinsiek gemotiveerd raken om positief gedrag in de klas te laten zien. Met deze activiteit kunnen de leerlingen punten verdienen en komen ze in de Hall of Fame. Het gaat hierbij niet om de beste sporter, maar om persoonlijke groei. We zien dat dit de leerlingen goed doet. Het vergroot hun gevoel voor eigenwaarde, waar ze toch al niet te veel van hebben. Inmiddels zijn de beloningen ook uitgebreid naar gezond eten, de leerlingen gaan dan kleine gezonde hapjes maken. Want het gaat natuurlijk niet om bewegen alleen, het gaat om een gezonde leefstijl. Dat meer dan 80 procent van de leerlingen meedoet aan de FITclub, zegt ons genoeg. Het is een groot succes!

Contact
A.vanBergen@schooldeommezwaai.nl
Foto's
Alfred van Bergen en Lieke Beukema

Mag ik nog complimenten geven?

"Seksueel grensoverschrijdend gedrag is een hardnekkig probleem. We moeten in iedere organisatie actief het gesprek voeren om ervan bewust te zijn dat dit op iedere plek kan gebeuren. We moeten werken aan cultuurverandering waarin niemand wegkijkt en mensen elkaar aanspreken op verkeerd gedrag" (Minister Dijkgraaf, OCW, 2022). De school is bij uitstek een plek om cultuurverandering te realiseren door seksuele integriteit te leren. Seksuele integriteit is het bewust, respectvol en verantwoordelijk omgaan met de eigen seksualiteit en die van de ander met het doel bij te dragen aan plezier, ontwikkeling, weerbaarheid en veiligheid van (jonge) mensen (Van der Steeg et al., 2020). De ontwikkelgroep seksuele integriteit wil bijdragen aan professionalisering rond dit thema met een reeks artikelen. In dit derde artikel bespreken we acht vragen over grenzen. | **Tekst** Esther van der Steeg

1. Wat is seksueel grensoverschrijdend gedrag en hoe vaak komt het voor?

Seksueel grensoverschrijdend gedrag is toenadering die seksueel van aard is en de grenzen van het slachtoffer of de context overschrijdt (De Haas, 2012). Dit gedrag kan fysiek of niet-fysiek zijn. Bij fysieke seksuele grensoverschrijding gaat het om ongewenste aanraking of het ondergaan of uitvoeren van seksuele handelingen zonder toestemming of onder dwang. Een voorbeeld van niet-fysiek seksueel grensoverschrijdend gedrag is het ongevraagd (door)sturen van seksueel getinte beelden (De Haas, 2012).
Het probleem is groot. Eén op de zes jongeren maakt een vorm van seksueel geweld mee (De Graaf et al., 2017). In elke klas van 24 leerlingen zitten dus gemiddeld vier leerlingen die dit hebben meegemaakt. In deze cijfers zit al jaren nauwelijks tot geen verandering. Logisch dat de minister oproept tot cultuurverandering. Want seksueel geweld heeft vaak levenslange ernstige psychologische en lichamelijke schade als gevolg (Speetjens et al., 2016).

2. Kan ik met goede bedoelingen toch over de grenzen van een ander gaan?

Ja, dat kan. Want integer handelen is méér dan enkel vanuit goede bedoelingen handelen. Het omvat bewustzijn van grenzen, continu afstemmen over grenzen en gewenste omgangsvormen en verantwoordelijk handelen (Van der Steeg et al., 2020).

