

BASISLESSEN BEWEGINGSONDERWIJS



Hans Stroos
Wim van Gelder
Bastiaan Goedhart



www.allesinbeweging.net

ALLES IN BEWEGING

1

Opbouw van een goed beweeklimaat op de basisschool



www.allesinbeweging.net

ALLES IN BEWEGING

2

Basislessen bewegingsonderwijs



1990



1995



2009



www.basislessen.nl

voor groep 3 t/m 8
voor groep 1 en 2 in de gymzaal

3

GROEPEN 1 en 2 in de speelzaal



2015



www.basislessen.nl
voor groep 1 en 2
in de speelzaal



App 'allesinbeweging'

groep 1 en 2 in de speelzaal
J & F materiaal
ook Engelse versie

4



Visie op onderwijs en opvoeden

- Volgens Stevens heeft ieder kind 3 basisbehoeften, namelijk de behoefte aan veiligheid, competentie en autonomie. Als een kind zich veilig, competent en autonoom voelt, is het kind emotioneel vrij, nieuwsgierig en heeft het zelfvertrouwen.
- Onderwijs kan een belangrijke bijdrage leveren tot de algehele ontwikkeling van kinderen. Er worden niet alleen kennis of kunstjes overgedragen, maar ieder kind wordt ook een beetje slimmer, streetwiser, handiger, verantwoordelijker, vrijer, nieuwsgieriger, enzovoort.
- Via het onderwijs wordt cultuur overgedragen. Dit gebeurt op een manier die bijdraagt tot een veelzijdige ontwikkeling.
- Onderwijs is maatschappelijk relevant.

www.allesinbeweging.net

ALLES IN BEWEGING

5



Visie op bewegingsonderwijs

- Bewegingsonderwijs gaat uit van de wensen en mogelijkheden van ieder kind op het gebied van spelen en bewegen.
- Bewegingsonderwijs richt zich op de school- en leefomgeving waarin het kind speelt en beweegt.
- Een passend aanbod is een voorwaarde voor de bewegingsontwikkeling en (een groeiende) motivatie om te spelen en te bewegen.
- Bewegingsonderwijs kan een belangrijke rol spelen in de ontwikkeling van een levenslange beweegmotivatie.

De school heeft unieke mogelijkheden als het gaat om de ontwikkeling van het bewegingsgedrag van kinderen.

- De school bereikt als enige instelling alle kinderen, en dat gedurende een groot aantal jaren.
- De school beschikt onder andere over een verwarmde en ingerichte zaalruimte, opgeleide leerkrachten en een schoolplein.
- De basisschoolperiode is een 'gouden leerperiode' als het gaat om leren bewegen en spelen en leren over bewegen en spelen.

www.allesinbeweging.net

ALLES IN BEWEGING

7



Visie op bewegen en spelen

- Bewegen en spelen zijn van fundamentele betekenis voor de totale ontwikkeling van het kind (in motorisch, sociaal, emotioneel en cognitief opzicht).
- Bewegingsspelen zijn van groot belang voor de wijze waarop (jonge) kinderen met elkaar omgaan. Bewegen is van direct en indirect belang voor een goede lichamelijke ontwikkeling en gezondheid, zie paragraaf 6.
- Bewegen en spelen in de buurt en in en om het huis zijn minder vanzelfsprekend geworden, zie paragraaf 6. De bewegingsarmoede neemt toe. Bewegingsarmoede en overgewicht veroorzaken maatschappelijke problemen en gezondheidsproblemen. Door middel van bewegen en spelen kunnen deze problemen worden voorkomen of verminderd.

www.allesinbeweging.net

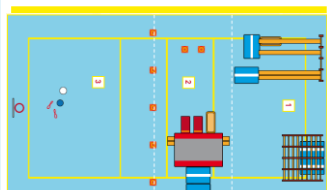
ALLES IN BEWEGING

6



Concretisering van de visie

VEEL BEWEGING(STIJD)



- Veel beweegplaatsen.
- Spelen in kleine groepen.
- Efficiënt 'Uitleggen' met behulp van film en uitgeschreven voorbeelden.
- Door herhaling van lessen wordt de instructietijd beperkt.

