

't Web

05-2007

www.hetweb.nl

't Web | Netwerk rondom bewegen

Welke aanwijzing werkt

Circusproject Ethiopië

Tussen bewegingsonderwijs & sport

Met Duchenne naar gym, en dan?



Inhoud 05-2007

Artikelen



p6 Circusproject Ethiopië

Het eerste project van het Manoukefonds!



p12 Met Duchenne naar gym, en dan? Sandra Nijhoff met een artikel over bewegen met Duchenne



p18 Studie 2-daagse Jonge Werkers Esther Hensen, Ellen Roodvoets en Maaïke Hibma beschrijven in 2 artikelen de Jonge Werkers 2007



p24 Van basisonderwijs naar voortgezet onderwijs Thomas Bouter, Karien Meutstege, Inge van Renssen & Linda Welker beschrijven de moeilijkheden van het bo naar het vo



p30 In de spagaat tussen bewegingsonderwijs & sport Dit artikel, geschreven door Corien Clermonts, Ernst Janzen, Merijn Middelhuis, Ineke Maatjes en Sandra Nijhoff, probeert de brug te leggen tussen bewegingsonderwijs en sport



p36 Welke aanwijzing werkt (1) In dit artikel (in 2 delen) gaat Chris Hazelebach op zoek naar de succesvolle aanwijzing

Rubrieken

p4 & p52 Rendez-vous

Met in dit nummer Leanne Haandrikman en Simone van Dijk

p11 Il y a: Werpen en vangen op de schommelbank

Timo van Geest & Jildert Koopman met een activiteit voor de onderbouw van het basisonderwijs

p17 Bouwtips bewegingsonderwijs Roeland Maier verzorgde de bouwtip

p22 Zegt de een tegen de ander

p28 Zonder woorden

p51 't Web presenteert...
Het bestuur

Overige

p3 Redactioneel

p5 Lustrum Calo

In november bestaat de Calo 60 jaar en dat wordt gevierd!

p10 Boekrecensie 'Basisschool in beweging'

Niek Hofman met een recensie over de achtste oplage van deze 'bewegingsmap'

p50 Stichting Todos

Stichting Todos richt zich met sportprojecten op kansarme Braziliaanse kinderen uit sloppenwijken

p53 Publicatielijst Netwerk Randon Beweging

p54 Samenstelling bestuur

p55 Schrijfwijzer & colofon



'Rendez-vous'

door Gerard Top

Naam

Leanne Haandrikman

Woonplaats

Zwolle

Geboortedatum

04-07-1985

Caloperiode

2002-2006

Studierichting

S&B (Sport en Bewegen)

Calokampen

2003: Calo ski-kamp

2003: Buitensportkamp 2 in Annecy

2004: Wandelkamp in Ierland

2005: Skeelerkamp in Friesland

Meest interessante vakken

Filosofie

Psychologie/Pedagogiek

Methode en Technieken van Onderzoek

Alle praktijklessen

Afgestudeerd en toen

Bleek mijn scriptie 'De rechtspositie en het werkgeverschap

van een vakleerkracht met dualite taken' genomineerd te zijn voor de Windesheim scriptieprijs. Van alle ingezonden scripties mocht ik met nog drie andere scripties aan deze prijs meedingen. Hoewel ik deze prijs niet gewonnen heb, was deze nominatie een geweldige blijk van waardering voor hetgeen je tijdens je studie hebt geleerd.

In september 2006 ben ik bij Projectenburo LINK op de 'School of Human Movement & Sports' (voorheen Calo) gaan werken.

Huidige baan

Projectmedewerker bij Projectenburo LINK. Vanuit het projectenburo werk ik voor verschillende projecten, waaronder Bewegen Samen Regelen (www.bewegensamenregelen.nl), Respo International (www.respo.org), en ClubXL.

Invloed van de Calo

Een geweldige, leerzame periode waarin 'ontwikkeling' voor

mij centraal heeft gestaan. Zowel op persoonlijk vlak als op het gebied van sport en bewegen ben ik enorm gegroeid. Met name door filosofie en SIV sta ik stil bij de mooie en zeer waardevolle aspecten van sport en bewegen en mijn dagelijks leven.

Terugblik

Een onvergetelijke periode, waarbij ik vooral stil blijf staan bij het geweldige 1e jaar, waaronder skikamp en het zomerkamp in Annecy; de prettige sfeer op de Calo en het 4e jaar waar vooral het schrijven van een scriptie mij enorm heeft aangesproken.



Circus als kracht voor
zelfvertrouwen

Circusproject Ethiopië

Van 6 tot en met 16 april 2007 is een delegatie afgereisd naar Addis Ababa – Ethiopië om daar vorm te geven aan een circusproject in aanvulling op het Project "Moving towards the Millennium" (zie eerdere publicatie in 't Web 02-2006). Dit circusproject vormde een prachtige verbinding tussen de missie van Respo-International en die van het Manoukefonds.

De delegatie bestond uit twee circusdeskundigen namelijk Wytse Walinga en Anne Kuipers (circusschool Hannes & Co), opleidingsdocent a/d School of Human Movement & Sports – Calo, André Kruiswijk en twee bestuursleden van het Manoukefonds, Jeroen Feijen en Jorien Elbertsen.

Jorien Elbertsen

Circusproject

Het doel

Geïnspireerd door de ideeën van Monique Hamink met betrekking tot 'Social Circus' is er voor het fenomeen circus gekozen. Als ideaal werd gezien om deelnemers van de verschillende instellingen waar de studenten stage liepen, te laten ervaren dat zij met elkaar een geweldige circusshow neer kunnen zetten. Een dergelijke show moet leiden tot bewustwording en 'verwondering' ("Awareness") in de Ethiopische samenleving rondom de positie van mensen met een beperking.

Circus als kracht voor zelfvertrouwen!

Het project is uitgevoerd op een dovenschool, een blindenschool en een revalidatiecentrum voor oorlogsveteranen. In de Ethiopische samen-

Oprichting Manoukefonds

Het Manoukefonds zou er nooit zijn geweest, als Manouke Elbertsen in februari 2006, tijdens haar vakantie niet was overleden aan de gevolgen van een lawine. De Viaanse studente die aan de Calo (tegenwoordig School of Human Movement & Sports) in Zwolle de opleiding volgde tot lerares lichamelijke opvoeding, was altijd bezig met het lot van anderen. Het ideaal van Manouke was het aanbieden van sport- en bewegingsactiviteiten aan mensen/kinderen in kansarmere situaties. Zo wilde zij hen het plezier in bewegen laten ervaren. Met de gedachte aan dit ideaal dat Manouke naar voren bracht, is kort na haar overlijden besloten een fonds op te richten, genaamd Manoukefonds. Het fonds heeft zich tot doel gesteld een stukje van het ideaal van Manouke te verwezenlijken.

Via een website en nieuwsbrieven is de nodige bekendheid gegeven aan het fonds. Door spontane bijdragen en giften is een dusdanig bedrag vergaard, dat het mogelijk werd een eerste project te ondersteunen. Met het doel kansarme kinderen deel te laten nemen aan educatieve en sportieve activiteiten, is het fonds op zoek gegaan naar een project.

Er is overleg geweest met de Calo en met Respo International. Respo is een organisatie die zich door middel van de inzet van studenten in buitenlandstages inzet voor sport- en bewegingsactiviteiten voor mensen met een handicap in ontwikkelingslanden.

Dit overleg heeft geleid tot de keuze voor de ondersteuning van een circusproject. Het fonds heeft mede mogelijk gemaakt dat er materiële, financiële en inhoudelijk deskundige ondersteuning kon plaatsvinden.

leving ligt het accent meer op het lot van gehandicapten en op wat zij niet kunnen dan op hun mogelijkheden en wat zij wél kunnen. Dit project probeert deze groep mensen in een positief daglicht te stellen.

Hoe is het project aangepakt?

Fase 1. Met de groep studenten van de Calo, die in januari naar Addis Abeba zijn vertrokken, zijn zes gevulde circuskisten meegegaan. Criteria voor de materiaalkeuze waren onder andere brede toepassingsmogelijkheden, aantallen die toereikend zijn voor grotere groepen van 25 a 35 deelnemers, kwaliteit en duurzaamheid. Gekozen werd voor diabolo's, linten, vlaggen, ringen, doekjes, jongleerballetjes, kegels, Chinese bordjes, 'magic' sticks, gekleurde blokjes en acrobatiek kaarten. De studenten hebben gedurende hun stageperiode de leerlingen al met de materialen bekend gemaakt. Hier kon in deze week door de circusexperts goed op aangesloten worden bij de voorbereiding van de circusvoorstellingen.

Fase 2. Van 6 t/m 16 april is een delegatie van het Manoukefonds naar Ethiopië gegaan om samen met twee circusexperts, Anne Kuipers (van Circusschool Hannes & Co) en Wytse Walinga, speldocent op de Calo, de studenten te helpen om voor de verschillende instellingen een show in elkaar te zetten.

Fase 3. Er zijn deze periode contacten gelegd met Circus Ethiopia om de voortzetting van het initiatief te verkennen om circusactiviteiten aan te bieden aan mensen met een beperking.

Dagprogramma tijdens fase 2; de week van de voorstellingen

Op 10, 11 en 12 april werd respectievelijk op de dovenschool, het centrum voor oorlogsveteranen en de blindenschool in de morgen toegewerkt naar een voorstelling die 's middags om 14:00 uur werd opgevoerd.

Tijdens de ochtend werd er geoefend met de diverse circusmaterialen om daarna de specifieke act onder de knie te krijgen. Eerst demonstreerden de studenten, onder bezielende leiding van Anne Kuipers, hoe je je als artiest presenteert in een circus. De leerlingen/deelnemers hebben nog niet vaak een circus gezien, zodat alle handelingen die bij een act horen, zoals oplopen, buigen en zwaaien, werden benadrukt. Door de taalbarrière en de specifieke handicap van de deelnemers wordt het noodzakelijk om met handen en voeten uitleg te geven. De ervaring leert dat dit met circusactiviteiten nagenoeg vanzelf gaat. Deze instructie en begeleiding door non-verbale

communicatie zijn bijzonder om te ervaren.

De uitvoering werd zo professioneel mogelijk in elkaar gezet, de deelnemers wisten van A tot Z wat ze moesten doen.

De Show

's Middags werd door de deelnemers een magische circusshow neergezet. Ouders en andere leerlingen/ bewoners van de instellingen waren razend enthousiast en gaven een daverend applaus bij iedere act. Stralende kinderen, zo vrolijk en trots! Met deze voorstellingen is getoond dat mensen met een beperking niet kansloos zijn, maar dat ze ook zeker in staat zijn om plezier te maken en anderen plezier te bezorgen. De boodschap van 'The Joy Of Movement' is goed naar voren gekomen tijdens deze dagen.

Het vervolg

Na de ervaringen van deze week, is het voor de mensen van het Manoukefonds duidelijk geworden dat circus een geweldige bijdrage levert aan het doel plezier in sport en bewegen voor mensen in een kansarmere positie.

Door het bestuur en betrokkenen is daarom besloten om het volgende projectdoel weer te koppelen aan het fenomeen circus. Het fonds blijft geld inzamelen om circuskisten te kunnen vullen en die naar scholen of instellingen in derde wereldlanden te brengen.

Voor meer informatie: www.manoukefonds.nl

Artikel samengesteld door Jorien Elbertsen in overleg met Anne Kuipers, Wytse Walinga en André Kruiswijk

Foto's André Kruiswijk

Er zijn deze periode contacten gelegd met Circus Ethiopia om de voortzetting van het initiatief te verkennen om circusactiviteiten aan te bieden aan mensen met een beperking



Betrokken en gedreven



De blindenschool



De dovenschool



De oorlogsveteranen



Directeur Anne, bezielerend...



Fanatiek oefenen



Plezier en trots



Via gebaren instrueren



Wytse, diabolohulp



Chinese bordjes

Aandacht voor bewegen in 'Basisschool in Beweging'

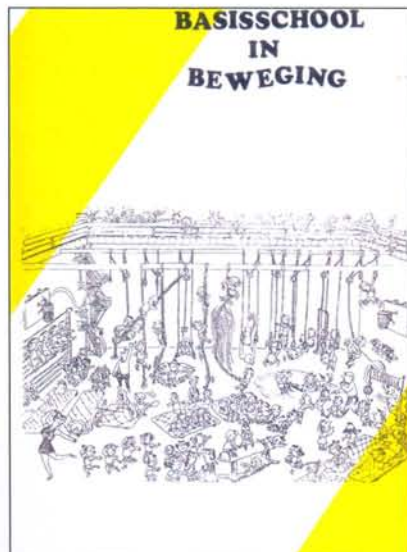
De map 'Basisschool in beweging' beleeft zijn achtste oplage. De map, omschreven als een 'Ideeën bundel die uw basisschool in beweging houdt', bevat een schat aan voor basisschoolkinderen uitdagende en gevarieerde bewegings-situaties. Echter, de map biedt meer dan dat. Ze bevat een uitgebreid arsenaal aan artikelen die gaan over de volle reikwijdte van onderwerpen die het bewegen van jonge kinderen aangaan.

Niek Hofman

Auteur Roeland Maier wil met de map 'Basisschool in Beweging' (BIB – red.) bijdragen aan het ontwikkelen van een speels bewegingsklimaat op de basisschool. Het uitgangspunt van BIB is duidelijk het spelende, bewegend-belevende kind, want: "Spelen is leven".

BIB bevat een groot blok met activiteitsideeën voor de les bewegingsonderwijs. Daarbij valt de grote inventiviteit op: de hoofdstukken Gymnastiek, Spel en Dans barsten van de uitdagende, verrassende, speelse bewegingsontwerpen voor basisschoolkinderen. Ook tips over het begeleiden ontbreken niet. Bijgeleverd worden 3 bijbehorende muziekcd's voor het dansgedeelte.

Tegelijkertijd bevat BIB een schat aan – wel ook flink verouderde – artikelen, die gaan over de volle breedte van onderwerpen die bewegende kinderen aangaan: het bewegen van het jonge kind, de speelplaats, het speellokaal, voorbeelden van lesvoorbereidingen, internationale kinderspelen, kinderdans, 'groene spelen', wandel- en speurtochten, kinderspelcircuits, schaatsen en andere winterspelen, dagjes uit, straat- en volksspelen,



het kind en zijn leefomgeving en nog veel meer. De nieuwsgierige, zoekende leerkracht komt kortom ruim aan zijn trekken bij het zoeken naar zinvolle achtergrondinformatie over deze onderwerpen.

BIB biedt tevens een nascholingscursus op maat aan (de zogenaamde 'studiedag in beweging') met als motto: 'de volgende dag aan de slag'.

De map BIB is voor het eerst uitgegeven in 1981. Het taalgebruik en de lay-out is in deze laatste oplage ogenschijnlijk (grotendeels) gelijk gebleven. Woorden als 'sirkwie' en in een envelop ingepakte muziekcd's zijn niet bepaald prettig in gebruik. De zwart-witte lay-out en het wat oubollig aandoende lettertype komen wellicht gebruiks-onvriendelijk over. Wie echter 'verder' leest, kan zich laten verdrinken in een bonte verzameling van interessante methodische, didactische en organisatorische wetenswaardigheden, waarmee iedere basisschoolleerkracht c.q. vakleerkracht de rol van bewegen op zijn/haar school een flinke impuls kan geven.

Titel	Basisschool in Beweging
Auteur(s)	Roeland Maier
Aantal pagina's	358
Verschijningsdatum	4 juni 2001 (8 ^e oplage)
Uitgever	Roeland Maier – Turfweg 6, Bergen N.H., 072-5894264
Hoofdstukken	Inleiding (incl. artikelen), Gymnastiek, Spel, Dans, Van wandelen tot oriëntatieloop, Diversen (artikelen over spelcircuits, winterspelen, dagjes uit, diverse spelen), Kind en leefmilieu

Il y a:

Werpen en vangen op de schommelbank

Timo van Geest & Jildert Koopman

Doelgroep

Groep 3

Arrangement

- 2 banken opgehangen aan ringen en/of touwen
- hoogte banken: zittend op de bank de voeten los van de grond maar makkelijk af te stappen
- afstand tussen de banken ongeveer 2 meter
- één zachte bal
- 4 kinderen, 2 kinderen op iedere bank
- het is handig om het vak af te bakenen, aangezien de banken gaan zwaaien en er anders een groot botsingsgevaar is.
- één kind achter iedere bank om doorschietende ballen op te pakken en terug te geven.