3. Hoe schat ik de grenzen van de ander in?

Om te weten waar grenzen liggen, kijken we naar criteria die belangrijk zijn bij seksueel gedrag. Zes criteria bepalen samen of het gezond en acceptabel seksueel gedrag betreft of dat het licht, ernstig of zwaar grensoverschrijdend is. Deze criteria zijn: toestemming, vrijwilligheid, gelijkwaardigheid, context- en ontwikkelingsadequaat en zelfrespect (Frans & De Wilde, 2016). Een voorbeeld om de criteria te verduidelijken: een docent maakt seksuele toespelingen richting een stagiair en de stagiair flirt terug. Deze situatie voldoet aan toestemming (ze flirten allebei), maar mogelijk niet aan het criterium vrijwilligheid (wil de stagiair dit?) en zeker niet aan het criterium gelijkwaardigheid (de stagiair is afhankelijk). Dit betekent dat dit gedrag niet oké is en grensoverschrijdend. Mogelijk gaat het gedrag niet de persoonlijke grens over van de stagiair, maar wel over de grens van de professionele en pedagogische context.

Seksueel grensoverschrijdend gedrag is lang niet altijd herkenbaar voor docenten, laat staan voor leerlingen. Het heeft veel subtiele vormen. Om het te voorkómen, moet er meer bewustwording komen over wat het inhoudt, hoe je seksueel gedrag herkent en hoe je pedagogisch reageert.

4. LO-docenten hebben toch geen opdracht met betrekking tot de seksuele vorming van leerlingen?

Ja, toch wel. De seksuele en relationele vorming van leerlingen staat beschreven in de kerndoelen van het po, so en vo (SLO, 2015). Daar is het gehele docententeam voor verantwoordelijk. Want leerlingen krijgen niet alleen te maken met seksualiteit, relaties en genderdiversiteit bij het vak biologie, maar juist in dagelijkse situaties op school en daarbuiten. Daarnaast is seksuele integriteit een onderdeel van de sociale veiligheid op school. Dus zowel in het curriculum als in de sociale omgang is het een taak van docenten om leerlingen te leren hoe je seksueel integer met jezelf en met elkaar omgaat (School & Veiligheid, 2017). Dit thema kan de LO-docent daarom niet overslaan. Juist voor LO-docenten liggen hier kansen, namelijk leren over: 1. lichamelijke autonomie, 2. afstemming m.b.t. aanraken, en 3. het herkennen, communiceren en respecteren van grenzen. Bijvoorbeeld met behulp van de recente uitzending van Zapp 'Er zijn grenzen'.

Zapp-uitzending 'Er zijn grenzen'

www.zapp.nl/programmas/er-zijn-grenzen

5. Hoe ontstaat seksueel grensoverschrijdend gedrag?

Genderongelijkheid, machtsverschillen en herhaald slachtofferschap zijn de belangrijkste oorzaken van seksueel grensoverschrijdend gedrag (Smit et al., 2020). 'Genderongelijkheid' bestaat door genderstereotypen – traditionele opvattingen over hoe mannen en vrouwen zich horen te gedragen – zoals: mannen zijn stoer, vrouwen zijn zorgzaam. Dat klinkt ouderwets, maar deze opvattingen blijken ook onder jongeren een voedingsbodem voor geweld. Zo vindt dertien procent van de jongens: 'Soms moet een man zijn vrouw slaan, zodat zij hem gaat respecteren' (Atria & Rutgers, 2020). Het kritisch reflecteren op genderongelijkheid en -stereotypen is een belangrijke pedagogische opdracht in het onderwijs, ter bevordering van sociale veiligheid en preventie van geweld (School & Veiligheid, 2017).

'Machtsverschillen' ontstaan doordat stereotiepe eigenschappen die bij mannelijkheid horen, maatschappelijk hoger gewaardeerd worden dan eigenschappen die men associeert met vrouwelijkheid. Hierdoor is een cultuur ontstaan waarin seksueel geweld niet serieus wordt genomen. Een voorbeeld hiervan is victim blaming; niet de dader, maar het slachtoffer krijgt de schuld (Smit et al., 2020). Veel mensen met macht zijn zich vaak niet bewust van hun machtspositie. Deze onwetendheid maakt hen blind voor de grenzen van de ander, waardoor ze grenzen relatief vaak (onbedoeld) overschrijden (De Roos & Jones, 2020).

