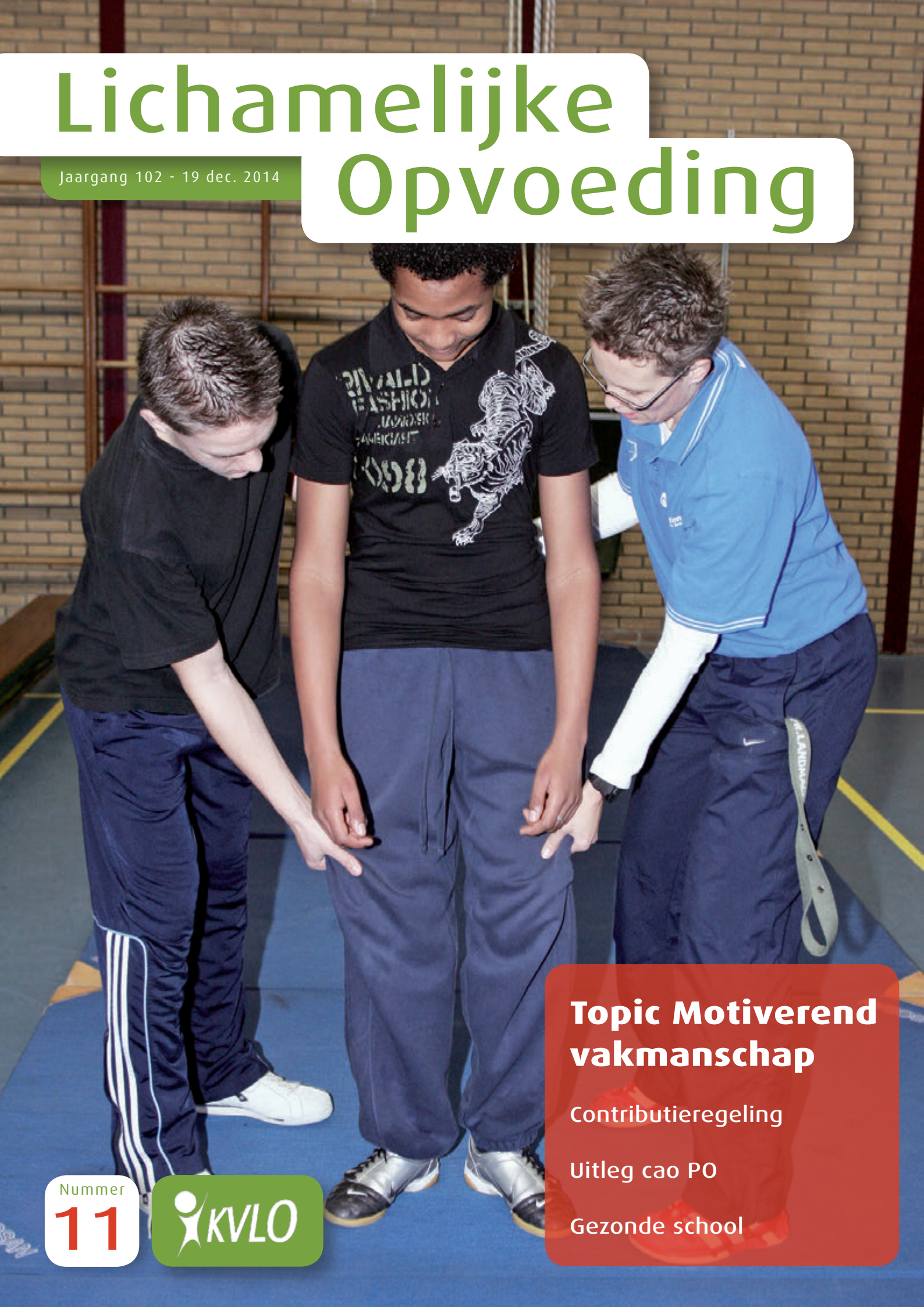
Lichamelijke Opvoeding

Jaargang 102 - 19 dec. 2014



Topic Motiverend vakmanschap

Contributieregeling

Uitleg cao PO

Gezonde school

Nummer 11

KVLO

Inhoud:

TOPIC

Topic Motiverend vakmanschap

Wanneer is iemand inspirerend? We lazen in de literatuur dat je motiverend kan zijn als je aan bepaalde voorwaarden voldoet en bepaalde dingen doet. Maar dat is papier. Wat vinden leerlingen en docenten wat belangrijk is om te motiveren? En wat te denken van een opleider zelf? We hebben het aan alle doelgroepen voorgelegd en de uitkomst ligt niet ver uit elkaar voor de verschillende groepen. Verder ook twee onderzoeken naar positief gedrag en feedback in de les. We wensen je veel leesplezier maar ook mooie kerstdagen en een warm 2015.

04 | Voorwaarden voor motiverend vakmanschap / *Hans Dijkhoff*

07 | Lia Voerman, feedback van docenten in de klas / *Alien Zonnenberg*

10 | Weg met de pizzabezorgers / *Hans Dijkhoff*

34 | Hoe geeft de docent LO zelf betekenis aan het begrip motiverend vakmanschap? / *Frank Jacobs*

38 | Het verminderen van negatief gedrag in de gymles / *Mario Leonardo Blom en Laura Kervezee*

44 | Motiverend vakmanschap. Wat vinden leerlingen? / *Hans Dijkhoff*

En verder

12 | De doelen van gezondheidsgerelateerde lessen lichamelijke opvoeding / *Leen Haerens e.a.*

15 | Cao's PO en VO afgesloten en nu?(2) / *Sandra Roelofsen*

PRAKTIJK

18 | Tikkertje als bron voor motivatie / *Peter Schimmel*

22 | Hoe kun je met lichamelijke opvoeding gezondheid bevorderen? / *Leen Haerens e.a.*

25 | Kansrijke rol voor LO-docent op een Gezonde School (2) / *Tilly de Jong e.a.*

28 | Leermiddelen digitaal en direct toegankelijk (4) / *Hjalmar Zoetewei en Maarten Massink*

31 | En kijkje op het MBO in de gymzaal van... *Andries Knol*

RUBRIEK

3 | Eerste pagina

16 | (KV)LO en recht

33 | Onderwijspagina

36 | Van het bestuur: de contributieregeling

41 | Schoolsport/ Themacertificaat gezonde school

42 | Collega's overzee

45 | Scholing

46 | Mery Graal

47 | (KV)LO-nieuws

Reageren op vakblad-artikelen? Twitter @KVLOnL

Met de qr-scan van de hiernaast afgebeelde code kun je rechtstreeks naar *kvloweb.nl* waar alle links uit dit nummer aanklikbaar zijn. Qr-apps zijn gratis te downloaden op je mobiel in de verschillende app-stores.

FOTO OMSLAG: ANITA RIEMERSMA

PRAKTIJKCOVER: HANS DIJKHOFF

Terugkijken

Eind december, tijd om stil te staan bij dit jaar. De verschrikkelijke aanslag op de MH17 overschaduwt alles. Indrukwekkend telkens weer de wijze waarop stoffelijke resten naar Nederland worden overgebracht en de waardige aankomst in Nederland. De meer dan ontroerende herdenkingsdienst in de RAI met grote bewondering voor de nabestaanden die hun gevoelens voor iedereen toonden en verwoorden. Er was een grote verbondenheid in heel Nederland om dat grote verdriet iets te verzachten.
In onze vereniging namen we afscheid van onze erevoorzitter Oene Loopstra die op 13 september overleed. Velen van ons waren naar Arnhem gekomen om de herdenkingsdienst en begrafenis bij te wonen en Truus en zijn kinderen ons gevoel te tonen.

Het jaar 2014 was voor ons een belangrijk politiek jaar. Nu in december kunnen we stellen dat politiek Den Haag piketpalen heeft geslagen. De staatssecretaris van OCW gaat voor de twee uur lichamelijke opvoeding in het PO gegeven door een daarvoor bevoegde leerkracht. Onbevoegden zullen vanaf 2017 geen lichamelijke opvoeding mogen geven. Daarnaast gaat de inspectie toezien op de kwaliteit en kwantiteit van het vak en wordt er een begin gemaakt om scholen te stimuleren drie uur per week lichamelijke opvoeding te geven. De Tweede Kamer zit er bovenop en heeft aangegeven het middel van wetgeving niet te schuwen als volgend jaar de eerste resultaten uitblijven. Vanuit onze kant zullen we blijven aandringen op een minimale taakomvang van 0.2 fte en inschrijving in het lerarenregister om de kwaliteit van het bewegingsonderwijs te borgen. Het bestuursakkoord tussen OCW en de PO-Raad is niet vrijblijvend en de KVLO zal daar waar nodig meedenken en meedoen om zo snel mogelijk resultaat te boeken, zodat ook de 400.000 kinderen die nog maar één uurtje gym hebben zo snel mogelijk twee uur krijgen.

Met de invoering van een nieuwe website en huisstijl gaat de KVLO een nieuwe fase in. Een volgende stap zal zijn het meer integreren van het vakblad, website, publicaties en communicatie om onze missie, de dienstverlening en kennis nog breder onder de aandacht te kunnen brengen. Daarnaast zal nadrukkelijk het accent komen te liggen op de kwaliteit van de lichamelijke opvoeding: professionalisering en scholing voor onze leden en de bijzondere leerstoel lichamelijke opvoeding. Een uitdaging voor 2015.

Op 17 december 2014 ben ik geïnstalleerd als burgemeester van Noordwijk. Een prachtige gemeente, waar veel gebeurt en wordt ondernomen. Het is een gemeente waar lichamelijke opvoeding en sport hoog in het vaandel staan en er wordt geïnvesteerd in accommodaties. Het hoge percentage van 96% van kinderen die lid zijn van een sportclub laat zien dat het beleid vruchten afwerpt.
De combinatie van voorzitter van de KVLO en burgemeester is niet strijdig met elkaar. De gemeenteraad moet formeel nog haar toestemming geven maar ik verwacht geen bezwaren.

Het bestuur dankt jullie voor alle inzet in het afgelopen jaar en rekent op jullie in 2015!

Jan Rijpstra

COLOFON

Lichamelijke opvoeding is een uitgave van de Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke Opvoeding (KVLO)

Redactie: Hans Dijkhoff (hoofdredacteur) Maarten Massink (praktijkredacteur) Jacqueline Tangelder (redactiemedewerkster) Redactieraad: Hilde Bax, Peter Barendse, Jan Faber, Frank Jacobs, Liesbeth Jans, Mark Jan Mulder, Berend Brouwer (VZ), Jorg Radstake en Sebastiaan Platvoet. Redactieadres: KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, Tel.: 030 69 20 847, e-mail: redactie@kvlo.nl. Abonnement Lichamelijke Opvoeding: Jaarabonnement € 60,– (buitenland € 80,–) Losse nummers € 5,– (excl. verzendkosten). Iedere week verschijnt er een digitale nieuwsbrief. Aanmelden via www.kvlo.nl. Handelsadvertenties: Bureau Van Vliet BV, Passage 13-21, Postbus 20, 2040 AA Zandvoort, fax: 023 571 7680 e-mail: zandvoort@bureauvanvliet.com www.bureauvanvliet.com. Verschijningsdata 2014: 31 januari, 28 februari, 28 maart, 25 april, 30 mei, 27 juni, 29 augustus, 26 september, 31 oktober, 21 november, 19 december. Druk: Drukkerij Ten Brink Meppel, Postbus 41, 7940 AA Meppel. Tel.: 0522 855 111. Vormgeving+Opmaak: FIZZ reclame+communicatie, Stationsweg 44a, 7941 HC Meppel. Tel.: 0522 246 162.

Aanbieding en plaatsing van teksten en foto's houdt tevens mogelijk gebruik op de KVLO-website in, uiteraard met vermelding van auteur en fotograaf. Overname van artikelen is alleen toegestaan met bronvermelding en na goedkeuring van de auteur. De redactie is verantwoordelijk voor de samenstelling. Niet alle artikelen behoeven de (volledige) instemming van de redactie te hebben. Wij hebben dit magazine met uiterste zorg samengesteld. Wij hebben daarbij steeds getracht mogelijke rechthebbenden te achterhalen. Indien u onverhoopt meent rechten te kunnen doen gelden, dan verzoeken wij u dit kenbaar te maken bij de redactie.

TOPIC

Voorwaarden voor **motiverend** vakmanschap

Laatst was ik op een reünie van een middelbare school waar ik in de jaren '80 had gewerkt als invaller. Het was heel leuk om oud-collega's tegen te komen maar vooral ook de oud-leerlingen. Ik vroeg hen welke docenten ze zich van vroeger nog goed konden herinneren. Die docenten konden grofweg in drie groepen worden ingedeeld: de strenge, de veel te lieve en de bezielende docenten. Over die laatste groep gaat het in dit artikel.

Door: Hans Dijkhoff

Wie kent ze niet, de geschiedenisdocent die een begenadigd verteller was en je zo wist te boeien, de biologiedocent die van alles uit de natuur de klas in sleepte en daarmee je belangstelling wekte en natuurlijk de gymdocent die je steeds weer kon uitdagen. Hoe komt dat nu? In dit artikel richt ik me vooral op de docent LO. De basis voor dit artikel is een hoofdstuk uit het boek *Didactiek van het bewegingsonderwijs* van Daniël Behets (2011, ACCO. Leuven).

De leraar en motivatiestrategieën

Leraren gebruiken allerlei middelen om het motivatieproces te beïnvloeden. Het leren wordt immers sterk bepaald door de belangstelling en de motivatie van de leerling. Wanneer je iets graag doet, wanneer je gemotiveerd bent, dan zal je je sneller inzetten, langer en intenser bezig zijn en vlugger resultaat boeken. Motivatie is dus een belangrijke voedingsbodem voor productief leren (Papaioannou & Goudas, 1999). De leraren die je zijn bijgebleven beïnvloedden leerlingenbetrokkenheid door de manier (kwaliteit) waarop ze in relatie traden met leerlingen (interpersoonlijke relaties) en de wijze waarop ze invulling gaven aan hun lesgeeftaken. Als je de literatuur induikt vind je verschillende invalshoeken beschreven om motivatie en betrokkenheid uit te lokken bij de leerlingen. De leerling wordt in zijn leeromgeving sterk aangetrokken door de opdracht en door de wijze waarop de opdracht wordt aangeboden.

De leertaak

De taak, de opdracht of de doelstelling als gegeven bij het leren van de leerlingen is de centrale variabele om leerlingen te motiveren. Als de taak die de leraar aanbiedt uitdagend is, garandeert dat vanzelf succes en plezierbeleving. De leerling die wordt uitgedaagd om net even verder te gaan dan een vorige keer krijgt flow-ervaring en betrokkenheid. Om alle leerlingen hierbij te betrekken moeten in je aanpak wel differentiaties zitten. Je kunt dan het beste leerdoelen in plaats van prestatiedoelen kiezen. Bij leerdoelen ligt de focus op jezelf verbeteren, vooruitgang boeken en iets beheersen. Prestatiedoelen leggen de klemtoon op goede cijfers halen, beter presteren dan anderen en boeken van succes in functie van inspanning. Daar waren de bezielende docenten niet zo mee bezig. De resultaten kwamen vanzelf omdat je lol had in wat je deed en er het beste uit wilde halen. Zonder dat je het wist, was je aan het leren. Kijken we verder in de literatuur dan zien we vanuit het concept 'situationele interesse' dat Chen en Darst (2001) samenvatten welke kenmerken van de leertaak de interesse van de leerlingen kunnen wekken: een nieuwe taak, met een uitdaging, die veel aandacht en exploratie vraagt en die dadelijk plezier genereert bij de uitvoering. Hun onderzoek toont aan dat om de interesse voor een fysieke opdracht te stimuleren bij de leerlingen, de leraar de optie heeft om de leerling meer te laten nadenken over de taak in plaats van de fysieke vereisten te verlagen.

Ook Keller (1983) beschrijft uitvoerig in zijn 'motivational design model' aangepaste strategieën die de leraar gebruikt om de interesse, relevantie, verwachting en voldoening te ondersteunen. Interesse verwijst naar het prikkelen van de nieuwsgierigheid en de aandacht bij de leerlingen. Relevantie verwijst naar het voldoen van de persoonlijke behoeften en motieven. Verwachting verwijst naar het behalen van mogelijk succes. Dat kan alleen als de taakuitvoering binnen de fysieke mogelijkheden van de leerling ligt. Faber (2001) noemt dat kinderen niet overvragen. Vygotsky heeft het over de zone van de naaste ontwikkeling. Voldoening verwijst naar het beheersen van extrinsieke en intrinsieke motivatie. Als je als leraar een uitdagende leeromgeving ontwikkelt en onderhoudt, dan kunnen de leerlingen positief antwoorden op volgende vragen: Was de leertaak voldoende interessant en de moeite waard? Heb je succes geboekt en ben je tevreden?

FOTO HANS DIJKHOFF

De juf doet mee

De werkvorm

Naast de leertaak kan de gebruikte werkvorm voor de nodige motivatie zorgen. De goede docenten lieten je zelf dingen ontdekken, experimenteren en, binnen veilige marges, fouten maken. Ze gebruikten weinig leraargestuurde werkvormen omdat die weinig ruimte laten voor gedifferentieerde leertaken. Het competentiegevoel en de daaraan verbonden betrokkenheid van hun leerlingen zouden dan nadelig beïnvloed worden.
Ze gebruikten veel meer leerlinggestuurde werkvormen. Die bevorderen het zelfstandig en samenwerkend leren. Over het algemeen vertonen leerlingen een grotere betrokkenheid voor taken waarvoor ze zelf kiezen en verantwoordelijk zijn. Dit komt tegemoet aan een fundamentele intrinsieke behoefte om zelf te bepalen wat men doet en welke resultaten men wil behalen (autonomie en zelfbepaling, Deci & Ryan(2000)). Het bevorderen van zelfstandigheid houdt in dat leerlingen kansen krijgen om te kiezen voor bepaalde taken, om verantwoordelijkheid en beslissingen te nemen, om zelfstandig te werken en leren. Samenwerking kan de betrokkenheid verhogen door het feit dat leerlingen samen een groepsdoel moeten realiseren. Ze zijn op elkaar aangewezen en het is niet het individu maar de groep die slaagt of faalt. De verbondenheid is afhankelijk van de betrokkenheid van elk individu en is zichtbaar in de manier waarop de leden initiatieven nemen, elkaar aanmoedigen, zich inzetten, met elkaar communiceren, oplossingsstrategieën bedenken en uitproberen. Heel mooi is dit waar te nemen bij groene spelen, waarbij het vooral aankomt op samenwerking

Hoe krijg je dit voor elkaar met je klassen?

Vanuit het basisschema van lesgeeftaken die de leraar vervult om het leren van de leerlingen te stimuleren hier een voorbeeld van hoe de verschillende deelvaardigheden ingevuld kunnen worden zodat de motivatie van de leerlingen wordt aangewakkerd.

Planning

Leerlingen betrekken bij de planning kan betrokkenheid uitlokken.

- Je kan de leerlingen bij het begin van het schooljaar of van een periode vragen naar hun verwachtingen en noden. Tijdens de eerste lessen kan jij als docent vertellen wat je belangrijk vindt (het LO-concept) en hoe je dit probeert te realiseren. Bijvoorbeeld: bij het begin van het schooljaar neem je met de leerlingen de opeenvolgende bewegingsgebieden die aan bod komen door. Je vraagt de leerlingen hun verwachtingen op te schrijven en die volgende les mee te brengen. Je geeft vooraf aan in welke mate je aan hun input tegemoet kunt komen (afhankelijk van leerplan en deelschoolwerkplan).
- Een doordachte keuze van leerinhouden stimuleert betrokkenheid indien de leraar rekening houdt met de volgende punten. Taken moeten betekenisvol, interessant, uitdagend en haalbaar (aangepaste moeilijkheidsgraad) zijn voor alle leerlingen. Het snel ervaren van succes is belangrijk. Leerlingen verschillen in vaardigheid, de leraar houdt daarmee rekening door alternatieve taken of de leerlingen passen de moeilijkheidsgraad van de taak zelf aan. Je hebt altijd leerlingen die niet kunnen voldoen aan een opdracht. Je moet de differentiaties daarom paraat hebben. Ook is het weer belangrijk dat bij taken de klemtoon ligt op de individuele inspanning en vordering en niet op het resultaat of het breken van records. Ook bij wedstrijdvormen kan de focus gericht worden op persoonlijke inzet. Spelen waarbij je af bent en niet meer mee mag doen, worden vermeden. Het zijn vaak de zwakke leerlingen die het eerst uitvallen. Die worden daardoor sterk gedemotiveerd, terwijl ze eigenlijk de meeste oefening nodig hebben. »

Contact:

hans.dijkhoff@kvlo.nl

Bij spelletjes waarbij je elkaar moet aflossen zet je zwakkere leerlingen niet achteraan, want dan krijgen zij de schuld bij verlies. Wat je aanbiedt moet samenwerking uitlokken tussen leerlingen met verschillend vaardigheidsniveau.

Uitleg

Een duidelijke presentatie stimuleert de betrokkenheid: de leerling weet wat er gaat komen, wat er verwacht wordt en ziet het verband tussen de huidige en de toekomstige leerinhouden. Een demonstratie door leraar en/of door leerlingen, een boeiende presentatie via beeld- en videomateriaal, cd-rom, kijkwijzers en dergelijke, werken verhelderend en nodigen uit tot nabootsen, uitproberen, herhalen en verfijnen. Bij een nieuwe bewegingsopdracht kun je bepaalde inzichten bijbrengen, onder andere over lukken en mislukken bij motorische vaardigheden. Het tussentijds uitleggen van wat je doet, helpt leerlingen ervaren wat de essentie is tijdens het leren. Het eindeloos drillen van skills zonder te weten waarvoor ze dienen, zal de motivatie niet ten goede komen. Leerlingen leren een persoonlijke betekenis geven aan hun acties. Leerlingen ervaren dat succes grotendeels afhankelijk is van de eigen inspanningen en dat iedereen ooit een beginner is geweest. Leerlingen beseffen dat jouw LO-doelen gericht zijn op het leren deelnemen en dat het niet gaat om de beste te worden. En dat je daarbij humor gebruikt op de momenten dat het kan, is eigenlijk vanzelfsprekend. Ook het zelf meedoen met een activiteit stimuleert en motiveert leerlingen.

Management

De leerlingen komen na een weekend de klas binnen. Dan doe je navraag naar hun (sportieve) belevenissen. Ze mogen hun 'ei' kwijt. Je zorgt voor een leerbevorderend klimaat door rekening te houden met persoonlijke gevoelens en emoties. Bij het kastspringen gaat er iemand onderuit. Als er een klimaat van veiligheid is waarbij de leerlingen fouten kunnen maken zonder uitgelachen te worden en waarbij ze zonder gezichtsverlies een gemakkelijkere taak kunnen kiezen, dan is dat helemaal niet erg.
Tijdsmanagement is ook belangrijk. Je zorgt voor voldoende leertijd om tot betrokkenheid te komen. Te korte leermomenten en vlinderen leiden tot oppervlakkig plezier terwijl te lange oefenbeurten leiden tot verveling. De toppers voelen die balans precies aan. Taken kunnen de interesse wekken wanneer ze in een nieuw jasje worden gestoken. Dat kan door alternatieve materiaalopstellingen en creatief materiaal- en ruimtegebruik. Het samenstellen van groepen en het kiezen van partners beïnvloeden ook hoe de les zal verlopen.