Bewegingsopdracht

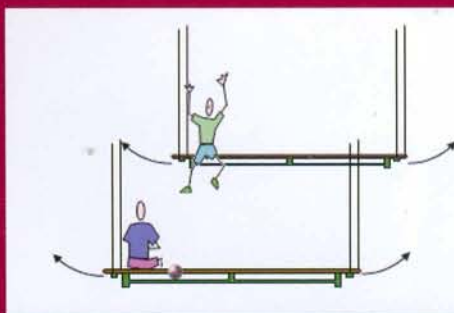
Gooi de bal naar elkaar over terwijl je op de zwaaiende bank zit. Dit kan zowel met één als twee kinderen per bank. De bank krijgt aan het begin een klein (!) zetje.

Aandachtspunten

- De kinderen zitten met twee benen aan één kant op de bank (schrijlings is moeilijk bij het werpen en vangen).
- De kinderen gooien 10 keer van bank naar bank, daarna wisselen 2 kinderen met de 2 wachters achter de banken.
- Pas als de banken stilstaan, mogen de kinderen eraf en kunnen de nieuwe kinderen erop.

Differentiatie

- In eerste instantie kan je de twee banken tegelijk dezelfde kant op laten zwaaien. De banken zwaaien synchroon en het goed aangooien en vangen van ballen is wat makkelijker.
- Je kunt er ook voor kiezen om de banken allebei een andere kant op te laten zwaaien, vanzelfsprekend wordt het gooien en vangen dan moeilijker.
- Ook wordt het uitdagender als de bal met een stuit naar elkaar gespeeld moet worden. De bal is dan langer onderweg, waardoor het



moeilijker is om in te schatten welke richting meegegeven moet worden om de bal makkelijk te ontvangen. De zachte bal verandert nu in een goed stuitende bal.

- Mocht het in de gymzaal niet mogelijk zijn om twee banken tegenover elkaar in de ringen/touwen te hangen, dan zou je het ook met één bank afkunnen. Zet een kast tegenover deze bank, laat daar een kind opzitten en gooi 10 keer naar elkaar over vanaf de kast en vanaf de zwaaiende bank.

Leerdoelen

- Je kunt met deze activiteit focussen op verschillende leerdoelen:
- Gooien en vangen, rekening houdend met de zwaai van de eigen en andere bank. Kortom: afstand en zwaai inschatten.
- Leren meebewegen op de schommel zodat je goed in balans zit
- Doordat de ballen niet altijd recht aangegooid worden, leren de kinderen de ballen ook naast hun lichaam te vangen.

Beleving van de kinderen

Kinderen vinden schommelen over het algemeen een fijne activiteit. Met dit arrangement kan dit schommelen gecombineerd worden met gooien, vangen en vangen.

Het is voor de kinderen spannend om tijdens het schommelen hun evenwicht te bewaren en de bal ook nog goed aan te gooien naar hun vriendjes/vriendinnetjes. Het werpen en vangen wordt op een nieuwe manier beleefd.



In de spierencelwand is het eiwit dystrofie niet of te weinig aanwezig, waardoor spieren veerkracht en stevigheid missen

Met Duchenne naar gym, en dan?

Laatst volgde ik een cursusmiddag over Duchenne. Er werden veel vragen beantwoord, maar er kwamen bij mij (zo mogelijk) nog veel meer vragen bij. Want wat kan, mag en moet je met een leerling met Duchenne in de zaal?

Een aantal jaren gelden verscheen er een eerste artikel over Duchenne waarin (naar aanleiding van een casusleerling) werd ingegaan op mogelijke aanpassingen in de les. In dit artikel zal ik mij na een algemene inleiding, meer richten op ethische vraagstukken en een stukje gedrag.

Duchenne is een vreselijke ziekte, en daarom vind ik het heel erg belangrijk dat er bewust over nagedacht wordt!

Sandra Nijhoff

Wat is Duchenne?

Een aantal van u heeft vast wel eens gehoord van de ziekte van Duchenne. Maar wat houdt deze ziekte nu eigenlijk in? De ziekte heet eigenlijk Spierdystrofie van Duchenne en komt alleen bij jongens voor. De ziekte is erfelijk en kan alleen bij mannen tot uiting komen.

Jongens met Duchenne krijgen te maken met een progressief ziektebeeld. In de spierencelwand is het eiwit dystrofie niet of te weinig aanwezig, waardoor spieren veerkracht en stevigheid missen. Dit eiwit zorgt ook voor het herstel van de spieren. Spieren van jongens met Duchenne zullen dus sneller definitief worden aangetast en uiteindelijk zelfs afsterven. De spierkracht en het uithoudingsvermogen van deze leerlingen wordt dan ook steeds geringer.

Kinderen met Duchenne zijn in een bepaalde fase te herkennen aan uitstekende schouderbladen en dikke kuit.

Een leven met Duchenne

Verschillende ontwikkelingsfasen van de ziekte

Tijdens het verloop van de ziekte onderscheiden we een aantal fasen. Het is moeilijk te zeggen rondom welke leeftijd een kind in welke fase zit, aangezien de ziekte bij iedereen in een verschillend tempo verloopt.

De diagnose Duchenne kan op verschillende manieren worden gesteld. Dit kan bijvoorbeeld door middel van een bloedonderzoek, een spierdiagnostiek of een d.n.a. onderzoek. Als de ziekte binnen de familie niet bekend is kan het feit dat het kind laat gaat lopen een alarm zijn tot verder onderzoek. In eerste instantie kunnen de jongens meestal gewoon lopen, maar na een periode zien we dat het lopen wat 'waggelend' begint te verlopen. Ook het opstaan wordt moeilijker (dit zien we doordat de jongens opstaan waarbij ze steunen met de handen op de knieën) en het houden van evenwicht is lastiger. De leerlingen kunnen minder grote afstanden volhouden en het gemiddelde looptempo gaat omlaag. Dit besef is voor ons als bewegingsonderwijzers een belangrijke zaak. Wanneer wij deze leerlingen constant proberen te enthousiasmeren (over hun grenzen heen), is dat niet bevorderlijk voor de uiteindelijke mogelijkheden. Als de leerling zelf te enthousiast is, kan het nodig zijn om met de leerling de eventuele consequenties te bespreken. Bespreek dit wel altijd met de ouders, sommige ouders maken de keuze om de jongens niet meteen op de hoogte te stellen van hun ziekte. Op tijd rust nemen en leerlingen stimuleren om niet 'over the



top' te gaan is een belangrijke zaak. Omdat het evenwicht van de leerlingen achteruit gaat, is het zaak om op de veiligheid te letten. Leerlingen vinden het veelal moeilijk om hierin keuzes te maken, dus onze helpende hand is hierin belangrijk. Het is dan ook onze taak (natuurlijk in samenwerking met anderen) om voor de weggevallen mogelijkheden passende oplossingen te zoeken zodat een gymles ook voor deze leerlingen leuk en interessant blijft.

De kunst hierbij is naar mijn mening dan ook activiteiten zo aan te passen dat leerlingen niet door hebben dat je de activiteit speciaal voor hen aanpast

Voor meer praktische tips op dit vlak verwijs ik u graag naar het eerdere artikel over Duchenne ('t Web nr. 5, 2004)

Wanneer de jongens nog kunnen lopen komt er al wel vaak een (elektrische) rolstoel in beeld. Deze gebruiken ze voor het overbruggen van langere afstanden zodat de krachten gespaard blijven. Wanneer er bijvoorbeeld een tikspel gespeeld wordt, kan de leerling meedoen in de rolstoel, terwijl hij bij bijvoorbeeld een mikactiviteit kiest

voor staan en zelf lopen. Omdat er in eerste instantie gekozen kan worden tussen lopen of de rolstoel is de overgang straks mogelijk iets minder hard. Langzamerhand kan de leerling steeds minder ver lopen en raakt steeds meer gebonden aan de rolstoel, totdat lopen helemaal niet meer mogelijk is. Het steunen op de benen is (bijvoorbeeld bij staande transfers) soms nog wel mogelijk, maar ook deze mogelijkheid neemt langzamerhand af.

In eerste instantie nemen de bewegingsmogelijkheden van de grote motoriek af. Dus bijvoorbeeld schrijven zal vaak langer tot de mogelijkheden behoren dan (grote afstanden) lopen. In de loop van deze fase wordt de verzorgingsafhankelijkheid steeds groter. Een bal oppakken gaat eerst nog wel (het zelf buigen naar de grond en weer overeind komen), later wordt dit moeilijker. Ook het hoofd rechtop houden tijdens het zwemmen op de buik is één van de dingen die steeds meer moeite kost. Hiermee zullen wij als bewegingsonderwijzers rekening moeten houden.

Meestal rondom de middelbare school leeftijd vormen zich ook problemen rondom het rechtop zitten, de ademhaling en het functioneren van het hart. De algemene belastbaarheid van de jongens is nu heel erg beperkt. Een gymles zal in deze fase niet altijd meer tot het lesprogramma van de leerlingen behoren. Mocht dit wel het geval zijn dan is uiterste voorzichtigheid geboden. Wat mij erg opviel is dat het hard rijden in een elektrische rolstoel ook veel energie kan kosten,



ook dit is iets om rekening mee te houden. In eerste instantie zal het de leerling lukken om zelf een hockeystick vast te houden. Eventueel met tape aan het handvat (op deze manier hoeft de hand niet veel kracht te leveren om de stick vast te houden). Op een gegeven moment is de overgang naar een T-stick (een plastic stick in de vorm van een letter T, vastgemaakt via een aanpassing aan de voorkant van de rolstoel) noodzakelijk.

In deze fase neemt het schoolverzuim toe, tot dat een leerling niet meer op school komt. De terminale fase komt dichtbij. Het is in deze fase belangrijk om met de school af te spreken hoe er wordt omgegaan met de emoties die leven binnen de groep. Hoewel dit ook eerder natuurlijk van belang was, kan het besef juist nu bij medeleerlingen en jezelf als docent hard aankomen. Het is een goede optie om hier ook vooraf aan deze fase (dus voordat de leerling niet meer op school is) aandacht aan te besteden.

Duchenne in de groep

Mogelijk gedrag en een mogelijke verklaring daarvan

Elke jongen met Duchenne gedraagt zich anders, maar we ontdekken bij een aantal jongens gedrag dat minder wenselijk kan zijn in de groep. Stel je voor; je vrienden kunnen steeds meer. Ze klimmen, leren hinkelen, leren skaten. En jij kunt eigenlijk steeds minder. Je kunt je voorstellen dat dit in een aantal gevallen frustratie oplevert. En het is juist in onze bewegingslessen dat deze

frustraties wel eens de kop op kunnen steken. De leerlingen hebben door deze achteruitgang vaak een negatief zelfbeeld en zijn onzeker. Wanneer we dit in het licht stellen van de visie dat elk mens behoefte heeft aan relatie (ik wordt gewaardeerd), autonomie (ik kan dit zelf) en competentie (ik kan dit) en het ontwikkelen daarvan, is dit meer dan te begrijpen.

De leerlingen uiten in veel gevallen hun emoties niet snel, en als ze dat doen is dit vaak in negatieve zin. Schelden, uitlachen en schreeuwen heb ik dan ook meer dan eens gezien in het gedrag van leerlingen met Duchenne. Het rekening houden met een ander is soms moeilijk, en te begrijpen als we de problemen waarmee deze jongens te maken hebben in ons achterhoofd houden. Dit is belangrijk om te weten, want dan kunnen we hier iets mee proberen te doen tijdens de les. Het waarderen van dat wat de leerling nog wel kan is naar mijn mening heel erg waardevol en belangrijk. Ook tijdens een scheldpartij is boos worden als docent misschien niet altijd een goede optie. In de boosheid van de leerlingen schuilt immers vaak onzekerheid en (meer dan begrijpelijke) frustratie. Het aanbieden van activiteiten met een succeservaring lijkt dan ook zeer belangrijk. Deze jongens lopen al zo vaak aan tegen dingen die ze niet (meer) kunnen.

Wanneer wij deze leerlingen constant proberen te enthousiasmeren (over hun grenzen heen), is dat niet bevorderlijk voor de uiteindelijke mogelijkheden

Veel om over na te denken...

Het voorgaande verhaal en het bedenken van de voorgaande voorbeelden riepen bij mij veel vragen op. En geen vragen die we eenduidig kunnen beantwoorden. Ik probeer je mee te nemen in mijn gedachtenspelsels...

Succeservaringen

Want wat is een succeservaring eigenlijk? Een succeservaring lijkt mij iets wat je lukt nadat het je eerst niet lukte. Maar de leerlingen hebben in veel gevallen juist de ervaring dat als iets 'lukt' ze dit vroeger eigenlijk veel makkelijker konden. Dan kan een succeservaring toch ook weer frus-

tratie opleveren. We kunnen ook stellen dat een succeservaring iets te maken heeft met de verwachting of iets lukt of niet. Leerlingen verwachten door hun negatieve zelfbeeld dat ze niet meer een hele baan kunnen zwemmen. En het lukt toch, is dat een succeservaring? Ik denk het wel, zeker als je alleen het moment bekijkt, los van een eerder of later tijdstip. Wij hebben veel invloed op het laten lukken van een activiteit door middel van aanpassingen. Het nadeel is alleen dat leerlingen heel goed doorhebben dat je de regels voor hen aanpast, en daardoor kan de succeservaring mogelijk al niet meer ervaren worden. De kunst hierbij is naar mijn mening dan ook activiteiten zo aan te passen dat leerlingen niet door hebben dat je de activiteit speciaal voor hen aanpast. Dus de aanpassingen niet speciaal benoemen, maar meenemen in de algemene speluitleg.

Lopen of in de rolstoel

Wanneer leerlingen de keuze krijgen uit lopen of de rolstoel is voor hen de keuze vaak snel gemaakt; lopen! Maar, wij weten dat dit niet altijd even goed is. Waar leg je de grens van het vrije kiezen en waar laat je de verantwoordelijkheid aan de leerling? Natuurlijk speel jij als bewegingsonderwijzer hier geen beslissende rol in, maar zijn dat de ouders. Ook kun je vaak goed en professioneel advies inwinnen bij de fysiotherapeut. Hoewel je de mening van de ouders natuurlijk zo veel mogelijk probeert te volgen zullen er soms toch kleinere situaties voorkomen waarin jij zult moeten beslissen. Het nu genieten van de bewegingssituatie (die juist zo vaak frustratie opleveren) en dan straks bijna geen energie meer over hebben? Of energie sparen zodat de rest van de dag ook nog gewerkt kan worden?

Beoordelen

En dan het beoordelen van deze leerlingen. Het beoordelen rondom het zwemmen is dan misschien nog wel het meest concreet omdat daar vrijwel altijd gewerkt wordt met diploma's. In het begin behaalt een leerling een bepaald niveau. Het is goed mogelijk dat dit niveau een jaar later niet meer behaald gaat worden. Wordt er dan af gezwommen voor een lager diploma? Of stoppen we met het behalen van diploma's omdat de achteruitgang dan ook daarin zo zichtbaar is? Op deze manier blijft het hoogst behaalde diploma wel het laatst behaalde, hoewel dit dan niet meer overeen komt met het niveau. Natuurlijk speelt hierbij het karakter van de leerling een grote rol. Is de leerling erg prestatiegericht (dus diploma of beoordelingsgericht) of kan de leerling ook

genieten zonder een benoemde prestatie.

En zo zijn er tal van vragen meer die enkel beantwoord kunnen worden aan de hand van het karakter van het kind, de mening van ouders, therapeuten en anderen die om de jongens heen staan.

Slot

Duchenne, een vreselijke ziekte. Aan ons de taak om op kleine momenten alles iets minder vreselijk te maken.

Graag wil ik Erik Timmerman (Ambulante Begeleiding) bedanken voor zijn hulp en kennis bij het schrijven van dit artikel.

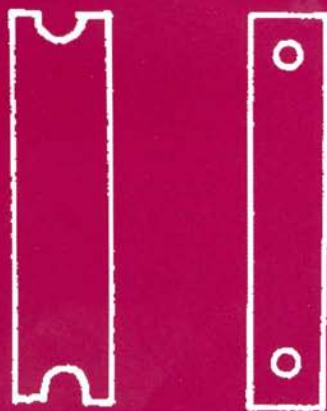
Foto's: Sandra Nijhoff (i.v.m. privacyredenen alleen foto's zonder kinderen)

Bouwtips bewegingsonderwijs (19)

Bouwen met touwen 3

De lift: hijzers & stijger

Roeland Maier



Doelgroep

Basisonderwijs

Aanleiding voor de bouwtip

Wat extra tips voor leuke bouwactiviteiten met touwen

Welke activiteit kun je ermee doen?

- De lift laat een kind min of meer passief stijgen en dalen.
- Twee of vier anderen trekken aan de uiteinden van een trektouw de 'lifter' omhoog.

Welke materialen heb je nodig & hoe zet je het in elkaar?

- Het trektouw is om de bovenste sport van het schuine klimraam geslagen aan weerskanten van het vak waar de lift hangt.
- Leg twee knopen in het touw en vertel de 'lifter' dat die altijd onder de knopen vast houdt!