Herhaald slachtofferschap betekent dat jongeren die eerder in hun leven (seksueel) geweld meemaakten, een groter risico lopen om opnieuw slachtoffer te worden. Om dit te voorkomen is tijdige signalering, begeleiding en zorg voor deze leerlingen van groot belang (Smit et al., 2020). Het signaleren van traumasymptomen zoals verhoogde alertheid, angst, depressie, eetstoornissen en suïcidale gedachtes, vereist een traumasensitieve houding van docenten (Coppens et al., 2016).

6. Omkleden in de sectiekamer of in de zaal, dat moet toch kunnen?

Omkleden is niet per se seksueel gedrag, maar wel intiem ten aanzien van omstanders. Context, toestemming en gelijkwaardigheid zijn hier belangrijke criteria (Frans & De Wilde, 2016). Een kleedkamer is een passende context voor omkleden, want daar is de toestemming evident. Een

kantoor met collega's of een sportzaal met leerlingen is geen passende context, want de toestemming mist hier. Het omkleden kan dan gevoelens van ongemak en onveiligheid teweegbrengen bij omstanders. Ongelijkwaardigheid ofwel machtsverschil speelt een rol wanneer omstanders minder macht hebben dan degene die zich omkleedt. Protesteren is lastig tegen iemand met meer macht. En ook hier speelt de onwetendheid en blindheid van de persoon met macht voor het ongemak dat hij/zij/hen teweeg brengt bij omstanders met minder macht (De Roos & Jones, 2020). Dus het antwoord is: nee, omkleden in de sectiekamer of in de zaal kan niet, tenzij je zeker weet dat er niemand aanwezig is. Omwille van de sociale veiligheid kun je beter naar de kleedkamer gaan.

7. Veel LO-docenten maken mee dat leerlingen/studenten verliefd op hen worden. Hoe ga je hiermee om?

Hier is in principe niks mis mee, want verliefde gevoelens voor een docent is ontwikkelingsadequaat voor kinderen en jongeren, een criterium van gezond en acceptabel seksueel gedrag (Frans & De Wilde, 2016). Pas als de leerling of student flirtgedrag vertoont, dan is het belangrijk dat je dit als docent begrenst. Het is van belang om professionele afstand te bewaren vanwege de ongelijkwaardigheid die er tussen docent en leerling of student bestaat. Als het flirtgedrag aanhoudt, ga dan in gesprek met de betreffende leerling of student en doe dit niet alleen. Laat de leerling een medeleerling meenemen, en bereid het gesprek voor met een collega. De strekking van je boodschap is: je gevoelens zijn oké, maar het flirten niet. Seksueel getint gedrag tussen docenten en leerlingen/studenten is niet acceptabel en mogelijk strafbaar vanwege de ongelijkwaardigheid en daarmee het machtsverschil (Frans & De Wilde, 2016).

8. Mag ik nog complimenten geven?

Er zijn veel complimenten denkbaar die motiveren, steunen en doen groeien, en die dus nodig en wenselijk zijn in de LO-omgeving en in elke sociale context. Complimenten over wat iemand doet, kan, probeert en hoe iemand een ander steunt of helpt, kunnen leerlingen stimuleren in hun zelfvertrouwen en competentiegevoel: "Wat goed!" "Wat aardig!" "Goed geprobeerd!" "Goede actie!" en allerlei variaties hierop. Hier speelt machtsbewustzijn wederom een belangrijke rol. Je kunt niet alles zeggen als docent. Als persoon in een machtsrelatie, zoals die met een leerling, student of stagiair, kun je beter geen seksuele toespelingen maken (Frans & De Wilde, 2016). Ook complimenten over het lichaam, hoe aardig ook bedoeld, kun je beter niet maken tegen mensen die van jou afhankelijk zijn. Naast onwenselijk kunnen dergelijke opmerkingen schadelijk zijn. Uit onderzoek blijkt dat zowel seksuele toespelingen als opmerkingen over het lichaam, met name bij meiden en vrouwen, kunnen leiden tot lichaamsschaamte en traumasymptomen (Miles-McLean et al., 2015).

