



Elke leerkracht kent wel
het gevoel dat hij bepaalde
aanwijzingen vaak zijn
gegeven, maar door bijna
niemand wordt begrepen

Aanwijzingen afgestemd op het niveau van bewegen

Welke aanwijzing werkt? (2)

In het vorige deel zijn verschillende soorten aanwijzingen beschreven:

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?)

In dit deel worden deze verschillende aanwijzingen gekoppeld aan het uitvoeringsniveau van een bewegingshandeling. Welke aanwijzing werkt vaak bij een zwakke beweger en welke aanwijzing bij een goede beweger? De complexiteit van deze vraag is al zo groot, dat de wens om de aanwijzing ook te koppelen aan de leerstrategie van de beweger in dit artikel achterwege blijft. Misschien kan dat nog een keer deel 3 worden?

2.1. Aanwijzing op niveau

Zoals in het begin van deel 1 al is aangegeven heeft de leerkracht in de praktijk weinig tijd om afwegingen te maken over de soort aanwijzing die gegeven wordt. Je ziet een topactie en direct volgt het compliment, een kind vindt de activiteit niet meer boeiend en de vraag is al gesteld over hoe het weer spannend kan worden.

Toch is het goed dat een leerkracht zich af en toe afvraagt of zijn spontane wijze van aanwijzingen geven voor alle kinderen wel zo goed werkt en of dat de aanwijzingen door de kinderen niet verkeerd worden begrepen. Elke leerkracht kent wel het gevoel dat hij bepaalde aanwijzingen vaak zijn gegeven, maar door bijna niemand wordt begrepen. De opmerking: "Dat heb ik al zovaak uitgelegd." klinkt als een verwijt naar de leerder, maar is ook een verwijt aan de leerkracht zelf, want als

blijkt dat een aanwijzing niet aankomt is het zijn professionele taak om op zoek te gaan naar een betere aanwijzing.

Waarschijnlijk komen de meeste aanwijzingen niet binnen, omdat de leerkracht vaak te moeilijke aanwijzingen geeft of omdat de meeste aanwijzingen gericht zijn op de gemiddelde leerder en te weinig zijn aangepast aan de gewone beweger.

De aanwijzing voor de gemiddelde beweger werkt meestal wel en door dat succes hoopt de leerkracht dat dezelfde aanwijzing ook bij de andere kinderen zal werken.

Hieronder een poging om het kader voor aanwijzingen te verbinden met de drie niveaus van uitvoeringswijze zoals die in het basisdocument bewegingsonderwijs voor de basisschool is uitgewerkt.



Er zijn vier niveauiduidingen gemaakt:

- zorg niveau, (zwak/onvoldoende)
- niveau 1 (voldoende/gewoon)
- niveau 2 (gemiddeld)
- niveau 3 (goed)

In een gemiddelde klas van 30 kinderen, zal 90 procent van de kinderen het 'gewone onderwijs-aanbod' al snel op het eerste niveau kunnen uitvoeren. Dat wil zeggen dat bij deze kinderen de activiteit meestal lukt. Er zijn waarschijnlijk ook 3 kinderen (10% van de klas) die niet mee kunnen komen, omdat ze bepaalde beperkingen hebben.

De beste beweging is het belangrijkste 'verwijzingskader' in een groep

Een goede leerkracht zorgt ervoor dat er een extra aanbod of differentiatie is zodat deze kinderen een aangepaste activiteit doen die wel lukt. Dit artikel richt zich niet op deze 'zorggroep'. Van de 27 kinderen die het eerste niveau wel halen zullen er ook heel wat zijn die al snel het tweede uitvoeringsniveau halen. Gemiddeld is dat voor 50 % van de kinderen haalbaar. Dit wil zeggen dat van de 30 kinderen gemiddeld 15 kinderen op het eerste niveau blijven deelnemen. Waarschijnlijk kan een goede leerkracht nog een aantal van deze kinderen wel op het tweede niveau krijgen, maar in een gewone klas blijven toch 10 kinderen op het eerste niveau, omdat ze de bewegingsmogelijkheden missen voor een hoger niveau.

Van de 15 tot 20 kinderen die na een aantal lessen op het tweede niveau functioneren, zullen er waarschijnlijk 6 tot 10 doorstoten naar het hoogste niveau van uitvoeren.

Bij een 'zorgkind' waarbij de aangeboden activiteit te moeilijk is, mislukt de activiteit vaker dan dat de activiteit lukt. Bijvoorbeeld bij de strek-worp gooit de werper de bal vaker mis dan raak (1 of 2 van de 5 pogingen zijn raak).