- Bevestig een springtouwje aan de lus om deze weer omlaag te kunnen trekken als het kind vanuit de 'lift' verder het klimraam inklimt.

Extra?!

Desgewenst kan de zitplek van de kleine 'lifter' iets comfortabeler gemaakt worden met één van deze schommelplankjes (borg de eerste tegen vallen!).

Daarnaast is de geprofessionaliseerde versie te zien (Rollgliss van de firma Honor) in de 'Klimzaal' van de Pabo Hogeschool Alkmaar te zien. Beneden trekt één kind de stijger omhoog.

Rollgliss

Tekeningen en foto's uit de map Basisschool in beweging en van Rob Komen van De Driemaster in Alkmaar.



Het doel van de dagen
was beginnende
therapeuten vakinhoudelijke
verdieping te geven

Leren van en met elkaar: studietweedaagse Jonge Werkers

Nadat vorig jaar de eerste studietweedaagse voor beginnende psychomotorisch therapeuten en bewegingsagogen een groot succes was gebleken, werd deze dit jaar herhaald. Op 30 en 31 maart kwamen zo'n 65 Jonge Werkers bij elkaar op de Calo van Hogeschool Windesheim in Zwolle.

De studiedagen werden georganiseerd door een groep enthousiaste jonge therapeuten in samenwerking met 't Web: Netwerk rondom Beweging. Ook de Nederlandse Vereniging voor Psychomotorische Therapie was betrokken. Het doel van de dagen was beginnende therapeuten vakinhoudelijke verdieping te geven. Dit gebeurde door middel van workshops en plenaire onderdelen die geleid werden door enthousiaste ervaren therapeuten.

Esther Hensen en Ellen Roodvoets

Workshops

Tijdens de studiedagen werden er twaalf workshops aangeboden, waarvan de deelnemers er drie konden kiezen. Hierbij kwamen diverse onderwerpen aan bod, zoals persoonlijkheidsproblematiek, agressie, samenwerken met collega's en groepsdynamiek. In de meeste workshops werd theorie afgewisseld met praktijkopdrachten. Van de deelnemers aan de workshops werd mede daarom een actieve houding verwacht. De deelnemers beschouwden de workshops als een eye-opener en vonden dat deze handvatten boden om direct mee aan de slag te kunnen in hun werkveld.

In de workshop '(tegen)overdracht' besprak

Yvonne van den Doorn kort de begrippen overdracht en tegenoverdracht. Vervolgens speelden de deelnemers in een rollenspel een casus na, waarbij zij de (tegen)overdrachtsgevoelens konden onderzoeken. Gevoelens die een averechts effect op de hulpvraag kunnen hebben, zoals irritatie en de drang te zorgen voor de 'cliënt' bleken boven te komen. Nadat de deelnemers zich hiervan bewust waren geworden, werd in rollenspelen geoefend hoe (tegen)overdracht op een positieve manier ingezet kan worden. Dit bleek niet makkelijk, maar opvallend was dat men toch vanuit verschillende (tegen)overdrachtgevoelens tot eenzelfde interventie kwam.

Workshopleider Roel van Beusekom liet de aanwezigen aan de slag gaan met het begrip 'vaste agressie'. Na een theoretische inleiding werd aan den lijve ervaren hoe het voelt als men vastzit in het eigen lichaam. In de opdracht kriskras door de zaal te lopen en het eigen gedrag daarbinnen uit te vergroten, werden al snel 'afwijkende' bewegingspatronen zichtbaar en kwam het gevoel vast te zitten naar boven. De patronen werden vervolgens uitvergroot en met behulp van materialen uitgebeeld. Daarna werd bekeken welke stappen gemaakt moeten worden in het therapeutisch proces om los te komen van deze gevoelens. Het belang van het maken van kleine stapjes en de functionaliteit van agressie kwamen daarbij aan bod. Het was al met al een indrukwekkende workshop.

In een andere workshop stond niet de 'vaste' maar de 'losse agressie' centraal. Fred Dijk ging in op het begrip agressie vanuit het kader van de cognitieve gedragstherapie. Na een korte uitleg over de behandeling van cliënten met agressieproblematiek werd dieper ingegaan op het begrip 'beheersing'. Wanneer cliënten tot doel heb-



ben onmiddellijke behoeftebevrediging uit te stellen, kunnen in de psychomotorische therapie activiteiten aangeboden worden waarin beheersing centraal staat. Dit werd in de workshop praktisch geoefend aan de hand van de vier gebieden Kracht, Richting, Afstand en Tijd (met het ezelsbruggetje KRAT). De deelnemers probeerden in kleine groepjes activiteiten neer te zetten waarbij beheersing op een van deze vier gebieden tot uiting kwam. Dit leverde niet alleen leuke werkvormen op, maar bracht ook specifieke problemen naar voren bij het werken met mensen met 'losse agressie', zoals de vaak geringe motivatie voor therapie.

Gezamenlijke onderdelen

Net als in de vorige editie van de studiedagen waren er naast de workshops twee plenaire onderdelen. Op de eerste dag stond het opdoen van nieuwe ideeën voor oefenvormen centraal. De deelnemers werden naar werkveld verdeeld in verschillende groepen waarin men onder leiding van een procesbegeleider werkvormen uitwisselde. Door het enthousiasme van de deelnemers was het leuk én werd er veel van elkaar geleerd. Op de tweede dag werd tijdens het plenaire onderdeel 'werkplaats therapeutische vaardigheden' stilgestaan bij de therapeutische attitude. Tijdens het naspelen van een door een deelnemer ingebrachte casus konden deelnemers de rol van therapeut innemen of de 'therapeut' tips geven. Op deze manier werden lastige situaties die een beginnend therapeut tegenkomt vanuit verschillende invalshoeken belicht en dat was erg leerzaam. Tijdens de studiedagen heerste er een gemoedelijke, ontspannen en energieke sfeer. De verschillende jonge werkers legden makkelijk contact en werkervaringen werden volop gedeeld. Voor

velen was het bovendien een weerzien van oud-studiegenoten. Ook in de workshops gingen de deelnemers enthousiast en actief aan de slag, aangemoedigd door de toegankelijkheid en het enthousiasme van de workshopleiders en studiedagcommissie. Minder goed bezocht werden de avondactiviteiten, sport en feest, die desondanks erg gezellig waren.

Vervolg

We kunnen concluderen dat ook deze tweede 'Jonge Werkers' een groot succes was. De deelnemers gingen geïnspireerd en enthousiast naar huis. Deze studietweedaagse vraagt om een vervolg! We sluiten ons daarom aan bij de oproep van Chris Hazelebach namens 't Web aan de 'jonge werkers' om ook zelf workshops te organiseren. Psychomotorisch therapeuten die geïnteresseerd zijn om volgend jaar nieuwe studiedagen te realiseren, kunnen zich opgeven op www.jongewerkers.nl. Ook kun je daar de foto's bekijken om nog even na te nagenieten.

Dit verslag is ook verschenen op www.jongewerkers.nl en www.hetweb.nl.

Wanneer cliënten tot doel hebben onmiddellijke behoeftebevrediging uit te stellen, kunnen in de psychomotorische therapie activiteiten aangeboden worden waarin beheersing centraal staat

Reactie van een deelnemer

Door Maaïke Hibma

De kracht van PMT: ervaringen op-DOEN. In alle workshops kwam dit terug, door de verdeling tussen theorie en het praktijkgedeelte. Een weloverwogen combi tussen informatie verstekken en ervaren en oefenen door te doen. Ik zal een korte impressie van een aantal workshops geven.

De workshop 'Persoonlijkheidsstoornissen': het begrip metalliseren bleek tamelijk onbekend bij ons jonge werkers. Na enige informatie en het ervaren van de manier van werken van de workshopleider werd het duidelijk en kon door velen de vertaalslag gemaakt worden naar de eigen werksituatie. In de workshop 'Overdracht & Tegenoverdracht' werden deze begrippen leven in geblazen. In de casusuitwerking werd zichtbaar hoe snel iedereen in de tegenoverdracht schiet. Frustrerend en aan de andere kant een eye-opener om iedere keer een "je doet het weer!" uit de groep te horen. Het bleek nog niet zo gemakkelijk om je eigen gevoelens functioneel in te zetten.

De zaterdagochtend met nog enigszins de slaap in de ogen na een gezellig avond/ nachtprogramma op naar de workshop 'groepsdynamiek'. De slaap was snel verdwenen, door de bewustwording van de complexiteit van groepswork. Theorie met een Petzold achtergrond werkte verduidelijkend waarna we deze los konden laten in oefengroepjes. Zoals vaak was er enige schroom om je als therapeut op te stellen onder het kritische oog van je collega PMT-ers. Het onderlinge begrip en de openheid die er was over de moeilijkheden waar iedereen nou eenmaal mee te kampen heeft in zijn/ haar prille loopbaan zorgde voor de mogelijkheid tot experimenteren en leren.



De reacties en ervaringen van beginnende collega's, als ook de stimulerende en begripvolle houding van de workshopleiders, waren een steun bij het beseft dat wij als 'jonge werker' nog veel kunnen leren naast wat we al kunnen. De komende tijd zullen de nieuwe inzichten en opgedane kennis op de eigen werkplekken van de jonge werkers tot leven gewekt worden. Deze dagen zullen in veel gevallen bijgedragen hebben aan nieuwe ingangen en het zien van de uitdagingen in ons vak.

De komende tijd zullen de nieuwe inzichten en opgedane kennis op de eigen werkplekken van de jonge werkers tot leven gewekt worden

Zegt de een tegen de ander...

Tim van 6 jaar:
'Weet je, meester is dom hè.
Hij doet het allemaal voor.
Hij moet het ons zelf laten
proberen. Dat is geen leren!
(met dank aan R. Maier)

Onrecht bij de Olympische Spelen - 'Juf, dat is niet eerlijk, hij is
de driede en krijgt maar één medaille.' (met dank aan R. Maier)



Strijden voor eretitel 'King of De Kuip'

Een jongetje concentreert zich tijdens het spelen van een nieuwe spel-variant. Ruim 2500 kinderen van twaalf verschillende scholen bevoelden gisteren De Kuip in Rotterdam om, met een nieuw spel voor de jeugd van 6-12 jaar, te strijden voor de titel King of De Kuip. Het nieuwe spel is een combinatie van voetbal en paddle-tennis, waarbij verschillende spelvarianten mogelijk zijn. Het grote voetbalveld van De Kuip wordt ingedeeld in 123 kleine veldjes. Het spel zal volgend jaar op diverse scholen worden geïntroduceerd.

FOTO: ANP

Zei de ander...

Stelling...

...van N. H. te Zwolle: "De opkomst van het tabloidformaat van diverse kranten vormt een forse klap voor het mikonderwijs".

Stelling...

'In het voortgezet onderwijs zijn niet alle leerlingen meer even gemotiveerd voor tikspelen. Logisch, tik-kertje is ook voor kleintjes...'

'10 jaar geleden in 't Web':

- Vak apart: Na een kwartier gejongleerd te hebben, sta stil. Ik kijk naar het plafond en zie de knotsen die Marir gooide voorbij vliegen, en toen..... viel het licht uit. Ik ba-teveel knotsen op m'n neus krijg en als ik van de ton ple-meneer Eduard van mij verwacht: Dat ik goed mijn best niet praat.
- In de Doka: Kamstra leest een vreemd briefje:

Beste sectieleden,
Iedereen moet zich aan de afspraken houden!
De conciërge heeft één bal!
Verder wordt er niets uitgedeeld.
Aan wie dan ook!!!
De sectievoorzitter

- Sport, spel, spiegel: Sport is een vorm van spel. Spelend len we tijd, energie en vernuft aan doelloze en puberale op (...) Maar hoe kunnen wij aangesproken worden door wat v leven irrelevant lijkt? Precies omdat het spel naast het leve en op eminente wijze niet echt is, kan het teken zijn. Om niets is, kan het alles betekenen.

Reageren?

Dat is inspirerend voor anderen om te lezen! Via een e-mail naar sandra_nijhoff@hotmail.com is het zo gebeurd.

Oproepje;

'Wie heeft er ervaring met het geven van acrobatiek aan mytyl leerlingen?'



Behalve het feit dat de leerlingen in het voortgezet onderwijs groter zijn en de verschillende fases van de puberteit ervaren, is het ons opgevallen dat ze ook erg gericht zijn op de sportactiviteiten zoals ze deze kennen van televisie.

Van basisonderwijs naar voortgezet onderwijs, een wereld van verschil of 6 weken zomervakantie?

Evaluerend kijkend naar het afgelopen studiejaar. Vier derdejaars LO studenten, denkend over hun ervaringen van het afgelopen jaar in het voortgezet onderwijs. Een overstap met hindernissen, vrije wegen en mooie ervaringen, vanuit verschillende hoeken bekeken.

Zij zijn hun wegen gegaan met verschillende hobbels, obstakels en uitdagingen en blikken terug op deze ervaring als stagiair, nieuw in het voortgezet onderwijs.

Net het warme ondiepe badje verlaten en staand op de kant van het grote diepe bad. Angstvallig je kurken vasthoudend met grote ogen en niet weten of je boven zult blijven nadat je in het water gesprongen bent.

Thomas Bouter
Karien Meutstege
Inge van Renssen
Linda Welker

Studenten aan het woord.

'T Web biedt elk jaar een groepje studenten een "centerparcs-weekend" aan. De bedoeling van dit weekend is dat de studenten met elkaar in gesprek gaan over een onderwerp wat hun aanspreekt.

Als tegenprestatie verwachten we een artikel over het onderwerp voor het Web. In mei 2007 zijn vier derdejaars LO studenten met elkaar de hei op geweest.

Hier volgt hun artikel over de overgang tussen basisonderwijs en voortgezet onderwijs. Een interessant thema voor zowel de kinderen als voor stagiaires.

Voor deze stagiaires zijn de ervaringen m.b.t. de overgang van de 2^e jaars stage in het basisonderwijs naar een 3^e jaars stage in het voortgezet onderwijs het thema voor dit artikel.

Activiteitencommissie van het 't web

Verskil tussen basisonderwijs en voortgezet onderwijs?

Behalve het feit dat de leerlingen in het voortgezet onderwijs groter zijn en de verschillende fases van de puberteit ervaren, is het ons opgevallen dat ze ook erg gericht zijn op de sportactiviteiten zoals ze deze kennen van televisie.

We hebben gestoeid met de vraag, waar dit vandaan komt.

Ontstaat dit vanuit de leerling zelf, of vanuit de schoolcultuur? Wordt het meegegeven door de vakdocent(en), of wil het kind zelf sporten zoals het op de sportverenigingen gedaan wordt?

We gaan er niet vanuit dat leerlingen uit groep acht binnen zes weken zomervakantie veranderen in kleine topsporters die alle spelregelboekjes uit hun hoofd hebben geleerd.

Als 'de wereld van verschil' niet vanuit de leerling veroorzaakt wordt, door welke aspecten wordt dit dan wel veroorzaakt? En welke factoren kunnen wij hierin als aankomende docenten LO beïnvloeden?

Wij zijn van mening dat de stap van basisonderwijs naar voortgezet onderwijs onnodig groot is. Het komen vanuit 'vos kom uit je hol', 'tien tellen in de rimboe', en het 'stoeien' naar het spelen



met de 'second dribble', 'het niet met de bolle kant spelen' en 'dertig meter is een voldoende'.

Naar onze mening zal het goed zijn om een op-eenvolgende leerlijn te volgen van het basisonderwijs naar het voortgezet onderwijs.

Een aansluiting op het basisonderwijs zou kunnen zijn dat in de onderbouw (leerjaar 1 en 2) van het voortgezet onderwijs activiteiten worden aangeboden waarin facetten uit een spel/sport centraal staan.

Moet het niet zo zijn dat in het basisonderwijs veel nadruk gelegd wordt op basisvaardigheden, om mee te kunnen doen in een sportactiviteit? Zodat wanneer de leerlingen binnen komen in het voortgezet onderwijs ze een 'ballétje kunnen gooien en vangen'.

Een aansluiting op het basisonderwijs zou kunnen zijn dat in de onderbouw (leerjaar 1 en 2) van het voortgezet onderwijs activiteiten worden aangeboden waarin facetten uit een spel/sport centraal staan.

De lesgever neemt dan facetten uit het spel om daar een activiteit om heen te bouwen en vervolgens in de bovenbouw tot een (dan wel niet aangepaste) eindvorm te kunnen komen.

We gaan met deze facetten terug in het aanbod en pakken deelactiviteiten uit de eindvorm om hier vervolgens een waardige activiteit van te maken, dit worden de losse legsteentjes waarmee



we een eindvorm kunnen bouwen.

Het is belangrijk dat deze deelactiviteiten uitbouwbaar zijn op 'lukt het' en 'leeft het' zodat we deze deelactiviteiten een tijdje kunnen blijven spelen. Hierdoor krijgen leerlingen de kans om vaardigheden eigen te maken en succeservaringen op te doen.