Nawoord

Seksueel grensoverschrijdend gedrag is een hardnekkig probleem. Om grenzen van de ander te kunnen waarnemen en respecteren is het nodig om samen te werken aan machtsbewustzijn, gendergelijkheid, kennis over seksuele grensoverschrijding, kritische (zelf) reflectie, en de dialoog waarin écht geluisterd wordt naar ervaringen van leerlingen en collega's. Wees niet bang om het gesprek hierover aan te gaan. Heb je meer vragen voor ons? Mail ze vooral. We denken graag mee. ●

Bronnen
Scan de QR-code naar de bronnen

https://bit.ly/3rQI26N

Contact
info@seksuelegezondheidamersfoort.nl
Ontwikkelgroep seksuele integriteit in LO
Esther van der Steeg, onderzoeker seksuele integriteit in de sport en LO
Marije de Laat, LO-docent en trainer seksuele vorming
Pleuni de Boer-Noorda, LO-docent, Zone College
Acke Lemstra, docent/onderzoeker, Instituut voor Sportstudies
Nicolette Schipper-van Veldhoven, lector Sportpedagogiek, Hogeschool Windesheim
Bente van Gameren, adviseur seksuele integriteit, School & Veiligheid
Elsemiek Schepers, adviseur seksuele integriteit, School & Veiligheid
Gerald Oude Alink, teammanager en coördinator Gezonde School, ROC van Twente
Floor Heldoorn, adviseur seksuele gezondheid en Gezonde School, GGD IJsselland
Foto's
Martin Hogeboom en Anita Riemersma
Kernwoorden
seksuele integriteit, seksueel grensoverschrijdend gedrag

Contact
onderwijs@kvlo.nl

ONDERWIJS

Schoolpleinscan

Bijna de helft van de kinderen in Nederland beweegt te weinig (CBS, 2021). Kinderen zitten urenlang per dag en spelen minder buiten (Dellas et al., 2018, Snel, 2011; Kantar Public, 2018). Dat is een gemiste kans: wie op jonge leeftijd plezier ervaart in sport en bewegen, ontwikkelt dikwijls een actieve leefstijl op latere leeftijd (Loprinzi et al., 2015). Jong (aan)leren is later profiteren!

Tekst Team Onderwijs KVLO

Er is één plek waar alle kinderen samenkomen: op school. Als bewegen 'het nieuwe normaal' wordt, dan hoort een beweegvriendelijke schoolomgeving ook de norm te zijn. Een beweegvriendelijke schoolomgeving bestaat uit drie componenten, namelijk hardware, software en orgware (Kenniscentrum Sport & Bewegen, 2021). De hardware betreft de fysieke schoolomgeving en is een randvoorwaarde om te kunnen spelen en sporten op school. In het geval van een school gaat het om het schoolplein, de schoolzone en de routes van en naar school. Maar om kinderen in beweging te krijgen is meer nodig dan alleen een goed ingericht schoolplein. Denk bijvoorbeeld aan georganiseerd aanbod en ondersteuning (Lucassen et al., 2020). In het geval van het schoolplein gaat het dan om buitenlessen of actieve pauzes. Maar ook het beheer, de organisatie en samenwerking op en rond school (orgware) zijn van groot belang om een beweegvriendelijke schoolomgeving te creëren. Zijn de routes van en naar school veilig, zodat kinderen lopend en fietsend kunnen komen? Kun je met de gemeente afspraken maken over autoluwe zones rond de school?

Het schoolplein is een van de favoriete plekken van kinderen om te spelen en bewegen (Slager, 2016). Een goed ontworpen schoolplein geeft kinderen ruimte en mogelijkheden waardoor ze hun verbeelding, fantasie en creativiteit ten volle gebruiken (Chawla, 2015; Lester et al., 2006). Spelen heeft ook impact op de sociaal-emotionele ontwikkeling: als kinderen samen spelen, moeten ze communiceren over de verwachtingen, regels en doelstellingen. Dit helpt kinderen om te leren over onderhandelen, samenwerken, leiderschap, volgzaamheid, altruisme, delen en omgaan met verwachtingen en sociale normen (Athey, 2018, Rumjan & Narod, 2020).

