

In alle zichtbare dingen  
Is een onzichtbare vruchtbaarheid,  
In een gedempt licht,  
Een zachtmoedige naamloosheid,  
Een verborgen volledigheid.  
Deze mysterieuze eenheid en integriteit  
Is wijsheid, de moeder van alles,  
Natura naturans.

Thomas Merton

## **Wat zijn de kernen (big ideas) van het schoolvak of leergebied Lichamelijke Opvoeding?**

*Chris Hazelebach & Bruno Oldeboom*

De vraag wat kernen zijn van een schoolvak komt in een lerarenopleiding voor het vak lichamelijke opvoeding met hoofdletters op het schoolbord. Er zijn ten opzichte van andere vakken op school duidelijke verschillen. Leerlingen zitten niet in schoolbankjes en er zijn enorme niveauverschillen tussen leerlingen voor wat betreft hun bewegingsvaardigheid. Bovendien is gym een vak met een sterk sociaal aspect: leren bewegen doe je altijd samen. Het zijn deze kenmerken die er voor zorgen dat sommige big ideas binnen de lerarenopleidingen voor leraren Lichamelijke Opvoeding (ALO's) een specifieke kleur hebben t.o.v. de andere vakken.

Wij onderscheiden in deze tekst vier big ideas. Het zijn centrale thema's die op een ALO (academie voor Lichamelijke Opvoeding) in de personeelskamer gesprekstof opleveren, waar onderzoek naar wordt gedaan en over wordt gepubliceerd, maar die ook binnen vakken en in programma's een plek krijgen.

De naam van het vak geeft het ook haar identiteit!

Het eerste big idea betreft de missie en identiteit van het vak. In historisch perspectief (Kugel, 1977) heeft gym de status van een vak onder de streep. Het vak telt op een schoolrapport van een leerling maar half mee en werkgevers vragen doorgaans niet naar de cijfers bij gym. Binnen ALO's is veel onderzoek (Crum & Donkers 1989; Stegeman, 2000) gedaan naar de vraag naar het nut, de doelen en het belang van lichamelijke opvoeding. Lerarenopleiders op een ALO kunnen vaak geïnspireerd vertellen over de waarde van het vak LO, veelal met als doel studenten bagage te geven om in allerlei verbanden het vak LO te verdedigen.

De missie en identiteit blijkt vaak al uit de benamingen die de ronde doen: Lichamelijke Opvoeding is de wettelijke term, maar bewegingsonderwijs, sportles, gymnastiek, lichamelijke oefening worden ook gebruikt. Elke naam verwijst naar een andere ideologie die achter het vak schuil gaat. En die ideologie heeft consequenties voor de inhoudelijke doelen binnen het vak en de werkwijzen om die doelen te bereiken (Crum 1978).

Wanneer we naar de geschiedenis kijken, dan zien we een variëteit aan achterliggend gedachtegoed. Zo zien we bewegen als middel tot (militaristische) vorming, bewegen als Bildung, bewegen voor gezondheid, bewegen ter integratie van culturen, bewegen als stimulans voor de cognitie, bewegen voor sociale cohesie en bewegen als opstap naar actieve (top)sportparticipatie. En elk ideologisch uitgangspunt heeft een onderwijskundige en didactische vertaalslag naar de praktijk van de leraar en daarop aansluitend opleidingsonderwijs.

Beter leren bewegen verloopt met behulp van leerlijnen.

Het tweede big idea vloeit haast logisch voort uit het eerste big idea. Wanneer je vindt dat bewegen en sport hun toegevoegde waarde hebben, dan is de vraag hoe je leerlingen daarin wegwijst maakt voor de handliggend. Dit tweede big idea zoomt in op het spanningsveld tussen methodiek en

didactiek. Bij allerlei bewegingsactiviteiten past een eigen aanpak of *methode* om kinderen van beginner naar gevorderd niveau en verder te helpen. De aanpak om kinderen te leren basketballen is natuurlijk heel anders dan die van het leren zwemmen of dansen.

Wat tussen die gebieden vaak wel overeenkomstig is, zijn de principes die achter de methodes schuil gaan. We doelen dan op meer *didactische* zaken als instructiewijzen, het bieden van leerhulp, het duiden van het (bewegings)niveau, het motiveren van leerlingen, klassenmanagement enzovoorts. Lerarenopleiders binnen de ALO trachten studenten bewust te maken van de onderlinge relatie tussen die meer algemene didactische principes enerzijds en de meest optimale leerroute die meestal in een methode is vastgelegd anderzijds. Die ontmoeting tussen didactiek en methodiek heeft geresulteerd in een aantal leerlijnen die aan de ene kant een volgorde van activiteiten vastlegt en anderzijds ruimte biedt om op grond van geldige redenen af te wijken en het leerproces van leerlingen te volgen.