Dit alles om te voorkomen dat leerlingen 'verzuipen' in een aangepaste eindvorm, waarin ze het overzicht verliezen en waarbinnen hun vaardigheden nog niet toereikend zijn. Door dit 'verzuipen' zal het plezier in de activiteit verminderen en leerlingen zullen op een bepaald niveau blijven steken, mogelijk leidt dit tot het vroegtijdige uitvallen van leerlingen.

De doorlopende leerlijn is ook voordelig voor de docent. Je kunt langer blijven kijken naar de individuele vaardigheden binnen de groep en je aandacht blijven richten op het lesgeefaccent, in plaats van het overzicht op de hele activiteit te houden. Je loopt als lesgever hierdoor ook minder het risico om als scheidsrechter te fungeren in plaats van als lesgever.

Het wordt hierdoor makkelijker om te ontdekken in welke legsteen het mis gaat.

Wat te doen als stagiaire?

Wij verwachten dat het niet eenvoudig is om dit als stagiaire in de praktijk te brengen.

Worden de heersende normen op de stageschool niet onbewust eigen gemaakt?

Ga je als stagiaire niet snel mee in de opdrachten of visies van de vaksectie op jou school?

In hoeverre durf je iets nieuws te proberen? Neem je een stukje vrijheid om te experimenteren in de lessen?

Laat je, je afschrikken door de eventuele demotivatie van leerlingen?

En in hoeverre verschil je in visie met vakmensen en durf je stralend te falen?

Gaandeweg hebben we ervaren dat het als beginnend stagiair zonder ervaring in het voortgezet onderwijs moeilijk is, om je vast te houden aan deze idealen die we in het basisonderwijs makkelijker konden toepassen.

We hebben ervaren dat je onbewust, eerder dan we dachten, geneigd bent om in de denksporen van de schoolcultuur te treden.

Om met het verstrijken van de tijd toch steeds meer overtuigt te raken van je eigen kennis, wijsheid en vakvisie.

Deze innerlijke tegenstrijdigheden hebben bij ons de nodige vragen opgeroepen.

We verwachten deze tegenstrijdigheden ook als beginnend docent te ervaren.

Het is dan ook van belang dat de doorlopende leerlijn bij de hele sectie draagvlak vindt, waarbinnen uiteraard ruimte blijft voor individuele verschillen.

Wij denken dat de doorlopende leerlijn meer kans van slagen heeft, wanneer deze op de basisschool gestart wordt, aan de hand van een sterk en uitgebreid vakwerkplan met waar mogelijk een vakdocent.

Dit moet vervolgd worden in de eerste leerjaren van het voortgezet onderwijs.

Het is niet onmogelijk om er in de bovenbouw van het voortgezet onderwijs alsnog mee aan het werk te gaan, wel is de kans groter dat je meer gevormde en geslepen leerlingen zult tegen komen. Misschien zullen de leerlingen geneigd zijn om de deelactiviteiten als niet 'echt' te beschouwen.

Afleren is soms moeilijker dan aanleren.

De overgang van het basisonderwijs naar het voortgezet onderwijs hebben wij als stagiaires ervaren als een wereld van verschil. We hebben voor ons gevoel een afslag moeten maken in onze leerlijn, die ervaren kon worden als een onderbreking. Terwijl het ook voor ons feitelijk maar zes weken zomervakantie is geweest.

We nemen aan dat een eerstejaars brugklasser dit gevoel ook zou kunnen ervaren. Op een nieuwe school, in een nieuwe cultuur. Toch zullen deze leerlingen sneller dan wij denken, meegaan in de stroom van het voortgezet onderwijs.

Wij willen de kloof tussen basisonderwijs en voortgezet onderwijs verkleinen door middel van de doorlopende leerlijn. We proberen om wat betreft de activiteiten beter aan te sluiten bij het niveau van de leerlingen en ze de kans te geven om te acclimatiseren in het bewegingsonderwijs en hiermee de overgang kleiner te maken.

We hebben ervaren dat je onbewust, eerder dan we dachten, geneigd bent om in de denksporen van de schoolcultuur te treden.

Door het verder ontwikkelen vanuit het startniveau van de leerlingen, daar waar de doorlopende leerlijn in groep acht gebleven is, geven wij hen de kans om binnen te komen in een bepaalde rust.

Vanuit deze positie kunnen zij succeservaringen beleven, en plezier behouden in de lessen bewegingsonderwijs.

Tot slot

Wij hadden de overgang van het basisonderwijs naar het voortgezet onderwijs ook graag als zes weken zomervakantie willen ervaren. Zodat we onze persoonlijke leerlijn, begonnen in het basisonderwijs, geleidelijker hadden kunnen voortzetten.

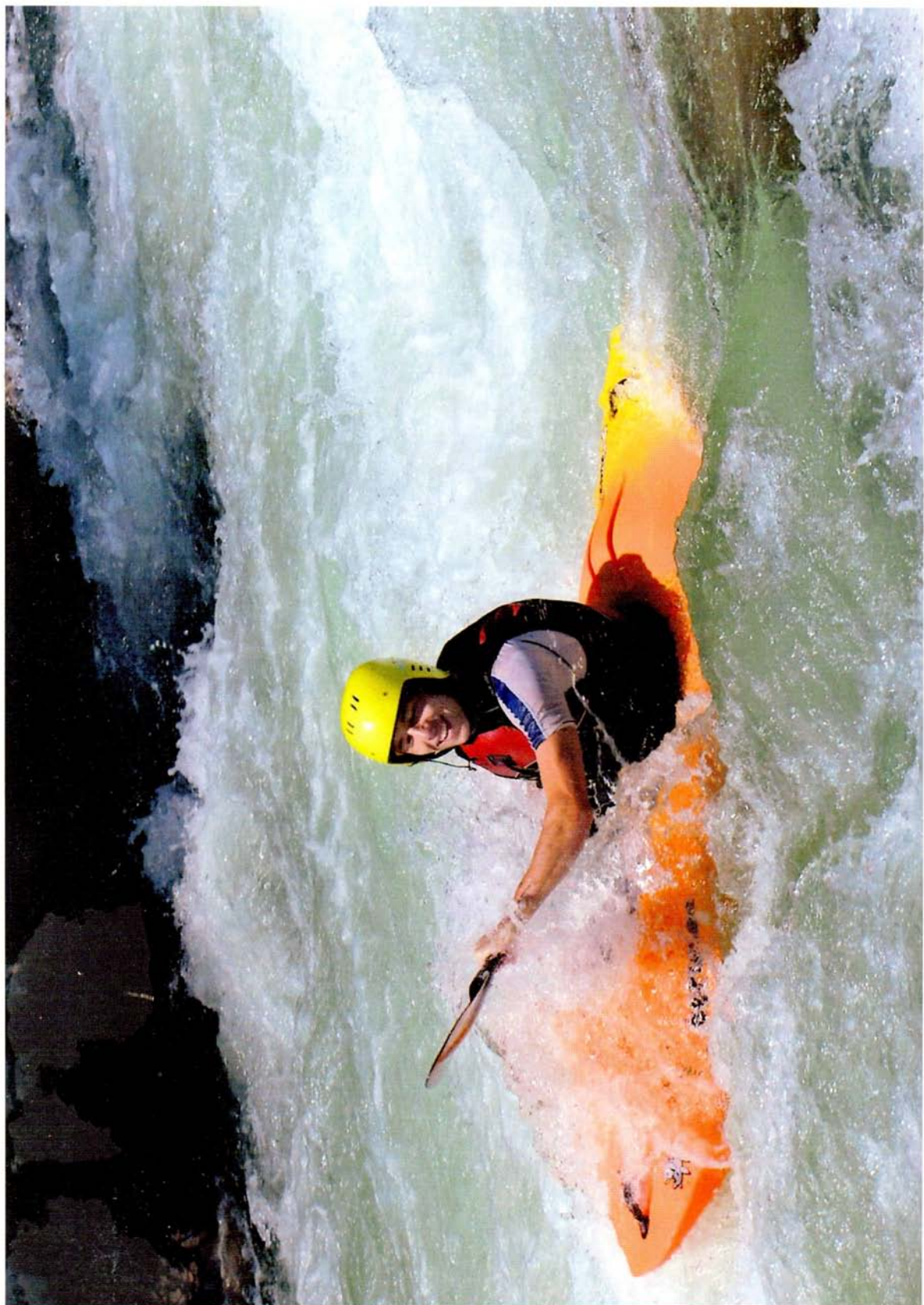
Met onze opgedane ervaringen lijkt het ons goed om de voortgezet onderwijsstage te starten in de onderbouwklassen, om de leerlijn te versterken en geleidelijk door te kunnen zetten in de bovenbouw. Wij hopen mede door deze doorlopende leerlijn dat we ons de vraag later niet meer hoeven te stellen:

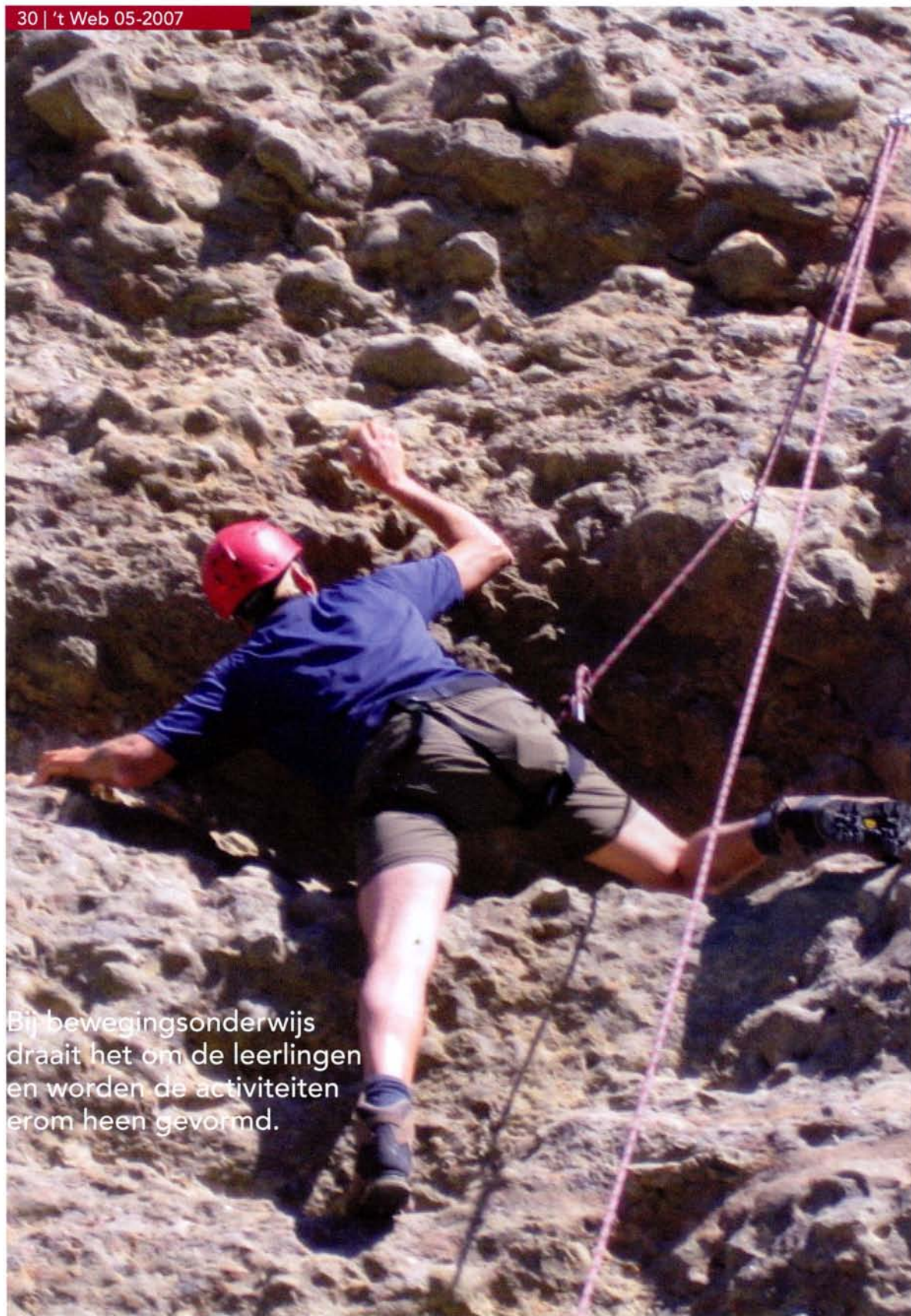
'waarom huppelen volwassenen niet meer?'

(citaat: Theo Maassen)

Wij willen de kloof tussen basisonderwijs en voortgezet onderwijs verkleinen door middel van de doorlopende leerlijn.







Bij bewegingsonderwijs draait het om de leerlingen en worden de activiteiten erom heen gevormd.

In de spagaat tussen bewegingsonderwijs en sport

Sport en bewegingsonderwijs bestaan al tijden naast elkaar, maar welke is belangrijker? Moet de één zich aan de ander aanpassen, of is er een goede samenwerking mogelijk? Met deze vragen zijn wij begonnen met het schrijven van dit artikel. In februari 2007 hebben we een weekend in Centre Parcs doorgebracht om onze ideeën gestalte te geven. Wat al snel naar voren kwam als thema was de relatie tussen sport en onderwijs. Beiden willen mensen aanzetten tot bewegen, echter wat zij willen bereiken en de weg daar naar toe, verschilt. Door hetzelfde doel is het verleidelijk om samen te werken, de vraag is echter van waaruit deze samenwerking ingezet moet worden.

Corien Clermonts, Ernst Janzen, Merijn Middehuis, Ineke Maatjes en Sandra Nijhoff

Wat ons prikkelde was de trend van sportklassen en sportoriëntatie die op dit moment plaatsvindt binnen het bewegingsonderwijs. Is bewegingsonderwijs een introductie voor de bewegingscultuur of is bewegingsonderwijs zelf een onderdeel van de/een bewegingscultuur? Wat vinden wij ervan dat er sportgerichte workshops gegeven worden, door een trainer, binnen de lessen bewegingsonderwijs? Met sportgerichte trends lijkt het erop dat bewegingsonderwijs zich gaat aanpassen aan de sport, de vraag is of dat is wat wij willen. Onze gedachte was: Nee, dat willen wij niet. Is het niet beter dat het andersom is, dat de sport zich aanpast aan bewegingsonderwijs met al haar pedagogische idealen en vangnetten voor

de betere en mindere beweger. Dat klonk een stuk beter. Wij willen dan ook in ons artikel het volgende stellen: Sport moet zich aanpassen aan het bewegingsonderwijs!

Wij zullen beginnen met een analyse van de begrippen sport, bewegen en bewegingsonderwijs. Wij geven een 'objectieve' definitie van de begrippen, hierdoor hebben wij samen met u als lezer een startpunt om verder uiteen te zetten wat voor ons sport en bewegingsonderwijs inhoudt. Vervolgens kijken we naar de plaats die beide innemen in de maatschappij. Hierop aansluitend zullen wij een waardeoordeel geven aan zowel sport als bewegingsonderwijs, om zo bloot te leggen waar de sport zich zou moeten aanpassen aan het bewegingsonderwijs en op welke manier. Dit om te laten zien dat veel jongeren stoppen met sporten omdat de verenigingen niet kunnen aansluiten op hun bewegingsniveau. Wij verwachten uiteindelijk te concluderen dat de sport pedagogische kwaliteiten mist, die noodzakelijk zijn om de jongeren bij de sportvereniging te krijgen en vooral te houden.

Sport en bewegingsonderwijs

Voordat we gaan beginnen met beschrijven waarom 'de sport' zich moet aanpassen aan 'het bewegingsonderwijs' willen we beide termen van elkaar scheiden. Dit doen we om te zorgen dat u als lezer vanuit hetzelfde oogpunt kunt vertrekken als wij doen in dit artikel, los van uw eigen visie op sport en bewegingsonderwijs.

Als we het over sport hebben richten we ons op de traditionele sporten die genoemd worden binnen het artikel van Peter Heij. Deze traditionele sport willen we binnen verenigingsverband plaatsen. Sport is volgens ons een onderdeel van de bewegingscultuur.

Bewegingsonderwijs zien we niet als een voorbereiding op de sport, maar als een apart onderdeel binnen de bewegingscultuur met eigen (pedagogische)doelen binnen het bewegen.

De plaats en waarde van bewegingsonderwijs Welke plaats heeft bewegingsonderwijs in de maatschappij?

Bewegingsonderwijs is een verplicht onderdeel van het lesprogramma van het onderwijs. Bewegingsonderwijs is onder te verdelen in 3 onderdelen: als pedagogische activiteit, als vergroten van bewegingscompetentie en als spel (game).