Er is enorm veel keuze aan inrichters, aanbieders en adviezen. Waar begin je? Een werkgroep van Kenniscentrum Sport & Bewegen, Mulier instituut, Jantje Beton, IVN, WIJ buurtsportcoaches, Buurtspeelcoach en de KVLO heeft de Schoolpleinscan ontwikkeld. Met deze scan krijg je op een snelle manier inzicht in hoe beweegvriendelijk het schoolplein en de omgeving van de school wordt ervaren. Worden de kinderen voldoende uitgedaagd en gefaciliteerd om te bewegen en te sporten?

De Schoolpleinscan is in mei gereed op de themapagina Beweegvriendelijke Omgeving (BVO) van Kenniscentrum Sport & Bewegen.

BVO-scan

https://www.kenniscentrumsportenbewegen.nl/producten/bvo-scan/

De Schoolpleinscan is onderverdeeld in vier thema's:
1 Kindvriendelijke routes naar school
2 Schoolzone
3 Schoolplein (ruimtelijk ontwerp)
4 Schoolplein (speelaanleidingen)

Binnen de thema's zijn er diverse stellingen/vragen te beantwoorden via een mobiel apparaat. Zo kun je de scan met diverse groepen uitvoeren op het schoolplein en de schoolomgeving: ouders, leerkrachten, buurtbewoners, buurtsportcoaches, BSO, gemeente en andere betrokkenen. Alle ingevoerde informatie wordt direct verwerkt, waardoor je na het uitvoeren van de scan gelijk met elkaar in gesprek kunt over de uitkomsten. Dit biedt een eerste aanzet voor het gesprek met elkaar hoe de schoolomgeving en het schoolplein nu ervaren wordt en waar men naartoe wil met een vernieuwing/aanpassing.

Scan de QR-code naar de bronnenlijst

bit.ly/3sukx3X

STROOIEN MET STUKJES GELUK

BIJZONDERE VERHALEN UIT HET BEWEGINGSONDERWIJS

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

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

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

€12,99 incl. btw
ISBN: 978-90-72335-67-8
Te bestellen via www.janluitingfonds.nl

janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN

→ In samenwerking met Arko Sports Media

DE GYMLERAAR

VRAGEN EN ANTWOORDEN OVER DE JURIDISCHE POSITIE VAN DE LERAAR LICHAMELIJKE OPVOEDING.

Leraar lichamelijke opvoeding is een prachtig én complex beroep. Als gymleraar wil je leerlingen vooral veel, goed en met plezier laten bewegen. Het stelt hoge eisen aan het professionele niveau van de leraar. In juridisch opzicht vooral op het gebied van veiligheid en verantwoordelijkheid.

Deze uitgave wil je inzicht geven in je juridische positie als werknemer in het onderwijs in het algemeen en vooral over de bijzondere aspecten daarvan als leraar lichamelijke opvoeding. Welke bevoegdheid heb je nodig, wat zijn je rechten en plichten als werknemer, hoe geef je veilig en verantwoord les en hoe gedraag je je als leraar LO zijn onderwerpen die aan bod komen.

€ 16,90 incl. btw
ISBN: 978-90-72335-70-8
Te bestellen via www.janluitingfonds.nl

janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN

→ In samenwerking met Arko Sports Media

Contact
astrid.vanderlinden@kvlo.nl

SCHOLING

Save the date voor DLO op 23 november en DSO op 24 november

De KLVO organiseert in samenwerking met Hogeschool Windesheim een tweedaagse studiedag in Zwolle! De eerste dag zal in het teken staan van (praktisch) bewegen in en om de school en de tweede dag zal ingevuld worden door de Dag van het Sportonderzoek! Om alle thema's en beide dagen aan elkaar te verbinden zal er in de avond van 23 november een informeel avondprogramma worden georganiseerd.