Inmiddels zijn er in samenspraak met het werkveld, de beroepsvereniging K.V.L.O. en de Stichting Leerplan Ontwikkeling verschillende leerlijnen vastgelegd, waarbij het leerproces van leerlingen van 4 jaar tot 16 jaar begeleid kan worden (vgl. Mooij, 2004; SLO, 2007). Dat mag dan als een soort landelijk leerplan of methode beschouwd worden waarin zowel aandacht is voor de opeenvolging van leerarrangement als de daarbij behorende initiatieven die een leraar kan nemen om het leergedrag van leerlingen te beïnvloeden. Het leerplan is niet bedoeld als rigide keurslijf maar kan de zoekende leraar houvast geven bij het maken van onderwijskundige en didactische beslissingen.

### **LO is een vak bij uitstek waarin leerlingen ‘zelfstandigheid’ leren onderkennen.**

Zeker de laatste 30 jaar is de kwestie van zelfstandigheid in allerlei hoedanigheden onderwerp van gesprek geweest. Zelfstandigheid speelt ook in een gymzaal een belangrijke rol. Leerlingen werken en leren binnen bewegingsactiviteiten als individu, maar ook in een klein groepje, regelmatig zonder direct toezicht van een leraar. Leerlingen zijn dan verantwoordelijk voor allerlei veiligheidselementen, sociale interactie in het groepje en organisatorische punten die met de activiteit te maken hebben.

Binnen ALO's is zelfstandigheid vanuit drie wetenschappelijke disciplines afwisselendbelicht. Hoewel wij deze drie perspectieven wat streng gescheiden van elkaar bespreken is er in de dagelijkse praktijk voortdurend overlap zichtbaar.

Het oudste perspectief is waarschijnlijk het pedagogische (vgl. Gordijn 1975; Heij 2006). De gezagsrelatie tussen kind en volwassene heeft in de vorige eeuw een transformatie ondergaan. Kinderen lijken steeds minder gehoorzaam en onderhandelen lijkt de opvoedings situatie te kleuren. Ook in de gymzaal is dit merkbaar. Leerlingen spreken hun behoefte aan autonomie uit en accepteren niet als vanzelfsprekend het gezag van de leraar. Studenten leren op een ALO hoe zij samen met de kinderen tot een veilige en geordende les kunnen komen. De leerkracht is altijd creatief op zoek naar pedagogisch verantwoord oplossingen die de zelfstandigheid bevorderen. Het tweede perspectief is onderwijskundig (vgl. Behets, 2006; Loopstra, 1983; Timmers, 2007). Om doelen binnen het bewegingsonderwijs te realiseren en leerlingen toe te rusten met bewegingsdeskundigheid is het noodzakelijk om leerlingen veel beurten te geven, op eigen niveau te laten participeren en dus te differentiëren, en, om tegemoet te komen aan individuele wensen, een gevarieerd aanbod aan de leerlingen voor te leggen. Om het onderwijs effectiever en efficiënter te maken is het nodig dat leerlingen zelfstandig kunnen werken. Het ligt daarom voor de hand te zoeken naar werkvormen waarbij leerlingen zonder directe toezicht van een leraar beter kunnen leren bewegen. Inmiddels is de klassikale les één van de vele werkvormen en is een gymles vaak een bonte mengeling van activiteiten. En studenten leren dan ook vanuit dit perspectief een breed en gevarieerd bewegingsaanbod in te zetten.

Het laatste perspectief ten slotte is leerpsychologisch van aard (Mulder, 2005). Met name de laatste twintig jaar hebben inzichten op het gebied van leren er toe geleid dat leerlingen in meer individuele leerprocessen zijn beschreven. De leerling is dan een constructief acterende deelnemer

die zelfstandig of met klasgenoten kennis of deskundigheid opbouwt. Onder de noemer van ontdekkend, ervaringsgericht of natuurlijk leren krijgen leerlingen tijdens de gymles de ruimte om binnen bewegingsactiviteiten te experimenteren, fouten te maken en vooral grip te krijgen op hun eigen leerproces.

Binnen de lerarenopleiding voor Lichamelijke Opvoeding is het onderwerp van zelfstandigheid in allerlei vakken terug te vinden. Zowel de praktische vakken als de theoretische vakken schenken er aandacht aan. Dat vraagt dan ook van leraaropleiders dat zij hier een visie op hebben en een vakspecifieke invulling kunnen geven aan het begrip zelfstandigheid. En de term vakspecifiek verwijst dan naar zowel het vak Lichamelijke Opvoeding zoals dat op scholen wordt aangeboden als de (deel) vakken, zoals spel, turnen, psychologie, fysiologie enz., die op de opleiding onderscheiden worden.