Er is bij bewegingsonderwijs vanuit het beginsel niet per definitie sprake van intrinsieke motivatie, het is verplicht en wordt opgelegd aan de leerling. Dit is het beginpunt. Het is aan de onderwijzer

Is het niet beter dat het andersom is, dat de sport zich aanpast aan bewegingsonderwijs met al haar pedagogische idealen en vangnetten voor de betere en mindere beweger. Er is bij bewegingsonderwijs vanuit het beginsel niet per definitie sprake van intrinsieke motivatie, het is verplicht en wordt opgelegd aan de leerling.

om er voor te zorgen dat de les zo wordt ingevuld dat het vak betekenisvol wordt voor de leerling. Met als resultaat dat er een intrinsieke motivatie ontstaat bij de leerling om naar de lessen bewegingsonderwijs te gaan. Leerlingen kunnen de les binnenkomen zonder intrinsieke motivatie (omdat het moet), echter als de leraar de leerlingen een activiteit aanbiedt die hen uitdaagt tot bewegen, dan komt de intrinsieke motivatie alsnog.

Binnen het onderwijs worden de groepen ingedeeld op cognitief niveau en niet op bewegingsniveau (VMBO, HAVO, etc.). Bij theorievakken is er sprake van homogene groepen, bewegingsonderwijs vormt een uitzondering, er is daar sprake van heterogene groepen. Hierdoor moet er binnen de lessen bewegingsonderwijs rekening gehouden worden met verschillen op bewegingsniveau. Het is (volgens ons) de bedoeling om binnen het bewegingsonderwijs in te

gaan op deze verschillen en deze te waarderen en te accepteren, zodat er een veilige structuur is/ontstaat. De minder goede beweger krijgt binnen het onderwijs meer aandacht dan de betere beweger. Bewegingsonderwijs heeft een pedagogische functie dus er moet voor iedereen wat zijn, zowel de betere als de mindere beweger. Bij bewegingsonderwijs draait het om de leerlingen en worden de activiteiten erom heen gevormd.

De plaats en waarde van sport

Sport is een onderdeel van de bewegingscultuur. Anders dan bewegingsonderwijs kiezen de meeste sporters zelf om te gaan sporten. Er is hier dan sprake van een intrinsieke motivatie. Toch is het zo dat niet alle mensen uit zichzelf gaan sporten. Een mogelijke verklaring hiervoor is de manier waarop sportverenigingen zijn opgezet, ze zijn namelijk hoogdrempelig.

Waarom zijn sportverenigingen hoogdrempelig?

Allereerst moet er contributie betaald worden om lid te zijn van een vereniging. Voor veel mensen vormt dit al een obstakel. Sport is een luxe hobby en niet iedereen kan zich een luxe hobby veroorloven.

Naast de kosten die verbonden zijn aan sport is er ook een motorische drempel. Bij iedere sport worden bewegingsvaardigheden verwacht van de deelnemer om überhaupt deel te kunnen nemen aan de activiteit. Je wordt binnen een vereniging in een groep ingedeeld. Hierbij wordt rekening gehouden met het niveau van de beweger. Er zijn altijd spelers die qua niveau niet aansluiten bij de groep. Als dit niet opgevangen kan worden door een andere groep die qua niveau/beleving wel aansluit, is de kans groot dat de speler het spelplezier verliest en zal uitvallen. Het nadeel van uitvallers is dat ze een negatieve ervaring hebben met sporten waardoor de kans klein is dat ze zullen terugkeren bij dezelfde of een andere sport. Bij bewegingsonderwijs wordt er getracht om les te geven met het kind als uitgangspunt. Dat betekent dat er gekeken wordt naar de mogelijkheden van het kind en daarop wordt de activiteit aangepast. Het kind moet dus niet zoals bij een sport voldoen aan de bewegingsactiviteit maar de bewegingsactiviteit moet voldoen aan het kind. Door het kind uit te dagen op zijn/haar eigen niveau wordt de kans op uitval verkleind.

Een ander nadeel van sport is de trendgevoelheid. Mensen kiezen bijvoorbeeld een sport omdat andere bekenden het ook doen. Het is op zich goed dat mensen gaan sporten, het probleem ontstaat wanneer het niveauverschil groot wordt.



Kinderen nemen vaak vriendjes of vriendinnetjes mee naar sportclubs, maar wat vaak gebeurt, is dat het ene kind beter is dan de ander. Dit is een aantal jaren geleden gebeurd in de judosport. Jonge kinderen gingen massaal op judo, want iedereen nam wel eens een vriendje of vriendinnetje mee. Dat ging goed tot iedereen een jaar of twaalf was. Er vond een schifting plaats. De goede judoka's gingen meer trainen en werden nog beter, terwijl de mindere judoka's minder motivatie kregen en minder gingen trainen. Veel vriendjes werden gescheiden en dit zorgde bij de minder goede judoka's voor uitval. Ook voor deze uitvallers geldt de eerder beschreven negatieve ervaring met sport.

We hebben nu twee negatieve punten van sport belicht, echter als we om ons heen kijken wordt er door veel mensen met plezier in hun vrije tijd gesport. Dat zou moeten inhouden dat sport voldoende positieve aspecten moet bezitten om de negatieve punten op de achtergrond te plaatsen.

Zoals eerder aangegeven is er bij sport sprake van intrinsieke motivatie. Deze motivatie zorgt er voor dat er veel sporters blijven sporten. Het voordeel van een sportvereniging ten opzichte van zelf buiten verenigingsverband sporten (bijvoorbeeld fitness) is dat naast dat je zelf wilt sporten ook anderen op je rekenen. Bij het lid worden van een vereniging maak je (indirect) de afspraak dat je samen traint en mogelijk ook samen wedstrijden speelt. Deze extrinsieke motivatie, dus het 'moeten' sporten, kan als negatief worden ervaren, maar je wordt dan door anderen (teamgenoten) gestimuleerd toch te komen. Het effect is meestal dat als je eenmaal aanwezig bent, het plezier in het bewegen vanzelf komt en de

negatieve ervaring van het niet willen gaan verdwijnt. Deze motivatie om te bewegen bestaat in verenigingsverband wel en niet als je voor jezelf wilt bewegen, dan moet je namelijk de discipline hebben om jezelf tot bewegen te brengen.

We hebben eerder beschreven dat bij sport de activiteit centraal staat. Dat hebben we een negatieve waardering gegeven, maar het heeft ook een positieve kant. Zo maken vaste regels in de

Het voordeel van bewegingsonderwijs ten opzichte van sport is dat dit plaatsvindt binnen het onderwijs en dat het de deelnemers binnen de bewegingssetting houdt.

sport het mogelijk dat het op grote schaal kan worden beoefend. Het zou vervelend zijn als iedereen hockey met andere regels zou spelen en bij aanvang van elke wedstrijd afspraken gemaakt moeten worden over de spelregels.

Sport is ingedeeld in homogene bewegingsgroepen. Dit heeft als voordeel dat er minder rekening gehouden hoeft te worden met niveaunderschillen. Doordat er in competitieverband ook rekening gehouden wordt met teams op verschillende niveaus, kan iedereen nagenoeg op eigen niveau deelnemen.

In de sport gaat er veel geld om. Hierin krijgt de betere bewegener binnen sport misschien teveel aandacht en wordt de mindere bewegener achter



gesteld. De aandacht wordt gericht op de top, zo krijgt de betere beweger de kans om door te groeien zodat er meer geld binnen komt via de sponsors. Toch profiteren mindere bewegers hier ook van doordat er faciliteiten gecreëerd en gefinancierd worden. Daarnaast is er de mogelijkheid dat de kennis die de top krijgt, met betrekking tot techniek en tactiek, ook overgedragen wordt aan de andere sporters. Zij vormen de grootste groep binnen de verenigingen.

Sport draagt ook bij op sociaal vlak. De sportclub is een ontmoetingsplek voor buurt/stadsgenoten. Men komt elkaar tegen, maakt een praatje, hierdoor worden contacten met andere mensen onderhouden of nieuwe contacten gelegd. De sport zorgt voor sociale cohesie binnen een leefomgeving, waardoor sport positief bijdraagt aan de leefkwaliteit van een stad/buurt.

We zijn begonnen met te stellen dat de sport zich moet aanpassen aan het bewegingsonderwijs, echter is gaandeweg bij ons de vraag gerezen of dat daadwerkelijk moet. Als sport zich moet aanpassen aan het bewegingsonderwijs zal het namelijk zijn eigenheid verliezen binnen de bewegingscultuur en de vraag is of dat een goede zaak is. Wij denken in ieder geval van niet.

De relatie tussen bewegingsonderwijs en sport

De sportverenigingen hebben zoals hierboven te lezen is een belangrijke functie, ze brengen mensen in beweging en zorgen dat mensen tot elkaar kunnen komen. Misschien valt er op het stukje aanbieden van de activiteit binnen een training nog wel wat aan te merken. De sport zou daar wat kunnen leren van het bewegingsonderwijs,

maar in de eerste plaats hebben bewegingsonderwijs en sport een zelfde doel en dat is mensen in beweging brengen en deze mensen met plezier bewegen laten ervaren.

Sporten is vrijblijvend, je hoeft niet te sporten. Dit heeft, zoals eerder beschreven, als gevolg dat er kans is op uitval. Deze uitval is eerder te wijten aan de manier waarop de activiteit wordt aangeboden dan aan het sporten op zich. De meeste mensen zijn wel bereid om te sporten, maar de sport sluit vaak niet aan bij hun wensen.

Binnen de lessen bewegingsonderwijs is te zien dat de deelnemers, als zij worden aangesproken op hun niveau, veel plezier kunnen beleven aan bewegen. Het voordeel van bewegingsonderwijs ten opzichte van sport is dat dit plaatsvindt binnen het onderwijs en dat het de deelnemers binnen de bewegingssetting houdt. Als een kind buiten de boot dreigt te vallen bij de sport, stopt deze er mee. Hier kan volgens ons wat aan gedaan worden door een samenwerking tussen sport en onderwijs.

De (mogelijke) oplossing

Op de hogeschool waar we onze opleiding hebben gevolgd/volgen is er, net zoals op vele andere beroepsonderwijs en wetenschappelijk onderwijsinstellingen, een aanbod voor studentensport. Hierbij worden in de avonduren verschillende sportactiviteiten aangeboden en het niveau is afhankelijk van de mensen die komen. Het is zeer laagdrempelig, omdat er geen bepaald niveau wordt gevraagd en er geen verplichting is om altijd te komen. Echter, in de praktijk ontstaat er een vaste groep die wekelijks de activiteit bezoekt. Dit vinden wij een zeer positieve manier om met sport en bewegen in aanraking te

komen. Dit bewegingsaanbod vormt een goede oplossing voor mensen die verenigingssport te hoogdrempelig vinden, maar wel veel plezier halen uit bewegen.

Er zijn middelbare scholen waar ook naschoolse sport aangeboden wordt, dit is naar onze mening te kleinschalig. Het is ook niet voor iedere school haalbaar om dit op zichzelf uit te voeren, toch zouden we graag zien dat er voor leerlingen na school sportactiviteiten worden aangeboden. De reden dat wij dit graag zouden zien is, omdat school een veilige omgeving is en omdat de activiteiten niet volgens de regels van de sport aangeboden moeten worden. Daarnaast kan je met vrienden uit de klas of uit andere klassen afspreken om naar een activiteit te gaan. Al deze punten zorgen er voor dat het sporten laagdrempelig wordt.

De vraag is nu wie er verantwoordelijk is voor dit sportaanbod. De school zal hier over het algemeen geen tijd en/of geld voor hebben, maar heeft wel de professionals in huis. Is het dan de taak van de gemeente, aangezien de overheid tegenwoordig haar mond vol heeft met het willen stimuleren van bewegen? Of ligt er een taak bij de sportvereniging?

Wij denken dat er in eerste instantie een verantwoordelijkheid ligt bij de overheid. Zij moet er voor zorgen dat er voorwaarde worden geschapen waarbinnen dit te realiseren is. Dit zal uiteraard in samenwerking gaan met school, omdat binnen de school de kansen liggen om de jeugd te bereiken. Wellicht liggen hier ook kansen voor de verenigingen, omdat zij op die manier in contact komen met potentiële leden.

Aan het begin van het artikel hebben we gesteld dat er iets ontbreekt aan sport en dat daar verandering in moet komen. Zoals u gelezen heeft zijn we er gaandeweg achter gekomen dat we de structuur van sport niet moeten veranderen, omdat sport daarmee zijn eigenheid zou verliezen. Ook het bewegingsonderwijs met haar pedagogische idealen behoeft geen verandering richting de sport te maken. Er zou eerder gesteld kunnen worden dat er iets ontbreekt in de huidige bewegingscultuur. Dit is naar onze mening een vorm van bewegen die naast sport en bewegingsonderwijs zou moeten bestaan.

van gedachte te wisselen. U kunt uw eventuele reactie sturen naar de redactie van 't Web, deze zal geplaatst worden op de vernieuwende podium pagina.

Tot slot...

We zijn in 2005 begonnen met het samenstellen van een groep om dit artikel te gaan schrijven. We hebben toen een aantal bijeenkomsten gehad om het onderwerp vast te stellen, toen waren we klaar om op weekend te gaan. We hebben het weekend een jaar verzet wegens het overlijden van Manouke Elbertsen die ook deel uit maakte van onze schrijversgroep. Zij heeft dus wel mee kunnen denken in het onderwerp en de opzet, maar heeft de uitvoering helaas niet mee kunnen maken. Gedurende het schrijven van dit artikel is ze menigmaal in onze gedachten en gesprekken geweest.

Literatuur:

- Heij, Peter, 'Bewegingsonderwijs en sport: samenwonen of Lat-relatie?', in Het Web 5 (2004), 16-31

Er zou eerder gesteld kunnen worden dat er iets ontbreekt in de huidige bewegingscultuur. Dit is naar onze mening een vorm van bewegen die naast sport en bewegingsonderwijs zou moeten bestaan.

Wij willen u graag uitnodigen om hier over na te denken, te reageren en met uw collega's hierover



Een mooie open startvraag is: "Wil je vertellen wat jij van deze activiteit vindt?" of "Wil je vertellen wat jij zo leuk vindt aan deze activiteit?"

Verschillende soorten aanwijzingen: Een compliment, een tip of een leervraag.

Welke aanwijzing werkt? (1)

Een mooi moment van lesgeven is het geven van de succesvolle aanwijzing. Zo'n aanwijzing die 'echt' aankomt, waardoor de leerling beter gaat bewegen. Voor de lesgever het bewijs van zijn deskundigheid.

Helaas heeft de leerkracht tijdens de les weinig tijd om na te denken over de meest geschikte aanwijzingen. Op basis van methodische kennis en ervaring geeft de leerkracht allerlei soorten aanwijzingen met de hoop dat er ook een super aanwijzing bij zit. Vaak is het toeval welke aanwijzing werkelijk aanslaat. Vraag aan een leerling welke aanwijzingen hij/zij tijdens de gymles heeft gekregen en hij/zij zal er maar weinig van herinneren. Maar die aanwijzing die gewerkt heeft kan ook levenslang onthouden worden. Een verkeerde aanwijzing kan ook lastig zijn voor een kind, waar door het leerproces juist stagneert. Welke aanwijzing werkt bij wie? Dat is de vraag in dit artikel. Er wordt een poging gewaagd om een ordening te vinden in de wirwar van aanwijzingen die een leerkracht tijdens de gymles geeft. Het uitgangspunt is het perspectief van de leerkracht en niet die van het kind. Dat lijkt vreemd omdat een aanwijzing alleen werkt als die past bij het specifieke kind. Maar voordat een leerkracht aanwijzingen op maat kan geven, zal hij/zij eerst inzicht moeten hebben in welke methodische aanwijzingen er zijn, om daar een goede keuze uit te maken die aansluit bij een bepaald kind.

Chris Hazelebach

1.2 Opzet van het artikel

Eerst zal kort een visie op bewegingsonderwijs worden toegelicht, zodat de lezer kan inschatten vanuit welk perspectief naar aanwijzingen gekeken is.

Het gaat niet om specifieke aanwijzingen bij een bewegingsactiviteit, maar om een algemeen methodisch kader, van waaruit aanwijzingen gegeven kunnen worden.

Dit aanwijzingskader bestaat uit 3 soorten, nl: **complimenten, tips en leervragen.**

Een compliment is al een kleine aanwijzing, die het leerproces aan de gang kan houden.

Tips behoren tot de echte aanwijzingen die het leerproces verder detailleren.

Een leervraag is een vage aanwijzing die het leerproces stuurt in de richting waar de leerling zelf naar verlangd.

Het compliment, tip en leervraag zijn elk verdeeld in drie typen, die inzicht geven in wat makkelijke en moeilijke te geven aanwijzingen zijn. In totaal worden negen aanwijzingen behandeld.