Nog altijd groeit het aantal scholen dat het schoolexamenvak BSM op havo/vwo en LO2 op vmbo aanbiedt. De voor dit vak gestelde eisen zijn globaal omschreven in eindtermen. Scholen hebben veel vrijheid in het maken van keuzes. Welke zijn de juiste? Welke keuzes passen bij de visie en doelstellingen van de school en de vaksectie? Hoe zet je een vakwerkplan op dat als leerplankader moet dienen voor de te geven lessen?

Online cursus 'Van start met BSM'

19 september & 3 oktober 2022 (twee dagdelen van 15.00-17.30 uur)
Deze online cursus bestaat uit twee dagdelen (totaal 5 uur) en zijn bedoeld voor docenten die willen starten met het aanbieden van de examenvakken BSM op havo/vwo. In deze cursus wordt stapsgewijs gewerkt naar het fundament voor een vakwerkplan voor BSM. Het doel is dat aan het eind van het tweede dagdeel er een basis ligt voor het Programma van Toetsing en Afsluiting (PTA).

Kosten
€ 135 voor KVLO-leden, € 190 voor niet-leden

Cursus 'Van start met LO2' in Zeist

7 november van 15.00 - 20.00 uur in Zeist
De cursus is bedoeld voor docenten die willen starten met het aanbieden van het examenvak LO2 op vmbo. In deze cursus wordt stapsgewijs gewerkt naar het fundament voor een vakwerkplan voor LO2. Het doel is dat er aan het eind van de cursusdag er een basis ligt voor het Programma van Toetsing en Afsluiting (PTA) en vakwerkplan LO2.

Locatie
Deze scholing vindt plaats in de cursusruimte van de KVLO in Zeist.

Kosten
€ 135 voor KVLO-leden, € 190 voor niet-leden

Workshop 'Sociale veiligheid herstellen'

Locatie	cursusruimte KVLO Zeist
Datum	9 juni 2022
Tijd	15.30 - 17.30 uur
Kosten	Lid € 60 Geen lid € 75
Aanmelden	via de website van KVLO

Workshopleiders
Esther van der Steeg en Marije Gerritsen

Programma
Voor LO-docenten die te maken krijgen met verdenkingen van ongewenst gedrag.
We praten er liever niet over, maar het is de realiteit voor een toenemend aantal LO-docenten: een klacht krijgen over ongewenst gedrag, geruchten over seksuele grensoverschrijding door jou, of voor pedo worden uitgemaakt op sociale media. Het beschadigt je zelfbeeld en je werkplezier. Hoe herstel je hiervan en hoe herstel je de veiligheid in contact met leerlingen en collega's? Hoe verbeter je je pedagogische bekwaamheid zodat je bijdraagt aan een gezonde ontwikkeling van álle leerlingen? In deze workshop is ruimte voor steun, bewustwording en het leren van competenties m.b.t. seksuele integriteit om de sociale veiligheid op je werkplek te herstellen.

Scholing

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

www.kvlo.nl/wat-we-doen/scholing/

NIEUWS

Update curriculumherziening: 'Tijd voor duidelijkheid'

Naar aanleiding van het Kamerdebat d.d. 6 april over de curriculumherziening, heeft Minister Wiersma in een (nieuwe) brief aan de Tweede Kamer een update gegeven over het vervolgtraject van de curriculumherziening, waarin hij tegemoet komt aan de wensen van de Kamer. In deze brief deelt de minister de conclusies van de eerdere verkenning met betrekking tot het traject, inclusief de concrete acties die in gang zijn gezet: "Voor nu zijn de experts aan zet en gaan we wat mij betreft niet meer discussiëren, maar eindelijk aan de slag. Zoals we in het debat van 6 april hebben gewisseld: dit proces heeft al lang genoeg geduurd, het is tijd voor duidelijkheid voor het onderwijs", aldus Minister Wiersma. Je leest de gehele brief (van 25-04-2022) via nieuwssite van KVLO of online via deze *link*.