Evaluatie

Evaluatie kan betrokkenheid positief beïnvloeden vanuit verschillende invalshoeken te beginnen bij het zelfbeeld van leerlingen. Dat wordt op de proef gesteld in de les LO tijdens de 'publieke' testsituatie. Iedereen kan zien dat je de laatste was, iedereen kijkt toe hoe je over de kast struikelt. Door de evaluatieprocedure aan te passen vermijd je dat leerlingen in vervelende situaties terechtkomen. Voor publiekelijk maken van toetsuitslagen (via een uithangbord) geldt hetzelfde.
Procesevaluatie werkt betrokkenheid in de hand doordat rekening gehouden wordt met wat de leerling eerst kon, zijn mogelijkheden en zijn groei. Vandaar dat de beginsituatie zo belangrijk is. Door de vordering van de leerlingen te waarderen, wordt er een taakgericht klimaat gecreëerd. De leerlingen kunnen zelf betrokken worden bij de evaluatie. Als we zelfwerkzaamheid en zelfverantwoordelijkheid willen stimuleren, moeten de leerlingen kansen krijgen om hun prestaties te evalueren aan de hand van criteria die door jou en/of door henzelf bepaald worden. Het gaat er dus om dat leerlingen hun eigen beginscores met de eindtoets vergelijken, of met hun eigen vooropgestelde criteria in plaats van onderling te vergelijken. Het relativeren van scores en uitleggen hoe het komt dat bepaalde leerlingen beter presteren in het ene domein dan in het andere, kan helpen om de ongezonde concurrentie af te zwakken. Herinner de leerlingen eraan dat fouten deel uitmaken van het leerproces. De emoties van succes en mislukking worden bespreekbaar en meer toegankelijk wanneer leerlingen het evaluatiegebeuren mee bepalen en zichzelf normen opleggen.
Feedback als tussentijdse evaluatie is de manier voor de leraar (en voor de medeleerlingen) om de positieve relaties te onderhouden. Taakgerichte en geïndividualiseerde feedback heeft betrekking op de uitvoering van de taak en niet op de persoon. Vermijd lof die naar iemands bekwaamheid verwijst zoals "je bent zeer goed" omdat de klemtoon dan valt op de persoon (en niet op de taak) en aanleiding geeft tot vergelijken van prestaties. Aanmoedigende feedback is heel belangrijk bij leerlingen die zelfvertrouwen missen. Negatieve feedback werkt bij zwakke leerlingen doorgaans negatief, terwijl dit bij vaardige leerlingen een wisselend effect heeft. Over de wijze van feedback geven staat in dit blad nog een tweetal artikelen.

Positieve interpersoonlijke relaties

Je kunt betrokkenheid uitlokken wanneer je samen met de leerlingen een sfeer van openheid, veiligheid en begrip opbouwt. Betrokkenheid ontstaat op basis van welbevinden. Daarnaast zal de mate waarin je betrokken bent bij de leerlingen en het lesgebeuren in belangrijke mate de kwaliteit van de leerlingenbetrokkenheid bepalen. Een gemotiveerde, geëngageerde en enthousiaste leraar lokt leerlingenbetrokkenheid uit en heeft oog voor het welbevinden van individuele leerlingen. De leraar bant de persoonlijke en negatieve gevoelens uit de les.

Reflectie

Je reflecteert over je interpersoonlijk gedrag ten dienste van het criterium 'leerlingenbetrokkenheid'. Je gaat na in welke mate de leerlingen met plezier geleerd hebben. Na analyse kan je nieuwe taken en andere werkvormen aanbieden die nauwer aansluiten bij de exploratiedrang en het behoeftepatroon van de leerlingen. Welbevinden en betrokkenheid worden beschouwd als basisvoorwaarden om tot leren te komen. Bevlogen leraren beïnvloeden leerlingenbetrokkenheid gunstig door de manier waarop ze in relatie treden met hun leerlingen (interpersoonlijke vaardigheden) en de wijze waarop ze invulling geven aan hun lesgeef taken. De interpersoonlijke vaardigheden van de leraar zorgen voor het leerklimaat waar zowel bewegingsgebonden doelen gerealiseerd worden en zeer specifiek persoonsgebonden doelen ruimte tot ontplooiing krijgen.
De bevlogen docenten die je je nog herinnert van vroeger hebben al deze kwaliteiten in zich en gebruiken ze ook, bewust of onbewust. Ze hebben een groot empathisch vermogen. Al met al is wel duidelijk dat het heel complex is om een goede docent te zijn.

De literatuurlijst is bij de redactie op te vragen.

Lia Voerman, ‘Feedback van docenten in de klas’

Het analyseren en ontwikkelen van feedbackgedrag van docenten in het voortgezet onderwijs

De boodschap overbrengen is een ding. Hoe je dat doet is twee. We kennen allemaal de spreuk ‘C’est le ton qui fait la musique’. Daar gaat het in dit artikel over. En hoewel het over het algemeen gaat over docenten in gewone klassen denken we dat het voldoende waardevol is om door onze doelgroep te laten lezen. We kunnen de toon van het stuk dan meenemen in onze omgang met leerlingen. Verderop in dit blad een stuk over hoe een docent zelf een kleinschalig onderzoek heeft gedaan in het gymlokaal.

Door: Alien Zonnenberg

Lia Voerman is afgelopen juni gepromoveerd op een baanbrekend onderzoek naar het geven van feedback in de klas. Geboeid door het proefschrift heb ik haar geïnterviewd om wat meer te weten te komen over de achtergronden van dit onderzoek, de aanleiding en haar werkwijze van het coachen. Mijn interesse was tevens gerezen door de vraag van mijn collega’s of er al onderzoek is gedaan naar het geven van positieve feedback in de lessen en de werking van positieve psychologie op het leren van studenten.

Dochter

In ons gesprek vertelt Lia Voerman over de aanleiding, of liever gezegd haar gedrevenheid om docenten op te leiden om, veel beter dan nu het geval is, te leren om effectieve feedback te geven. Dit is het verhaal van Annemarijn, de dochter van Lia, die in tranen thuis kwam na de wiskundeles, omdat de leraar haar- in haar beleving- duidelijk had gemaakt dat ze er nooit iets van zou bakken. Lia besloot om haar dochter zelf te coachen en aan de keukentafel leerde Annemarijn opnieuw vertrouwen te krijgen in haar eigen mogelijkheden en kwaliteiten om wiskunde te kunnen leren en met succes. De belangrijkste ontdekking was dat positieve feedback op haar mogelijkheden het zelfvertrouwen in haar eigen kunnen teruggaf. Deze ervaring is het beginpunt geweest dat vervolgens jaren later tot dit grote onderzoek onder 78 scholen van het voortgezet onderwijs, naar het analyseren en ontwikkelen van feedbackgedrag van docenten heeft geleid.

In haar dissertatie wordt vanuit een literatuurstudie het begrip feedback in een nieuw perspectief geplaatst, met belangrijke implicaties voor het leren en doceren. Op basis van deze kenmerken waar feedback aan behoort te voldoen wil het effectief zijn, is er een onderzoek onder 78 scholen voor voortgezet onderwijs gehouden. Vervolgens heeft Lia een pilottraject opgezet op een school om effectief feedbackgedrag te ontwikkelen.

‘Opmerkelijk en verontrustend’

De eerste gegevens uit het onderzoek naar feedbackgedrag van docenten op 78 scholen voortgezet onderwijs laten een verontrustend beeld zien over het feedbackgedrag van de docenten. (Op dit moment is dit onderzoek ook herhaald op diverse basisscholen en hbo-scholen, de uitkomsten zijn vergelijkbaar)

- zelden geven docenten die vormen van feedback, die leiden tot effectief leerbevorderende/stimulerende resultaten
- negatieve feedback werkt veel dieper door dan de gemiddelde leerkracht weet of zich bewust van is

»

Contact:

acczonnenberg@che.nl

- men is zich vaak niet eens bewust van het negatieve karakter van de gegeven feedback
- docenten weten in theorie dat het goed is om positieve feedback te geven, maar in verhouding blijkt het percentage positief/negatief feedback toch door te slaan naar negatieve ongerichte feedback

De literatuurstudie levert verassende conclusies
In haar hoofdstuk *'Feedback revisited', veranderende perspectieven en hun invloed op leren*, worden drie thema's beschreven. Het eerste thema is de invloed van emotie op leren; het tweede thema gaat over het verschil tussen prijzen en feedback op de persoon en de verwarring van deze twee concepten en tenslotte het derde thema verhaalt over het verschil tussen discrepantie feedback en progressie feedback.

Thema 1. De invloed van emotie op leren, vanuit de positieve psychologie.
Er is een toenemend bewijs dat positieve emoties invloed kunnen uitoefenen op het denken, de cognitieve processen en het sociaal gedrag en het beïnvloeden van de visuele aandachtsconcentratie. Positieve emoties dragen bij aan de integratie van nieuwe informatie en het vrijkomen van beschikbare informatie, waarschijnlijk veroorzaakt door een grotere aandachtsconcentratie. Negatieve emoties hebben de neiging om de aandachtsconcentratie te verkleinen, terwijl positieve emoties de aandacht vergroten en de creativiteit stimuleren. Een onderzoek onder zestig managementteams laat zien dat positieve feedback cruciaal is voor goede werkresultaten. Het gaat daarbij om het creëren van een emotionele ruimte, nieuwsgierigheid en zin om te leren.

- *Positieve feedback: 'more is better up to a point' krachtige positieve feedback schept een emotionele ruimte, die de mogelijkheden tot leren vergroot. Het creëert een open houding die leidt tot groei.*
- *Negatieve feedback: 'less is better up to a point', het verengt de emotionele ruimte en verkleint de mogelijkheden om te leren.*

Thema 2. Het verschil tussen prijzen en feedback op de persoon en de verwarring van deze twee concepten.
Het verouderde, vrij algemeen aanvaarde denkbeeld, dat positieve feedback op de persoon niet zinvol zou zijn behoeft duidelijk een nadere nuancering en ontmaskering. Als belangrijkste reden werd aangevoerd dat het de persoon zou afleiden van de taak en daarmee niet relevant zou zijn. Echter, de onderzoeken over emotie en

FOTO: ANITA RIEMERSMA

leren laten voldoende ruimte voor nuancering en relativering. Het is van belang om een duidelijk onderscheid maken tussen prijzen en feedback gericht op de persoon. Het verschil daartussen bepaalt de uitkomsten, juist de verwarring tussen deze beide begrippen heeft geleidt tot meerdere misvattingen. Daarnaast leidt een goed onderscheid tot prijzen en feedback op de persoon tot grote verschillen in het effect van deze beide typen feedback.
Prijzen op zich is een van de meest voorkomende vormen van feedback. In eerste instantie is prijzen een vorm *van positieve niet specifieke feedback*, zoals 'goed gedaan' of ieder compliment dat geen heldere informatie geeft. Juist dit ontbreken van specifieke informatie draagt bij aan de constatering dat het niet helpt, of juist een negatief effect kan sorteren. Althans, volgens onderzoek van Kluger an DeNisi (1996). Niet-specifieke positieve feedback als 'goed zo!', werkt natuurlijk wel op de motivatie van leerlingen. Het gaat dan ook meer om de balans: geef naast niet-specifieke positieve feedback ook zoveel mogelijk specifieke positieve feedback. Feedback op de persoon, die duidelijk omschrijft waarom iets goed is gedaan, werkt wel degelijk stimulerend en bevordert het leren.

Thema 3. Het verschil tussen discrepantie feedback en progressie feedback.
Van belang is dat docenten leren om beide vormen van feedback te geven. Progressie feedback werkt stimulerend en geeft een positief gevoel om door te gaan. Juist deze vorm van feedback werd in het onderzoek onder de 78 scholen vaak gemist.
Uit de bovengenoemde literatuurstudie van met name de positieve psychologie van het leren, heeft Lia de belangrijkste kenmerken van effectief feedbackgedrag gedestilleerd. *'Effectieve feedback* is specifiek en niet te uitgebreid en deze specifieke feedback kan ook gericht zijn op de kernkwaliteiten van de persoon. Ze is vaker positief dan negatief (3:1) en kan gaan over de progressie ten opzichte van een vroeger niveau van functioneren, als ook over discrepantie met het gesteld doelniveau'.
De verschillende soorten feedback worden voor het onderzoek onder de scholen onderscheiden en zijn gecodeerd. Middels videobeelden in de klas worden de gegevens verzameld en geanalyseerd. Het gaat daarbij om de volgende indeling:

- positieve specifieke feedback
- positieve niet-specifieke feedback
- negatieve specifieke feedback
- negatieve niet-specifieke feedback
- alle overige interventies (vragen beantwoorden, instructies).

Door een filmopname van de lessen en het analyseren, door het aantal keren feedback te tellen en te ordenen naar soort, krijgt iedere docent een heel goed beeld van zijn kwaliteiten en concrete handvatten waaraan hij kan werken. Deze gegevens worden geanalyseerd aan de hand van tien minuten les.

Aan de slag met feedback in de klas

Over het FeTiP-traject (Feedback Theory into Practice); een professionaliseringstraject. Dit gaat over het ontwikkelen van feedbackgedrag van leraren middels videoanalyse. Voor dit deel van het onderzoek is er een pilot gedraaid op een van de onderzochte scholen, met als doel het feedbackgedrag van docenten te verbeteren. Het gesprek met de docent over zijn videoanalyse van tien minuten les is boeiend om mee te maken. Als beginpunt van het onderzoek naar FeTiP op een middelbare school heeft Lia de ervaring dat ze er allemaal lachend uitkomen, dit als antwoord op mijn opmerking dat sommige collega's het best spannend zouden vinden om 'beoordeeld' te worden op grond van beelden. Haar antwoord spreekt voor zich: 'teach what you preach', dat betekent dat de waarde van het positief coachen bovenaan staat. Dat van iedere deelnemer de persoonlijke kwaliteiten worden benoemd, datgene wat iemand als vanzelf meeneemt. Daarnaast wordt er gekeken naar de modus en de strategie. Op basis van positieve feedback en feedback gericht op het verbeteren van die kwaliteiten die al aanwezig zijn, wordt opnieuw leren een uitdaging. De docent is daarmee een positieve ervaring rijker en ziet inderdaad waardoor hij kan groeien in het geven van positieve en/of negatieve specifieke feedback.
De werkwijze van het professionaliseringstraject bestaat er onder meer uit dat de leraar tijdens de les gecoacht wordt op feedback geven, op twee manieren. Bij de eerste manier is de trainer-coach in de les en die begeleidt de leerlingen, gebaseerd op wat de docent graag wil zien. Lia heeft een zendmicrofoon om, zodat ze contact heeft met de leraar die ter plekke kan profiteren van de voorbeelden van feedback en de aanwijzingen die ze geeft. De docent filmt de trainer-coach. Daarna worden de rollen omgedraaid en filmt de trainer-coach de docent tijdens de begeleiding van de leerlingen. De leraar kan daarmee direct aan de slag met een ander groepje leerlingen. En ook al loopt het soms niet zoals je wilt, dan is er nog de evaluatie waarin ze samen terugkijken naar de filmbeelden en bespreken op welke manier het een volgende keer anders kan. De video-coaching; het gebruik van beelden van de lessen, is een krachtig hulpmiddel, ten eerste om de beginsituatie te laten zien, maar ook om het resultaat van het coachingsproces zichtbaar te maken. En daarmee succeservaringen te genereren.

Opbrengsten en conclusie

In de pilot werd zichtbaar dat de docenten hun feedbackgedrag veranderden naar meer (positieve en negatieve), specifieke feedback en dat de verschillende werkwijzen binnen dit traject een positief effect hadden op het leren van de docenten. Van cruciaal belang was het effect van de betrokkenheid van de schoolleiding op de feedbackcultuur van de school.
Het werken met video-coaching en het 'in company' aanbieden van dit professionaliseringstraject biedt een unieke mogelijkheid om structureel een kwaliteitsslag te maken. Het is een mooi voorbeeld van gedegen wetenschappelijk onderzoek dat zich direct vertaalt naar een verbeterde onderwijspraktijk en in het slotwoord aanbevelingen doet voor een vervolg.
"Ergens verbazingwekkend", concludeer ik, "dat in principe iedere leraar in zijn achterhoofd wel weet dat het geven van meer positieve feedback goed werkt, maar dat weten en kunnen echt twee verschillende werelden zijn". Lia is het daar volmondig mee eens.

Literatuur

Voerman L. *Feedback in the classroom: Analyzing and developing teachers' feedback behavior in secondary education.* ISBN: 978-94-6259-189-9

TOPIC

“We hebben teveel pizzabezorgers”

Interview met een opleidingsmanager

Als je aandacht gaat geven aan de motiverende vakspecialist kun je natuurlijk niet voorbijgaan aan de opleiding waar die specialisten worden voorbereid op de praktijk. Zo kwam ik op de ALO in Amsterdam voor een gesprek met opleidingsmanager Hans Mackaaij. Mijn lijstje met vragen kon snel in mijn zak. Na de eerste vraag was Mackaaij niet meer te stoppen.

Door: Hans Dijkhoff

Een telefoontje naar de ALO. Ik had een tijdje in de file gestaan, was wat later en hoopte dat het niet van de gesprekstijd af zou gaan. Nou dat was zeker niet het geval. Voor de dictafoon aangaf er geen zin meer in te hebben, waren er ruim twee uur verstreken. En dan moet je er maar twee pagina’s geschreven tekst van maken...

Ik vertel de insteek van mijn interview en geef het woord aan Hans.
“We hebben teveel pizzabezorgers” zegt hij en begint vervolgens een betoog waarin hij uitlegt hoe het zover heeft kunnen komen.
Opleidingen moeten voldoen aan allerlei eisen, ook op het gebied van de instroom. Ten behoeve van economische motieven heeft de ALO de laatste jaren veel studenten moeten aannemen. In de propedeuse blijkt pas dat veel studenten niet geschikt zijn. De ALO is een specifieke opleiding die vraagt om stabiele persoonlijkheden met een drive kinderen goed te leren bewegen en daar moet je als student wat voor over hebben.

‘Verkeerde’ studenten

Die ongeschikte studenten brengen veel problemen met zich mee. Op zich hoeft dat niet zo erg te zijn, maar het zijn zoveel problemen dat je niet meer kunt spreken van een uitzondering. Het is de norm geworden, waardoor we te weinig met ons vak aan de slag kunnen.

Om misverstanden te voorkomen: Ik ben een sterk voorstander van speciaal onderwijs. Kinderen die door het leven zijn klem gezet verdienen speciale aandacht van goed opgeleide leraren. Het reguliere onderwijs is eenvoudigweg niet toegerust om in overvolle klassen die speciale gevallen goed te begeleiden. Passend onderwijs is een illusie.
Dat gaan de reguliere leerkrachten niet trekken. In het HBO staan de niveaueisen centraal en kun je als opleiding niet teveel probleemgevallen aan.”

“Het is toch te zot voor woorden dat een student van 105 kilo aan de examencommissie vraagt of hij een vervangende opdracht kan krijgen voor bepaalde praktijkonderdelen. Het is zijn eigen verantwoordelijkheid. Dan gaat hij maar afvallen om te zorgen dat hij de onderdelen wel kan beheersen. Dit is maar een voorbeeld hoor.
Er moet wat gebeuren om deze cultuur te keren. Daarom zou ik het mooi vinden als de opleiding hogere eisen gaat stellen aan de eigen vaardigheid. Je moet hier zodanig aan de bak en de prestatie-eisen zijn zodanig hoog dat het onmogelijk is om er een baan bij te hebben als pizzabezorger.“

“Een ander punt op dit vlak is het aantal herkansingen dat een student mag doen. “Dit moet je veel meer aan een maximum totaal aantal verbinden, want je stimuleert op deze wijze calculerend gedrag. Studenten gebruiken vaak een eerste gelegenheid om te kijken hoe een tentamen in elkaar zit met als gevolg dat een docent urenlang rotzooi zit na te kijken en daarop leegloopt. Daar moeten we vanaf. Doordat je alles mag herkansen, wordt de studiediscipline niet bepaald bevorderd. Maximaal vier herkansingen per studiejaar (vier over alle vakken in totaal), dat zou mooi zijn.”

In 1973 ontving hij het laatste diploma van de HBS (hogere burgerschool), een naam die de toenmalige gelaagdheid van de maatschappij aardig weergaf.
Na in vier jaar de Halo te hebben afgerond werkte hij op een cluster van drie lagere scholen in Zoetermeer terwijl hij in de avonduren pedagogiek aan de Nutsacademie in Rotterdam studeerde. Vervolgens ging hij werken als sportdocent op de Streekschool voor Beroepsbegeleidend Onderwijs in Leiden. Daar waren alle vakopleidingen niveau 1 en 2 onderge-bracht. Na 12 jaar was hij toe aan een carrièreswitch en is hij een eigen zaak begonnen in bedrijfsfitness.
Toen kwam er op het Cios in Overveen (nu Haarlem) een baan vrij voor een docent ‘sport en ondernemen’. In de loop der jaren kreeg hij er steeds meer taken bij; schreef een aantal studieboeken over management en heeft er een prachtige tijd gehad. Van daaruit werd hij na tien jaar gevraagd mee te doen in de ontwikkelgroep van de S&MO-opleiding, waar hij uiteindelijk een volledige baan had. Vervolgens werd hij gevraagd opleidingsmanager te worden van de ALO die in hetzelfde gebouw zetelt.

FOTO: HANS DIJKHOFF

Coaching

"Een ander aspect van het meer prestatiegerichte studieklimaat is de coaching. Het geven van individuele aandacht is de laatste jaren toegenomen. Hier is een risico aan verbonden: de behoefte aan aandacht versterkt zichzelf en kan worden overdreven tot 'pamperen'. Pamperen ondermijnt de ontwikkeling van het nemen van persoonlijke verantwoordelijkheid en prestatiedrang. Ik ga op zoek naar mogelijkheden om die persoonlijke aandacht wat te verminderen.
Om dit te bereiken moet het curriculum anders worden ingericht. Dat is organisatorisch sowieso al erg moeilijk te realiseren. Meer praktijk betekent minder individuele begeleiding, maar we gaan er wel voor."

> "Ik zie de hele cultuur opschuiven van **leren en presteren** naar regelen en onderhandelen."

Vroegtijdige selectie

Belangrijk is selectie voor de poort. "Daarom hebben we een nieuwe toelatingstest uitgewerkt. "Het is straks voor niemand meer mogelijk goed op alle onderdelen van deze test te scoren zonder daarvoor te trainen. We willen dat je er moeite voor doet om op deze opleiding te komen.
Natuurlijk is het niet zo dat je een betere leraar wordt als je drie kilometer kunt hardlopen binnen veertien minuten, maar het feit dat we vragen om stevig te investeren om op de ALO te komen gaat wel helpen. We zetten ook een psychologische meting in bij de selectie: 'talent sense'. Die meet drie zaken waarmee je het studiesucces vrij behoorlijk kunt voorspellen: komt je profiel overeen met het profiel van de ALO?; ben je emotioneel stabiel?; ben je studiebelastbaar? Daar hebben we categorieën voor. Het kan dan zijn dat een kandidaat wordt afgewezen op basis van twee voorspellers. Dan zeggen we: 'zorg ervoor dat je dit volgend jaar op orde hebt, dan nemen we je wel aan'.

In dat kader is het ook niet erg dat je weer moet gaan lenen voor je studie. Dat is psychologisch juist goed want dan wordt het jouw studie en als je het haalt, hoef je een groot deel van het geld niet terug te betalen.
Het mag allemaal wel wat steviger. Het klagen en onderhandelen over een onvoldoende moet afgelopen zijn. Het gros van de studenten vindt het ook wel lekker als er eisen worden gesteld. Studenten kunnen dan ook weer trots zijn op de ALO, want die staat ergens voor"

We bespraken nog veel meer. In het kader van het topic heb ik dit er uitgelicht. Met gemotiveerde studenten worden de opleiders ook weer gemotiveerd en dat levert goede docenten LO op. Dat maakt de cirkel rond.