Gekozen is voor een herhaalde ordening in drie onderdelen (3 keer 3). Dit heeft als voordeel dat de ordening makkelijker te onthouden is en als nadeel dat de onderscheidingen en de gekozen begrippen soms gemaakt over komen.

De verschillende soorten aanwijzingen worden in het tweede deel van het artikel verbonden met drie niveaus van uitvoeringswijze van bewegingsactiviteiten (zie basisdocument bewegingsonderwijs basisonderwijs).

De strekwoep zal gebruikt worden om voorbeelden te geven. Er is gekozen voor één eenvoudige bewegingsactiviteit, om de inhoud van de aanwij-

Soorten aanwijzing	Type	Type	Type
Compliment	Topactie (over de uitvoeringswijze)	Toptalent (over de bekwaamheid)	Topkwaliteit (over de Eigenschap)
Tip	Toewijzing (doe dit meer)	Verwijzing (doe dit anders)	Afwijzing (doe dit niet)
Vraag	Ervaringsvraag (Wat voel je?)	Wensvraag (Wat wil je?)	Lastvraag (Wat belemmert je?)

zing makkelijk te verduidelijken. De strek-worp is een worp, waarmee de bal ver en hard gegooid kan worden. De strek-worp past in deze context binnen de leerlijn mikken en het bewegingsthe-ma wegspeken (zie basisdocument bewegings-onderwijs basisonderwijs).

Kranten raken:

Bewegingsonderwijs leersituatie voor de strek-worp voor groep 1 t/m 5.

In het basisonderwijs wordt de volgende leersitu-atie vaak aangeboden om de kinderen de strek-worp te leren verbeteren.

Arrangement:

- een waslijn op 1,50 meter hoogte tussen twee palen
- 10 kranten met wasknijpers aan de lijn
- bank als afscheiding op 2, 3 of 4 meter van de lijn
- 15 tennisballen of pittenzakjes (5 per persoon)
- 3 gooiers en 3 wachters

Activiteit:

- Probeer de bal tegen de kranten aan te gooien, (zodat ze stuk scheuren).

1.3 Visie op bewegingsonderwijs en methodiek

In een les bewegingsonderwijs voeren kinderen met elkaar bewegingsactiviteiten uit onder be-gleiding van een leerkracht. De bedoeling van dit samen zijn is, dat de kinderen de beoogde bewegingsactiviteiten beter gaan uitvoeren, de samenwerking tussen de bewegende kinderen verbetert en elk kind een positieve houding be-houdt of krijgt m.b.t. het deelnemen aan bewe-gingsactiviteiten.

In het boek "Perspectieven op bewegen" worden de volgende drie doelstellingen voor het bewe-gingsonderwijs benoemd:

- het leren optimaliseren van de bewegingsac-tiviteiten
- het leren organiseren van bewegingssitua-ties
- het leren ontplooiën van bewegingsperspec-tieven.

Deze drie doelstellingen kunnen metaforisch op-gevat worden als uitkijktorens, van waaruit een les bewegingsonderwijs bekeken kan worden. Vanaf elke toren (doelstelling) vallen bepaalde aspecten meer of minder op en vanuit de hoogte





kan er over zo'n aspect zinvol getheoretiseerd worden. Maar in de praktijk van de gymzaal zal elke handeling van de leerkracht, gekleurd worden door overwegingen die te maken hebben met alle drie de torens (doelstellingen).

De praktijk van het bewegingsonderwijs is altijd een mengeling van verschillende doelen of wel belangen van leerkracht en kinderen. Een tekst (een theorie) ligt op de toren en kan van uit de hoogte uitzicht verschaffen over de praktijk. In dit artikel kijken we vanuit de optimaliserings-toren. Deze toren kan ook de methodiek-toren genoemd worden. De drie doelstellingen kunnen nog korter worden weergegeven met de termen "loopt't, lukt't en leeft't". In dit artikel gaat het om de vraag: Met welke aanwijzing lukt de activiteit nog beter?

We vergeten dan de consequenties die een aanwijzing heeft voor het verloop van de organisatie (loopt't/de organisatie) en de beleving van het kind (leeft't/ontplooiing). Er zullen wel kleine bruggetjes gemaakt worden naar de twee andere torens, zonder daar uitvoering op in te gaan.



De aanwijzing zullen we bekijken vanaf de lukt't-toren dat wil zeggen als onderdeel van een methodiek. Een methode is vooral een opbouw van eenvoudige naar moeilijke bewegingsactiviteiten.

In het onderwijs vaak geordend naar bepaalde leeftijdsgroepen. Bijvoorbeeld wat voor mikactiviteiten doe je met kinderen in groep 3, welke met kinderen uit groep 5 en welke mikactiviteiten met kinderen uit groep 8. Deze verzamelingen van eenvoudige (bv voor groep 3) en complexe (bv voor groep 8) activiteiten, kunnen we de methodische stappen noemen.

Methodische stappen voor het verbeteren van de strekworp

- groep 1-2 - kranten raken (zie vorige pagina)
- groep 3-4 - kranten mikken (zie vorige pagina)
- groep 5-6 -kranten mikken in wedstrijdverband
- groep 7-8 - kranten mikken met aangooi in wedstrijdverband

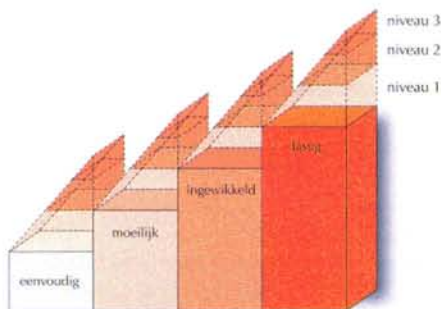
Binnen zo'n cluster van activiteiten (een methodische stap) kan de leerkracht de complexiteit van een activiteit laten verschuiven, door bv het arrangement iets moeilijker te maken. Bijvoorbeeld bij het kranten mikken groep 3/4 kan de afstand van de bank veranderd worden van 3 meter naar 4 meter t.o.v. de kranten. Dit kan een methodische verschuiving genoemd worden, waarin het gestelde mikprobleem voor de betere bewegers moeilijker oplosbaar wordt, maar het mikprobleem niet essentieel anders wordt. Bij een methodische stap is het bewegingsprobleem wel essentieel complexer (zie artikel "Stappen, sprongen en schuiven").

Nieuwe stappen en verschuivingen kunnen in de les middels een nieuwe opdracht aangeboden worden, bijvoorbeeld; "Gooi de bal nu met je andere hand naar de kranten (verschuiving) of "Wie heeft als eerste de krant er af gegooit" (stap).

Zo'n nieuwe opdracht wordt ook wel een nieuw leervoorstel genoemd en heeft als bedoeling het bewegen van de kinderen te verbeteren. Daarom lijkt een nieuw leervoorstel/opdracht hetzelfde te zijn als een aanwijzing. Toch is een aanwijzing iets anders dan een nieuw leervoorstel. Een aanwijzing is niet een methodische verschuiving of een methodische stap maar verbale leerhulp van een leerkracht om de uitvoeringswijze van een bewegingsactiviteit op een hoger niveau te krijgen.

In de methodiek kan het verbeteren van de uitvoeringswijze benoemd worden als een niveausprong.

Uitgaande dat elk kind mee moet kunnen doen, is de opdracht (aanbod) altijd gericht op die kinderen die op het eerste niveau deelnemen. Wanneer de kinderen deze activiteit vaker doen, zullen de meeste kinderen beter worden. De talentvolle beweger (40 %) zal na een tijdje oefenen, het tweede niveau halen en misschien ook het hoogste derde niveau (20 %).



(Stappen en sprongen in een methode, beeld uit "Perspectieven op bewegen")

De leerkracht kan met behulp van aanwijzingen proberen het niveau van de uitvoeringswijze te verhogen.

Dit artikel gaat over aanwijzingen die gericht zijn op een niveausprong. Met welke aanwijzing kan een kind de activiteit beter leren uitvoeren. Meestal gaat het dan om een niveausprong van niveau 1 naar niveau 2 of van 2 naar 3. Maar ook binnen hetzelfde niveau, kunnen de kinderen door goede aanwijzingen beter worden, want er zijn weinig kinderen die tijdens de les een grote leersprong maken naar een hoger niveau. Niveauverbetering is een cyclisch proces, waarbij de niveaudoorbraak onopvallend of plotseling plaats vindt.



Een kind wordt eerst beter op het eerste niveau en een zwakke beweger zal de verbetering snel weer kwijt raken, zodat het de volgende les weer opnieuw hetzelfde geleerd kan worden. Gemiddeld 30% van de kinderen zal dit cyclische leerproces op niveau 1 steeds weer herhalen.

De goede beweger slaat het geleerde op het eerste niveau op in zijn lijf en kan de volgende keer proberen om nog meer te leren, om nog beter te worden. Als de activiteit in herhaling effectief en regelmatig wordt uitgevoerd, dan heeft het kind het tweede niveau bereikt. Op dit 2e niveau ontstaat ook een cyclisch leerproces, waarin het geleerde elke keer opnieuw (effectief) aangepast wordt aan de wisselende omstandigheden. Deze mogelijkheden tot transfer, zorgt ervoor dat de beweger overtuigt raakt van zijn capaciteiten (zijn kunnen). Op het hoogste niveau kan de beweger het bewegingsprobleem zelf problematiseren, door de uitvoeringswijze op een minder effectieve wijze te doen, waardoor er weer nieuwe leerkansen ontstaan.

Natuurlijk zijn er naast aanwijzingen geven (verbale leerhulp) nog vele andere leerhulpvarianten, zoals arrangementsaanpassingen, manuele leerhulp enz. Deze zullen we in dit artikel niet bespreken. Tot zover een verkenning van de methodische uitgangspunten achter dit artikel.

Hierna zullen de drie soorten aanwijzingen: complimenten, tips en leervraag na elkaar behandeld worden. Allereerst wordt de klassieke vorm van de aanwijzing besproken namelijk de tip, omdat dit soort aanwijzingen het meest bekend zijn.



1.4 Een tip als aanwijzing

Een klassieke aanwijzing is: "Je doet het fout, je moet het zó doen".

Zo'n aanwijzing noemen we in dit artikel een tip. De leerkracht tipt iets in de bewegingsuitvoering aan.

Het voorbeeld bestaat uit twee delen, het eerste deel is een soort *afwijzing*, je doet iets verkeerd en dat kan je beter niet meer zo doen. Het tweede deel is een *verwijzing*, je kunt de uitvoering van de activiteit beter op een andere manier doen. Bijvoorbeeld: "Je staat bij de strekwerp met je verkeerde been voor (afwijzing), je kunt beter met je andere been voor staan (verwijzing)".

De tip is gerelateerd aan een soort ideaalbeeld van de uitvoeringswijze. Elke leerkracht heeft een opvatting over hoe de activiteit op een effectieve wijze uitgevoerd kan worden. Vaak is deze gekoppeld aan zijn/haar eigen bewegingservaring. De tip die bij de leerkracht goed gewerkt heeft wordt dan overgedragen aan de leerlingen.

Bij een tip als *verwijzing* wijst de leerkracht aan wat de leerder nog *niet doet* en wel moet gaan doen om tot een ideale uitvoeringswijze te komen.

Bij een tip als *afwijzing* wijst de leerkracht aan wat de leerder *verkeerd doet* en moet laten om tot een ideale uitvoeringswijze te komen.

Een *afwijzing* wijst naar een onderdeel van de uitvoeringswijze (geleding/schakel) die verhindert om tot een goede uitvoeringswijze te komen.

Om een goede strekwerp te maken is het beter om met het linkerbeen voor te staan als er rechts gegooid wordt. Een afwijzing zou als volgt geformuleerd kunnen worden:

- "Niet met je rechterbeen voor staan."
- "Je staat met je verkeerde been voor."
- "Als je met rechts voor staat gooi je minder ver."

Een *verwijzing* wijst naar een onderdeel van de uitvoeringswijze (geleding/schakel) die anders uitgevoerd moet worden om tot een goede uitvoeringswijze te komen.

Een verwijzing kan op verschillende manieren gegeven worden:

- "Je andere been hoort voor te staan bij een goede strekwerp."
- "Zet je andere been voor."
- "Probeer je andere been eens voor te zetten."

Hoe beleeft een kind een aanwijzing?

Talentvolle bewegers vinden het geen probleem om een afwijzing te krijgen, omdat het hen inzicht geeft in wat ze fout doen ten opzichte van de ideale uitvoeringswijze. Zo'n foutenanalyse kunnen goede bewegers wel integreren in hun eigen persoonlijke uitvoeringswijze.

Een afwijzing werkt meestal niet bij zwakke bewegers, ze worden er onzeker van.

Een verwijzing werkt vaak beter, het geeft inzicht in de zone van de naaste ontwikkeling.

Vaak is er in de klas wel een bewegster die het onderdeel al goed uitvoert en als voorbeeld voor de andere kinderen kan dienen. De leerkracht kan

dan in het voorbeeld van deze leerling verwijzen naar het onderdeel dat de anderen ook kunnen verbeteren.

Een groot nadeel van een tip als afwijzing of verwijzing is, dat het voor gewone bewegers (niveau 1) minder goed of zelfs negatief werkt. Zij ervaren zo'n tip meestal als een bevestiging van hun falen, van het eigen vermogen om het goed te doen. Het inzicht in de foute uitvoering of het ideaalbeeld helpt het leerproces niet verder, maar maakt ze nog onzekerder. Het richt ze te weinig op wat ze goed doen, maar op wat ze fout doen of niet kunnen.

Het is daarom beter om nog een ander soort tip paraat te hebben, namelijk de toewijzing.

Een tip als **toewijzing** wijst de leerkracht aan wat een kind al wel goed doet en wat nog beter kan.

Bijvoorbeeld: "Je probeert bij de strekwerp al heel goed met je hele lijf vaart aan de bal te geven, probeer dat nog meer te doen." Een goede toewijzing is daardoor een waardevolle tip, omdat het de leerder focust op een deelaspect van de uitvoeringswijze die al goed lukt en die hij nog verder kan verbeteren.

Vooral voor de gewone beweger is zo'n tip prettiger om te krijgen, dan af- en/of verwijzingen.

De praktijk van het bewegingsonderwijs is altijd een mengeling van verschillende doelen of wel belangen van leerkracht en kinderen

Stel dat de werper deze toewijzing krijgt, terwijl hij zijn verkeerde been voor heeft staan. De toewijzing kan er dan toch voor zorgen dat de werper uiteindelijk wel het andere been voor gaat zetten, omdat een betere ondersteuning van het lijf bij de worp vraagt om het andere been voor te zetten.

Een tip als **toewijzing** kan op verschillende manieren gegeven worden (bv bij iemand die met "verkeerde" been voor de strekwerp doet) :

- "Je werpt de bal al met ondersteuning van je hele lijf, probeer dat nog meer te doen."
- "Je gooit de bal al ver weg, probeer nu nog verder."

- "Je stapt al mee met de worp, probeer nu nog feller mee te stappen."

De aandacht focussen op wat wel goed gaat en dat groter maken, heeft meer effect dan de aandacht vestigen op wat mis gaat.

Korte samenvatting van bovenstaande:

De eerste soort aanwijzing die we hierboven behandeld hebben is de tip. De tip gaat uit van een soort ideaalbeeld van de uitvoeringswijze.

Er zijn drie typen tips: de toewijzing, de verwijzing en de afwijzing.

- De toewijzing tipt datgene aan wat iemand doet, maar te weinig doet.
- De verwijzing tipt datgene aan wat iemand niet doet en er bij kan doen.
- De afwijzing tipt datgene aan wat iemand verkeerd doet.

Deze drie type van tips geven een soort volgorde aan.

Het verschil heeft te maken, met het negatieve effect wat een bepaalde tip kan hebben.

Het gevaar van een afwijzing is dat de leerder op een verkeerd spoor wordt gezet, de aandacht richt op wat die niet moet doen en daardoor zich te weinig focust op wat die wel moet doen. Daarom is de afwijzing vooral geschikt voor de goede beweger.

Een verwijzing heeft dit gevaar ook, maar in mindere mate. Bij een verwijzing focust de leerder zich op dat wat die nog niet kan en daardoor kan ook vergeten worden om het goede te behouden.

De veiligste tip is de toewijzing, omdat de aandacht gericht blijft op dat wat al lukt.

1.5 Een compliment als aanwijzing

Een toewijzing, is eigenlijk een compliment met een kleine verwijzing er aan vast.

Ook zonder verwijzing naar een verbetering van de uitvoeringswijze, is een compliment een zeer waardevolle aanwijzing, die er voor kan zorgen dat het leerproces positief voort gezet wordt.