De uitvoeringswijze op het 1e niveau blijkt uit het aantal geslaagde acties. De activiteit lukt meestal, maar mislukt ook nog geregeld. De uitvoerder is niet zeker van zijn acties, maar de gelukke acties overheersen. Bijvoorbeeld bij de strek-worp gooit de werper 3 tot 4 van de 5 ballen raak.

Bij een niveau 2 uitvoeringswijze is er sprake van een zekere efficiëntie. De activiteit lukt op een handige/snelle/mooie/slimme enz wijze. Er zijn ook nog wel mislukkingen te constateren, maar die komen voort omdat de beweging het 'te goed' wil doen. Bijvoorbeeld de werper gooit 3 tot 4 van de ballen raak, waarbij de bal in een hoog tempo (hard) gegooit wordt.

Op het derde niveau is er iets bijzonders aan de hand. De beweging kan de activiteit al efficiënt uitvoeren en is aan het experimenteren met 'eigenzinnige' oplossingen voor het gestelde bewegingsprobleem. Door te experimenteren ontstaan in de bekende bewegingsactiviteit nieuwe uitdagingen. Hierdoor ontstaat er opnieuw een spanningsveld tussen lukken en mislukken. Alleen dit laatste mislukken is een keuze van de uitvoerder zelf en daarom kan dat beter 'stralend falen' genoemd worden. Bijvoorbeeld de werper probeert



met een zijwaartse strekwoorp heel hard de kranten te raken.

De niveau's van uitvoeringswijze kunnen we in het kort als volgt samenvatten:

Niveau zorg: mislukken overheerst

Niveau 1; gaat van mislukken naar lukken

Niveau 2; gaat van lukken naar beter lukken

Niveau 3; gaat van beter lukken naar stralend falen

Bij het geven van aanwijzingen kan de leerkracht rekening houden met het niveau van de uitvoeringswijze. Vaak is de aanwijzing gericht op 'de zone van de naaste ontwikkeling' (Vygotsky) en hoopt de leerkracht met deze leerhulp dat de leerling een leersprong maakt van het ene naar het volgende niveau.

Zestig procent van de kinderen in de klas zullen ook een leersprong kunnen maken van het 1e naar het 2e niveau. De meeste aanwijzingen zijn daarom gericht op dat 2e niveau. Opnieuw kan de vraag gesteld worden of dit soort aanwijzingen ook geschikt zijn voor die kinderen die nooit het 2e uitvoeringsniveau halen, omdat ze daar de motorische bekwaamheden niet voor hebben. Ook kan de vraag gesteld worden welke aanwijzingen geschikter zijn voor de betere bewegers (niveau 3). Hieronder zullen we per niveau apart bekijken welk soort aanwijzing de grootste kans maakt op succes. Daarbij slaan we het zorgniveau over omdat dit meer verwijst naar zorgverbreiding.

2.2 Aanwijzingen voor gewone beweger (niveau 1)

Een belangrijk kenmerk van gewone bewegers

(niveau 1) is dat ze onzeker blijven over hun uitvoeringswijze. Er blijft een spanningsveld tussen mislukken en lukken. In het bewegen is te zien dat ze rekening houden met de mislukking. Een soort faalangst is één van de belangrijkste redenen waarom ze niet beter worden. De aanwijzing zal daarom vooral gericht zijn op het vergroten van het zelfvertrouwen. Het geven van complimenten is daarom voor de gewone bewegers de beste vorm van aanwijzingen geven.

Het gevaar van het geven van een tip is dat de gewone beweger de tip vooral zal opvatten als een bevestiging van het falen. Hij zal kunnen denken: "Ik doe toch iets nog niet goed". Zelfs de tip als toewijzing, waarbij de leerkracht een compliment verbindt met een leervoorstel, kan voor een gewone beweger al te bedreigend zijn.

Een vraaggesprek over wat de beweger al wel goed vindt gaan of wat hij prettig vindt kan vervelend zijn, omdat de beweger zelf vindt dat er maar weinig goed gaat, omdat de angst op mislukken overheerst.