Contact:

hans.dijkhoff@kvlo.nl

De doelen van gezondheidsgerelateerde lichamelijke opvoeding

De laatste jaren is er in onze samenleving een duidelijk toegenomen aandacht voor bewegen en sport als onderdeel van een gezonde levensstijl, waardoor ook de les lichamelijke opvoeding steeds meer gezien wordt als een middel om de gezondheid van jongeren te bevorderen. Is het eigenlijk mogelijk om via de lessen lichamelijke opvoeding de gezondheid van jongeren te bevorderen en hoe zou een lessenreeks gezondheidsgerelateerde lichamelijke opvoeding er bij voorkeur uitzien?

Door: Leen Haerens e.a.

Via de lessen lichamelijke opvoeding ervaren jongeren idealiter sport en bewegen in al zijn facetten. Elke lessenreeks kan een duidelijke focus hebben: het verleggen van grenzen, het bijbrengen van spelinzicht, het bevorderen van het sociaal functioneren, of het integreren van beweging in het dagelijkse leven (Haerens, Kirk, Cardon, & De Bourdeaudhuij, 2011). Maar hoe kan de les lichamelijke opvoeding jongeren aanzetten tot een actieve levensstijl? En welke rol speelt het leerklimaat, de leerkracht en de motivatie van leerlingen in dit proces? Die vragen staan centraal in onderzoek dat de laatste jaren aan de Universiteit Gent is gedaan. In dit artikel zijn de bevindingen van dit onderzoek vertaald naar de lichamelijke opvoeding in Nederland.

Lichamelijke opvoeding en gezondheid op gespannen voet?

Volgens Human Movement & Sports 2028 (Brouwer et al., 2011) is de doelstelling van lichamelijke opvoeding *"dat jeugdigen op school, steeds vanuit een pedagogisch perspectief, (meer) bekwaam raken voor deelname aan sport en bewegingssituaties, als onderdeel van een gezonde en actieve leefstijl"*. In deze vakdoelstelling, opgesteld door SLO, KVLO en ALO's samen met andere experts, wordt dus expliciet melding gemaakt van een actieve leefstijl en gezondheid. In de kerndoelen van de onderbouw VO luidt kerndoel 58: *"De leerling leert door deel te nemen aan praktische bewegingsactiviteiten de waarde van het bewegen voor gezondheid en welzijn kennen en ervaren."* En in het examenprogramma van havo/vwo is 'Bewegen en gezondheid' een van de vijf domeinen. Er is dus geen enkele twijfel over mogelijk dat er binnen de lichamelijke opvoeding aandacht nodig is voor de relatie tussen bewegen en gezondheid. Maar hoe kan een docent hieraan voldoen?

Doelstelling lessenreeks gezondheidsgerelateerde lichamelijke opvoeding

Over de doelstellingen van een lessenreeks gezondheidsgerelateerde lichamelijke opvoeding is de laatste jaren heel wat gedebatteerd in de wetenschappelijke literatuur:
gaat het om het bevorderen van de fysieke fitheid (uithouding, kracht, lenigheid, snelheid, coördinatie)? Gaat het om het verhogen van de fysieke activiteit tijdens de les? Of staat plezierbeleving centraal?

Fysieke fitheid als doel

In de jaren '80 lag de klemtoon heel sterk op het verbeteren van de algemene fitheid van jongeren (kracht, snelheid, lenigheid, uithouding, coördinatie). In die periode werd bijvoorbeeld de Eurofit-test batterij op grote schaal afgenomen. Dergelijke 'fitheidsgerichte' benadering bleek echter zeer demotiverend voor die kinderen en jongeren die minder actief en bewegingscompetent zijn, het bevordert namelijk de vergelijking van onderlinge scores. Bovendien is er maar zeer weinig bewijs voor het feit dat dergelijke vormen van Lichamelijke Opvoeding inactieve jongeren fitter maken of stimuleren om een actieve levensstijl te ontwikkelen (Slingerland & Borghouts, 2011).

FOTO: ANITA RIEMERSMA

Fysieke activiteit als doel

Vanuit gezondheidsperspectief verschoof de klemtoon eind jaren '90 van het bevorderen van de fysieke fitheid naar het verhogen van de fysieke activiteit. De Nederlandse Norm Gezond Bewegen stelt dat jongeren dagelijks 60 minuten matig tot intensief fysiek actief moeten zijn. Vanuit dit perspectief zou Lichamelijke Opvoeding zich dan vooral toespitsen op het verhogen van de activiteitsgraad tijdens de les lichamelijke opvoeding, waarbij een goede les lichamelijke opvoeding een les is waar kinderen veel bewegen en zweten. Een dergelijke visie lijkt echter enkele beperkingen te hebben. Onderzoek toont aan dat het aantal minuten matig tot intensieve fysieke activiteit in de huidige lessen lichamelijke opvoeding eerder laag ligt. In het Nederlandse voortgezet onderwijs wordt er gemiddeld 20 minuten per les matig tot intensief bewogen (Slingerland, Oomen, & Borghouts, 2011) en in Vlaanderen gemiddeld 14 minuten (Aelterman et al., 2012). Tenzij er meer uren lichamelijke opvoeding worden voorzien in het curriculum en dit gecombineerd wordt met tal van andere strategieën ter promotie van fysieke activiteit (FA) op school (bv. tijdens de middagpauze), lijken de beschikbare onderzoeken te suggereren dat het verhogen van de activiteitsgraad op zichzelf altijd onvoldoende zal blijven. Bovendien kun je je afvragen of een te eenzijdige focus op 'veel bewegen' in de les, niet ten koste zal gaan van de plezierbeleving van (met name de minder fitte) leerlingen, en ten koste van het aanleren van de overige bekwaamheden die centraal staan binnen de LO, zoals de bewegingsbekwaamheid en regelbekwaamheid. Ter illustratie, een docent lichamelijke opvoeding kan kiezen voor een lessenreeks Zumba om de activiteitsgraad tijdens een lessenreeks te maximaliseren. Een andere docent laat leerlingen in groepjes een danscombinatie uitwerken, stimuleert leerlingen om te overleggen over de choreografie en kledij, en laat leerlingen optreden voor elkaar. Deze laatste lessenreeks heeft wellicht een lagere activiteitsgraad dan een lessenreeks Zumba, maar kan even goed een hoge leertijd hebben (bv. op niveau van regelbekwaamheid) .

Contact:

Leen.Haerens@UGent.be

Plezier in bewegen als doel

Uit tal van internationale onderzoeken (voor een overzicht zie Van den Berghe et al., 2013) bleek dat jongeren die begrijpen waarom de lessen lichamelijke opvoeding zinvol en nuttig zijn en er plezier aan beleven, meer fysiek actief zijn in hun vrije tijd.
De Zelf-determinatie theorie (SDT, Deci & Ryan, 2000) verwijst in dat opzicht naar de term autonome motivatie. Wanneer jongeren autonoom gemotiveerd zijn, hebben zij het gevoel dat ze 'willen' deelnemen en ervaren ze hun deelname als hun persoonlijke en vrije keuze, ze hebben '*zin*' om te bewegen en te sporten omdat ze het nut er van inzien of omdat ze het leuk vinden. Uit een onderzoek bij meer dan 2600 Gentse universiteitsstudenten over hun vroegere ervaringen met lichamelijke opvoeding (Haerens et al, 2010) bleek bijvoorbeeld duidelijk dat leerlingen met meer autonome motivatie voor LO, ook meer fysiek actief zijn en blijven op latere leeftijd. Positieve ervaringen tijdens de lessen lichamelijke opvoeding houden dus verband met de mate van fysieke activiteit van jongeren op lange termijn! Willen we jongeren stimuleren om buiten de les lichamelijke opvoeding actief te zijn, dan kan het dus belangrijk zijn om autonome motivatie te bevorderen.

Recent werd vanuit deze laatste benadering van gezondheidsgerelateerde lichamelijke opvoeding een *pedagogisch model* ontwikkeld (Haerens et al., 2011). Binnen dit pedagogisch model worden de doelstellingen, het didactisch handelen en de leerinhouden voor een lessenreeks gezondheidsgerelateerde lichamelijke opvoeding in samenhang beschreven. De centrale doelstelling van een lessenreeks gezondheidsgerelateerde lichamelijke opvoeding binnen het pedagogisch model luidt bijgevolg:

Jongeren begrijpen waarom sport en bewegen belangrijk is voor hun gezondheid, ze zien het nut en het belang er van in en beleven plezier aan bewegen en sporten zodat ze aangezet worden om sport en bewegen te integreren in hun vrije tijd.

In het praktijkkatern wordt beschreven hoe dit tot uitdrukking zou kunnen komen in de lessen.

Over de auteurs

Leen Haerens, Greet Cardon en Isabel Tallir zijn lid van de Vakgroep Bewegings- en Sportwetenschappen, Universiteit Gent
Maarten Vansteenkiste is lid van de Vakgroep Ontwikkelings-, Persoonlijkheids- en Sociale Psychologie, Universiteit Gent
Lars Borghouts is docent op de Fontys Sporthogeschool, Eindhoven
Christa Krijgsman werkt op het Sint-Janslyceum 's-Hertogenbosch

MASTER OF SPORTS: VERGROOT JE KWALITEITEN!

Wil jij je ontwikkelen, je vak verder onderbouwen en professionaliseren? Zoek je verdieping door middel van onderzoek? Dan is de opleiding Master of Sports de juiste opleiding voor jou.

Fontys Sporthogeschool biedt deze succesvolle **NVAO geaccrediteerde opleiding** 2-jaarlijks aan. Het eerstvolgende startmoment is **september 2015**. Deze Master legt het accent op **toegepast onderzoek** en belicht de **education** kant van het vakgebied. Ontwikkelingen op het gebied van health komen in grote lijnen aan bod.

De twee-jarige opleiding wordt in **deeltijd** aangeboden op vrijdagmiddag en -avond in Eindhoven.

Lerarenbeurs
Deelnemers uit het onderwijs kunnen gebruik maken van de Lerarenbeurs voor (co)financiering. Een deel van de kosten en vervanging binnen het eigen onderwijsinstituut kunnen hier worden aangevraagd.

Docenten
De Master of Sports heeft een **sterk, hoogopgeleid basisteam**, onder leiding van dr. Lars Borghouts. Daarnaast worden toonaangevende gastsprekers aangetrokken voor inbreng op specifieke terreinen.

Geinteresseerd?
Ga dan naar www.masterofsports.nl voor meer informatie of het aanmelden voor de Master of Sports nieuwsbrief.
Op **maandag 19 januari a.s.** vindt de eerstvolgende bijeenkomst plaats, aansluitend aan de studiedag VO. Andere data worden gecommuniceerd via de website en nieuwsbrief. Ga naar de website en meld je nu aan voor de informatieavond.

Fontys Sporthogeschool

Cao's PO en VO afgesloten en nu? (2)

Er is lang over gedaan om, zowel in PO als VO, te komen tot een nieuwe cao. Namens de FvOv/KVLO voerde Sandra Roelofsen de onderhandelingen. Na lange onderhandelingen was er op 15 april 2014 een onderhandelaarsakkoord in het VO en op 2 juli 2014 in het PO. Daarna begon pas het uitschrijven van de teksten in de cao's waarbij die van het PO nog niet gereed zijn. In dit artikel een uitleg van enkele punten.

Door: Sandra Roelofsen

In een vorig artikel werden puntsgewijs enkele zaken doorgenomen uit de cao VO. In dit artikel is de cao PO aan de beurt.

Cao PO

Looptijd van deze cao is van 1 juni 2014 tot en met 30 juni 2015. Het loon is vanaf 1 september met 1,2% verhoogd. De afspraak is dat in 2015 wordt gekeken naar de ontwikkeling in de markt (referentiemodel). Is de loonstijging daar hoger dan 1,6% dan wordt het meerdere toegevoegd aan de lonen in het PO.

Professionalisering

Elke OP'er (onderwijzend personeel), OOP'er (onderwijs ondersteunend personeel) en elke schoolleider is verantwoordelijk voor de eigen professionalisering en maakt daarover jaarlijks afspraken in het POP (persoonlijk ontwikkelingsplan).
OP en OOP hebben recht op twee uur per week (naar rato) voor professionele ontwikkeling (naast eventueel opgedragen scholing); de afspraken over 10% deskundigheidsbevordering komen te vervallen.
Op schoolniveau is per FTE gemiddeld € 500,00 beschikbaar.
Om de kwaliteit en de professionalisering van leerkrachten verder te ondersteunen en te ontwikkelen zijn de volgende uitgangspunten afgesproken:
Iedere leerkracht met een afgeronde Pabo of bevoegdheid LO is startbekwaam en moet in drie jaar komen tot basisbekwaamheid. Een startende leerkracht krijgt daarvoor maximaal drie jaar 40 uur extra (naar rato) per jaar. Als je basisbekwaam bent (daarvoor komen toetsbare criteria in de cao) dan kom je in schaal LA 4, ben je eerder basisbekwaam dan kom je ook eerder in LA 4. Ben je na drie jaar niet basisbekwaam dan kan dat rechtspositionele gevolgen hebben.
Na de basisbekwaamheid dient een leerkracht zich te ontwikkelen tot vakbekwaamheid binnen vier jaar, daarbij past LA 8, ben je eerder vakbekwaam, dan kom je eerder in LA 8. Vakbekwaamheid is een streven, waar geen rechtspositionele gevolgen aan verbonden zijn.

Bapo op de schop; wordt duurzaamheidsregeling

Verschillende regelingen voor bepaalde doelgroepen gaan op de schop. Er is nu een regeling voor iedereen voor in de plaats gekomen. De groep waarvoor het meeste verandert is die van de senioren. De Bapo is per 1 oktober 2014 komen te vervallen. Er is echter een overgangsregeling en er blijft een mogelijkheid om verlof te sparen.
Er is een duurzaamheidsregeling ontworpen waarbij elke werknemer 40 uur (naar rato) per jaar krijgt met daarin een speciale regeling voor senioren. De 40 uur kunnen worden ingezet voor verschillende doelen: studieverlof, coaching, stage, niet plaats- en tijdgebonden werkzaamheden. De werknemer bepaalt na overleg met leidinggevende en verantwoording komt achteraf in functioneringsgesprek. In overleg kun je max. drie jaar sparen voor vooraf bepaald doel.
De nieuwe seniorenregeling biedt een bijzonder budget voor werknemers vanaf 57 jaar. Je krijgt dan 130 uur per jaar (extra, bovenop de 40 uur hierboven genoemd) die je kunt opnemen voor verlof. De eigen bijdrage daarvoor is 50% (40% voor OOP t/m schaal 8). Sparen is (beperkt) mogelijk.

Overgangsregeling

Collega's van 52 jaar en ouder krijgen 170 uur. Tot 57 jaar en daarna val je onder de nieuwe regeling. Ben je 56 jaar of ouder dan krijg je bovenop de 40 uur 300 uur extra tegen een eigen bijdrage van 50% (c.q. 40%). Je overgangsrecht is tot aan de AOW-gerechtigde leeftijd.

40-urige werkweek

Om de werkdruk in het primair onderwijs beheersbaar te maken stapt het PO over op een 40-urige werkweek. Maximale werktijd blijft 1659 uur per jaar, maar de jaartaaksysteem wordt omgezet in een 40-urige werkweek: 40 uur per week= 1 fte. De huidige arbeidsduur wordt omgezet in benoeming in uren per week. De huidige werktijdfactor x 40 = benoeming in uren (en minuten).
Vanwege deze nieuwe systematiek was het ook nodig om het vakantieverlof anders te regelen: het OP heeft in de nieuwe cao recht op 428 uur vakantieverlof (incl. feestdagen) op te nemen tijdens schoolvakanties.
Ook is afgesproken wat overwerk is: een incidentele overschrijding van je werktijdfactor. Dat moet in tijd gecompenseerd worden in dezelfde periode tussen twee schoolvakanties. Alleen als dat echt niet kan is uitbetaling mogelijk. Daarmee wordt zoveel mogelijk voorkomen dat er steeds weer mensen worden teruggeroepen voor scholingen, extra werk enzovoort en daardoor structureel meer werken dan hun werktijdfactor hen vraagt.
Daarnaast kunnen scholen kiezen tussen twee werkmodellen: een *basismodel*, vergelijkbaar met het model dat we nu kennen met een maximale lessentaak van 930 uur voor leraren, of een *overlegmodel*, waarbij werkgever en werknemers met elkaar in overleg treden over hoe de taken verdeeld worden. Alle afspraken moeten dan met instemming van de PMR én een meerderheid van het personeel gemaakt worden.
Heb je vragen? Neem contact op met de juridische afdeling van de KVLO!
De volledige tekst van de cao PO is nog niet klaar, zodra dit wel het geval is, is de tekst op onze site te vinden.

Contact:

juristen@kvlo.nl

Berisping

Een berisping is een maatregel die regelmatig voorkomt in het onderwijs. Zo is er een recente uitspraak van de Commissie van Beroep waarbij het beroep gegrond is verklaard. Een assistent roostermaker, werkzaam in een duobaan, krijgt een schriftelijke berisping omdat hij een aantal ernstige fouten heeft gemaakt en onvoldoende heeft overgedragen aan collega's. De school vindt het plichtsverzuim en acht een berisping passend om de roostermaker te doen inzien dat zijn gedrag en houding verbetering nodig heeft.

Door: mr. Henny Koelewijn

Het gedrag van de roostermaker lijkt een combinatie van niet willen en niet kunnen. Het niet willen blijkt uit het niet nakomen van afspraken; het niet kunnen blijkt uit een gebrek aan flexibiliteit en pro-activiteit. Het is van belang onderscheid te maken tussen beide aspecten, omdat zij om een verschillende benadering vragen. Niet willen leidt bij herhaald gedrag tot de mogelijkheid van een disciplinaire maatregel; niet kunnen tot de noodzaak van een verbetertraject. Het door de school aangevoerde feitencomplex zou plichtsverzuim kunnen opleveren. Omdat de school de feiten niet apart heeft benoemd en niet heeft aangegeven waarom sprake zou zijn van verwijtbaar tekortschieten, kan niet worden beoordeeld of de sanctie in juiste proportie staat tot het gepleegde verzuim. Daarbij speelt ook mee dat het functioneringsgesprek niet gevolgd is door een beoordelingsgesprek als volgende stap in de functioneringscyclus.
Bij onvoldoende vorderingen had een beoordelingsgesprek verwacht mogen worden.

Onderscheid

Aardig aan deze uitspraak is het onderscheid dat de Commissie maakt tussen niet willen en niet kunnen. Het is niet eenvoudig om (on)wil te bewijzen of gedragingen eenduidig te kwalificeren. Een gebrek aan flexibiliteit kan ook voortkomen uit onwil en het niet nakomen van afspraken uit onvermogen. De mix tussen onwil en onkunde was op zich voldoende om het gedrag in de sfeer van plichtsverzuim te trekken. Dat het beroep toch gegrond is verklaard, komt door de proportionaliteit. Niet elk plichtsverzuim rechtvaardigt een disciplinaire maatregel, zeker als het plichtsverzuim verweven is met het niet-verwijtbaar tekortschieten in de functievervulling.

De uitspraak bevestigt het belang om bij zo'n maatregel nauwkeurig aan te geven wat de medewerker wordt verweten, waarom dat gedrag verwijtbaar is, en hoe de sanctie zich verhoudt tot de ernst van het plichtsverzuim.

Een werkgever doet er goed aan waar nodig een verbetertraject op te starten, waarbij duidelijke afspraken worden gemaakt en functionerings- en beoordelingsgesprekken worden gevoerd. Een werknemer kan zo de tijd krijgen aan te tonen dat hij zich heeft verbeterd, scholingsafspraken te maken, een coaching traject te doorlopen etc.

Houdt iemand zich niet aan afspraken dan kunnen en mogen daar consequenties aan verbonden worden.
Heb je vragen over deze of andere zaken op rechtspositioneel gebied dan kun je je wenden tot de juridische afdeling van de KVLO, te bereiken per e-mail: *juristen@kvlo.nl* en op telefoonnummer 030 693 7678.

Nummer 11
Jaargang 102 - 19 dec. 2014

Praktijk katern

Lichamelijke Opvoeding

Tikkertje, als bron voor **motivatie**

Hoe kun je, met lichamelijke opvoeding **gezondheid bevorderen?**

Kansrijke rol, voor LO-docent **op een Gezonde School (2)**

Leermiddelen **digitaal en direct** toegankelijk (4)

Een kijkje op het MBO in de gymzaal van...

KVLO

Tikkertje als bron voor motivatie

Tikkertje zien we overal: kinderen die spelen op straat, in een les bewegingsonderwijs, als warming-up van een training, als kennismakingsactiviteit op kamp en tijdens sportdagen. Iedereen die regelmatig lesgeeft aan jeugdsporters, speelt wel eens een tikspel in zijn of haar les. Hoe kan het zijn dat er vaak maar weinig kinderen tikker willen zijn? Waar ligt dit aan? Hoe kunnen we hier wat aan doen? Door een paar simpele aanpassingen kan zeker de helft van de tikspellen verbeterd worden. Tikkertje moet een feest zijn, een bron van motivatie en iets waar de kinderen naar uitkijken.

Door: Peter Schimmel

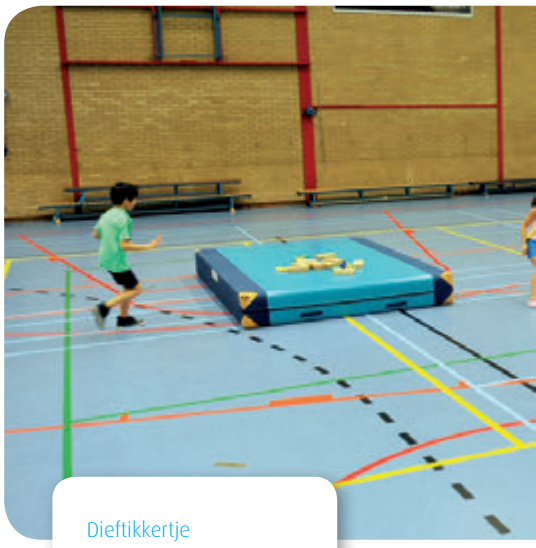
Waarom tikkertje

Wat we helaas ook zien, zijn tikspelletjes die niet 'lopen'. Tikkertje waarbij kinderen na een paar minuten de aandacht verliezen, tikkertje waarbij er weinig spanning heerst tussen wel of niet getikt worden en tikkertje waarbij er totaal geen respect heerst; kortom, tikkertje waarbij totaal geen motivatie te vinden is. Wat is de bedoeling van tikkertje? Alleen maar het bewegen op zich? In dat geval kunnen we de kinderen beter rondjes laten rennen; de eerste de beste die gaat wandelen krijgt straf. Zo weet je zeker dat iedereen meedoet. Bij tikkertje kan je immers in een hoek gaan stilstaan, en dat is niet de bedoeling.

De bedoeling van tikkertje is plezier beleven. Het bereiken van een fijne sfeer en het vergroten van de motivatie tot bewegen bij kinderen. Nog specifieker: het vergroten van de intrinsieke motivatie. Deze vorm gaat uit van innerlijke motivatie, plezier en genot. Je doet iets omdat je het leuk vindt. Intrinsieke motivatie is essentieel voor een sportles; het zorgt ervoor dat kinderen sport leuk gaan vinden, dat ze later met een goed gevoel terug denken aan de les en dat ze daardoor (meer) gaan bewegen.