Beweging als eerste levensbehoefte: van gezondheidsbevordering naar gezondheidsbescherming

Op 21 april jongstleden deelde de Nederlandse Sportraad (in een brief aan de bewindspersonen van VWS) een oproep om beweging als eerste levensbehoefte te beschermen: "Het is hoog tijd dat de overheid ertoe overgaat om de bewegingsarmoede aan te pakken en daarbij een switch maakt van gezondheidsbevordering naar gezondheidsbescherming." Meer lezen over dit onderwerp en de reactie van KVLO hierop, ga naar de nieuwssite.

www.kvlo.nl/nieuws/

Team Speciaal Onderwijs

Als aanvulling op team onderwijs is er vanaf dit voorjaar ook een team speciaal onderwijs. Anna-Maria van Dillen, Corine Visser en Christa Rietberg nemen hierin plaats. Alle drie hebben zij ervaring in het speciaal onderwijs. Het team gaat zich richten op het verder vergroten van het netwerk speciaal onderwijs. Afgelopen jaar is er een netwerk opgericht voor vakleerkrachten uit het cluster drie onderwijs. Dit zal verbreed worden naar vakleerkrachten uit alle type speciaal onderwijs (cluster 1,2,3,4 en SBO). Ook zullen zij actief meedenken over de inhoud voor de studiedagen van de KVLO. Voor vragen en meer informatie over dit netwerk mail dan naar: *christa.rietberg@kvlo.nl*

Proefschrift

Corina van Doodewaard heeft op 20 mei jongstleden haar proefschrift verdedigt met als titel *Paradoxes of inclusive teaching practices and the beautiful between*. Het proefschrift laat zien dat de pogingen van docenten om leerlingen bij de les te betrekken, tegelijkertijd bijdragen aan sociale ongelijkheid tussen leerlingen. Leerlingen die voldoen aan wat docenten passend vinden, bijvoorbeeld ten aanzien van deelname, prestaties, lichaamsnormen en/of gedrag, worden gecategoriseerd als normaal. Leerlingen die daar niet aan voldoen, worden geobjectiveerd en geclassificeerd als 'anders'. Zo draagt inclusie paradoxaal genoeg tegelijkertijd bij aan uitsluiting. Van Doodewaard pleit ervoor om te stoppen met het zoeken naar mogelijkheden om verschillen te overwinnen, en zo niet langer gevangen te blijven in inclusieparadoxen. Zij pleit ervoor om onderwijs op te vatten als een gebeurtenis die vooraf niet te voorspellen valt. Dat geeft ruimte voor docenten en leerlingen om vanuit een diepgewortelde behoefte aan medemenselijkheid onderwijs te creëren waarin de interactie centraal staat.

Rooster van aftreden

Bestuurslid	1e termijn	2e termijn	3e termijn
Stella Salden (vz)	mei 2022	-	-
Engelbert Nikkels (pnm)	dec 2016	dec 2019	dec 2022
Miriam Appelman	mei 2019	mei 2022	mei 2025
Hilde Bax	mei 2019	mei 2022	mei 2025
Simone van Geffen	mei 2019	mei 2022	-
Goos Karsten	dec 2016	dec 2019	dec 2022
Peter Snijders Blok	dec 2016	dec 2019	dec 2022

Vanwege de beëindiging van de derde bestuurstermijn ontstaan per december 2022 een aantal nieuwe vacatures in het hoofdbestuur, waaronder de vacature voor penningmeester. Nadere informatie over de wervingsprocedure wordt gepubliceerd op de website *www.kvlo.nl*

Volg ons ook op:

KVLONLINE

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
  janluitingfonds.nl
  kvloberoepsprofiel.nl
  lerenbewegenmeten.nl
  olympicmoves.nl

  kvlo.nl/sportiefsteschool

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

Wist je dat?

Wist je dat de 'Wet flexibel werken' werknemers het recht geeft om in deeltijd te werken?

TOPIC VOLGENDE NUMMER

Visie & doelstellingen

KVLO