Bijvoorbeeld in Basisopstelling 2:
 4 vakken: 3 glijbanen, 3 rolplaatsen, 4 klimplaatsen,
 4 springtouwjes, 2 lange springtouwen en 6-8 kinderen spelen Doeljagerbal.

www.allesinbeweging.net

ALLES IN BEWEGING

8



Concretisering van de visie

KINDEREN BEWEGEN OP HUN EIGEN NIVEAU (GEDIFFERENTIEERD AANBOD)



- Een kind kan een keuze maken uit meerdere niveaus waarop het aan een bewegings situatie zal deelnemen.
- Voor kinderen met uitval op de laagste niveaus is vaak een oplossing beschreven.

Bijvoorbeeld:
De verschillende niveaus bij het hurkwendspringen.

www.allesinbeweging.net

ALLES IN BEWEGING

9



Concretisering van de visie

KEUZEVRIJHEID

Niveau f5 Cheerleader van opzij



Van zelfstandig werken binnen de vakken en het kiezen van niveaus tot het ontwerpen/invullen van lessen of lesdelen.

Bijvoorbeeld:
In Basisopstelling 13 kunnen kinderen, eventueel met behulp van danskaarten, een dans ontwerpen.

www.allesinbeweging.net

ALLES IN BEWEGING

11



Concretisering van de visie

VEELZIJDIG AANBOD - IN EEN LES EN OVER EEN LEERJAAR

Leertijnen	Bewegings thema	Groep 3 en 4	Groep 5 en 6	Groep 7 en 8	In Basisopstelling deel 1	In Basisopstelling deel 2
Balanceren	Balanceren	13	13	13	3 (2x), 9 (2x), 9 (2x), 4, 4, 4, 11, 11, 13, 13	
	Rijden	1	1	1	Buitiesles 2	
	Glijden	9	8	8	2, 2, 2, 9, 9, 9 (groep 3); Buitiesles 5	4, 4
	Acrobatiek	5	5	5	7, 7, 7, 14, 14	
Klimmen	Klauteren	19	17	17	2, 2, 2, 3, 3, 3, 7, 7, 7, 8 (2x), 9 (2x)	4, 4, 14, 14
	Touwklimmen	9	9	9	groep 3); Buitiesles 5 en 6	
Zwaaien	Schommelren	11	11	11	1, 1, 1, 13, 13, 8, 8	2, 2, 17, 17

Binnen een les worden diverse bewegings situaties aangeboden.
Over een leerjaar komen de verschillende bewegings-thema's in een evenwichtige verdeling aan bod.
In het katern Planning wordt een overzicht gegeven.

www.allesinbeweging.net

ALLES IN BEWEGING

10



Concretisering van de visie

SAMEN BEWEGEN



'Showen' van de grote piramide

- In een vak werken groepen van 5 tot maximaal 8 kinderen zelfstandig.
- In de beschrijving van de bewegingsactiviteiten wordt regelmatig aangegeven waarover de kinderen kunnen overleggen.
- Bij een aantal Basislessen mogen de kinderen 'showen' wat ze als groep hebben gedaan.

Bijvoorbeeld in Basisopstelling 14:
Vak 4, Acrobatiek - de kinderen kiezen met elkaar de acrobatiekvormen uit door te overleggen met welke werkbladen ze gaan werken.

www.allesinbeweging.net

ALLES IN BEWEGING

12



Concretisering van de visie

MET PLEZIER



Uitdaging voor ieder kind door de verschillende niveaus

- Door de vele beweegplekken krijgen kinderen veel beurten.
- Veelzijdig aanbod: binnen elke les 3 of 4 verschillende bewegingssituaties.
- Succesbeleving door het bewegen op eigen niveau.
- Een kind raakt of blijft intrinsiek gemotiveerd indien het voornamelijk succeservaringen opdoet.
- Uitdaging door een hoger niveau te proberen.
- Eigen inbreng door de vele keuzemogelijkheden in elke les.
- Doordat de leerkracht de beleving versterkt (zie paragraaf 2.2.6).

www.allesinbeweging.net

ALLES IN BEWEGING

13



Concretisering van de visie

VEILIG



Beveiligen bij het duikelen aan de ringen met de polsgreep

- Bewegen op eigen niveau. Een hoger niveau mag pas worden gedaan als het vorige niveau beheerst wordt.
- Duidelijke regels stellen en daarop controleren.
- Hulpverleners waar nodig.
- Zorgen voor een goed pedagogisch klimaat, waarin kinderen zich veilig en gewaardeerd voelen.

www.allesinbeweging.net

ALLES IN BEWEGING

14