Het klinkt misschien vergezocht maar probeer het eens uit! Negeer die ene leerling die stilstaat, geef geen aandacht aan leerlingen die zich laten tikken, complimenteer de tikker en geef eens een high

Drie is te veel



Dieftikkertje

Mierentikkertje

five aan een onopvallende leerling die op de juiste manier iemand verlost. Probeer het totaalplaatje en het doel van de activiteit in de gaten te houden, ook al staat er een aantal stil.

Tactisch bewegen

Bij een goed gegeven tikspel als inleiding worden de kinderen warm, komen ze in de sfeer van de les en zijn ze even uitgeraasd waardoor ze zich goed kunnen concentreren voor de uitleg. Net als bij een traditionele warming-up. Maar van een tikspel leren kinderen nog veel meer. Observeer de manier eens goed hoe kinderen bewegen tijdens een tikspel! Een actief kind rent naar links en naar rechts, het staat even stil, zet vervolgens weer aan en om botsingen te voorkomen. Ze kijken goed om zich heen. Het zijn basisvaardigheden die in veel sporten aan bod komen.

Afwisseling

Hoeveel tikspellen kunt u opnoemen? Het is voor de sfeer en de motivatie belangrijk om regelmatig af te wisselen in de keuze voor een tikspel. Wanneer we willen dat kinderen veel fruit eten, dan geven we ze toch niet alleen maar appels? 'Opdruk tikkertje' en 'Standbeeld tikkertje' zijn in de basis hetzelfde spel; je speelt tikkertje, je wordt getikt, je doet een opdrachtje en je mag weer meedoen. Voor de kinderen is dit echter een totaal ander spel en hebben ze het idee dat er elke week wat anders wordt gedaan.

Behalve voor de motivatie kun je met afwisselen van verschillende vormen van tikkertje ook verschillende andere doelen bereiken: opdrukken om weer mee te kunnen doen, bij elkaar door de benen kruipen, handen vasthouden, haasje over, naast elkaar liggen, knuffelen, verschillende manieren van samenwerken en sociaal gedrag belonen. Het lijkt zo vanzelfsprekend maar hoe vaak zien we niet dat kinderen hier moeite mee hebben?

Begeleiding

Behalve de keuze voor een tikspel kan ook de begeleiding vaak nog winst opleveren. Onder begeleiding verstaan we de opstart van een tikspel, het op gang houden van een tikspel en de afsluiting van een tikspel. ››

Slingervangtikkertje

Opstart

Tikkertje kan worden uitgelegd maar ook worden verteld. Voor veel kinderen in het basisonderwijs, maar toch ook in het voortgezet onderwijs is het belangrijk hoe je voor de groep het spel uitlegt. Een leuke uitleg met veel enthousiasme doet wonderen. Vertel eens een verhaaltje. Observeer wat dat doet met de tikker! Een hekst pakt haar denkbeeldige bezemsteel, een rover slaat zijn hele arm om het goud en een politieagent spreekt duidelijke taal.

Kinderen hebben duidelijkheid nodig. Het is daarom verstandig om altijd een voorbeeld te laten geven. Ook bij bekende spellen. Investeren is daarbij het sleutelwoord. Het kost misschien wat tijd maar misschien voorkom je daarmee een botsing en die duren vaak weer een paar minuten. “Wie wist er nog hoe we een WC-potje maken? En maken we die vlak bij een muur? Nee toch! Wie kan het verlossen eens laten zien? Goed zo”. Kinderen zien weer even hoe het moet en de kinderen die het voordeden hebben een topdag. Twee vliegen in een klap!

Tikkers kiezen kan op verschillende manieren. Ook hierbij geldt: zorg voor een duidelijke structuur! Wie wil er tikker zijn? Lintjes geef je aan kinderen die netjes hun vinger opsteken en niet dringen. Soms vraag ik het niet en deel ik gewoon de lintjes uit en noem ik de namen van de nieuwe tikkers. Kinderen weten dat dit erbij hoort.
Soms kies ik er voor om oude tikkers de nieuwe tikkers te laten kiezen. Ook hier geldt: afspraken! Kinderen die een vinger opsteken komen aan de beurt. Wanneer er geen vingers zijn dan kiest de oude tikker een nieuwe uit en die moet hem dan zijn. Dit alles kan binnen vijf tellen en dan start het spel ook direct.

Niets is vervelender voor een kind dan getikt worden omdat hij dacht dat we nog niet waren begonnen. Zorg daarom voor een duidelijke structuur! Telkens een ander spel maar wel op dezelfde manier aftellen: “drie, twee, een, GO”.
Kinderen wennen daar snel aan. Na een tijdje staan de nieuwe tikkers net zo lang te wachten tot er afgeteld wordt. Zo voorkom je vervelende situaties en houd je controle over de groep.

Tijdens het spel

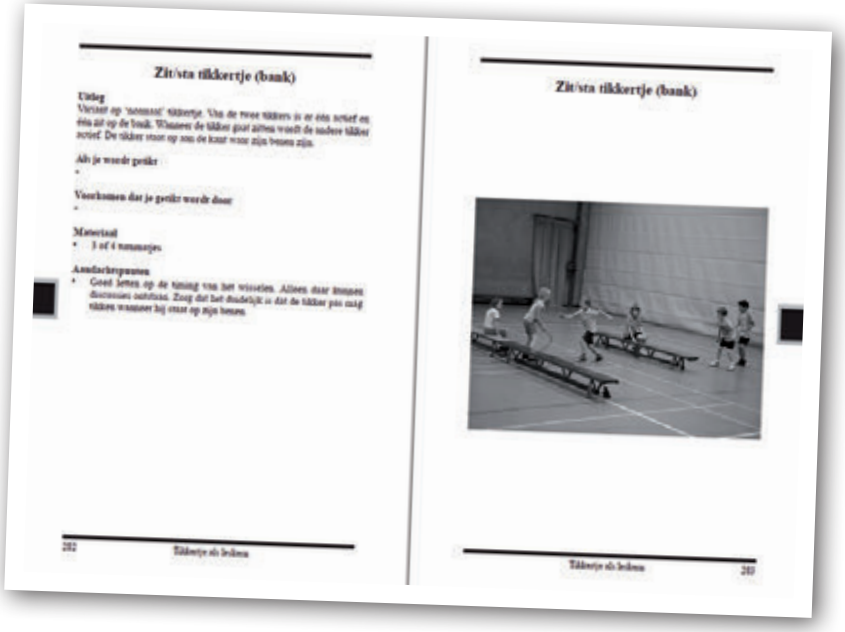
Tikkertje is geen Amerikaanse ijshockeywedstrijd maar je mag zeker wel van je laten horen; “Goedzo Thijs”, “Pas op voor de mat”, “Kom op tikkers”, “Aah jammer”. Ook al was de uitleg duidelijk en met een goed voorbeeld, er zijn altijd kinderen die het even vergeten. Een paar woorden ter ondersteuning kan net dat beetje bijdragen aan het spel zodat het een succes wordt.

Kijk of de gemaakte afspraken worden nagekomen! Eerst vertellen dat ze niet op de trampoline mogen komen en vervolgens heel actief coachen op samenwerking is een gemiste kans. Wanneer je dan niet evalueert op de gemaakte afspraken zullen de kinderen de uitleg vaker met een ‘korreltje zout’ nemen. Dit doen ze zowel bewust als onbewust.

Nieuwe wisselsystemen hebben in het begin wat hulp nodig. Ga bijvoorbeeld de eerste 30 seconden van een spel bij de wisselbank staan en zorg dat dat eerst loopt. Vervolgens gaat de aandacht naar bijvoorbeeld de tikkers.

Afsluiten en evalueren

Nadat je in je handen hebt geklapt, hebt gefloten of hebt afgeteld (structuur) is het tijd om te evalueren. Het evalueren van een tikspel is misschien wel het belangrijkste onderdeel van de begeleiding. Alle gemaakte afspraken



Casus ‘ik deed toch mijn best’

Thijs heeft twee minuten lang de longen uit zijn lijf gerend en heeft zelfs vier kinderen meer getikt dan de vorige keer. Vervolgens wijst de spelleider meteen nieuwe tikkers aan, en begint het spel opnieuw. Thijs kijkt sip en laat zich tikken; “ik deed toch mijn best?”

Slingervangtikkertje, gevangen

kun je terug halen in de evaluatie; “Goed zo jongens, ik zag dat niemand op de trampolines kwam, prima!”. Aandacht besteden aan datgene wat je van te voren graag wilde zien is voor kinderen belangrijk. Het zorgt ervoor dat ze graag naar je luisteren en serieus omgaan met regels. Dit klinkt streng maar kan op een hele positieve manier.

Beloon goed gedrag! Kinderen die op tijd stoppen en meteen naar jou toe komen geef je een compliment. Alle kinderen willen een compliment en zullen de volgende keer stinkend hun best doen om ook een compliment te krijgen.

Meteen nieuwe tikkers aanwijzen? En Thijs dan, die heeft zich kapot gerend en goed zijn best gedaan. Geef die jongen een high five! Kost niets en duurt maar twee seconden. Resultaat? Thijs heeft een topdag en de nieuwe tikkers zullen ook hun best gaan doen.

Wissel af met de vragen die je stelt! Vragen wie er niet getikt was is fijn voor goede lopers, maar hoe zit het met ‘aardige’ en wat langzamere kinderen. Die worden telkens twee keer getikt maar verlossen soms wel tien andere kinderen. “Wie heeft er eens iemand verlost?”, “Goed zo Julia, wat fijn zeg!”. Op die manier creëer je op een positieve manier een fijne sfeer waarin kinderen niet alleen hun best doen om niet getikt te worden, maar ook hun best gaan doen om te kijken naar anderen. Iets wat we in deze wereld nodig hebben!

Tot slot

Gebruik tikkertje als een wapen. Een manier om groepen klassikaal en snel te laten wennen aan jouw manier van werken. Speel eens wat meer tikkertje bij groepen die op sociaal vlak wat aandacht verdienen. Zo belangrijk is die ene minuut voetballen of kast springen niet. Een fijne sfeer! Daar begint het mee.

Peter Schimmel studeerde af aan het CIOS in Arnhem en aan de ALO te Nijmegen. Hij geeft lessen bewegingsonderwijs op verschillende basisscholen en is selectie turntrainer bij GV Elistha in Elst. Peter is auteur van het boek: ‘Tikkie… jij bent ‘m!’. Een boek met daarin 135 manieren om tikkertje te spelen. Meer informatie op *www.peterschimmel.nl*

Zit en sta op tikkertje

ILLUSTRATIE/FOTO'S: UIT HET BOEK 'TIKKIE... JIJ BENT 'M!'

Contact:

peterschimmel@gmail.com

Hoe kun je met lichamelijke opvoeding gezondheid bevorderen?

Momenteel worden de lessen lichamelijke opvoeding in Nederland veelal opgebouwd vanuit sportdisciplines of activiteiten (bijvoorbeeld vier weken speerwerpen, vier weken basketbal, vier weken gymnastiek,…), waarbij het verwerven van sportspecifieke vaardigheden in elk van deze disciplines de inhoud en aanpak van de lessen bepalen. Zo leren leerlingen bijvoorbeeld technisch een speer te werpen, spelen ze drie tegen drie basketbal en leren ze vanuit een koprol op een verhoogd vlak een salto. Door deze aanpak komt de bewegingsbekwaamheid (overigens óók een belangrijk doel van de lessen) op de voorgrond te staan, en andere doelstellingen zoals promoten van een actieve levensstijl komen daardoor vaak meer impliciet aanbod.

Door: Leen Haerens e.a.

In dit artikel proberen we te laten zien dat het gemakkelijker wordt om een lessenreeks gezondheid gerelateerde lichamelijke opvoeding uit te werken, wanneer gestart wordt vanuit de gezondheid gerelateerde doelstelling[1] in plaats van vanuit de activiteit zelf. De achterliggende idee is dat jongeren gedurende hun loopbaan in het voortgezet onderwijs *een aantal keer* te maken krijgen met een lessenreeks gezondheid gerelateerde lichamelijke opvoeding. In een lessenreeks gezondheid gerelateerde lichamelijke opvoeding is het cruciaal dat leerlingen de kans krijgen om zelf beslissingen te nemen over de activiteiten die ze willen doen, zodat dat ze hierdoor meer enthousiast en betrokken raken. Daarnaast worden leerlingen gestimuleerd om hun eigen vooruitgang in kaart te brengen, begrijpen hoe en waar ze fysiek actief kunnen zijn, hoe ze veilig en effectief kunnen bewegen, waar ze dit binnen hun gemeente kunnen doen, en begrijpen en kennen ze de richtlijnen van 60 minuten matige tot

FOTO'S: ANITA RIEMERSMA

Leerlingen worden gestimuleerd elkaar aan te moedigen

intense fysieke activiteit. Leerlingen worden gestimuleerd om elkaar aan te moedigen en te ondersteunen om meer actief te zijn.

Didactisch handelen en leerinhouden

In een lessenreeks gezondheid gerelateerde lichamelijke opvoeding komt het er dus op aan om de autonome motivatie of 'zin' om te bewegen en te sporten bij de leerlingen te bevorderen (a) om het nut en het belang van sport en beweging voor gezondheid te duiden (b) en de lessen plezierig te maken voor alle leerlingen (c) zodat ze gestimuleerd worden om ook buiten de lessen actief te zijn. Midas Dekkers vergeleek in zijn boek *Lichamelijke Oefening* (2007) de gymles die hij vroeger 'moest' volgen met lijfstraffen. Dergelijke ervaringen zijn uiteraard niet bevorderlijk voor de 'zin' om te bewegen en te sporten.

Leerinhouden

De keuze van de activiteiten die in dergelijke lessenreeksen aan bod komen, zijn sterk afhankelijk van de groep leerlingen die de leerkracht voor zich heeft. Vragen die men zich kan stellen zijn dus bijvoorbeeld: Welke activiteiten spreken deze leerlingen aan? Welke activiteiten willen ze graag eens uitproberen? Welke activiteiten zouden leerlingen in hun vrije tijd ook actief willen uitvoeren? Daarnaast zal een les (of lessenreeks) niet per definitie uit één activiteit bestaan, maar kan er keuze in de activiteiten ingebouwd worden.

Didactisch handelen

Binnen Zelf-determinatie theorie gaat men er van uit dat autonome motivatie bevorderd zal worden als de leerkracht erin slaagt om de drie psychologische basisbehoeften, namelijk autonomie, competentie en verbondenheid te ondersteunen. De behoefte aan *autonomie* verwijst naar de vrijheid om eigen keuzes te maken en naar het gevoel om initiator of bron te zijn van het eigen gedrag. De behoefte aan *competentie* verwijst naar het gevoel 'dat je iets kunt', doeltreffend en efficiënt te kunnen zijn en naar het ervaren van mogelijkheden om te oefenen en capaciteiten te laten zien. De behoefte aan *verbondenheid* verwijst naar het zich verbonden voelen met anderen, het gevoel om bij andere individuen en de gemeenschap te horen.

Het didactisch handelen van de docent is er dan ook op gericht de behoeftes aan autonomie, competentie en verbondenheid te ondersteunen en daarmee de leerlingen 'zin' bijbrengen om te bewegen:

- De leerkracht promoot fysieke activiteit buiten de lessen, schakelt om naar de rol van motiverende coach (autonomie, competentie, verbondenheid).
  - Helpt leerlingen om hun eigen fysieke activiteit te bepalen (bijvoorbeeld stappentellers, hartslagmeters, apps, dagboekjes, huiswerkopdrachten,...).
  - Moedigt leerlingen aan om individuele beweegdoelstellingen te maken.
  - Stelt uitdagende activiteiten voor die leerlingen in de vrije tijd kunnen doen samen met vrienden of familie zodat leerlingen hieruit een keuze kunnen maken.
- De leerkracht biedt een variëteit aan activiteiten aan die interessant zijn voor de leerlingen (autonomie).
  - Vraagt aan de leerlingen wat hun interesses zijn, wat ze graag doen of niet graag doen.
  - Biedt keuze aan tussen verschillende activiteiten.
    Stemt de leerinhouden flexibel af op de voorkeuren van de leerlingen.
- De leerkracht heeft aandacht voor persoonlijke vooruitgang en vergelijkt leerlingen niet onderling met elkaar (competentie).
  - Geeft positieve feedback wanneer leerlingen zich inzetten.
  - Geeft positieve feedback op persoonlijke vooruitgang en niet op prestatie.
  - Evalueert vooruitgang.
- De leerkracht bouwt de rol van 'aanmoediger' of 'motivator' in (competentie, verbondenheid).
  - Stimuleert leerlingen om elkaar aan te moedigen.
  - Stimuleert leerlingen om samen actief te zijn.
- De leerkracht zorgt dat leerlingen weten »

Welke activiteiten spreken deze leerlingen aan?

Contact:

leen.haerens@uvgent.be

Aanzetten tot een actieve en gezonde leefstijl

waarom ze iets doen (autonomie, competentie).

- Legt uit wat de effecten zijn van (voldoende) bewegen op de gezondheid.
- Maakt de Nederlandse Norm Gezond Bewegen duidelijk.
- Maakt duidelijk hoe en waar je fysiek actief kunt zijn.
- Maakt het onderscheid duidelijk tussen fysieke activiteit voor de gezondheid en sport om te presteren.
- Maakt duidelijk welke mogelijke hindernissen (bijvoorbeeld slecht weer, geen tijd,...) er kunnen zijn en hoe je die hindernissen kunt nemen.

Veel docenten lichamelijke opvoeding slagen er al in om in te spelen op de drie behoeften en jongeren zo 'zin' bij te brengen om te bewegen en te sporten (Rutten et al., 2012; Haerens et al., 2014). Ze leggen uit waarom bewegen en sporten belangrijk is voor de gezondheid, ze spelen in op de leefwereld van jongeren, ze bieden hulp waar gewenst, kiezen uitdagende en haalbare oefenstof en integreren keuze en 'fun'-elementen in hun lessen. Dit sluit aan bij het pedagogisch model voor gezondheid gerelateerde lichamelijke opvoeding. Door expliciet aandacht te besteden aan deze aspecten bij het voorbereiden, uitvoeren en evalueren van een lessenreeks *en* aandacht te besteden aan bovengenoemd didactisch handelen, is het voor een docent daadwerkelijk mogelijk om zijn leerlingen aan te zetten om bewegen en sport te integreren in hun vrije tijd. Hiermee kan de docent een bijdrage te leveren aan een actieve en gezonde leefstijl van zijn leerlingen.

Over de auteurs

Leen Haerens, Greet Cardon en Isabel Tallir zijn lid van de Vakgroep Bewegings- en Sportwetenschappen, Universiteit Gent
Maarten Vansteenkiste is lid van de Vakgroep Ontwikkelings-, Persoonlijkheids- en Sociale Psychologie, Universiteit Gent
Lars Borghouts is werkzaam op Fontys Sporthogeschool, Eindhoven
Christa Krijgsman werkt op het Sint-Janslyceum 's-Hertogenbosch

Noten

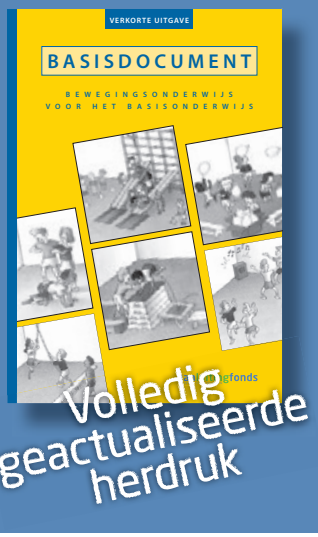
1 *Jongeren begrijpen waarom sport en bewegen belangrijk is voor hun gezondheid, ze zien het nut en het belang er van in, en beleven plezier aan bewegen en sporten zodat ze aangezet worden om sport en bewegen te integreren in hun vrije tijd.* ❮❚

→BASISDOCUMENT BEWEGINGSONDERWIJS VOOR HET BASISONDERWIJS
VERKORTE UITGAVE

Wat willen we kinderen leren in de lessen bewegingsonderwijs in het basisonderwijs en welke kwaliteit streven we daarbij na? Hoe geef je kinderen een brede introductie in de bewegingscultuur?

In deze verkorte uitgave van het *Basisdocument bewegingsonderwijs voor het basisonderwijs* worden twaalf leerlijnen uitgewerkt die een beeld geven van de manier waarop we kinderen bewegingsbekwaam maken. Per leeftijdsgroep worden tussendoelen voor alle twaalf de leerlijnen beschreven, waarmee de longitudinale ontwikkelingslijn van vier tot en met twaalf jaar zichtbaar wordt. Ook worden reguleringsdoelen geformuleerd, bijvoorbeeld over hulpverlenen en het maken van afspraken om gezamenlijk bewegen mogelijk te maken. De achterliggende uitgangspunten worden beschreven in een vakconcept. De basisinventarislijsten voor speellokaal en gymzaal completeren het geheel.

De verkorte uitgave van het *Basisdocument bewegingsonderwijs voor het basisonderwijs* geeft de lezer een beeld van wat er in het bewegingsonderwijs van alle groepen van de basisschool aan de orde kan komen.



€27,50 incl. btw
ISBN: 978-90-72335-58-6
Te bestellen via www.janluitingfonds.nl

janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN

→ In samenwerking met Arko Sports Media

Kansrijke rol voor LO-docent op een Gezonde School (2)

Gezonde School in de praktijk, een kijkje in de keuken

Veel scholen hebben de Gezonde School-aanpak omarmd. Hoewel er verschillende gezondheidsthema's zijn om aan te pakken blijkt het thema Sport en Bewegen favoriet. Van de Gezonde Scholen hebben 78 basisscholen en vier MBO-scholen het themacertificaat Sport en Bewegen gehaald. Hoe hebben deze scholen dat aangepakt? Een kijkje in de keuken van een gezonde basisschool, een VO-school op weg naar het vignet Gezonde School. In een volgend artikel een gezonde MBO-school. Lees, raak geïnspireerd en ga zelf aan de slag!

Door: Tilly de Jong e.a.

De Gezonde School-aanpak biedt scholen uit primair, voortgezet- en middelbaarberoepsonderwijs ondersteuning om op een structurele en samenhangende manier te werken aan de gezondheid van leerlingen en medewerkers. Gezonde School-aanpak gaat uit van wat de school al doet, versterkt wat er al gebeurt en sluit aan bij wensen en behoeften van de school. Binnen de Gezonde School-aanpak werken scholen aan verschillende gezondheidsthema's. Hierna kan een school voor het vignet Gezonde School gaan. Dit is een erkenning voor scholen die goed bezig zijn met één of meerdere gezondheidsthema's (themacertificaten). Een school mag zich dan officieel een Gezonde School noemen. Een kroon op het goede werk!

Om bijvoorbeeld het themacertificaat Sport en bewegen te behalen moeten de scholen voldoen aan de criteria binnen de vier Gezonde School-pijlers:
1. gezondheidseducatie
2. signaleren en doorverwijzen
3. schoolomgeving
4. schoolbeleid en regelgeving.

Deze Gezonde Scholen profileren zich met het feit dat zij met name de bewegingslessen van voor- , tussen- en na-schooltijd in samenhang met de theorie van verschillende thema's een inbedding hebben gegeven in het schoolbeleid. De LO-docent speelt daarin een cruciale rol. Het betreft uitdaging en verbreding van het werk, subsidie aanvragen, netwerkpartners zoeken en een ketenaanpak starten om een Gezonde School te worden en verder uit te bouwen. Bovendien beidt je dit een kans om je vak ook sterker te verankeren binnen school.