Door precies te benoemen (met woorden aan te wijzen) wat een kind goed doet in de uitvoeringswijze van de activiteit, bestaat de kans dat het kind zich beter gaat focussen op dat deelaspect van de activiteit. De leerkracht kan met gedetailleerde complimenten op een eenvoudige wijze de beweger inzicht geven in belangrijke aspecten van de bewegingsactiviteit.



Een compliment geeft nog geen gewenste leer-richting aan, zoals een toewijzing. Hierdoor kan het kind zelf meer kiezen wat hij/zij met de aanwijzing doet. Het leereffect is groter wanneer het kind zelf het compliment verbindt met de mogelijkheid om de activiteit nog beter uit te voeren. Een compliment over de uitvoeringswijze kan bij een strekwerp waarbij een kind met een bal de kranten van een lijn af moet gooien (scheuren), als volgt gegeven worden:

- "De bal ligt mooi bij je vingers, voordat je gooit."
- "Goed dat je eerst klaar gaat staan, voordat je gooit."
- "Je stapt net zo goed naar voren als een echte pitcher bij honkbal."
- "Wat versnel je goed je armactie."
- "Wat gooi jij hard."
- "Wat gooi je precies raak."

Door het geven van dit soort complimenten aan een werper die zo'n deelaspect van de activiteit al redelijk uitvoeren, krijgen alle spelers onder-tussen informatie (aanwijzingen) over datgene wat er geleerd kan worden tijdens de strekwerp. Een tip die de leerkracht graag wil geven aan leerling A, kan ook als compliment gegeven worden aan leerling B, die het gewenste bewegingsgedrag al toont. De kans is groot dat leerling A meeluistert en op eigen initiatief het compliment als tip voor zichzelf te harte neemt. De kans bestaat ook dat leerling A het compliment niet herkent en er dan ook niks mee doet. Waarschijnlijk is die dan ook niet aan de tip toe.

Dit voorbeeld wil niet zeggen dat alleen de goede beweging een compliment moet krijgen. Alle kinderen hebben veel baat bij kleine compli-

menten over de uitvoeringswijze. Het vraagt wel om een goed observatievermogen van de leerkracht. Vooral de matige bewegers laten kleine vorderingen zien en het waarderen van die kleine leersprongetjes is van essentieel belang. Vaak worden die kleine sprongetjes niet gezien, terwijl ze vaak wel de kern van het oplossen van een bewegingsprobleem openbaren.

Voor het geven van complimenten is het handig dat de leerkracht op de hoogte is van de belangrijkste deelaspecten (schakels/deelhandelingen/geledingen) van de bewegingsactiviteit.

Deelhandelingen/schakels van de strekwerp:

- het vastpakken van de bal
- het innemen van een werppositie
- het kijken naar de werprichting
- het vaart/richting geven aan de bal
- het loslaten van de bal
- (het aanschouwen van het werpresultaat)

Complimenten over de uitvoeringswijze (topactie) kunnen aan deze deelhandelingen gekoppeld worden.

Tot nog toe gaat het over het geven van een compliment gericht op een gedetailleerd aspect van de uitvoeringswijze.

Het compliment als aanwijzing kan ook ruimer gebruikt worden. Bijvoorbeeld een compliment over het aantal geslaagde werpacties, bijvoorbeeld;

- "Wat goed dat jij zo vaak raak gooit." of
- "Wat ben jij een goede mikker."

Het compliment gaat dan niet specifiek over een detail van de uitvoeringswijze maar over het ta-

lent (bekwaamheid) van de leerder. Het compliment is gericht op een bepaalde bewegingsbekwaamheid, bv wat kan jij hard gooien, precies mikken, of juist rustig en precies gooien. Dit soort complimenten geven de beweg(er) inzicht in datgene waar hij of zij vaak goed in is. Hierdoor groeit het zelfvertrouwen en eigen beeld wat een positieve bijdrage kan leveren aan het verder verbeteren van de uitvoeringswijze.

Dit soort complimenten zijn makkelijker te geven aan betere bewegers, omdat het voor iedereen duidelijk is dat hij of zij bij de beste van de klas hoort. Natuurlijk is het voor alle beweg(er) fijn om te horen dat hij goed kan mikken, maar het gevaar bestaat dat het niet geloofd wordt en daardoor andere complimenten ook niet aankomen.

De leerkracht kan met gedetailleerde complimenten op een eenvoudige wijze de beweg(er) inzicht geven in belangrijke aspecten van de bewegingsactiviteit

Deze tweedeling in complimenten m.b.t. de uitvoeringswijze (topactie) en de bekwaamheid (toptalent) van de leerder, kunnen we nog uitbreiden met een derde type compliment. Het derde soort compliment is gericht op de leerhouding of leerstrategie of andere persoonlijke eigenschap (kernkwaliteit) die een waardevolle bijdrage levert aan wat het kind aan het leren is.

Bijvoorbeeld een kind dat probeert met een strekwerp de kranten te raken en telkens mist, maar wel vol enthousiasme door oefent, kan als compliment krijgen dat het een groot doorzettingsvermogen heeft. Of een werper die probeert de strekwerp heel mooi uit te voeren, toont dat hij heel precies de tips aan het opvolgen is.

Eigenschappen zoals doorzettingsvermogen, precisie, creativiteit, worden ook wel kernkwaliteiten genoemd, omdat ze een kern vormen van waaruit iemand zijn eigen talenten verder ontwikkelt. Het is een persoonlijke kwaliteit die enorme leerkracht heeft, als de persoon zo'n kwaliteit ook bewust (gericht) durft in te zetten om een bewegingsactiviteit beter te leren uitvoeren. Het benoemen van iemands kernkwaliteit door de leerkracht is een soort aanwijzing, die de leerder diep kan raken, wanneer deze op een geschikt moment gegeven wordt. Zeggen dat iemand een

goede doorzetter is, terwijl die met tegenzin aan het oefen is, heeft weinig effect. Maar als iemand met overtuiging een moeilijke bewegingsactiviteit onder de knie probeert te krijgen, dan kan het benoemen van het doorzettingsvermogen, al zo'n stimulans zijn dat de beweg(er) met nog meer energie door gaat.

Hiermee komt het gevaar van een compliment ook in beeld. Teveel van het goede kan ook averechts gaan werken. Elke kwaliteit/talent heeft een valkuil. Maar misschien is het uitzicht op die valkuil wel nodig om open te staan voor een tip die iets nieuws opent.

Korte samenvatting van het bovenstaande.

Het compliment is verdeeld in drie type complimenten, namelijk:

- een compliment over de uitvoeringswijze (topactie)
- een compliment over een bekwaamheid (toptalent)
- een compliment over een persoonlijke eigenschap (topkwaliteit)

Een leerkracht die alleen maar goed zo roept als compliment, bevordert wel de sfeer in de les en de relatie met het kind, maar de uitvoeringswijze zal er niet zo snel door verbeteren. Daarom is het van belang dat de leerkracht gedetailleerde complimenten geeft, zodat er inzicht ontstaat in wat er al geleerd is.

“Een compliment ontwikkelt talent.”

1.6 Een leervraag als aanwijzing

Bij een compliment en tip wijst de leerkracht impliciet of expliciet een richting aan waarbij de uitvoeringswijze van de activiteit door de leerling verbeterd kan worden.

Een tip en een compliment kunnen ook in een vraag geformuleerd worden, bv:

- “Wil je proberen met je andere been voor de strekwerp te doen?”
- “Probeer de strekwerp eens met je linker en daarna met je rechterbeen voor, merk je verschil?”
- “Vind je het fijn om met rechts voor te staan?”
- “Vind je het goed van jezelf dat je steeds raak gooit?”

Dit zijn suggestieve vragen, omdat het goede antwoord besloten ligt in de vraag. Toch is het sympathiek om een tip in een vraagvorm te formuleren, omdat de leerling in ieder geval een



keuzemogelijkheid heeft en zijn eigen mening zou kunnen geven.

In deze paragraaf gaat het om een ander soort vragen. Vragen die gericht zijn op wat de leerder zelf wil leren, het gesprek is een aanwijzing om de leerder te helpen zijn eigen leervraag te formuleren.

Bij het stellen van een leervraag gaat het om erachter te komen in welke richting de leerling zelf de activiteit wil verbeteren. De leerhulp die de leerkracht hierbij geeft is het sturen van het vraaggesprek zodat de leerling zijn eigen aanwijzing formuleert.

Een goede leerder weet zelf als beste welke leervraag bij hem/haar past. Maar het formuleren van een goede leervraag is voor veel kinderen erg moeilijk en daarom is er leerhulp van de leerkracht nodig. Deze specifieke leerhulp is voor een beginnende lesgever moeilijker toe te passen dan een tip of compliment. Daarom is de leervraag als aanwijzing de moeilijkste soort.

Het gaat dus om vragen die aanwijzen wat de leerder zelf wil leren m.b.t. het verbeteren van de uitvoeringswijze.

De volgende drie type vragen kunnen gesteld worden:

- Een leervraag over wat in de uitvoeringswijze prettig (lekker) voelt en hoe dit te vergroten
- Een leervraag over wat in de uitvoeringswijze verlangt (later) wordt en hoe dit te bereiken
- Een leervraag over wat in de uitvoeringswijze lastig is en hoe dit op te lossen

Eerste type leervraag: Een ervaringsvraag

De eerste leervraag is gericht op wat er lukt in de activiteit en wat daar het positieve gevoel of waarderende gedachte bij is. Vaak reageren kinderen met de opmerking dat het gewoon leuk is en vinden het moeilijk om precies aan te geven wat de activiteit leuk maakt of welk gevoel dat oproept.

Voor al wanneer de leerkracht te nadrukkelijk zo'n vraaggesprek start is de kans groot dat de leerling liever wegl loopt.

De eerste vraag heeft de vorm van een open vraag, waardoor het gesprek nog alle kanten op kan gaan. Het maakt de leerling attent op waarwordingen, gedachten, gevoelens, die anders onbenoemd zouden blijven.

Met de eerste leervraag probeert de leerkracht eigenlijk het geluk van het lukken bij een kind te vinden. Dit vraagt van de leerkracht om een actieve luisterende houding, omdat alleen het kind weet wat hem in het hier en nu gelukkig maakt. Een mooie open startvraag is: "Wil je vertellen wat jij van deze activiteit vindt?" of "Wil je vertellen wat jij zo leuk vindt aan deze activiteit?"

De kans bestaat dat een kind helemaal niet wil zeggen en niet open staat voor zo'n gesprek. Het is dan goed om dit te waarderen en het kind zijn eigen gang te laten gaan.

Pas wanneer een kind passie toont bij een bepaald antwoord en graag door wil vertellen, kan de vervolgvraag komen. Deze vervolgvraag is dan gericht op het item waar het kind grote betrokkenheid bij voelt, bv: "Vertel eens wat meer over wat je beleeft als je de krant heel hard raakt"

of "Hoe kan je er voor zorgen dat het nog mooier wordt wat je meemaakt?"

Een kind dat kan benoemen welk deel van de activiteit vooral positieve (fijne, lekkere) gevoelens geeft, kan zich daarna meer gaan richten op dat deel van de activiteit en ook op dat gevoel. Bv "Stel dat dit fijne gevoel de hele activiteit aanwezig is, hoe fijn zou dat zijn?"

Hieronder nog een ander voorbeeld van een mogelijk vraaggesprek, waarbij het geven van persoonlijke cijfers een hulpmiddel is om het vraaggesprek op gang te brengen

"Wil je jezelf elke keer een cijfer geven als je de bal hebt weg gegoooid, het cijfer moet iets zeggen over hoe tevreden je over de worp bent. Een 1 geeft aan dat je heel ontevreden bent en een 10 dat je heel tevreden bent".

Na een serie van 5 worpen:

"Wil je vertellen waarom je jezelf soms een 4 geeft en soms een 6."

"Wat denk je of wat voel je als je jezelf een 6 geeft?"

Het antwoord is het begin voor een vraaggesprek over hoe dit gevoel te behouden of te vergroten.

daar meer kans op dan een sporter die denkt dat die gaat winnen en zich zelf al op het erepodium ziet staan.

Het verlangen of ideaal van een kind hoeft niet te maken te hebben met een sportspecifieke uitvoeringswijze. Het verlangen kan ook zijn om op een rustige onopvallende wijze mee te spelen of te rennen zonder moe te worden. Het uitgangspunt van deze leervraag is dat elk verlangen van het kind een positieve bijdrage levert aan het leerproces, ook al kan de uitvoeringswijze daardoor slechter worden. Bv het verlangen van een kind om na de wendsprong te vallen op de mat.

Er ligt natuurlijk wel een grens m.b.t. het toestaan van een verlangen. Het springen van een losse salto zonder vangers er bij is in het bewegingsonderwijs verboden. Er zal dan gezocht kunnen worden naar een compromis.

Een startvraag zou kunnen zijn: "Hoe goed wil jij aan het einde van de les de activiteit uitvoeren en hoe ziet dat er dan uit?"

Na deze startvraag ligt het accent op het goed doorvragen, om het ideaal concreet en beeldend te maken, waarbij het positieve gevoel ook benoemd wordt.

Hieronder een voorbeeld van een mogelijke start van het gesprek.

"Wil je jezelf elke keer een cijfer geven als je de bal hebt weg gegoooid, het cijfer moet iets zeggen over hoe tevreden je over de worp bent. Een 1 geeft aan dat je heel ontevreden bent en een 10 dat je heel tevreden bent".

Na een serie van 5 worpen:

"Wil je vertellen waarom je jezelf soms een 6 geeft en soms een 8."

"Wat zou je kunnen doen om een worp voor een 10 te realiseren?"

Hierna kan de leerkracht doorvragen naar het bewegingsperspectief van deze beweging en hoe goed die wil worden.

Derde type leervraag: lastvraag.

De derde leervraag is moeilijker omdat het gaat over wat de beweging belemmert om beter te worden of om te genieten van de activiteit.

Het leerproces heeft een prettiger verloop wanneer deze aansluit bij wat iemand al kan of graag wil leren, zoals dat in de eerste 2 leervragen aan de orde is.

De lastvraag is zinvol bij een kind waar bij het leerproces stagneert en waarbij complimenten en tips niet helpen. In het onderwijs is dat vaak de beste beweging en de zwakste beweging. In

Inzicht in de belemmerende overtuiging kan de bron zijn voor een nieuwe uitdaging, voor een nieuw leerperspectief

Tweede type leervraag: een wensvraag.

De tweede leervraag is abstracter omdat het vraagt naar het ideaal of het verlangen van het kind met betrekking tot het uitvoeren van deze activiteit.

Voor de betere bewegers waarbij de activiteit vaak lukt hebben de wil om nog beter te worden. Vaak hebben ze beelden wat dan beter is. Een vraaggesprek waarbij de leerkracht durft door te vragen naar het verlangen of ideaal van het kind, kan het bewegingsperspectief van het kind in beeld komen. Het helpt wanneer het kind zo'n verlangen gaat visualiseren en concreet gaat benoemen. Op grond van de ervaringsvraag en de wensvraag kan de leerling het geluksgevoel en zijn/haar ideale uitvoeringswijze koppelen.

Van topsporters is bekend dat het focussen op het ideaal en geluksgevoel er voor kan zorgen dat de uitvoeringswijze verbetert.

Een sporter die denkt dat die gaat verliezen heeft



het kader van zorgverbreding krijgt de zwakke beweger tijdens extra gym de nodige aandacht om weer tot leren te komen. Een op maat gesneden onderwijsaanbod is dan voldoende om aan de slag te gaan, mocht het dan nog mis gaan dan is het voeren van een goed gesprek over de last die een kind heeft bij bewegen een mogelijke optie. Het gesprek zal dan snel een therapeutische inhoud kunnen krijgen.

In cursussen over MRT en zorgverbreding wordt dit onderwerp verder uitgediept.

In deze tekst richten we het 3e type leergesprek op de goede beweger, omdat deze kinderen in het gewone onderwijs soms te weinig leren. Het gaat om kinderen die al snel op een effectieve wijze de bewegingsopdracht kunnen, weinig vatbaar zijn voor tips (omdat het toch al goed gaat)

Of een aanwijzing wel of niet werkt blijft afhankelijk van de leerder, het kader helpt slechts de overwegingen van een leerkracht in kaart te brengen

en ongemotiveerd om de activiteit nog verder te verbeteren.

Het ontbreken van een bewegingsperspectief is vaak de last die ze zelf ervaren.

Ze willen dan liever een andere activiteit doen, omdat ze deze activiteit toch al kunnen. Ze zien in de activiteit geen uitdaging meer om beter te worden. Ergens is er een belemmering om door te leren.

Het kan ook zijn dat een kind wel weet dat de activiteit nog beter zou kunnen, maar niet gelooft dat hij of zij dat zou kunnen leren. Er is een belemmerende overtuiging die er voor zorgt dat het leerproces stagneert.