Hoewel rondom de term zelfstandigheid zichtbaar wordt dat de inbreng van de leerlingen tijdens lessen steeds groter is, blijft de toerustingsfunctie van onderwijs een centrale notie. Niet zo zeer de ontplooiing van individuele kwaliteiten van leerlingen is sturend achter het onderwijsaanbod, maar het inleiden van het kind in de wereld die bewegen heet. En dus geeft dat de term zelfstandigheid een strategisch tintje. Het vierde big idea steunt veel meer op de ontplooiingsfunctie van onderwijs.

### **Juist bewegingsonderwijs dient aan te sluiten bij de concerns van leerlingen**

Kinderen komen op school met een rugzak vol met bewegingservaringen, opgedaan op een sportvereniging of buiten op straat. Ze komen met allerlei verwachtingen de les binnen. De kunst van lesgeven is de persoonlijke ambitie van de beweger als uitgangspunt te nemen.

Het vierde big idea vindt aansluiting bij de ontwikkelingen vanuit de 'positive psychology', de ideeën van de Amerikaanse psycholoog Mihaly Csikszentmihalyi (2007) over flow en de inzichten over reflectie van Korthagen. Onderwijs in bewegen is dan een manier of plek waarin leerlingen kunnen vaststellen óf en zo ja in welke mate, zij zich aangetrokken voelen tot bewegen en sport. 'Geluk is een keuze' is een centraal motto en door introspectie en reflectie is het mogelijk om contact te maken met diepste innerlijke drijfveren en daar gedrag en overtuigingen op af te stemmen.

De afgelopen jaren drong niet alleen de vraag zich op in welke mate studenten ALO-studenten moesten reflecteren, maar ook of leerlingen in staat gesteld moesten worden om beter op hun eigen bewegingservaringen terug te blikken.

Het bleek een controversieel onderwerp: "Gym is een doevak! Praten en nadenken over doen ze maar bij andere vakken!" Of: "Zelfrealisatie schiet haar doel voorbij. Mensen worden in zichzelf gekeerde anti-sociale wezens." Voorstanders zagen juist de relatie en versterking met opvoedkundige en onderwijskundige doelen. Hierdoor werd een brug geslagen tussen het belang van bewegen en sport, en de basisbehoeften van mensen zoals Ryan en Deci (2009) die verwoordden: autonomie, betrokkenheid en competentie.

### **Literatuur**

- Behets, D. (2006). *Didactiek van het bewegingsonderwijs*. Leuven: Acco.
- Crum, B.J. (1978). *Aan sportgeoriënteerd bewegingsonderwijs in het spanningsveld van aanpassing en kritiek*. Proefschrift. Haarlem: De Vriesebosch.
- Crum, B.J. & Donkers B. (1989). *Bewegingsonderwijs in verandering. Vakdidactische trends en leerplanontwikkeling*. Baarn: Bekadidact.
- Csikszentmihályi, M. & Jackson, S. (2007). *Flow in sport*. Amsterdam: Boom
- Gordijn, CCF (1975). *Wat beweegt ons?* Baarn: Bekadidact.
- Heij, P. (2006). *Grondslagen van 'verantwoord' bewegingsonderwijs. Filosofische en pedagogische doordenkingen van relationeel gefundeerd bewegingsonderwijs*. Proefschrift. Budel: Damon.

- Kugel, J. (1977). *De geschiedenis van de gymnastiek*. Haarlem: De Vriesebosch.
- Loopstra, O. (1983). *Over bewegen en bewegingsonderwijs*. Baarn: Bekadidact.
- Mooij, C. e.a (2004). *Basisdocument bewegingsonderwijs voor het basisonderwijs*. Zeist: Jan Luiting Fonds.
- Mulder, T. (2005). *De geboren aanpasser. Over hersenen, beweging en verandering*. Amsterdam: Contact.
- Ryan, R. M., Williams, G. C., Patrick, H., & Deci, E. L. (2009). Self-determination theory and physical activity: The dynamics of motivation in development and wellness. *Hellenic Journal of Psychology*, 6, 107-124.
- SLO (2007). *Basisdocument bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs*. Zeist: Jan Luiting Fonds.
- Timmers, E. (2007). *Voor applaus moet je het niet doen ( het ontwikkelen van (beter) leren sporten en bewegen*. Baarn: Tirion.