Voetiusschool Vlijmen (po)

José van Laarhoven, Combinatiefunctionaris Vlijmen/Nieuwkuijk/Haarsteeg

José van Laarhoven begeleidt de Voetiusschool op weg naar een Gezonde School. "Als school heb je een voorbeeldfunctie en een maatschappelijk belang. Daarom

wil de Voetiusschool een Gezonde School worden. Uit een gemeenteanalyse bleek dat inwoners uit de wijk, rond de Voetiusschool, een relatief minder gezonde levensstijl hebben. Zo is er een hoger percentage mensen met overgewicht dan in andere wijken. Als school is het belangrijk kinderen een keuze te bieden en zich bewust te laten worden van de voordelen van een gezond leven. Daarom is de Voetiusschool gestart met de Gezonde School-aanpak."

De start

In samenwerking met combinatiefunctionaris José maakte de school eerst een selectie uit de gezondheidsthema's. Met de gemeenteanalyse in het achterhoofd werden dat Sport en bewegen, Voeding en Sociaal emotionele ontwikkeling'. Daarna heeft de school via ››

Contact:

ellen.mijnders@rivm.nl

het ondersteuningsaanbod Gezonde School financiële ondersteuning van €2000,-. aangevraagd en ontvangen. Op dit moment heeft de school het themacertificaat Sport en bewegen behaald en ligt er een aanvraag voor het themacertificaat Sociaal emotionele ontwikkeling. Het vignet geeft naar ouders toe een bevestiging dat de school extra aandacht heeft voor gezondheidsbevordering, waardoor ouders bewust kunnen kiezen voor onze school.

Vier Gezonde School-pijlers

Vanuit de drie gekozen gezondheidsthema's is er *beleid* geschreven hoe in de komende jaren de school de themacertificaten kan halen en het onderwijsprogramma invult.

Voor de Gezonde School-pijler *educatie* is er vanuit dat beleid een vertaalslag gemaakt naar de lessen die verzorgd worden. Deze staan ingepland in de jaarplanner. In de jaarplanner worden techniek en spellessen afgewisseld. Daarnaast worden gastdocenten uitgenodigd om hun expertise te delen en aandacht te vestigen op een specifieke sport. Een voorbeeld van een les is het schooljudo project van groep 3-4, waarbij kinderen onder schooltijd bezig zijn om kennis te maken met de judosport en de bijbehorende waarden.

Een deel van de educatie komt voort uit *signalering*. José: "We signaleerden dat een grote groep kinderen niet of nauwelijks extra beweegt buiten schooltijd, vandaar dat we in samenwerking met combinatiefunctionaris, SPORT na school zijn gaan aanbieden en onder schooltijd ook extra, een minder bekend sportaanbod zijn gaan organiseren.

José van Laarhoven: "De Voetiusschool heeft in samenwerking met de combinatiefunctionaris allereerst de subsidie aangevraagd. Met of zonder subsidie, hebben we allereerst een selectie gemaakt van themacertificaten die in aanmerking komen voor de school om te gaan halen. De focus ligt in eerste instantie op Sport en bewegen, maar daarnaast ook op Voeding en Sociaal emotionele ontwikkeling."

Qua *omgeving* werkt de school aan een nieuw schoolplein. Op dit moment zijn de werkzaamheden in volle gang om er een natuurlijk speelplein van te maken. Het schoolplein wordt onderverdeeld in verschillende zones, zoals een rustige spel zone, actieve spel zone en een zone waar de kinderen kunnen leren spelen in de natuur en een beleeftuin. Kinderen kunnen gaan klimmen, klauteren, spelen met water en zand, voetballen en nog meer.

Ervaring

"Het vignet leidt bij ouders tot een meer bewuste keuze voor de school. Daarnaast denk je samen met ouders en leerkrachten bewust na over wat je wilt bereiken rond gezond gedrag. Kinderen worden door de Gezonde School bewuster gemaakt van de keuzes die ze hebben om tot een gezonde levensstijl te komen. Fijne bijkomstigheid is dat je veel makkelijker en eerder met individuele ouders in gesprek gaat over hun kind aan de hand van de gezondheidsthema's. De financiële ondersteuning is bijzonder prettig om iemand vrij te roosteren, die een en ander coördineert. Een tip is: besef dat het proces tijd kost en dat je draagvlak moet creëren bij ouders en team."

Agnietencollege Locatie Wezep (VO)

Alexandra Venhorst, project coördinator Gezonde School/docent

Sinds 1 september 2014 kunnen VO-scholen themacertificaten en het vignet Gezonde School aanvragen. Vrijdag 14 november ontvingen de eerste drie VO-scholen een vignet Gezonde School. Het Blariacumcollege in Venlo het Vechtdal College in Dedemsvaart en het Hilversumse Comenius. Ook het Agnietencollege is een enthousiaste VO-school die met de Gezonde School-aanpak aan de slag is gegaan. Alexandra: "We hebben als motto voor onze school: de persoonlijke school. Daarnaast bieden we zorg op maat. Daarom heeft ook de Gezonde School een plek in ons zorgbeleid."

De start

"We zijn klein gestart met het thema Sport en bewegen, daarna hebben we steeds in kleine stapjes meer thema's uitgewerkt. Recent hebben we bijvoorbeeld een gezonde kantine ingevoerd met positief resultaat. Dit kon omdat we hiervoor financiële ondersteuning vanuit het ondersteuningsaanbod Gezonde School kregen."

Vier Gezonde School-pijlers

"We hebben de Gezonde School-aanpak een plek in het school*beleid* gegeven en algemene regels opgesteld die met leerlingen, ouders en personeel gedeeld zijn. We hebben extra bewegen opgenomen in de lessentabel. Daarnaast zijn in projecten extra bewegingsactiviteiten ruimschoots opgenomen. Op het gebied van *educatie* besteden de docenten LO in hun lessen extra aandacht aan een gezonde leefstijl en wijzen zij op de risico's van overgewicht (uiteraard zonder een theorieles te worden). Om te zorgen voor een goede *signalering* werken leerlingen, docenten en onderwijsondersteunend personeel allemaal samen. Bij melding van incidenten nemen we contact op met de mentor en de ouders. Waar nodig leggen we contact met hulpverlening als bijvoorbeeld overgewicht echt problematisch is en er wordt extra aandacht besteed aan hygiëne. Over het laatste onderwerp hebben we ook contact met ouders voor oplossingen. Verder proberen we via nieuwsbrieven en ouderavonden de *omgeving* van de leerlingen zoveel mogelijk te betrekken.

Ook bij buitenschoolse activiteiten voegen we regelmatig bewegingsactiviteiten toe aan de activiteitenkalender. Daarnaast stimuleren we deelname aan toernooien tussen scholen. De combifunctionarissen van de gemeente staan in goed contact met de sectie LO en er zijn dan ook regelmatig bewegingsactiviteiten zichtbaar rondom de school. We maken gebruik van het stimuleringsfonds van de gemeente en de subsidiemogelijkheden voor gezinnen onder de armoedegrens."

Ervaring

"Tot nu toe resulteert de Gezonde School aanpak voor ons in tevreden leerlingen, ouders en collega's, en een gezonde vorm van betrokkenheid onder leerlingen. In de toekomst willen wij ons gezondheidsbeleid nog verder uitbreiden. Er zijn nog punten die extra aandacht verdienen. Binnenkort zoeken we nadrukkelijke samenwerking met mbo Sport en Bewegen om ook hen te betrekken bij de verdere ontwikkeling van activiteiten op het gebied van gezondheid en bewegen. Met de gemeente rollen we op dit moment drie projecten uit: scholing, vroeg-signalering en ouderbetrokkenheid. Dit borgen we in de schoolorganisatie, te weten 'social media' in klas 1, weerbaarheid (Rots&Water) in klas 2 en seksualiteit in klas 4.
En we zijn bezig met een programmaontwikkeling rond geld. Een goede tip is: zoek contact met ouders en organisaties in de gemeente. Je moet een breed draagvlak hebben, anders komt het niet van de grond. Betrek onder andere ouders en collega's bij de totstandkoming. Iedereen moet erachter staan, anders is het onbegonnen werk."

Alexandra Venhorst: "Leerlingen en docenten en onderwijsondersteunend personeel hebben we verantwoordelijk gemaakt om naar elkaar om te zien. Bij melding van incidenten wordt contact opgenomen met mentor en ouders. We hebben een zorgadviesteam dat ons begeleidt bij het inzetten van hulp. Bij buitenschoolse activiteiten voegen we regelmatig bewegingsactiviteiten toe aan de activiteitenkalender. Daarnaast stimuleren we deelname aan toernooien tussen scholen. De combifunctionarissen van de gemeente staan in goed contact met de sectie LO en er zijn dan ook regelmatig bewegingsactiviteiten zichtbaar rondom de school. We maken gebruik van het stimuleringsfonds van de gemeente en de subsidiemogelijkheden voor gezinnen onder de armoedegrens."

Over de auteur

Tilly de Jong is educatief adviseur en auteur bij Projectil educatieve marketing, communicatie en events
Bart van den Bosch is adviseur op de thema's sport, gezondheid en ondernemerschap binnen de Landstede Groep en heeft zijn eigen consultancy bureau.
Ivo Dokman is trainer en programmaontwikkelaar bij Fitalsports en de L&Ving Factory
Renata van Wijck is Adviseur GezondeSchoolNL en Gezonde Kinderopvang
Ellen Mijnders is eindredacteur Gezondeschool.nl

Dit artikel is gemaakt in opdracht van RIVM Centrum Gezond Leven

Foto's José van Laarhoven

Kom naar stand en workshops van Gezonde School op de NOT!

Van 27 januari tot en met 31 januari kunt u bij ons op bezoek in de stand Gezonde School: 09.B020. Op dinsdag 27 januari om 14.15 uur, op woensdag 28 januari om 11.15 uur, op donderdag 29 januari om 14.15 uur en op zaterdag 31 januari om 11:15 organiseren we de volgende workshop:

Een Gezonde School worden: een praktische inleiding

Nieuwsgierig naar wat een Gezonde School precies inhoudt? Luister naar ervaringsverhalen, leer de meerwaarde kennen en ontdek wat uw school kan doen om een Gezonde School te worden. En gaat uw school aan de slag met Gezonde School, dan kunt u ondersteuning (financieel of inhoudelijk) aanvragen. Wilt u meer weten? Kom dan naar één van de sessies en doe alvast de test op *www.hoegezondisjouwschool.nl*. Aanmelden voor de sessies kan door u voor te registreren op www.not-online.nl of klik op deze link: *https://www.databadge.net/not2015/reg/?link=d1fe88bd063c5317d14c*

Ondersteuningsaanbod Gezonde School

De vierde en laatste ondersteuningsronde Gezonde School vindt plaats van 12 februari tot en met 16 maart 2015. Alle scholen uit het primair- en voortgezet- en middelbaar beroepsonderwijs kunnen via een digitaal keuzemenu op *www.gezondeschool.nl/ondersteuningsaanbod* weer een aanvraag indienen voor advies-op-maat, ondersteuning bij Gezonde School-activiteiten en/of vergoeding van taakuren.

Leermiddelen digitaal en direct toegankelijk (4)

De site Wikiwijs.nl geeft toegang tot leermiddelen voor verschillende vakken. Ook voor lichamelijke opvoeding. Docenten en studenten kunnen via deze site 'halen en brengen'. Dat betekent dat iedereen er leermiddelen kan plaatsen maar ook kan zoeken naar leermiddelen. Je hebt een zogenaamde 'Entree'-gebruikersnaam en -wachtwoord nodig om toegang te krijgen. Veel collega's hebben dit al via hun school waardoor er weinig in de weg staat Wikiwijs te gebruiken.

Door: Hjalmar Zoetewei en Maarten Massink

In *Lichamelijke Opvoeding 7, 9* en *10* (2014) hebben we enkele voorbeeldleermiddelen opgenomen. In dit artikel wil de redactie je meer voorbeelden laten zien van inzendingen. Ze zijn afkomstig van *wikiwijs.nl* en gymleraren.nl.

Je krijgt toegang tot de site via *kvloweb.nl*. Als je in *Wikiwijs* bent kun je klikken op *lesmateriaal*, dan op *voortgezet onderwijs* (Let op: hier staat ook materiaal voor het basisonderwijs), gevolgd door het aanklikken van het vak *Lichamelijke Opvoeding*. Als je daarna op het zoekicoontje klikt krijg je veel resultaten van leermiddelen. Door meer zoekopties aan te klikken kun je filters inschakelen waarmee je het zoeken kunt specificeren.

Soms staan er leuke ideeën om in je les uit te proberen bijvoorbeeld een stappenplan voor kastspringen (na vorige keer in *LO 10* handstanddoorrollen) van Heleen de Witte. Het zijn heldere lesbrieven met duidelijke opdrachten en illustraties, waarin leerlingen stap voor stap zelfstandig verder kunnen werken met duidelijke voorwaarden en aandachtspunten. De teksten van de lesbrieven zijn in deze opmaak gecomprimeerd. ◀

Leskaart kastspringen

Stap 1:

- plaats een kast met daarvoor de springplank en met daarachter een dikke mat → *foto 1*
- loop rustig aan en zet met twee voeten af op de springplank →*foto 2*
- plaats je handen op de bovenkant van de kast →*foto 3*
- land op je *knieën* → *foto 4*.

Aandachtspunten:
- zet met twee voeten af op de plank
- kijk naar voren als je springt
- plaats je handen op de bovenkant en niet aan de zijkant van de kast.

Voorwaarden om door te mogen naar stap 2:
- twee voeten afzetten
- naar voren kijken
- landen op je knieën.

→ Lukt dit dan mag je door naar stap 2.

Foto 1

Foto 2

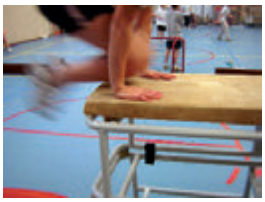


Foto 3

Foto 4

Leskaart kastspringen

Stap 2:

- plaats een kast met daarvoor de springplank en met daarachter een dikke mat → *foto 1*
- neem een rustige aanloop en zet met twee voeten af op de springplank →*foto 2*
- plaats je handen vooraan op de kast
- landen op de kast met *twee voeten* → *foto 3*.

Aandachtspunten:
- zet met twee voeten af op de plank
- kijk naar voren als je springt.

Voorwaarden om door te mogen naar stap 3:
- twee voeten afzetten
- naar voren kijken
- landen op je voeten.

→ Lukt dit dan mag je door naar stap 3.

Foto 1

Foto 2

Foto 3

Leskaart kastspringen

Stap 3:

- plaats een kast met daarvoor de springplank en met daarachter een dikke mat → *foto 1*
- neem een wat snellere aanloop en zet met twee voeten af op de springplank →*foto 2*
- plaats je handen op het midden van de kast (dus verder weg) → *foto 3*
- landen op je voeten verder weg op de kast → *foto 3*.

Aandachtspunten:
- zet krachtig af met twee voeten
- steek je armen naar voren als je springt → *tekening*
- plaats je handen ver weg.

Voorwaarden om door te mogen naar stap 4:
- je handen zijn op het midden van de kast gekomen
- landen op twee voeten
- naar voren kijken.

→ Is dit gelukt dan mag je door naar stap 4.

Foto 1

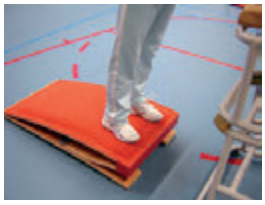


Foto 2

Foto 3

Contact:

hjalmar.zoetewei@kvlo.nl,
maarten.massink@kvlo.nl

Leskaart kastspringen

Stap 4:

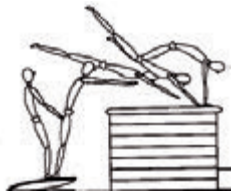
- plaats een kast met daarvoor de springplank en met daarachter een dikke mat → *foto 1*
- vraag een hulpverlener om je te helpen
- maak een wat snellere aanloop en zet met twee voeten af op de springplank
- plaats je handen achterop de kast → *tekening 1*
- je voeten landen ook op het achterste deel van de kast
- de hulpverlener houdt jou de hele tijd vast aan de bovenarm en zorgt ervoor dat jij niet valt → *foto 2.*

Aandachtspunten:
- zet krachtig af met twee voeten
- steek je armen naar voren als je springt → *tekening 2*
- plaats je handen achterop de kast
- kijk naar voren.

Voorwaarden om door te mogen naar stap 5:
- je handen zijn achter op de kast gekomen
- landen op twee voeten achter op de kast
- naar voren kijken.

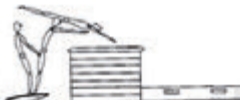
Is dit gelukt dan mag je door naar stap 5.

Foto 1



Tekening 1

Foto 2



Tekening 2

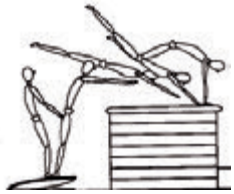
Leskaart kastspringen

Stap 5:

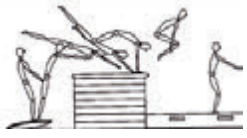
- plaats een kast met daarvoor de springplank en met daarachter een dikke mat → *foto 1*
- vraag een hulpverlener om je te helpen
- maak een wat snellere aanloop en zet met twee voeten af op de springplank
- plaats je handen achterop de kast → *tekening 1*
- je voeten komen nu niet meer op de kast maar landen op de grond achter de kast → *tekening 2*
- de hulpverlener staat op de mat en vangt jou op als je valt. Doe een stapje naar achteren als het goed gaat → *tekening 3.*

Aandachtspunten :
- handen goed naar voren wijzen als je springt
- handen achter op de kast plaatsen
- voeten gaan tussen je armen door
- kijk naar voren.

Foto 1



Tekening 1



Tekening 2

Tekening 3

Een kijkje op het mbo in de gymzaal van…

In de rubriek Een kijkje in de gymzaal van…komen collega's aan het woord die iets vertellen over hun ervaringen met LO-onderwijs. Dit keer een collega uit het mbo, die inmiddels enkele jaren lesgeeft. Hoe kijkt hij aan tegen het vak van LO-docent?

Door: Andries Knol

FOTO: ANDRIES KNOL

Zeven jaar geef ik inmiddels les bij het Sport Expertise Centrum (SportEC) van het ROC Deltion College in Zwolle, waar we voor de mbo-leerlingen van alle opleidingen de sportlessen verzorgen. Voor mijn actieve loopbaan als docent bewegingsonderwijs was ik werkzaam in het grafisch- en kunstonderwijs, waar ik ook drie jaar als teamleider gewerkt heb. In de jaren als teamleider merkte ik hoezeer ik het contact met de leerlingen miste en koos ik ervoor weer voor de klas te gaan staan.

Niet meer in het grafisch- en kunstonderwijs, maar in het bewegingsonderwijs. Dat ging natuurlijk niet zomaar, maar bleek gelukkig wel realiseerbaar. Voorwaarde was dat ik de ALO zou gaan doen. Het werd de CALO in Zwolle waar ik de opleiding LO docent eerste graad heb afgerond. Ik heb enorm genoten van de opleiding aan de CALO. Ik heb het beschouwd als een cadeautje, enorm veel gelachen met klasgenoten en docenten en vooral ook heel veel geleerd.

Ik sta gemiddeld zo'n 22 uur voor de klas. Daarnaast ben ik verantwoordelijk voor de avondverhuur. We hebben hier op de Deltion Campus een super mooie sportaccommodatie, met danszalen, een grote DoJo, twee fitness ruimten, een sportcafé en zeven sportzalen. Het zou zonde zijn als deze zalen 's avonds niet gebruikt worden, vandaar de keuze om deze in de avonden te verhuren. Ik doe op dit moment, gebruikmakend van m'n lerarenbeurs ook de Master Professioneel Meesterschap aan de Universiteit van Amsterdam, dus m'n dagen zijn goed gevuld.

Samen bewegen

Wat ik heerlijk vind aan het leraarschap is het werken met leerlingen. Ze een band aanbieden en als ze dat willen deze aangaan. In de gymzaal wil ik mijn leerlingen vooral laten ervaren hoe leuk het is om in een groep samen te bewegen. Dat staat centraal in mijn lessen. Vooral de spelactiviteiten lenen zich hier uitstekend voor en deze verwerk ik dan ook bijna altijd wel in m'n lessen. De favoriete les van veel leerlingen bij mij is het trefbal met grote doelen en valmatten. Mooi om te zien welke keuzes leerlingen maken als het gaat om afgooien, doelpunten scoren of de 'bevrijdingspaal' te raken en daarmee hun teamgenoten te bevrijden.

Vitaliteit

Ik merk dat de nadruk ten aanzien van sporten op scholen steeds meer op vitaliteit is komen te liggen, een gezonde leefstijl met daarin ruimte voor bewegen. Een ontwikkeling waar we ook met het Deltion College en SportEC op aansluiten, maar waar ook wel enige nadelen aan kleven vind ik. We moeten in ieder geval oppassen dat dit niet de enige legitimatie van ons vak wordt, want dan doen we onszelf denk ik echt te kort.

Het samen bewegen, bij de club of in een groep of klas, maakt dat het plezier in ››

Contact:

aknol@deltion.nl

sporten en bewegen ervaren wordt. Bij mijn lessen probeer ik dat facet ook te benadrukken bij de leerlingen. Moe en voldaan na zijn les, waarin ze veel bewogen en plezier hebben gehad. Juist op het mbo zitten leerlingen in een fase waarbij het sporten onder druk komt te staan. Door veranderende interesses, weekendbaantjes en ineens veel later thuis komen van school door volle roosters en reistijd. Het laten sporten en bewegen op school en het plezier dat het met zich meebrengt maakt dan hopelijk dat ze zich realiseren dat sporten te leuk is om op te geven.

Visie van de sectie

Binnen onze sectie doen we aan collegiale consultatie. Dit is zelfs in het Plan van Inzet vastgelegd en daar zijn dus uren voor vrijgemaakt. Bij elkaar in de lessen kijken, niet vrijblijvend, maar met evaluatie, tips, tops en feedback.

Verder hebben we er met de sectie voor gekozen om leerlingen niet met cijfers of anderszins te beoordelen. Er is een aanwezigheidsplicht van 90% en een verplichte *actieve* deelname. Als leerlingen daar niet aan (kunnen) voldoen zijn er na elke acht weken mogelijkheden tot inhalen. Dit werkt prima.

We hebben met de sectie een visie geschreven die aansluit op de visie van de school. Vitaliteit en bewegen zit in ons DNA. Onze missie is actief meewerken aan de duurzame inzetbaarheid voor onze leerlingen en medewerkers. Vitaliteit is daarbij een voorwaarde en heeft een positieve invloed op succes op school, maatschappij, werk en persoonlijk leven. Dit betekent dat we ook voor onze medewerkers actief zijn. Naast een volleybal- en zaalvoetbaltoernooi, is er elke dag de mogelijkheid om gratis te fitnessen. Zijn er structurele activiteiten als zaalvoetbal, volleybal, bodypump, spinning, maar ook meer incidentele activiteiten als poweryoga en wintersport. Overigens staan deze activiteiten ook open voor leerlingen wanneer ze lid worden ons 'sportcentrum'.