Voor de kinderen die het 2e niveau toch niet zullen halen is het beter om alleen maar goede complimenten te geven. Dat lijkt makkelijk maar dat is het zeker niet. Het gevaar bestaat dat er alleen maar 'goed zo' geroepen wordt, zonder precies te benoemen wat er tussen twee pogingen echt beter is geworden. Een mens is geen robot, daarom zal geen enkele bewegingsactie precies gelijk zijn aan de vorige. Elke keer zullen er verschillen te observeren of te ervaren zijn. De kunst voor de leerkracht is om die kleine verschillen te benoemen en te waarderen.

Nog moeilijker is het om het persoonlijke moto-



rische talent van een gewone beweging goed te benoemen, want het compliment moet wel passen bij de eigen overtuiging van de beweging. Wanneer die vindt dat die iets niet goed kan, dan helpt een compliment vaak ook niet meer.

De overtuiging van wat wel en niet goed is, is niet alleen een individuele kwestie, maar ook een groepsaangelegenheid. Wanneer er een groeps-moraal heerst dat alle kinderen eigenlijk niveau 2 moeten kunnen halen, dan zal een gewone beweging eerder de overtuiging hebben dat hij niet goed genoeg is. Dit gevaar dreigt soms bij leerkrachten die te gedreven proberen iedereen beter te maken.

De stelling "meedoen is belangrijker dan winnen (of beter worden)" telt zeker voor deze kinderen. De belangrijkste leerwinst van een goed compliment zou kunnen zijn, dat deze kinderen zelf er van overtuigd raken dat een prettige beleving van het uitvoeren van een bewegingsactiviteit voldoende is om te blijven deelnemen aan onze bewegingscultuur. Gewone bewegers die toch vol enthousiasme deelnemen aan een spel, verdienen daarom ook een groot compliment mbt hun 'kernkwaliteit' enthousiasme of doorzettingsvermogen. Op grond van zo'n kernkwaliteit

is er voor en door deze kinderen altijd wel een bewegingsactiviteit (spel of sport) te vinden waar ze hun "beperkte" talent (bekwaamheid) in bewegen kunnen realiseren.

Misschien is dit wel één van de grootste uitdagingen voor het hedendaagse bewegingsonderwijs, om deze doelgroep (de gewone bewegers (niveau 1)) toch het plezier in het bewegen te laten behouden. Want dit is vaak ook de groep die later niet meer blijft sporten of bewegen en ze lopen een grote kans om te dik te worden.

Naast een activiteiten aanbod op maat (de juiste stap) zal het misschien helpen wanneer deze doelgroep in hun onderwijstijd bedolven zal worden met complimenten over wat ze wel goed doen, wat ze wel kunnen en wat ze zelf graag willen.

Tot zover is er ingezoomd op het geven van complimenten aan niveau 1 bewegers. Natuurlijk moet een leerkracht ook een poging wagen om deze doelgroep ook een tip als toewijzing te geven, want er blijft altijd een kans dat een gewone beweging wel de niveaudoorbraak maakt naar een hoger niveau. Wanneer zo'n tip als toewijzing opgepikt wordt en de beweging gaat daardoor beter bewegen, dan is het ook makkelijker om ook een vraaggesprek te voeren over wat er beter gaat en of dat als positief ervaren wordt. Een tip als afwij-

Soorten aanwijzing	Type	Type	Type
Compliment	Topactie Uitvoeringswijze	Toptalent Bekwaamheid	Topkwaliteit Eigenschap
Tip	Toewijzing		
Leervraag	Ervaringsvraag		



zing of verwijzing en een vraaggesprek over belemmeringen of idealen is voor deze doelgroep waarschijnlijk minder geschikt.

Tot slot een overzicht net de belangrijkste aanwijzingen voor gewone bewegens. (zie tabel onderaan pag. xx)

2.3 Aanwijzingen voor gemiddelde beweger (niveau 2)

Allereerst leren gemiddelde bewegens veel van complimenten, want ze doen een nieuwe bewegingsactiviteit eerst ook op niveau 1. Maar omdat deze groep minder last heeft van faalangst en eerder overtuigd is van hun eigen succes, zijn ze sneller toe aan het krijgen van tips, waardoor de uitvoeringswijze verbeterd kan worden. Het gevaar is wel dat deze groep te weinig complimenten krijgt, waardoor ze te weinig leren genieten van wat ze al kunnen.

Daarom is het goed om bij deze doelgroep als eerste tip een toewijzing te geven. Dat is een compliment over wat de beweger al goed doet met een leervoorstel er aan vast, die gericht is om het goede nog beter te doen.

De gemiddelde beweger is vaak gericht op de vergelijking met andere bewegens die nog beter zijn. De beste beweger is het belangrijkste 'verwijzingskader' in een groep.