Bijvoorbeeld het idee, dat de bal niet harder gegooid kan worden of dat je toch niet zo goed wordt als je zou willen, of dat de activiteit saai is. Positieve en negatieve overtuigingen bepalen het gedrag. Overtuigingen lijken soms onwrikbaar maar het zijn ook keuzen, die bewust of onbewust gemaakt zijn. Bepaalde onbewuste overtuigingen hebben soms een grote invloed op het leerproces van een kind.

In het vraaggesprek probeert de leerkracht samen met het kind te zoeken naar de overtuiging die het leerproces stagneert.

Soorten aanwijzing	Type 1	Type 2	Type 3
Compliment			
Tip			
Leervraag	<i>Ervaringsvraag</i> Voorbeeld: • Wat ervaar je als prettig • Wat voelt lekker • Wat kan je Open vragen	<i>Wensvraag</i> Voorbeeld: • Wat verlang je als ideaal • Wat wil je later • Wat wil je Doorvragen	<i>Lastvraag</i> Voorbeeld • Wat belemmert je leren • Wat is lastig • Wat durf je? Navragen

Inzicht in de belemmerende overtuiging kan de bron zijn voor een nieuwe uitdaging, voor een nieuw leerperspectief. Want als de leerder durft om zijn belemmerende overtuiging, dat er niks meer te leren is, op te schuiven en de uitdaging aangaat om te zoeken naar nieuwe bewegingsmogelijkheden, is er altijd weer iets nieuws te vinden.

De 'excellente leerder' gelooft in zijn eigen kunnen en kan zijn eigen beperkingen als leervraag (uitdaging) zien. Daardoor is het leerproces niet meer afhankelijk van de complimenten en tips van de leerkracht, want telkens zal een goede beweging zijn eigen beperkingen weer ontdekken en dat als nieuw bewegingsprobleem willen oplossen.

Een mooi voorbeeld hiervan zijn de streetdancers en breakdancers, die telkens nieuwe trucs bedenken. Veel trucs komen voort uit spontane acties of mislukte pogingen.

Goede spelers komen in een spel vaak hun leerbeperkingen tegen wanneer ze met zwakke medespelers samen moeten spelen. Ze ergeren zich aan de mislukkingen van de ander. Deze ergernis is vaak de belemmering om met zwakke spelers zelf beter te leren spelen, terwijl in zo'n setting de kwaliteit van een goede speler juist handig is. Leerkrachten zullen deze context herkennen en geprobeerd hebben om de goede speler te leren om sociaal te spelen met de zwakke. Meestal gebeurt dat door tips te geven hoe je een zwakke speler beter kunt aanspelen, maar wanneer de goede speler niet gemotiveerd is om echt met de zwakke samen te spelen, zal de tip ook niet werken.

Daarom is een vraaggesprek nodig om er achter te komen of deze goede speler in staat is om zijn belemmerende overtuiging zelf in te zien en zelf de uitdaging ziet om beter te worden door anders met de zwakke samen te spelen.

Deze 3e type leervraag die op zoek is naar de last van de beweging, ligt gevaarlijk dicht bij de suggestieve vraag, want de leerder zelf wil meestal niet over zijn lastige gedrag hebben. Een leerkracht die te graag het sociale gedrag bij de betere beweging wil openen, loopt het risico dat het tegenover gestelde bereikt wordt. De leerhulp lukt alleen wanneer het kind zelf de wens heeft om zijn eigen overtuigingen te verschuiven.

Een mogelijke startvraag zou kunnen zijn: "Wil je vertellen wat je irriteert bij deze activiteit?" Hieronder een voorbeeld van een mogelijk vraaggesprek.

"Wil je jezelf elke keer een cijfer geven als je de bal hebt weg gegooid, het cijfer moet iets zeggen over hoe tevreden je over de worp bent. Een 1 geeft aan dat je heel ontevreden bent en een 10 dat je heel tevreden bent."

Na een serie van 5 worpen:

"Wil je vertellen waarom je jezelf soms een 6 geeft en soms een 8."

"Wat voelt lastig wanneer je een mindere worp hebt gedaan, wat zorgt ervoor dat je dat overkomt? Hoe kan je dat voorkomen?"

Korte samenvatting van het bovenstaande:

In deze paragraaf is een derde soort aanwijzing beschreven, namelijk het stellen van leervragen. Hierdoor leert de beweging zelf een leervraag te formuleren. Zo'n persoonlijke leervraag is een krachtig middel om het leerproces aan de gang te houden. Mogelijk ook de beste voedingsbodem voor zinvolle tips en betekenisvolle complimenten.

Het vraaggesprek kan zich richten op drie punten

- Een vraag over wat de beweging ervaart en hoe dit te vergroten (behouden) (ervaringsvraag)
- Een vraag over wat de beweging verlangt en hoe dit te bereiken (wensvraag)

Soorten aanwijzing	Type	Type	Type
Compliment	Topactie (over de uitvoeringswijze)	Toptalent (over de bekwaamheid)	Topkwaliteit (over de eigenschap)
Tip	Toewijzing (doe dit meer)	Verwijzing (doe dit anders)	Afwijzing (doe dit niet)
Vraag	Ervaringsvraag (Wat voel je?)	Wensvraag (Wat wil je?)	Lastvraag (Wat belemmert je?)

- Een vraag over wat de beweger belemmert en hoe dit op te lossen (lastvraag)

Dit soort aanwijzingen kost meer tijd, dan de andere aanwijzingen (compliment en tip), maar kan een stagnerend leerproces bij kinderen wel weer aan de gang krijgen.

Er zijn allerlei theorieën (kernreflectie, Nlp, mental coaching enz), die verdiepende inzichten geven over deze wijze van leerhulp. Het is lastig om daar een heldere verbinding naar het onderwerp aanwijzingen te maken. Toch maar een poging gewaagt.

In veel gevallen heeft de beweger zelf geen leer-vraag m.b.t. bewegen en zijn er andere motieven waarom de beweger blijft bewegen. Wanneer een kind even niets bewegend wil leren is mogelijk de beste leerhulp om dat te accepteren en ander gedrag van het kind te waarderen of zich even niet met het kind te bemoeien. Er is een theorie die stelt dat een nachtje slapen soms meer leerwinst oplevert dan eindeloos door oefenen of allerlei goed bedoelde leerhulp.

1.7 Een methodisch kader voor het geven van aanwijzingen

De bovenstaande tekst levert het bovenstaande kader op.

In het algemeen kan gezegd worden dat het geven van een compliment over de uitvoeringswijze de makkelijkste en snelste vorm van aanwijzingen geven is.

Dit compliment kan verheven worden tot een tip wanneer de leerkracht het compliment verbindt met een leervoorstel. Bijvoorbeeld: "Probeer die topactie vaker te herhalen of nog beter te doen." De aanwijzing kan persoonlijker worden wanneer de leerkracht durft te vragen welk positieve ervaring of welk gevoel deze topactie de beweger oplevert en hoe dat fijne gevoel nog sterker kan worden. Hiermee wordt een soort opbouw duidelijk in het geven van aanwijzingen.

Vanuit het kader kan ook nog een ander soort opbouw verduidelijkt worden.

Het is makkelijker om eerst een compliment te geven over de uitvoeringswijze (een topactie) dan over een bekwaamheid (toptalent). Voordat je iemand een compliment geeft over zijn toptalent zal je eerst een aantal keren (lessen) geobserveerd moeten hebben. Anders is de kans aanwezig dat je te vroeg een compliment geeft die niet past bij zijn bekwaamheden. Dit gevaar is nog groter bij het geven van een compliment over iemands eigenschap (kernkwaliteit). Andersom geformuleerd het geven van een compliment over iemands eigenschap komt sterker over wanneer er een langduriger band is tussen leerkracht en leerling.

Deze opbouw van complexiteit van aanwijzingen geven is ook terug te lezen bij de tip.

Een goede toewijzing is makkelijker te geven dan een goede verwijzing, en die is makkelijker te geven dan een goede afwijzing.

Een vraaggesprek over wat goed gaat of prettig voelt is eenvoudiger dan samen te fantaseren over een ideaal of wensdroom. Nog moeilijker is het om een goed gesprek te voeren over wat als lastig ervaren wordt.

Of een aanwijzing wel of niet werkt blijft afhankelijk van de leerder, het kader helpt slechts de overwegingen van een leerkracht in kaart te brengen.

Het kader heeft vooral een functie als blijkt dat de gewone aanwijzingen bij een kind niet werken en de leerkracht zich afvraagt of hij alles wel geprobeerd heeft.

Uniek gratis lespakket voor het goede doel

Elk jaar is het een hele klus; welk goed doel gaan we dit jaar steunen en hoe pakken we dat op een leerzame manier aan? Stichting Todos, die voorlichting geeft over het leven van jongeren in sloppenwijken in Brazilië, maakt het u gemakkelijk. Een kant-en-klaar educatief en sportief lespakket ligt voor u klaar, gratis. Daarin zitten posters, strips, spelopdrachten, een prachtige documentaire over het leven in een sloppenwijk en een sportbus vol sport-en spel materiaal.

Het lespakket laat jongeren in Nederland ontdekken met welke moeilijkheden en uitdagingen jongeren in sloppenwijken te maken krijgen. Telkens wordt een situatie van jongeren in Brazilië gespiegeld aan de situatie van jongeren in Nederland. Op posters is bijvoorbeeld te zien dat een meisje zakgeld van haar vader krijgt. Voor ons een heel normale situatie. In een spiegel is te zien hoe een meisje dat opgroeit in een sloppenwijk op straat moet bedelen om aan geld te komen. Of dat een onschuldig spelletje met waterpistolen, bittere werkelijkheid is voor een kind in een sloppenwijk, maar dan met echte wapens. In een strip zijn deze situaties verder uitgewerkt. De documentaire laat vervolgens vijf jongeren uit een sloppenwijk in Brazilië aan het woord over hun leven en dilemma's. Misschien heeft u daar zelfs al kennis meegemaakt. In tal van scholen zijn korte fragmenten uit deze documentaire op watertanks te zien.

Zelf beleven

En dan aan de slag. Met tal van lees-, schrijf- en discussieopdrachten en spelactiviteiten gaan de leerlingen aan het werk. Wat vinden ze bijvoorbeeld van kinderarbeid? Wat zijn de alternatieven voor kinderen in sloppenwijken? Kijk in je kleding en schrijf op waar het gemaakt is. Of hoe spelen kinderen in sloppenwijken. Maak zelf een voetbal van afval of oude sokken en organiseer een wedstrijdje. De leerlingen beleven spelenderwijs de moeilijkheden en uitdagingen van het leven in een sloppenwijk. En ontdekken hoe jongeren in sloppenwijken door sport en spel meer kansen krijgen. Medewerkers van Todos kunnen een presentatie en een sport-en spelles verzorgen. Op luchtige, sportieve en interactieve wijze vertellen de Todos medewerkers, die allen in de sloppen-

wijken zelf zijn geweest, hoe het leven in een sloppenwijk is. In een prachtig beschildeerde sportbus zien de leerlingen allerlei sport- en spel materiaal, gemaakt van afval. Zo'n zelfde bus rijdt ook rond in de sloppenwijken van Brazilië. En als de sportbus stopt, dan is het feest. Zowel daar als hier. De sportbus van Todos rijdt graag uw schoolplein op.

Natuurlijk is het geweldig als leerlingen ook zelf willen zorgen dat het leven van hun leeftijdsgenoten in sloppenwijken wat beter wordt. Ze kunnen een sponsorloop organiseren, pannenkoeken bakken, of een markt met zelfgemaakte spelletjes opzetten. Todos kan daar bij helpen. Materiaal voor de aankleding voor een markt is beschikbaar, maar ook de documentaire en foto's. De opbrengst van de activiteiten worden met nog eens 2,4 keer vermenigvuldigd door Wilde Ganzen en NCDO. Het geld gaat naar sportontwikkelingsprojecten in de Braziliaanse sloppenwijken in Fortaleza.

Op maat geleverd

Het lespakket wordt uiteraard aangepast aan de wens en beschikbare tijd. Zo kunt u uit het lespakket onderdelen afnemen die één dagdeel duren, of een hele themaweek vullen. Of zelfs gedurende het jaar er op terug komen. Bijvoorbeeld met een musical, een debatles en verschillende attractiespelen. Nieuwsgierig geworden? Neem snel contact op met Robert Brajkovic of breng een bezoek aan onze website: www.todos.nl



't Web presenteert... Het bestuur



Van links naar rechts: Jesse Bussemaker, Hardy Heijmen, Niek Hofman, Ingeborg Boeve-Zegers, Rosalinda Ludeking & Ineke Maatjes (op deze foto ontbreekt Stefan Zegers)

Wie zijn wij

Wij zijn het bestuur van de vereniging 't Web, Netwerk rondom bewegen. 't Web wil een beschouwende rol spelen in diverse maatschappelijke verbanden waar het beïnvloeden van bewegende mensen een rol speelt. Ze volgt ontwikkelingen en probeert aan te sluiten op wat leeft in het werkveld. Om dit te bewerkstelligen maken we het beleid en concretiseren we dit met diverse activiteiten. Deze activiteiten worden uitgevoerd door vier verschillende commissies, Dit zijn de redactiecommissie, de activiteitencommissie, de communicatiecommissie en de publicatiecommissie. Vier 'commissiehoofden' zitten in het bestuur naast de voorzitter, de penningmeester en de secretaris. We vergaderen ongeveer zeven keer per jaar, organiseren de ALV en een beleidsweekend genaamd het Webweekend.

Wat zorgt ervoor dat het leuk is in de commissie

Het is geweldig om met een enthousiaste groep mensen de richting te bepalen voor deze voortdurend in ontwikkeling zijnde vereniging. Aangezien wij geen ambtstermijnen kennen, hebben wij een bestuurslid dat al 13 jaar gepassioneerd meedraait. Dat zegt genoeg.... Het is prachtig om te zien wat wij in al die jaren bereikt hebben.

'Rendez-vous'

door Gerard Top



Naam

Simone van Dijk

Woonplaats

Utrecht

Geboortedatum

26 april 1974

Caloperiode

1992-1996

Studierichting

Lichamelijke Opvoeding

Calokampen

Fietskamp (pff, afzien...), kano-kamp (pff, warm...), (berg)sport-klimkamp (pff, pofzakjes maken met Dries. Leuk, joh!)

Actief betrokken bij

Eigenlijk van alles! Ik stortte mij op het studentenleven en was dan ook regelmatig te vinden in 't Keldertje en later 't Vliegende Paard en op de Calo-feesten. Ook mijn volleybal'carrière' bij VC Zwolle was belangrijk in die tijd. En niet te vergeten mijn studie en alles daarom heen. Het meehelpen met open dagen, trainingen geven bij Res-poc, meehelpen beoordelen van aankomende studenten, kampen organiseren, ik vond het allemaal boeiend en leuk!

Meest interessante vakken

LMZB, vanaf het eerste college van Peter Heij was ik gegrepen door de filosofische insteek van dit vak, er ging een nieuwe wereld voor mij open, eentje die ik niet kende vanuit mijn, toch enigszins, dogmatisch christelijke opvoeding.

Daarnaast was Spel uiteraard mijn grote favoriet, of we nou lekker balden in de zaal of op het veld, wie er ook voor de groep stond, het maakte allemaal niet zoveel uit. Als ik maar kan spelen!!!

Afgestudeerd en toen...

Hup naar Amsterdam, lekker verder studeren en werken! Op een gegeven moment werd het werk zo interessant, dat ik de studie niet heb afgemaakt. Tot nu toe heb ik daar geen spijt van, maar wie weet wat de toekomst nog brengt...

Huidige baan

Momenteel werk ik op de Pabo - Hogeschool Domstad. Hier ontwikkel en geef ik veel bewegingsonderwijs o.a. in het nieuwe traject tot 'bevoegd vakleerkracht bewegingsonderwijs via Pabo'. Daarnaast doe ik veel in de begeleiding van studenten en ben ik lid van de kenniskring op Domstad die zich be-

zighoudt met de 'academische basisschool'. Dat klinkt duurder dan het is. Het betekent dat we studenten, scholen (en onszelf) stimuleren om meer praktijkonderzoek te doen naar het eigen handelen, zodat we die praktijk systematisch kunnen verbeteren. Een mooi streven, toch?!

Invloed van de Calo

Mijn dagelijks handelen en mijn manier van in het leven staan zijn heel sterk beïnvloed door mijn tijd op de Calo. Zoals ik al eerder liet doorschemeren heeft de Calo mij geleerd 'de waarheid' los te laten en dat wat gebeurt veel meer vanuit zijn eigen context en intentie te benaderen. Deze zijnswijze heb ik me helemaal eigen gemaakt en sluit in die zin weer mooi aan bij de theorie...

Terugblik

Wat kan ik er nog aan toe voegen.... Op de Calo heb ik mij bijzonder ontwikkeld en daarvan geniet ik nog elke dag!!