In het mbo is bewegen en sport in de vorige eeuw langzaam maar zeker uit de curricula van de diverse opleidingen verdwenen. Gelukkig zien we nu een trend waarbij bewegen en sport weer terrein terug winnen. Nog niet in de curricula, maar wie weet komt dat ook nog.
Op het Deltion College heeft sport in ieder geval weer de positie geclaimd en gekregen die het verdient, namelijk midden in de opleidingen en in het 'hart' van de school.

→ FITHEIDSTESTEN VOOR DE JEUGD

In dit boek wordt een overzicht gegeven van diverse veldtesten en testbatterijen voor het meten van antropometrie, kracht, uithoudingsvermogen, snelheid en vaardigheid bij gezonde kinderen van 4 tot en met 18 jaar.

Er worden vier antropometrische metingen besproken, negen krachttesten, één test voor het meten van lenigheid, vier testen voor het meten van uithoudingsvermogen, één test voor het meten van snelheid, twee testen voor het meten van vaardigheid en drie testbatterijen. Per test wordt ingegaan op de grondmotorische eigenschap die getest wordt, de leeftijdsgroep, de afnameduur, de wijze van afname, de betrouwbaarheid en de validiteit van de testgegevens en de beschikbaarheid van Europese of Nederlandse referentiewaarden.

Dit boek betreft een herziene uitgave van de TNO-publicatie *Fitheidstesten voor de jeugd* uit 2007 van Susan Vrijkotte, Sanne de Vries en Tinus Jongert.

€24,95 incl. btw
ISBN: 978-90-72335-61-6
Te bestellen via www.janluitingfonds.nl

janluitingfonds
LEZEN OVER BEWEGEN

→ In samenwerking met Arko Sports Media

Onderwijspagina onder redactie van Jorieke Steenaart

De KVLO wil graag weten welke scholingsbehoefte nu bij jullie leeft. Ideeën over professionalisering ontvangen wij graag op onderwijs@kvlo.nl

Even kennismaken

Normaal gesproken stelt iemand zich in deze rubriek voor, maar dit keer aandacht voor onze collega Miriam Appelman, die de KVLO na acht jaar gaat verlaten. Ik ben Miriam en voor ik bij de KVLO adviseur werd, werkte ik als vakleerkracht op een basisschool. Ook heb ik de opleiding voor schoolleider gedaan en mocht ik met collega's een vakgroep gaan coördineren. In 2006 ben ik bij de KVLO gestart en sinds twee jaar werk ik ook als projectleider voor de Onderwijsagenda bij de VO-raad. Per 1 januari ga ik volledig als senior adviseur bij de VO-raad werken omdat ik me verder wil ontwikkelen. Bewegingsonderwijs komt natuurlijk wel in mijn portefeuille, maar daarnaast liggen er genoeg nieuwe werkzaamheden en kansen op mij te wachten. Mijn laatste advies? Houd de vacatures in de gaten! Wie weet krijg jij de kans om jouw vakmanschap voor de KVLO in te zetten....

Elkaar inspireren

Van inspiratie maken wij allemaal wel gebruik, misschien heeft een oude gymdocent je zelfs wel geïnspireerd om ook voor de klas te gaan staan. Elkaar inspireren in goed vakmanschap is ook iets wat binnen de vaksectie terugkomt. Op welke wijze vergroot je nu het inzicht in je eigen professionele handelen en hoe ontwikkel je met je vaksectie of vakgroep een professionele standaard? Dit kan voor veel vaksecties of vakgroepen nog een behoorlijke zoektocht zijn. Een zoektocht naar een manier waarop je dit gezamenlijk gaat invullen en met behulp van welke methodes. Intercollegiale consultatie is een goede methode om je verder te professionaliseren en om elkaar te inspireren. Het is een mooie methode die gebruik maakt van persoonlijke ervaringen.

Het draait binnen deze methode namelijk om het geven van feedback over vraagstukken die optreden in de werksituatie. Het richt zich op verbetering van de kwaliteit van het functioneren door inzicht te krijgen in de achtergronden van je eigen handelen. Dit inzicht ontstaat door elkaar vragen te stellen en zo je eigen functioneren nog beter te begrijpen. Door in een veilige omgeving met collega's op een systematische wijze het eigen professionele functioneren te bespreken kun je van en met elkaar leren. Door ervaringen met elkaar te vergelijken kun je onderzoeken waarom je op een bepaalde manier werkt en nieuwe mogelijkheden verkennen. Door elkaar constructief kritisch te bevragen ontstaan nieuwe inzichten en nieuwe werkwijzen. Zeer waardevol om elkaars (vak)inzichten beter te leren kennen en daardoor begrip te creëren voor elkaars handelen. Daarnaast levert de methode ook vaak beantwoording(en) op voor vraagstukken die je hebt. De vraagstukken kennen daarbij vaak een inhoudelijke kant die gaat over de professie. Zoals vragen over vakkennis en de wijze van toepassing van het vak. De persoonlijke kant van het vraagstuk gaat vooral over de probleemeigenaar en wat het vraagstuk voor hem/haar betekent. Deze vragen gaan meer over persoonlijke ervaringen en overtuigingen. Er zijn verschillende vaksecties of vakgroepen die met een dergelijke methode werken om zo elkaar en elkaars visie op het vak beter te leren kennen, begrijpen en/ of op elkaar af stemmen om zo samen blijvend te verbeteren.

Dergelijke inspanningen om te werken aan je (gezamenlijke) professie, zijn ook inspanningen in het kader van professionalisering. Dit kun je als vaksectie of vakgroep ook aandragen bij het bestuur of de directie en hen vragen hier tijd en ruimte voor te faciliteren in het kader van jullie professionalisering. Het is zeker ook in het voordeel van de school als je met elkaar werkt aan het geven en ontvangen van feedback, je gezamenlijk werkt aan persoonlijke leervragen. Bovendien maak je uitgebreider kennis met de manier van werken van collega's (organisatie, werk, werkvormen, sfeer etc.).

Hoe leuk is gym?

Boyd (10 jaar)

Ik vind gym superleuk! Het is gewoon fijn dat je dan lekker je energie kwijt kan. Ik zou echt wel vaker willen gymmen. Nu heb ik 2x in de week gymles: 1x van mijn gymjuf en de andere keer van mijn eigen juf. Zij doen allebei hele verschillende dingen. De een meer sport en de ander meer spelen. Het leukste vind ik apenkooien en slagbal. Het liefst zou ik elke week nog wel een keer extra gym willen hebben van mijn gymjuf!

Helpdeskthema van de maand
EHBO verplicht ja of nee?

Er is geen wettelijke verplichting om als docent LO in het bezit te zijn van een EHBO-diploma of een BHV-diploma. Het is daarentegen wel verstandig (en ook ons advies) om in het bezit te zijn van een EHBO diploma of certificaat levensreddend handelen en er zijn ook werkgevers die hun vakdocenten verplichten over een EHBO-diploma te beschikken.

Wil je graag een EHBO-diploma behalen dan zijn daarvoor scholingsfaciliteiten beschikbaar. Deze zijn in de cao's terug te vinden. Ongeacht of je in het PO of het VO werkt raden wij je aan het scholingsbeleid (tot stand gekomen in samenspraak met de MR) even door te nemen.

Ten aanzien van aansprakelijkheid kan het voor jou en je werkgever van toegevoegde waarde zijn om in het bezit te zijn van een EHBO-diploma. Uit de rechtspraak blijkt o.a. dat de rechter ten aanzien van aansprakelijkheid in sommige gevallen een bepaalde basiskennis van een docent LO verwacht.

Meer informatie? Mail naar onderwijs@kvlo.nl

TOPIC

Hoe geeft de docent LO zelf **betekenis** aan het begrip motiverend vakmanschap?

Er kan betekenis gegeven worden aan motiverend vakmanschap vanuit de literatuur (zie pag...) maar ook vanuit de betekenis die docenten LO er zelf aan geven. Met andere woorden hoe omschrijven docenten LO zelf motiverend vakmanschap en welke aspecten worden in die beschrijving meegenomen?

Door: Frank Jacobs

Juist met een thema als motiverend vakmanschap is het passend om naast af te gaan op wat de literatuur weergeeft ook het perspectief van de docenten LO zelf in te nemen. Vanuit dat ingenomen perspectief kan dan betekenis worden verleend aan waar een docent LO aan moet voldoen (welke kwaliteiten hij/zij moet hebben) om hem of haar een motiverende vakman of vakvrouw te noemen. Dit luisteren naar de docenten zelf wordt (betekenis geven) toegejuicht in een Volkskrant kolom van Aleid Truijens (van zaterdag 22 november 2014). Doordat het doel is om zicht te krijgen op hoe docenten LO zelf motiverend vakmanschap, de motiverende vakman of vakvrouw zien, is er gekozen voor de theoretisch focus 'sense making' (Weick, 1995).

Theoretisch kader

Bij 'sense making' is de aanname dat individuen, in dit onderzoek docenten LO, werkzaam in het primair, voortgezet of hoger onderwijs, betekenis geven aan motiverend vakmanschap, door veelal gebruik te maken van vroeger opgebouwde kennis, ervaring(en) en door interacties met anderen. De betekenisverlening kan daardoor gezien worden als een sociale activiteit, het is nooit individueel, maar altijd gericht op bijvoorbeeld iets, of op wat anderen zeggen en doen, waarbij nieuwe betekenissen geïntegreerd worden met vroegere kennis en ervaringen. Als bijvoorbeeld twee personen dezelfde vraag, wat een motiverende vakman of vakvrouw is, voorgelegd krijgen, geven ze er beide een andere betekenis aan, oftewel construeren ze hun eigen individuele betekenis (zie ook Chen, Burry-Stock & Rovigo, 2000). Betekenisverlening als theoretische focus of theoretisch kader is eerder gebruikt in bijvoorbeeld studies, waar lesgevers zoals leraren nieuwe kennis construeren door betekenis te geven aan hun leerproces en gebruik maken van eerdere interacties en tradities (zie bijvoorbeeld Roseberry & Puttick, 1998) of door een onderzoek naar hoe docenten LO betekenis geven aan leerlingen sociale en morele vaardigheden aan te leren (Jacobs, Knoppers, & Webb, 2012). Met 'sense making' als kader wordt allereerst duidelijk hoe individuele docenten, de deelnemers aan dit pilotonderzoek, 'motiverend vakmanschap' interpreteren. De individuele verhalen werden als basis voor dit proces van sense making op inductieve wijze geanalyseerd. Gezocht werd naar overkoepelende thema's, overeenkomsten en verschillen in de interpretaties van de verschillende docenten. Juist deze betekenisvolle inductieve analyse van individuele (levensechte) ervaringen is het hart van het kader 'sense making' (Weick, 1995).

Hoe ik het heb aangepakt

Om vanuit dit theoretisch kader meer inzicht te krijgen in het motiverend vakmanschap is er gekozen voor een kwalitatief onderzoek aan de hand van semigestructureerde, korte interviews. Er zijn in totaal tien docenten geïnterviewd (drie docenten PO, drie docenten VO en vier uit het hoger onderwijs). Het aantal participerende docenten is beperkt vanwege het pilot karakter van dit onderzoek. De interviews zijn adequaat uitgewerkt zodat de citaten van de deelnemers intact zijn gebleven, dit om een correcte weergave te verzekeren. De tijdsduur van de interviews waren wisselend van aard met een maximum van 45 minuten. Alle verkregen informatie in dit artikel is anoniem weergegeven, zodat men de respondenten niet kan herkennen in de uitspraken. Het gaat immers om de betekenisgeving aan het motiverend vakmanschap en niet om de individuen. De startvraag aan de docenten LO betrof: "*Waar moet een docent LO aan voldoen (welke kwaliteiten hij/zij moet hebben) om hem of haar een motiverende vakman of vakvrouw te noemen?*" Dit werd vervolgd met doorvragen naar de genoemde aspecten om het zo concreet mogelijk te maken.

Wat kwam eruit?

De resultaten worden thematisch gepresenteerd. Als eerste thema kan genoemd worden de attitude van de docent lichamelijke opvoeding. Om getypeerd te worden als motiverende vakman of vakvrouw gaf een docent aan dat het "zelf gemotiveerd zijn ten aanzien van het vak een voorwaarde is", of "enthousiast over je vak praten om leerlingen te motiveren". Ook werd meer concreet weergegeven dat "de vakman of vakvrouw een inspirerende lichaamshouding moet hebben, oogcontact hebben met de leerlingen, uitnodigend, een open houding en leerlingen niet moet afkappen". Maar ook "rust uitstralen, dit vanuit een overtuiging dat je het als docent voor elkaar hebt". Een docent ging in op dat de hierboven genoemde aspecten van de attitude voorgeleefd dienen te

worden, “docenten LO moeten wat voorleven van wat ze ook van hun leerlingen verwachten”.
Een attitude-aspect met een andere lading is bijvoorbeeld dat een docent aangeeft dat het om ‘passie’ gaat namelijk: “Dat de docent een drive heeft om het beste uit de leerlingen te halen en dat passend bij alle leerlingen, bij elk individu”. Hier geeft de docent passie als attitude gekoppeld aan inhoudelijk vakmanschap. Immers de docent vervolgt met dat “arrangementen (inhoudelijk goede arrangementen) voor individuele leerlingen moeten worden aangeboden zodat elke leerling kan deelnemen”. Dit vereist als voorwaarde dat de docent “oog heeft voor leerlingen, alle leerlingen om de individuele deelnamemogelijkheden van elk individu te zien”.
Naast attitude is er veel aangegeven ten aanzien van de relatie tussen de docent en de leerlingen. Een docent geeft aan dat “leerlingen werken voor de docent”, als duiding voor het belang van de goede relatie tussen docent en leerlingen. “De docent zet de sfeer van de relatie neer, en als leerlingen die sfeer prettig vinden heeft dat effect op de ontwikkeling van de leerlingen, namelijk dat die ontwikkeling gestimuleerd wordt”. Dit werd gezien als een voorwaarde om tot leren, ontwikkelen van leerlingen te komen: “Een goede relatie is nodig om inhoud te bereiken” of zoals een andere docent aangeeft: “Een goede interactie kan meer uitdagen tot leren”. Om die goede relatie te bereiken dient de docent “te geven en te nemen, soms moet hij meeveren met de wensen van de leerlingen, bijvoorbeeld na een aantal lessen hard gewerkt te hebben”. Als er gesproken wordt van een goede relatie is plezier (bij leerlingen) meerdere malen genoemd. Docenten geven aan dat “plezier belangrijk is, als leerlingen plezier hebben heeft dat een relatie met blijvend bewegen”, of “plezier wordt gezien als een voorwaarde om te leren”.
Terug weer naar de relatie tussen de docent en de leerlingen, waar een docent aangeeft dat “de docent moet aanvoelen wat de doelgroep nodig heeft”. Een opmerking om een goede relatie te onderhouden is dat “docenten een praatje maken met leerlingen”. Het gaat dan om korte gesprekjes over van alles en nog wat, bijvoorbeeld over hoe het thuis gaat. Een docent gaf aan dat hij poogt om “de gesprekjes die hij voert te koppelen aan het vak“. Deze docent schenkt aandacht aan zijn leerlingen maar probeert het gesprek af te sluiten door het aan het vak te koppelen.
Naast attitude en relatie was een derde veel genoemd thema het ‘ontwikkelen’ als vakman of vakvrouw. Een term die hiervoor gebruikt werd is nieuwsgierigheid: “een motiverende vakman (vrouw) is nieuwsgierig, is bereid om te leren, staat open voor nieuwe ontwikkelingen” en het gaat om “blijvend ontwikkelen, met de tijd meegaan”, maar ook “kijken in de les van je collega, daar open voor staan, van elkaar leren is een must”. Jezelf ontwikkelen werd gezien als noodzaak “om leerlingen te blijven prikkelen, uitdagen”.
Naast de, door meerdere docenten genoemde, drie thema’s zijn er ook individueel door docenten genoemde aspecten van belang voor een motiverende vakman of vakvrouw. Bijvoorbeeld “een goede inhoud, vakkennis, het geven van positieve feedback(zie pag. ...), het uitdelen van complimenten en leerlingen succes laten behalen”.

Een vervolg is nuttig

In dit pilotonderzoek werd aan docenten gevraagd om betekenis te geven aan waar een docent aan moet voldoen (welke kwaliteiten hij/zij moet bezitten) om hem of haar een motiverend vakman of vakvrouw te noemen. Opvallend was de ruime aandacht die door de geïnterviewde docenten gegeven werd aan de relatie en de aspecten van die relatie tussen de docent en de leerlingen. Een mogelijke verklaring hiervoor met de gebruikte theoretische focus zou kunnen zijn dat ervaringen hebben geleerd dat de eerste problematiek als docent LO in het vak de relatie betreft. Of een andere bij de theorie passende verklaring kan zijn dat door contacten, interacties met collega’s dit veelal besproken is en daarom werd weergegeven. Immers vroeger opgebouwde kennis, ervaring(en) en interacties met anderen zorgen voor ‘sense making’. Gezien het pilotkarakter van dit onderzoek kan geconcludeerd worden dat dit onderwerp en de gekozen theoretische focus zich lenen voor verder onderzoek. Dit nadere onderzoek moet dan worden uitgevoerd met een grotere steekproef en de regels passend bij een adequate steekproef. Deze focus blijft een sterke optie naast het beschouwen van literatuur en wellicht zijn beide in combinatie met elkaar de beste optie.

Frank Jacobs is werkzaam op de Haagse Hogeschool en doet onderzoek naar...

FOTO ANITA RIEMERSMA

Contact:

f.m.jacobs@hhs.nl

Contributieregeling 2015 *(en meer)*

Belangrijk! Het contributieformulier kan vanaf 5 januari 2015 tot 10 februari 2015 via de website ingevuld worden.
NB: Als je het formulier niet invult word je ingedeeld in schaal 1!

Daarnaast is ons gebleken dat bij een aantal leden bepaalde gegevens niet meer up-to-date zijn. Als je dan toch de gegevens aanpast, kijk dan ook s.v.p. naar de rest van de gegevens, zoals ben je nog steeds werkzaam op dezelfde school en/of in het zelfde werkveld? Klopt je e-mailadres nog? Enzovoort. Dat zou ons heel erg helpen!

Tijdens de algemene ledenvergadering, gehouden op 13 december 2014, is het contributievoorstel voor het jaar 2015 aangenomen.

In de volgende tabel staan alle vormen genoemd.

Vakblad thuisgestuurd?

Vorig jaar heb je een keuze gemaakt of je het vakblad wel of niet thuisgestuurd wilt hebben. Dat hoef je niet opnieuw te doen, deze keuze blijft in ons systeem staan. Uiteraard kun je dit wijzigen (vóór 10 februari) als je dat wenst.

Voorschot contributie (betreft leden in schaal 1, 2 en 3)

In het begin van het jaar wordt voor de leden in schaal 1, 2 en 3 een voorschot van € 45 op de contributie geïnd. Het restant wordt eind april verrekend (rest van de contributie en afdelingscontributie). De hoogte van dit bedrag hangt dus af van het soort lidmaatschap.

Soort lid	Met blad	Zonder blad
Schaal 1 (bruto-inkomen in 2014> € 15.000,--)	€ 165,--	€ 145,--
Schaal 2 (bruto inkomen in 2014> €. 8.000,-- en < €. 15.000,--)	€ 110,--	€ 90,--
Schaal 3 (bruto inkomen in 2014< €. 8.000,--)	€ 65,--	€ 45,--
Studentleden	€ 20,--	gratis
Gepensioneerden of volledig VUT/FPU of volledig afgekeurd op 1-1-2015	€ 65,--	€ 45,--
Ondersteunend lidmaatschap voor gepensioneerden		€ 25,--

Bij deze lidmaatschapsvorm is er geen recht op diensten en verzekeringen van de vereniging, wel op collectiviteitskortingen.

Uitleg indeling per schaal:

Schaal 1

Bedroeg je inkomen in 2014 meer dan € 15.000 dan word je ingedeeld in schaal 1. Eind april 2015 wordt de contributie in rekening gebracht onder aftrek van het reeds in januari berekende voorschot van € 45.
Val je in schaal 1 maar ga je vóór 1 juli 2015 met ouderdomspensioen of FPU dan word je voor dit jaar ingedeeld in schaal 2.

Schaal 2

Bedroeg je inkomen in 2014 meer dan € 8000, doch minder dan € 15.000 dan word je ingedeeld in schaal 2. Eind april 2015 wordt de contributie in rekening gebracht onder aftrek van het reeds in januari berekende voorschot van € 45.
Val je in schaal 2 maar ga je vóór 1 juli 2015 met ouderdomspensioen of FPU dan word je voor dit jaar ingedeeld in schaal 3.

Schaal 3

Bij een bruto-inkomen van minder dan € 8.000 in 2014 word je ingedeeld in schaal 3. Eind april 2015 wordt de contributie in rekening gebracht onder aftrek van het in januari berekende voorschot van € 45.

Schaal gepensioneerden/VUT/inv.pensioen/FPU

Was je al in deze schaal ingedeeld, dan wordt de volledige contributie eind april 2015 in rekening gebracht. Je hoeft het contributieformulier niet in te vullen.
Gepensioneerd, met FPU of volledig afgekeurd per 01/01/2015 of voor 01/07/2015 en je hebt dit nog niet aan ons doorgegeven? Dan verzoeken we je dit te mailen naar *leden@kvlo.nl* of tel.: 030 6937 676.
Kiezen voor het ondersteunend lidmaatschap of geen vakblad willen ontvangen?
Dan verzoeken we je dit ook te mailen naar *leden@kvlo.nl* of tel.: 030 6937 676.

Studentleden

Voor studentleden loopt het lidmaatschap van september tot en met augustus. Het lidmaatschap is gratis, je ontvangt het vakblad niet thuis maar kunt deze lezen op de site. Wil je het vakblad toch per post ontvangen dan kost dat € 20 per cursusjaar. Als je dit nog niet hebt doorgegeven kun je dit mailen naar *leden@kvlo.nl* of tel.: 030 6937 676.
Studentleden hoeven het contributieformulier niet in te vullen.

Afdelingscontributie

Bovenop de contributie voor de KVLO wordt een klein bedrag (tussen € 1 en € 15) aan afdelingscontributie geheven. Dit geldt niet voor

studentleden en ondersteunend lidmaatschap.
Van deze bijdrage organiseert de afdeling lokale activiteiten.

Wijziging werkgever

Geef een eventuele wijziging van werkgever aan ons door. Alleen dan kunnen we je op de hoogte houden van ontwikkelingen op het gebied van arbeidsvoorwaarden in jouw specifieke werkveld en/of wanneer er bij je werkgever sprake is van fusie of reorganisatie. Mocht je de werkgever niet kunnen toevoegen dan vragen wij je deze gegevens te mailen naar *leden@kvlo.nl.*

Werkveldindeling

Vanuit verschillende onderwijssectoren ontvangt de KVLO als lid van de CMHF gelden voor het verrichten van vakbondswerkzaamheden in PO, VO (waaronder OMO), MBO, HBO dan wel bij WVOI of de Kenniscentra. Afhankelijk van het totaal aantal leden van de deelnemende verenigingen vindt de verdeling per sector plaats. Om deze gelden te kunnen blijven ontvangen moeten wij aangeven hoeveel KVLO leden in iedere onderwijssector werkzaam zijn.
LET OP: Wij verzoeken je dringend deze werkveldindeling in te vullen als je dit nog niet eerder hebt gedaan of als daar vorig jaar een wijziging in is gekomen. Let wel, als je in meerdere sectoren werkzaam bent, geef dit dan ook aan op het formulier.
De leden waar wij geen werkveldopgave van ontvangen delen wij zelf in op grond van de huidige verhoudingen.