Een leerkracht die een tip als **verwijzing** geeft maakt vaak gebruik van die beste beweger door hem een voorbeeld te laten geven en dan een bepaald aspect van de uitvoeringswijze specifiek te benoemen.

Dit houdt ook een gevaar in, want de beste beweger is vaak een kind die in zijn vrije tijd die sport beoefent en die al vele uren geoeft heeft. Een handbalspeler zal een veel betere strekworp hebben dan een voetbalspeler. Met de enkele minuten per jaar dat een kind in een onderwijssetting mag oefenen met de strekworp is het voor de meeste gewone (niveau 2) bewegens onmogelijk een perfecte strekworp te leren.

Het is daarom de vraag of het verstandig is om als leerkracht een ideale uitvoeringswijze na te streven. Het vergroot de angst bij bepaalde bewegens dat ze niet goed genoeg zijn t.o.v de anderen. Een niveau 2 beweger heeft vaak geen last van faalangst, maar van vergelijkingsangst (ben ik wel goed genoeg?).

Elke verwijzing naar een effectieve strekworp moet daarom aangepast worden aan de mogelijkheden (talent) van een kind en naar de beschikbare leertijd. Een goede tip als verwijzing is daarom altijd persoonsgebonden, moet passen bij het talent wat het kind bezit.

Pas wanneer een niveau 2 beweger, door toewijzingen en verwijzingen niet meer verder komt, kan het helpen om een tip als **afwijzing** te geven. Dat wil zeggen dat de leerkracht wijst op een deelaspect van de activiteit die verhinderend werkt. Het geven van een goede afwijzing vraagt om zeer veel methodische kennis van een bepaalde activiteit en een goed observatievermogen.

Een afwijzing werkt goed, wanneer de beweger direct merkt dat de activiteit beter lukt als die de afwijzing opvolgt. De kans bestaat ook dat door de afwijzing de activiteit nog slechter gaat. De

Soorten aanwijzing	Type	Type	Type
Compliment	Topactie Uitvoeringswijze	Toptalent Bekwaamheid	Topkwaliteit Eigenschap
Tip	Toewijzing	Verwijzing	Afwijzing (soms)
Leervraag	Ervaringsvraag	wensvraag	

beweger zal dan de neiging hebben om weer de oude uitvoeringswijze te doen.

Het is ook heel moeilijk om alleen een afwijzing te geven, zonder direct er bij te zeggen hoe het wel moet (een verwijzing). Toch is het voor deze doelgroep methodisch beter om de beweger de gelegenheid te geven om eerst zelf naar een andere oplossing te zoeken. De zelf gevonden oplossing wordt beter onthouden dan een aangeleerde oplossing.

Voor het vinden van de beste tip is het wenselijk dat de leerkracht inzicht heeft in wat de leerling zelf graag wil leren en denkt te kunnen leren. Het voeren van een vraaggesprek over wat de beweger goed doet en plezierig vindt is dan handig. Een goede tip moet passen bij de leerwens van het kind.

De kans is anders te groot dat elke gewone beweger dezelfde tip krijgt, terwijl de leerwens van elke beweger totaal anders kan zijn.

Zo komen we tot het volgende overzicht van belangrijke aanwijzingen voor gemiddelde bewegers (zie tabel bovenaan pag. xx).

2.4 Aanwijzingen voor de goede beweger (niveau 3)

De goede beweger zal de complimenten en tips die de andere bewegers hebben gekregen van nature al zelf oppikken en toepassen. Daardoor zal deze doelgroep al snel op een effectieve wijze de bewegingsactiviteit uitvoeren. In een sporttrainingssetting kan nog eindeloos lang door geoefend worden op de perfecte uitvoeringswijze, maar in een onderwijssetting is er te weinig tijd om zo gedetailleerd tips te geven.

Vanuit de algemene onderwijsdoelstellingen is het zinvoller om de aanwijzingen meer te richten

op de bijzondere kwaliteiten van deze doelgroep. De betere beweger is in staat om te experimenteren met andersoortige oplossingen/acties. Het leerprobleem van deze doelgroep is echter dat ze niet durven te experimenteren, omdat ze liever niet willen falen. Het leerproces van een niveau 3 beweger kan stagneren omdat ze eigenlijk bang zijn voor hun eigen kwaliteiten. Ze doen liever datgene wat als "goed" erkend wordt dan dat ze op zoek gaan naar een eigen unieke uitvoeringswijze.