Vakbondscontributie verrekenen met het brutoloon

Voor KVLO-leden die werkzaam zijn in het PO, VO (waaronder OMO), MBO, HBO dan wel bij WVOI of de Kenniscentra is het op basis van de CAO's voor deze sectoren mogelijk om de betaalde contributie over het jaar 2015 te verrekenen met het bruto inkomen. Het betaalbewijs dat jij kunt inleveren bij jouw werkgever wordt eind september 2015 aan jou beschikbaar gesteld.

Automatische incasso

Als je ons nog niet hebt gemachtigd voor het automatisch incasseren van de contributie zou je dat dan willen doen? Dit kan dat via *http//:www.kvlo.nl/lidmaatschap/contributie* of door contact op te nemen met het bureau van de KVLO (030 6937 676).

Verzekeringen

Bij het lidmaatschap van de KVLO behoort de collectieve Beroeps Aansprakelijkheidsverzekering. Informatie over deze verzekering kun je opvragen bij Elswout AssurantieGroep, tel.: 023 7510 000.

Met je vragen kun je altijd terecht bij de ledenadministratie tel.: 030 693 7676, mail: *leden@kvlo.nl.*

Veel dank bij voorbaat voor je medewerking.

Cees Klaassen, directeur
Lyda Westerbeek, beleidsmedewerker financiën

Contact:

leden@kvlo.nl

TRENOMAT SCHEIDINGSWANDEN

- Geluidsreductie en geluidsabsorptie in alle zaaldelen door akoestisch wandmateriaal!
- Ook voor renovatie en verbeteren van de akoestiek in bestaande accommodaties!

TRENOMAT
DE GRAAF EN VAN STIJN BV

De Graaf en van Stijn BV
Postbus 32
2420 AA Nieuwkoop
Tel: (0172) 57 97 20
Fax: (0172) 57 26 70
www.trenomat.nl
info@trenomat.nl

Al 40 jaar gespecialiseerd in nieuwbouw & onderhoud

TOPIC

Het **verminderen** van negatief gedrag in de gymles

Vaker dan ik zou willen, moet ik tijdens een gymles als politieagent optreden. “Meester, hij schopte me” of “Meester, zij zei.....”. Veel liever zou ik mij volledig op de inhoud van de lessen richten. Dit was de aanleiding om tijdens een stage onderzoek te doen naar het verminderen van dit negatieve gedrag. In dit artikel wordt eerst een aantal bevindingen uit de literatuur samengevat, waarna er een beschrijving volgt van de praktische resultaten van dit onderzoek. Aan het eind volgt een aantal aanbevelingen en praktische handvatten.

Door: Mario Leonardo Blom en Laura Kervezee

Theoretisch kader

Het is belangrijk om vast te stellen hoe agressief of ongewenst gedrag wordt veroorzaakt. Ten eerste zijn er biologische factoren die een rol spelen bij het ontstaan van sociale problemen. Een kind met ADHD kan moeite hebben met activiteiten in de klas of met interacties met andere kinderen. Dit kan leiden tot frustratie en uiteindelijk tot antisociaal gedrag. Het is wel belangrijk om je te realiseren dat biologische factoren vooral in combinatie met andere psychosociale variabelen leiden tot antisociaal gedrag (Merell et al., 2006). Ten tweede wordt agressief gedrag vaak veroorzaakt doordat kinderen niet over de vaardigheiden beschikken waarmee ze adequaat op problemen kunnen reageren. Deze kinderen zullen mislukking na mislukking ervaren en zo in een vicieuze cirkel terechtkomen. De volgende keer dat zich een sociaal probleem voordoet met andere kinderen, hebben ze de neiging zich agressiever te gedragen of zich terug te trekken. Dit heeft weer een nieuwe afwijzing tot gevolg.

De redactie krijgt regelmatig artikelen onder ogen die zijn geschreven naar aanleiding van onderzoek dat studenten in het kader van hun opleiding moesten doen. Als ze dat zelfstandig doen is er meestal sprake van een kleinschalig onderzoek. Zo ook in dit geval. De resultaten moeten dan ook in dit licht worden gezien. Daarom zijn de validiteit en de betrouwbaarheid van de resultaten pas vast te stellen na grootschaliger onderzoek. Toch publiceren we dit studentenonderzoek omdat het mooi aansluit bij een ander wel grootschalig onderzoek naar gedrag na verschillende soorten feedback (zie pag. 4). En dat een docent door zijn handelen in staat is het gedrag van leerlingen positief te beïnvloeden sluit weer mooi aan bij ons topic.

Wat staat er in de boeken?

In de literatuur wordt duidelijk dat kinderen baat hebben bij cognitieve gedragstraining, waardoor ze minder sociale probleem hebben en minder vaak agressief zijn (Webster-Stratton et al., 2001). Hieruit komt naar voren dat het van belang is leerlingen een adequate probleemoplossingsstrategie bij te brengen en ervoor te zorgen dat deze strategie een onderdeel wordt van hun handelen. Shure & Spivack (1979) ontwikkelden een methode (ICPS) waarbij de vaardigheden worden getraind om tot een probleemoplossingsstrategie te komen. Door een conflictsituatie te analyseren, bijvoorbeeld uit een gymles die kort daarvoor plaats had gevonden, wordt de leerlingen twee gedachtenstappen aangeleerd: 1) Wat waren de mogelijke oplossingen voor het conflict?; 2) Wat zouden de gevolgen zijn van elk van die oplossingen? Onderzoek van Shure (1993) wijst uit dat als kinderen zelf alternatieven voor conflictsituaties bedenken, dit bijdraagt aan vermindering van ongewenst gedrag.

Ook ander onderzoek wijst uit dat het bespreken van conflictsituaties en het leren nadenken over de gevolgen van het eigen gedrag op de gevoelens van een ander, effectief zijn in het verminderen van ongewest gedrag. Aber et al. (2003) pasten onder andere deze vormen toe in een onderzoek onder 6.000 docenten en 200.000 leerlingen in New York City waarin het Resolving Conflict Creatively Program (RCCP) werd toegpast. De belangrijkste uitkomsten van dit onderzoek waren dat kinderen die meer RCCP lessen hadden gevolgd, minder gedragsproblemen vertoonden en meer positief sociaal gedrag lieten zien. Al is het RCCP een veel uitgebreidere methode dan in dit onderzoek kan worden toegepast, het laat duidelijk zien dat aandacht geven aan sociaal-cognitieve processen bij kinderen een positief effect heeft op het verminderen van agressief gedrag.

Positief gedrag

Een ander punt dat duidelijk uit eerder gedaan onderzoek naar voren komt, is het effect van het belonen van positief gedrag. Volgens Bandura (1977) heeft positieve bekrachtiging een positieve invloed op sociale leerprocessen: gedifferentieerde bekrachtiging door volwassenen kan tot afname van agressief gedrag en een toename van sociaal gewenst gedrag leiden bij kinderen. Austin et al (2011) onderschrijft dat gedifferentieerde bekrachtiging door middel van het negeren van negatief gedrag en het belonen van positief gedrag, positieve gedragsverandering bij kinderen kan bewerkstelligen. Boven-

FOTO: ANITA RIEMERSMA

dien toont een studie onder jonge kinderen aan dat er een verband bestaat tussen positieve aandacht van de leraar en een verbeterde relatie met leeftijdgenoten door sociale aanpassing (Chang et al., 2003). Om gedragsverandering te bewerkstelligen, is het dus belangrijk om positief gedrag te belonen. In de methode die is ontwikkeld voor dit onderzoek is van deze inzichten gebruik gemaakt.

Niet alleen gymdocenten krijgen te maken met ongewenst gedrag, ook groepsdocenten worden hiermee geconfronteerd. Vooral na het buitenspelen merken groepsdocenten dat er regelmatig conflicten moeten worden opgelost voordat men aan de inhoud van de les toekomt. Een methode waarbij leerlingen leren herkennen in welke situaties zij mogelijk ongewenst gedrag vertonen en hoe ze dit kunnen voorkomen, zou dus erg bruikbaar zijn voor zowel de gym- als de groepsdocent en uiteindelijk ook voor de leerling zelf. Voor dit onderzoek is daarom een methode ontwikkeld voor zowel de gymles als de andere lessen zodat de (sociale) vaardigheden die in de klas worden aangeleerd, ook worden toegepast in de gymles en andersom.

Wat ik gedaan heb

De methode is gekozen aan de hand van literatuurstudie. De methode heb ik zo aangepast dat deze toepasbaar was voor de gekozen school. Ik heb hierbij vormen van cognitieve gedragstherapie zoveel mogelijk intact gelaten. De basis van die therapie lag weliswaar in oude bronnen (1979) maar ze zijn te rechtvaardigen omdat het baanbrekende inzichten waren en nog steeds zijn.
Het onderzoek is uitgevoerd in vier klassen uit de midden- en bovenbouw van een school voor speciaal basisonderwijs. Eén klas uit de middenbouw en één klas uit de bovenbouw werden gebruikt als interventiegroep en werden onderwezen door één gymdocent, de andere twee groepen werden gebruikt als controle groep en onderwezen door een andere gymdocent. Elke klas had twee gymlessen per week. De keuze van de groepen was vastgesteld op basis van het rooster.

Hoe deed ik het?

De twee interventiegroepen ondergingen een 6-weeks programma waarin elke gymles in het klaslokaal werd nabesproken met de gymleraar. Alle opstootjes, ruzies en problemen werden samen de klas besproken aan de hand van drie vragen: 1) Wat was het probleem?; 2) Wat zouden andere oplossingen zijn geweest?; 3) Wat zou het gevolg van elke oplossing zijn geweest? Er werd benadrukt dat geen enkel antwoord fout is, maar het kind werd wel gestimuleerd om met een vreedzaam alternatief te komen. Er werd gebruik gemaakt van een beloningssysteem dat langzaam werd opgebouwd. In de eerste en tweede week kregen de kinderen een beloningskaart voor het benoemen van een vreedzaam alternatief. In de derde en vierde week kregen de kinderen een beloningskaart voor elk vreedzaam alternatief die ze laten zien tijdens de gymles. In de vijfde en zesde week kregen de kinderen een beloningskaart als ze meerdere vreedzame oplossingen lieten zien. Het aantal beloningskaarten werd klassikaal bijgehouden door middel van een “thermometer” op het schoolbord. Als er genoeg beloningskaarten in één week waren verzameld, werd dat beloond met een leuke activiteit op vrijdagmiddag. Deze activiteit was aan het begin van de week samen met de klas vastgesteld.

Meetmomenten

Het aantal agressieve gedragingen werd geteld door observatie in een gymles voor en na de interventie in zowel de controlegroepen als de interventiegroepen. Tijdens de observatiemomenten speelden de leerlingen 15 minuten lang hetzelfde spel. Voor het classificeren van openlijk agressieve gedragingen werd de Overt Aggression Scale (OAS) gebruikt die ontwikkeld is door Yudofsky (1986). Het begrip openlijke agressie wordt hierin onderverdeeld in drie types: verbale agressie, fysieke agressie tegen voorwerpen en fysieke agressie tegen andere mensen.
De observatiemomenten werden op video vastgelegd en de agressieve gedragingen werden twee maal geobserveerd door twee verschillende observanten. Van deze tellingen is het gemiddelde berekend.

Voorbeeld

Met een voorbeeld kan het best worden geillustreerd hoe de interventie in de praktijk werd toegepast. Jongen A en Jongen B hadden tijdens de gymles ruzie gekregen omdat jongen B tijdens de shuttle run test steeds tegen jongen A was aangelopen. Jongen A gaf jongen B een duw en zo onstaat er een kleine vechtpartij. Terug in de klas werd aan beide jongens gevraagd om hardop te vertellen wat er was voorgevallen aan de hand van de drie eerder genoemde vragen: 1) Wat was het probleem?, 2) Wat zouden andere oplossingen zijn geweest?, 3) Wat zou het gevolg van elke oplossing zijn geweest?. Jongen A gaf aan dat jongen B tegen hem aan was gelopen en dat hij dat niet wilde (vraag 1). Hij zei dat hij had kunnen schoppen, uitschelden of ergens anders had kunnen gaan lopen (vraag 2). Hij realiseerde zich dat hij mee had kunnen blijven gymen als hij ergens anders was gaan lopen (vraag 3). Jongen A ging de volgende les inderdaad ergens anders lopen en kreeg een mooie beloningskaart.
De docent uit de controlegroep heeft hetzelfde gaan als altijd. Straffen bij verkeerd gedrag en bij goed gedrag duim omhoog.

Wat eruit kwam

Het aantal agressieve gedragingen werd geobserveerd en geteld (geturfd) in een gymles voor en na de interventie in zowel de controlegroepen als de interventiegroepen.
Het totaal aantal getelde agressieve gedragingen voor en na de interventie is weergegeven ››

Contact:

blom.mario@gmail.comx

in Figuur 1. Na de interventie is er in de interventiegroep van de middenbouw een duidelijke vermindering te zien van het aantal aggresieve gedragingen. In de controle groep van de middenbouw is het aantal agressieve gedragingen juist omhoog gegaan. De resultaten van de bovenbouw laten een ander beeld zien. In zowel de interventie groep als de controle groep zijn het aantal agressieve gedragingen voor en na de interventie ongeveer gelijk gebleven.

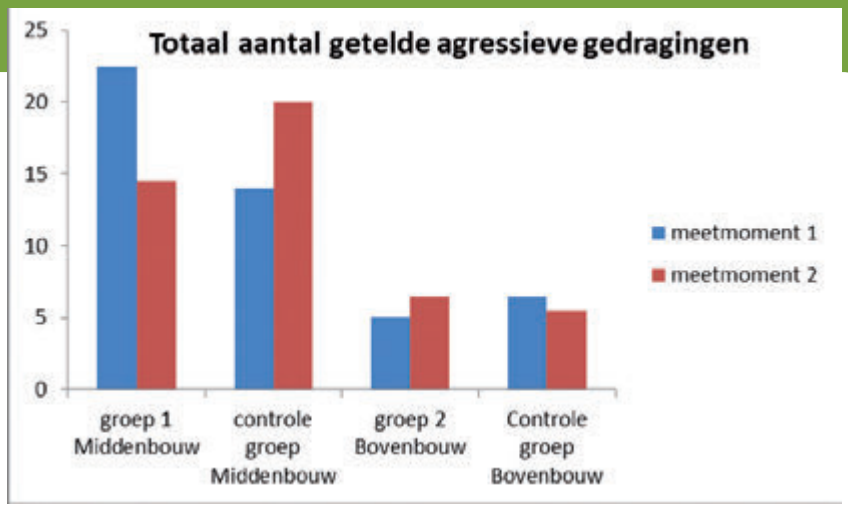
Figuur 2 laat het aantal agressieve gedragingen zien in de middenbouw voor en na de interventie, onderverdeeld volgens de OAS. In de interventie groep is een duidelijke vermindering te zien van het aantal "agressieve uitingen tegen anderen" en "verbale agressie". In de controle groep is vooral het aantal uitingen van verbale agressie gestegen. In figuur 3 is te zien dat de toename in agressieve gedragingen van de interventiegroep in de bovenbouw vooral te wijten is aan de stijging van verbale agressie (Figuur 3).

Wat er nog moet gebeuren

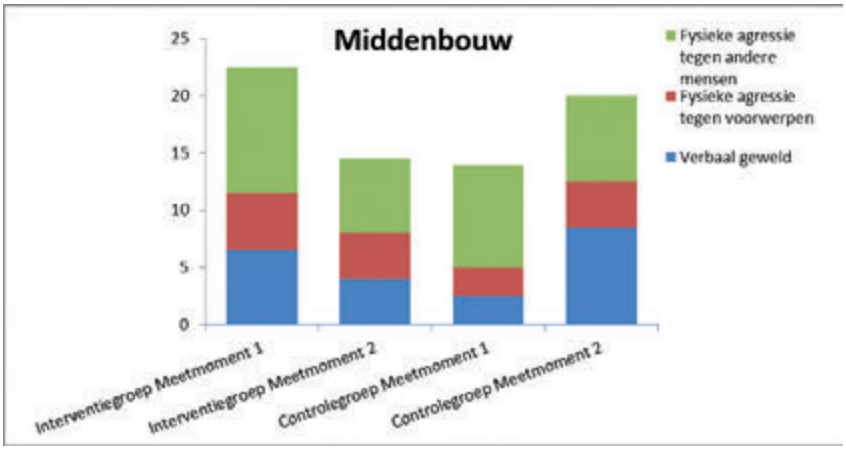
Uit dit onderzoek blijkt dat het vooral in de middenbouw helpt om ongewenste gedragingen die tijdens de gymles zijn voorgevallen, na te bespreken en om het gewenste niet-agressieve gedrag te belonen met een beloningskaart als versterker, dat uiteindelijk kan leiden tot een leuke activiteit voor de hele klas.

In de bovenbouw is er geen afname waargenomen van agressieve gedragingen in de interventiegroep. Een verklaring voor deze toename in verbale agressie is de toemalige populariteit van een ringtone met de tekst 'Silence, I'll kill you' die veelvuldig werd uitgezonden op muziekzenders als TMF en MTV. De leerlingen uit de bovenbouw gebruikten deze tekst vaak tijdens de lessen. Eén van de observanten heeft deze uitroep als verbaal geweld meegeteld, de ander niet. Alhoewel er vooraf een duidelijk beeld van hoe te scoren was, heeft dit eerder genoemde gedrag tot verschillende scores geleid (niet betrouwbare observatie). Dit is een beperking van deze studie en laat duidelijk zien dat dit onderzoek na verdere training van de observanten herhaald moet worden (ook op grotere schaal)

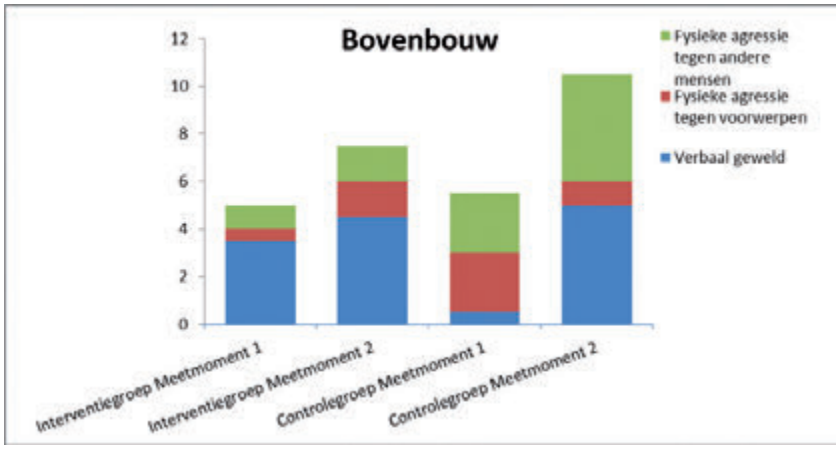
Het toepassen van de interventie zoals beschreven in dit artikel zal niet altijd haalbaar zijn in de praktijk, omdat de gymleraar meestal niet met de klas mee kan naar het lokaal om de les na te bespreken. Wat vaak wel mogelijk is, is het nabespreken van de les in de laatste vijf minuten van de les. Bij voorkeur is de groepsdocent hier ook bij aanwezig. Benoem enkele situaties die erg goed gingen en een beloning hebben verdiend. Bespreek ook één of twee situaties die gewenster gedrag vereisen.



Figuur 1: Totaal aantal getelde agressieve gedragingen voor en na de interventie in de middenbouw en bovenbouw. De controlegroepen werden niet onderworpen aan de interventie.



Figuur 2: Agressieve gedragingen ingedeeld volgens de OAS in de middenbouw voor en na de interventie.



Figuur 3: Agressieve gedragingen ingedeeld volgens de OAS in de bovenbouw voor en na de interventie.

Beloningskaarten kunnen uitgedeeld worden aan leerlingen, waarbij concreet moet worden vermeld wat er goed ging tijdens de les en waarom ze de beloning verdiend hebben. Uit dit onderzoek blijkt in ieder geval dat er mogelijkheden zijn om het agressieve gedrag van leerlingen tijdens de gymles te verminderen.

De literatuurlijst is op te vragen bij de redactie.

Mario Blom is vakleerkracht bewegingsonderwijs o.a. op een basisschool op Zeebrug in Amsterdam en invaller bij de ISA (international school Amsterdam)

Blariacum College ontvangt themacertificaat " Bewegen en Sport".

Het Blariacum College uit Venlo heeft onlangs als eerste school voor voortgezet onderwijs in Nederland het themacertificaat "Bewegen en Sport" ontvangen. Dit themacertificaat maakt onderdeel uit van het Vignet Gezonde School en wordt ondersteund door de KVLO, het NOC*NSF en het NISB.

Om in aanmerking te komen voor dit certificaat moet allereerst aan een aantal basisvoorwaarden worden voldaan. In de gymles wordt de basis gelegd om goed te leren bewegen. Dus moet er een voldoende aantal lesuren gym gegeven worden aan de hand van een kwalitatief goed vakwerkplan. Daarnaast moet er een structureel naschools aanbod zijn van beweeg- en sportactiviteiten en moet er sprake zijn van een structurele samenwerking met andere sportaanbieders zoals bijv. sportverenigingen. Het Blariacum biedt dit aan in het project iXsport. Voor het Blariacum was het als sportactieve school niet moeilijk om aan deze basisvoorwaarden te voldoen.

Daarnaast is er nog een aantal aanvullende vragen waarop gescoord kon worden bij de aanvraag van het certificaat. En dan valt op dat het Blariacum, om het in sporttermen uit te drukken, geen genoegen neemt met brons maar gaat voor goud! Zo valt onder andere op dat het Blariacum College:

- naast het verplichte deel LO ook de keuzevakken Sport, Dienstverlening en Veiligheid (SDV), LO2 op het vmbo en Bewegen Sport en Maatschappij (BSM) op havo en vwo aanbiedt
- ook nog sportklassen heeft
- in de tweede klas het project Irun2Bfit aanbiedt
- er een skireis georganiseerd wordt
- er in het kader van meten=weten=denken=doen allerlei gegevens zoals bijv. BMI en sportdeelname gemeten worden om zodoende de kwaliteit van het programma te kunnen verbeteren
- er een combinatiefunctionaris actief is en er een subsidie vanuit de Sportimpuls is verkregen
- dat de leerlingen actief betrokken worden bij de organisatie van allerlei sportactiviteiten zowel binnen als buiten de school (bijv. sportdagen basisscholen, Action Games, spelmiddag afasiepatiënten).

Het Blariacum College voldoet daarmee ruimschoots aan de gestelde criteria ten aanzien van het themacertificaat Bewegen en Sport. In een feestelijke bijeenkomst, waarbij de sectie LO ook nog even in het zonnetje is gezet, is het certificaat en de bijbehorende plaquette overhandigd aan de rector van de school.

Het Blariacum College is hiermee een voorbeeld voor andere scholen als het gaat om een geïntegreerde aanpak van bewegen en sport in het kader van het stimuleren van een actieve en gezonde leefstijl.

Meer weten over het Vignet gezonde School en het themacertificaat Bewegen en Sport? Ga naar *www.gezondeschool.nl.*

Prijzenpakket Sportiefste school van Nederland

Voor de verkiezing van de sportiefste basisschool van Nederland,die op 15 april 2015 op de ALO in Groningen wordt gehouden, hebben de firma's Bosan, Janssen-Fritsen/Schelde Sports en Nijha weer een prachtig prijzenpakket in de vorm van waardecheques ter beschikking gesteld!
Het prijzenpakket heeft een waarde van maar liefst 9000 euro!
Wil je meer weten over deze verkiezingen? Ga naar *www.kvlo.nl* —> events

Contact:

schoolsport@kvlo.nl

Eindstage in *Zuid Afrika*

Op de ALO's hebben de studenten de mogelijkheid om via het International Office een stage te regelen in het buitenland. De buurlanden zijn daarbij eigenlijk nauwelijks in het blikveld van de studenten; laat staan landen achter het voormalige ijzeren gordijn. Als ze dan toch over de grens gaan, is dat het liefst naar exotische oorden. Zie hier het verhaal van een Amsterdamse studente.

Door: Sharita van der Hulst

Dit verhaal begint in december 2011. Eindelijk het verlossende mailtje. Het was rond ik ging naar het buitenland. Waar? Kaapstad, Zuid-Afrika dat ging mijn stageplaats worden!
Te gek maar wat een cultuur(verschil) en wat ben ik daardoor af en toe gefrustreerd geweest. Gelukkig ben ik dankzij de ALO goed voorbereid die kant op gegaan. Dat heeft me geholpen de grootste verschillen te accepteren.
Vijf maanden lang heb ik een droomleven gehad! Alles wat ik wilde was er aanwezig: een uitdagende stageplaats, waar het enthousiasme voor iedere minuut extra beweging me heel veel energie gaf; het buitenleven; de mooie natuur; het surfen en de paarden waar ik bijna dagelijks heen ging.

Bokslessen

Maar wat vooral indruk op me gemaakt had waren de bokslessen die ik gegeven heb in de gevangenis Drakenstein Correctional Centre in Paarl. In Kaapstad loopt het project 'Stars in Teir Eyes'. Dit project leidt mannen en vrouwen uit de lokale bevolking op als voetbalcoach, om zo het voetballen in de sloppenwijken van Kaapstad te kunnen aanbieden. In januari 2011 heb ik in Nederland een boksclinic verzorgd aan twintig Afrikaanse coaches die toen voor een periode in Nederland waren. De oprichter van de organisatie (Nic Jooste) komt oorspronkelijk uit Zuid-Afrika maar hij woont en werkt in Nederland. Hij heeft de coaches naar Nederland gehaald om ze te laten zien hoe voetbal wordt aangeboden in Nederland. De eerste periode van mijn stage heb ik bij de lokale directeur van Stars in their Eyes in Kaapstad gewoond. Hij nam mij overal mee naartoe. Van een coachingsweek voor vrouwen in Stellenbosch tot aan de gevangenis in Paarl. Zo zijn de bokslessen in de gevangenis voor mij gestart, ik zag toen namelijk een boksring staan, en voelde ik mij geroepen om voor te stellen een boksles aan te bieden.
Natuurlijk met hier en daar wat twijfels, want wat kwam ik doen als dame in een mannengevangenis; wat had ik te bieden? Na een gesprek en een filmpje van een eerder gegeven workshop aan de voetbalclub Heracles, kon ik de les komen geven. De les was een succes! Met veel enthousiasme werd er deelgenomen aan de training en er werd gevraagd of ik gedurende mijn stageperiode eens in de twee weken een les wilde komen geven.
Boksen leeft in deze gevangenis, onder andere door het enthousiasme voor de bokssport van Nelson Mandela die in zijn jonge jaren

Uitleggen

Observeren

FOTO'S SHARITA VAN DER HULST

Standbeeld
Nelson Mandela

een goed zwaargewichtbokser was. De laatste twee jaar van zijn straf, heeft hij in Drakenstein uitgezeten en heeft de sport tijdens zijn gevangenisstraf ingezet om frustratie kwijt te raken. Drakenstein heette toentertijd nog Victor Verster.

Cursus

Hoewel er veel belangstelling bestond, was het boksen voor de juveniles (onder de 22) op een laag pitje gezet door een tekort aan trainers. Ik pakte voor hen de draad op. Mijn zus Jamillah is mee geweest naar een les voor de jongens. Ze was erg onder de indruk. Ze gaf aan dat het zonde was dat het boksen op zou houden als ik klaar zou zijn met mijn stage. Zo kwam ze met het idee een cursus aan te bieden aan twee gevangenen en een bewaker.
Dat idee is blijven broeien. We zijn in mei 2014 teruggegaan om een achtdaagse cursus boksen aan te bieden. Ook in mei ben ik met twijfels die kant op gegaan. Hoe zouden ze het oppakken? Wat is hun beginsituatie, zijn de jongens die ik ga opleiden als coaches gewend aan voor de groep staan? Zullen ze weer zo goed reageren op een vrouw voor de groep? En hoe is hun eigen niveau? Ik heb dit besproken met Sandy Spil (docent martial arts aan de ALO Amsterdam) en uiteindelijk ben ik met een grove planning weer naar Kaapstad gegaan. Open minded.... Weer zonder verwachtingen, want zoals ik wist verloopt alles anders dan hoe je het van te voren in gedachten hebt.
Ik ben tot nu toe niet in de problemen gekomen met de jongens waar ik de bokslessen aan geef. Drakenstein Correctional Centre werkt met een 'beloningssysteem'; hoe korter de straf, of hoe beter gedrag binnen de gevangenis, des te meer vrijheid de gevangenen krijgen. Vrijheid in de zin van werk in de keuken, volgen van (basis)onderwijs en het uitoefenen van sporten.
Dit is denk ik een van de redenen waarom ik mij nooit echt onveilig gevoeld heb binnen de gevangenis, de jongens willen zo graag die 'vrijheid' behouden, dat zij er voorzichtig mee omgaan. Ze weten; een verkeerde actie en ik zit weer waar ik niet wil zitten. Ik hoorde jongens zelfs wel eens vertellen dat zij liever in de gevangenis zitten met een bed en eten, dat buiten de gevangenis met de problemen van thuis. Juist daarom zijn zij erg gemotiveerd om te leren, en gemotiveerd te laten zien dat ze beter willen en beter kunnen dan dat zij vroeger gedaan hebben.
Natuurlijk ben ik wel op mijn hoede, ik let continue op wat er om mij heen gebeurt, maar constant bang zijn doe ik niet daar schiet ik namelijk niks mee op. Ik ben bezig met ze een sport aan te leren, ik leer ze bewust bezig te zijn met zichzelf en met een sport die vraagt om zelfdiscipline en daar gaan ze goed mee om.

Succesvol

Ik kan terug kijken op een succes, het verliep super! Wat pakten deze jongens het goed op! Ze waren ontzettend leergierig en lieten zien dat ze openstonden om te leren. Elke les weer stond ik verbaasd over hun vooruitgang en inzet. Dat was ontzettend mooi om te zien. Het plan is nu om begin volgend jaar weer terug te gaan om een vervolgcursus te geven. Ondertussen is één van de twee jongens die ik heb opgeleid vrij. Hem zal ik meenemen in de vervolgcursus en kijken naar mogelijkheden om hem meer te bieden door middel van het boksen.

Dit is schoolvoorbeeld van hoe je een sport, in dit geval boksen, gebruikt als middel. Ik vond het heel mooi dat ik dit met mijn eigen sport kon doen. Boksen is iets moois en gelukkig meer dan elkaar voor het hoofd rammen. Het biedt ontzettend veel mensen een toekomst en een doel en dat vind ik prachtig om te zien. En dat allemaal ontstaan vanuit een buitenlandstage van de ALO.

Sharita van der Hulst verzorgt in Nederland boksclinics. Op haar site : *www.shasportclinics.nl* is een filmpje te zien over de boksclinic die ze in Zuid Afrika heeft gegeven.

Contact:

sharita@shasportclinics.nl

TOPIC

Motiverend vakmanschap

Wat vinden leerlingen?

In andere artikelen in ons vakblad keken we in de boeken en lieten we een opleidingsmanager en collega's aan het woord over wat voor hun motiverend vakmanschap inhoudt. Uiteraard mag de groep waarvoor je het allemaal doet: de leerlingen niet ontbreken. We stelden hen de vraag over welke eigenschappen een goede docent moet beschikken. Hier een bloemlezing van de antwoorden.

Door: Hans Dijkhoff

Tijdens enkele stagebezoeken vroeg ik aan leerlingen uit verschillende klassen op meerdere scholen wat voor hun een goede docent was. Ze hoefden zich niet te beperken tot hun docenten LO maar mochten alle docenten nomineren. De interviews zijn afgenomen op scholen in Alkmaar: Jan Arens, PCC en Willem Blaeu en Haarlem: Coornhert, Sterren college, Sancta Maria en de Rudolf Steinerschool en varieerden in niveau van vmbo niveau 2 tot atheneum. In totaal zijn zo'n dertig leerlingen bevraagd. Dit zijn de antwoorden.

Alkmaar

Puriah is een jongen die uit Iran komt en in 3havo zit. Hij vindt het belangrijk dat een docent de leerling begrijpt, niet alleen zijn eigen mening doordrukt, maar ook luistert naar wat de kinderen te zeggen hebben. Maar een docent moet ook weer niet te lief zijn. Als het uit de hand dreigt te lopen moet de docent kunnen ingrijpen. Daarnaast moet hij ook goed kunnen uitleggen. Die kwaliteit heeft volgens Puriah zijn docent Duits. Ook staat ze open voor ideeën die leerlingen aandragen. Ze past dan de volgorde waarin dingen gedaan worden aan op advies van de leerlingen en dat wordt gewaardeerd.

FOTO: HANS DIJKHOFF

zelfstandig zaken regelen

Esmee uit 2vmbo vindt het belangrijk dat een docent goed kan uitleggen en leerlingen wil helpen. Aardig is dat ze belang hecht aan het tempo waarin de docent praat; een rustige toon. Hoe streng de docent moet zijn, hangt van de klas af. Voor haar is haar docent Engels een hele goede docent. Ze kan heel goed uitleggen en straalt rust uit. Als het nodig is, grijpt ze in.

Reinier uit 2havo begint meteen enthousiast over zijn docent LO. Ze laat tenminste lekker doorgaan, maar grijpt in als het te ruig wordt. Ze bewaakt de veiligheid. In het algemeen moet een docent goed kunnen uitleggen en dingen voordoen zodat je het snapt.

Iris vindt een goede docent iemand die varieert in lesstof. Bij gym gaat het om een goede verdeling van jongens en meisjes. Haar docent Frans vindt ze heel goed. Die overhoort namelijk alles wat ze opgeeft, waardoor je het goed leert. Ze is streng op een prettige manier. Eigenlijk duidelijk.

Voor Danique uit 3vmbo moet een docent vooral aardig zijn en niet zo heel streng. Haar docent Duits is een topper. Die legt goed uit en bereidt je heel goed voor op een toets. Bij haar snap je de grammatica. Maar al het heel lawaaierig is moet ze wel ingrijpen en dat doet ze ook.

Haarlem

Witte uit de atheneum brugklas vindt dat een docent respect moet hebben voor de leerlingen. Hij moet ook aardig zijn en een beetje 'feestelijk' Hij noemt twee docenten die deze eigenschappen bezitten en ook nog goed kunnen uitleggen.

Menke vindt dat een docent streng moet kunnen zijn maar niet alleen dat. Haar docent Engels doet bijvoorbeeld leuke woordspelletjes waarbij je op een andere manier de betekenis van een woord leert kennen en als je dat kunt ben je een goede docent.

Sarah vindt dat een goede docent iemand is die naar je luistert, je respecteert en je aardig vindt. Wat het lesgeven betreft moet een docent ervoor zorgen dat de les niet verstoord wordt. Haar docent Nederlands kan ook nog goed lesgeven. Hij is onpartijdig en geeft iedereen evenveel ruimte.

Elias vindt het belangrijk dat een docent niet meteen boos wordt als een leerling iets niet snapt. Als opdracht niet duidelijk is moet deze nog een keer op een andere manier worden uitgelegd. Bij de docenten Nederlands en Frans gebeurt dat goed en worden naast de lesstof ook nog andere leuke taaldingen gedaan.

Jasja uit 3vmbo komt iemand die goed luistert als je ideeën hebt en aandacht voor je heeft. Zijn mentor vindt hij een

Contact:

hans.dijkhoff@kvlo.nl

goede docent, maar dat komt ook omdat je die het meest ziet en daardoor een betere band met haar hebt.
Jelle beaamt dat en vindt ook dat de mentor respect heeft voor de leerlingen. Hij moet goed kunnen uitleggen en ook aandacht geven aan de kinderen.
Samantha wijst naar haar gymdocent. Hij helpt je als je iets niet snapt kan dingen goed voordoen.
Lisa heeft het over orde in de klas. Als de klas heel druk is moet je kunnen ingrijpen. Een goede docent heeft er geen moeite mee dat voor elkaar te krijgen.
Beide meiden zijn het erover eens dat hun docent wiskunde wel heel goed is. Ze is streng en kan heel goed uitleggen. Als je iets niet snapt, helpt ze je daarbij. Ze heeft na school een extra uur waarin ze leerlingen helpt die moeite hebben met wiskunde.
Ook Jasper wijst naar zijn gymleraar. Deze invaller geeft sinds september les en doet dat op een leuke manier. Hij noemt nog enkele andere docenten. Ze hebben gemeen dat ze direct en duidelijk zijn en daar houdt hij van want dan snapt hij het meteen. Daarnaast moeten ze ook nog humor hebben.
Orlando zit in de negende klas (vrije school). In eerste instantie geeft hij aan even over de vraag te moeten nadenken. Noah die bij hem staat weet wel meteen te antwoorden. Een docent moet duidelijk zijn en als hij de klas stil moet krijgen dan moet hij dat ook kunnen. Dat betekent niet dat je dan meteen streng moet zijn maar je moet wel grenzen aangeven. De docent Duits is een goed. Hij is grappig maar als het stil moet zijn dan is het dat ook. Als hij een opdracht geeft is het meteen duidelijk wat je moet doen. Orlando vult nog aan dat bij het opgeven van huiswerk je goed weet voor wanneer het is.
Als een docent goed op de leerlingen let en ze verbetert op een niet vervelende manier vindt Nynke een docent goed. Ze kan nog niet echt een goede docent benoemen omdat ze net nieuw is op school.
Anna vindt duidelijk uitleggen en helpen als je iets niet snapt wel heel erg belangrijk. Eigenlijk doen alle docenten dat wel goed op haar school.
Een paar woorden die vaak werden genoemd zijn: respect, willen helpen en duidelijk zijn. Eigenschappen zijn: streng, aardig, geduldig en empathisch vermogen.
Het maakt niet uit wat het niveau van de leerlingen en of het soort onderwijs waarin ze zitten. Samenvattend geven de leerlingen aan dat als een docent goed weet wat hij wil, dat op een goede manier weet over ter brengen (uit te leggen) met hier en daar een vleugje humor terwijl hij/zij de orde weet te handhaven dat goed scoort bij de leerlingen. Als hij of zij dat allemaal doet met een mate van rust en tevens een luisterend oor heeft, open staat voor inbreng van de leerlingen dan is het helemaal goed! En als je dat vergelijkt met wat docenten zelf zeggen dat ze aan eigenschappen moeten hebben dan verschilt dat eigenlijk niet zoveel. Mooi om eens een breder onderzoek naar te doen door de studenten van de ALO's.

Scholing

Reageren op vakbladartikelen?
Twitter @KVLOnL

Vooraankondiging

De studiedag voor het speciaal en praktijkonderwijs wordt dit keer georganiseerd in samenwerking met de ALO Amsterdam. Zodra de datum hiervoor bekend is, wordt dit op onze site kenbaar gemaakt. Dit geldt ook voor de nieuwe data van de cursussen Levensreddend Handelen die in Zeist worden georganiseerd.

Met de qr-scan van onderstaande code kun je rechtstreeks naar kvloscholing.nl. Qr-apps zijn gratis te downloaden op je mobiel in de verschillende app-stores.

Cursussen Levensreddend Handelen
Herhalingscursus op 5 maart en de basiscursus 18 en 26 maart in Zeist. Van 13.00-20.00 uur.
Aanmelden of meer informatie kun je vinden op de homepage, onder het kopje 'uitgelicht' of via de scholingskalender.
www.kvlo.nl

Uitgebreide informatie over alle scholingen/evenementen? Zie de kalender op de homepage van www.kvlo.nl

Inschrijving via kvloscholing.nl of een verwijzing daarvoor via kvloweb.nl

Scholingen van afdelingen en opleidingsorganisaties
Op de webkalender staan scholingen en evenementen van de diverse afdelingen en opleidingsorganisaties vermeld.

Contact:
astrid.vanderlinden@kvlo.nl

Gymles gaat mee in de mobiele telefoonhype

Ik heb geen leerlingen meer zonder mobiele telefoons.
Kom ik de kleedkamer binnen zijn er altijd leerlingen die op hun mobieltje zitten of staan te koekeloeren. Het is dat de meeste niet waterdicht zijn anders hadden ze die ook tijdens het douchen meegenomen.

Het toppunt was een meisje uit 3havo met de mooie naam Angeliene die aan het basketballen was voordat de les was begonnen. Zij had een band rond haar linker bovenarm. Angeliene was een enthousiaste en sportieve meid die in haar vrije tijd hockeyde. Ik vroeg belangstellend of ze zich geblesseerd had. Zelf wist ik uit ervaring dat een zwaaiende stick van een tegenstandster of een onbesuisde hoge bal een vervelende blessure kan veroorzaken. Angeliene keek me verbaasd aan en vroeg: "Waarom vraagt u dat?". Ik wees op haar bovenarm. Ze begon te lachen en enkele van haar klasgenoten kwamen om ons heen staan. De band was om haar smartphone te bevestigen tijdens de gymles. Ik was met stomheid geslagen. Ik wist dat pubers verslaafd kunnen zijn aan hun mobieltje en deze geen moment uit het oog willen verliezen in verband met mogelijke berichtjes via SMS, twitter en/of facebook. Maar dat je dat ook wil doen tijdens mijn gymles kon ik me niet voorstellen. Berouwvol ging Angeliene terug naar de kleedkamer om haar gadget in haar tas te doen. Dit voorval deed me wel nadenken.

Enige weken geleden werd ik op de nieuwszender NPO1, die mij om zeven uur s'ochtends doet ontwaken, gewezen op een menigte kopers die in Duitsland de nacht ervoor hadden doorwaakt voor een iPhone-winkel van het Amerikaanse concern Apple. Ze hoopten het eerste nieuwe horloge te kunnen kopen dat als smartphone werkte. Het horloge was in de VS al verkrijgbaar, maar nu ook voor de Europese markt. Het horloge had ook een app om hartslag, ademhaling en zweetsecretie te meten.

Het nieuwe opwindende horloge heet Apple Watch(zie illustratie).
Laat ik nu een wedstrijd winnen bij mijn Amerikaanse Physical Education organisatie (AAHPERD) en per UPS twintig van die horloges toegestuurd krijgen.
Helemaal te gek. Nu ga ik tijdens mijn lessen de hart- en ademfrequentie meten en na afloop de zweetsecretie aflezen van mijn leerlingen.
In mijn gymzaal is al een beamer voor powerpoint-presentaties en films geïnstalleerd. Het lukt met mijn ICT collega alle software te installeren en op mijzelf uit te proberen. Het was schitterend: terwijl ik met mijn Apple Watch een paar rondjes rende zag je mijn hartslag van 60 naar 120 gaan en na enkele sprintjes oplopen naar 170.
Bij optrekken aan de rekstok was de hartslag minder dan 90 en zag ik dat mijn ademfrequentie daalde van 30 naar 10. Ik vergat regelmatig uit te ademen.
Helemaal opgewonden gaf ik mijn eerste interactieve Apple Watch les. Het was klas 3havo en als eerste overhandigde ik een spieksplinter nieuwe Apple Watch aan Angeliene. Met een gezicht vol ongeloof pakte ze het horloge aan en deed eerst net of ze het aan haar bovenarm wilde bevestigen.
"Nee.. het is een horloge, om je pols doen"! Sprak ik. Angeliene schaterde en met haar de klas. Mevrouw Graal werd gedist.

Mery Graal

(KV)LO-NIEUWS

De Lichamelijke Opvoeding

Jullie hebben de nieuwe website al kunnen zien. Zoals in het vorige nummer aangekondigd, verandert er ook het een en ander in de beschikbaarheid van het vakblad op de site. Waar jullie gewend waren dat vanaf het uitkomen van het nieuwe blad dit ook op het openbare deel van de site was te zien, zullen nu de laatste elf nummers steeds achter mijnkvlo te bewonderen zijn. Vier oudere jaargangen zijn wel op het openbare deel van de site te zien.
Alle losse artikelen zijn te vinden in de kennisbank waarvan je een link aantreft op de nieuwe site. Van de rubrieken gaan alleen die items naar de kennisbank die van langdurig belang zijn zoals bijvoorbeeld de juristenpagina.

STUDIEDAG VO

De KVLO organiseert ook elk jaar enkele studiedagen waaronder die voor het VO. Dit schooljaar vindt deze studiedag plaats op 19 januari in Eindhoven. Omdat deze studiedag ook mede door Fontys wordt georganiseerd, merken we hierbij op dat er zo min mogelijk overlap van workshops op de KVLO-studiedag en de Thomasdag zal zijn. Goede reden dus om beide studiedagen te bezoeken!

SCHOLINGSBEHOEFTE

De KVLO wil graag weten welke scholingsbehoefte nu bij jullie leeft. Ideeën over professionalisering ontvangen wij graag op *onderwijs@kvlo.nl*

VOORAANKONDIGING THOMAS ORIENTATIE DAG 2015

Thema: Betekenis vol bewegen
Locatie: Fontys Sporthogeschool Eindhoven
Wanneer: Vrijdag 24 april 2015
Waarom: Bijscholing en kennisdeling. Punten voor registerleraren.
Voor wie: Leraren lichamelijk opvoeding PO, VO & mbo, combinatiefunctionarissen en buurtsportcoaches.
Meer info: Voor meer informatie en inschrijf mogelijkheden houdt de webstite: *www.kvlo-thomas.nl in de gaten.*

LINKS IN VAKBLAD WORDEN AANKLIKBAAR

Alle links in de meest recente vakbladen kunnen vanaf LO 1 2015 worden aangeklikt, waardoor je meteen op de pagina komt waarnaar de links verwijzen.
LO 1 2015 en LO 2 t/m 11 2014 staan wel achter mijnkvlo.
Als LO 2 2015 uitkomt, verschijnt LO 2 2014 weer in het openbare deel van de site, enzovoort.

BUREAUSLUITING

Het KVLO-bureau zal gesloten zijn van woensdagmiddag 24 december 15.00 uur tot en met vrijdag 2 januari 2015.
Voor de juridische afdeling kun je in gevallen van uiterste spoed per mail contact opnemen met *juristen@kvlo.nl*. S.v.p. als onderwerp van de e-mail aangeven SPOED.
Bestuur en medewerkers wensen iedereen fijne feestdagen en een mooi 2015.

Redactie: Hans Dijkhoff

NOT 2015

PO VO MBO

27 t/m 31 januari Jaarbeurs Utrecht

Stille Sportzaal maakt sporten stiller!

Ervaar op onze NOT stand hoe dat klinkt

Kom naar het speciale Beweegplein in Hal 11

Hier vind je alles wat je nodig hebt voor jouw sportlessen.

Ga voor je gratis toegangskaart direct naar:

STILLE-SPORTZAAL.NL

en klik op de NOT-2015 banner.

Als sportdocent ontvang je op onze stand een handig en veilig alternatief voor iets wat je elke les gebruikt!

Tot ziens op onze stand F055 bij het Beweegplein op de NOT 2015.

stille sportzaal

Gegarandeerd goede akoestiek in elke sportaccommodatie