Om achter de specifieke kwaliteiten van een goede beweger te komen is het noodzakelijk om middels een vraaggesprek te achterhalen wat de goede beweger belemmert om nog beter te willen worden of om te achterhalen waar ze van dromen (wat hun ideaal is).

Wanneer het een leerkracht lukt om een goede beweger door een vraaggesprek opnieuw in een leerproces te krijgen waarbij hij gaat experimenteren met zijn belemmeringen of ideaalbeelden, dan is de kans groot dat ook bij de betere beweger de uitvoeringswijze weer gaat mislukken. Deze mislukkingen horen bij experimenten en kunnen er voor zorgen dat nieuwe mogelijkheden ontdekt worden. Zo'n mislukking dient dan wel gewaardeerd te worden met een compliment van de leerkracht (en niet met gelach) vanwege het risico dat hij heeft durven te nemen.

De gehele leersfeer in de klas zal er positief door veranderen wanneer ook de betere bewegers accepteren dat mislukkingen horen bij een leerproces. Hierdoor zal ook niet meer de perfecte uitvoeringswijze centraal staan, maar het leerproces zelf (of wel het oplossen van het bewegingsprobleem).

Goede bewegers die in staat zijn op deze wijze

Soorten aanwijzing	Type	Type	Type
Compliment	Topactie Uitvoeringswijze	Toptalent Bekwaamheid	Topkwaliteit Eigenschap
Tip	Toewijzing	Verwijzing	Afwijzing
Leervraag	Ervaringsvraag Wat voel je?	Wensvraag Wat wil je	Lastvraag Wat belemmert je



hun eigen leerproces aan de gang te houden, zullen ook een dienstbare partner van de leerkracht worden om andere kinderen ook te ondersteunen in het zoeken naar eigen bewegingsantwoorden. Daarom is het geen verloren tijd om extra tijd aan deze kinderen te besteden met een goed vraaggesprek, het verdient zichzelf terug.

Zo komen we tot het volgende overzicht van belangrijke aanwijzingen voor gewone bewegers (zie tabel onderaan pag. xx).

2.5 Tot slot

Het is een uitgebreid artikel geworden over verschillende soorten aanwijzingen. De belangrijkste indeling is die tussen; Compliment, tip en leervraag.

De gewone bewegers verdienen vooral complimenten als aanwijzing, de gemiddelde bewegers krijgen ook nog tips en de goede beweger heeft vaak behoefte aan een vraag om zelf weer een nieuwe bewegingsuitdaging te vinden.

Complimenten, tips en leervragen zijn weer verder verdeeld in drie type, waar door er in totaal negen manieren van aanwijzing geven zijn.

Het is onmogelijk om al deze negen mogelijkheden te overwegen alvorens een aanwijzing te geven. Daarom is het wenselijk om eerst maar veel complimenten te geven en pas naar tips over te gaan als een beweger getoond heeft dat het een gewone beweger is met een kans om een leersprong te maken naar een hoger niveau.

eerst eens bij de betere bewegers te proberen om via een vraaggesprek een nieuwe aanwijzing voor zo'n beweging samen te vinden.

De praktische waarde van dit artikel zal mogelijk groter zijn als ook de inhoud van een aanwijzing in beeld zou worden gebracht. Dat is tot nog toe onbesproken gebleven. Het artikel zou daardoor nog langer worden. Voorlopig is dit het.

Met dank aan Johan en Amanda voor hun hulp.

Literatuur;

- Basisdocument bewegingsonderwijs basis-onderwijs; C. Mooij e.a. (2002, uitgave J. Luitingfonds)
- Perspectieven op bewegen: M. v. Berkel e.a (2005, uitgave 't web)
- Een aangepast sportspelmethodiek in stappen, springen en schuiven, C. Hazelebach (jan 2007, De LO)
- Kernreflectie bij bewegen; T. vd Berg e.a (2006, Velon tijdschrift en 't web 2007)
- Luister je wel naar Mij? Martine F. Delfos (wesp publicatiereeks)
- Het innerlijk spel door tennis: T. Gallwey (1999)
- Het ontplooiën van een bewegingsperspectief; Jeroen Steeman e.a (jan 2007, de LO)
- De excellente leerkracht; Ton Langelaar en Willem Plomp (2004)
- Flow in de sport; S. Jackson, M. Csikszentmihalyi (2001)
- In de ban van het kind; Joop Berding (2005)

Misschien is het voor de leerkracht een tip om

Foto's André Kruiswijk