

Wat beweegt de leerling?

Tekst: Carolien Nout

Hoe kun je leerlingen inspireren plezier in bewegen te hebben en te houden? De veranderende beweegcultuur maakt het uitdagend om goede keuzes te maken in de les. Curriculum- en beweegexperts Jacob Nienhuis en Corike van de Merwe (SLO) en Ger van Mossel (KVLO) werpen een blik op trends en de rol van de leraar.

Het is een bekend fenomeen: in de puberteit haken veel jongeren af bij sportclubs. Er zijn namelijk zoveel andere leuke dingen te doen. Aan de andere kant verandert de beweeg- en sportcultuur. Neem bijvoorbeeld 'urban sports' zoals steppen, skaten of boarden. Dat spreekt jongeren aan, omdat het meer gaat om ontdekken, uitproberen en grenzen verleggen en niet zozeer om competitie. SLO'er Jacob Nienhuis ziet goede mogelijkheden om daar in de gymles bij aan te haken. "Je kunt best nieuwe sporten of een inspiratie van een TikTok-filmpje in je lesprogramma opnemen. Als je ze bekijkt vanuit beweegthema's en beweeguitdagingen, kun je daarin bewuste keuzes maken."

Beweegthema's

In het basisonderwijs zijn beweegthema's al aardig ingeburgerd. Er is een lijst van twaalf thema's die nog wordt uitgebreid. Elk thema bevat globale beschrijvingen zoals zwaaien, mikken of werpen. Of inblijven en uitmaken bij tikspelen. "Bij elk thema werken we beweeguitdagingen uit in een doorlopende leerlijn van primair naar voortgezet onderwijs. Je kunt die principes bij verschillende beweegactiviteiten toepassen. Zo leg je je niet meteen vast aan een bepaalde sport," vertelt Corike.

Ger van Mossel, hoofdredacteur van LO Magazine en onderwijsadviseur vo van KVLO, voegt toe: "Zo kun je met een thema als balanceren steeds een stapje verder gaan. Ik denk daarbij niet direct aan de evenwichtsbalk, want dan haken veel leerlingen af. Bij acrobatiek, op een balanceerbal of met een trialbike ben je ook aan het balanceren. Sommige leerlingen zullen geïnteresseerd raken in balanceren. Anderen niet en dat is ook prima. Je hebt ze dan wel de essentiële onderdelen ervan laten ervaren."

Ontdekken wat bij je past

De experts benadrukken dat beweegplezier voorop moet staan. Ger: "In het voortgezet onderwijs is het sociale aspect, het samen bewegen, erg belangrijk. Leerlingen verschillen onderling: je wilt ze op hun eigen, speelse wijze leren ingaan op bewegingsuitdagingen van de sportieve, stedelijke en natuurlijke omgeving. Je moet dus goed kijken naar wat leerlingen beweegt, wat hen uitdaagt." De vraag is hoe je leerlingen kunt helpen ontdekken wat ze kunnen en leuk vinden. Jacob ziet mogelijkheden in het begrip beweegidentiteit: "Laat leerlingen reflecteren

op hun ervaringen en kwaliteiten en zo hun identiteit ontwikkelen. Als ze beter weten wat bij hen past, is de kans groot dat ze later een actieve leefstijl houden." "Belangrijk," beaamt Ger, "maar in de praktijk is dat best lastig te realiseren. Het strakke lesrooster of de setting van de gymzaal maken het moeilijk om zo'n gesprek met individuele leerlingen te voeren. Meer aandacht voor de pedagogische kant zou goed zijn."

Al met al staat het vakgebied voor veel uitdagingen. Plezier in bewegen komt niet vanzelf, daar moet je bewust aan werken. "Als wij eraan kunnen bijdragen dat het op jonge leeftijd een gewoonte wordt en niet iets wat moet, dan doen we het goed," besluit Ger.

Meer info of vragen?

Wil je meedenken, meedoen of heb je goede voorbeelden uit jouw lespraktijk voor bewegen en sport? Neem contact op met Corike van de Merwe (po): c.vandemerwe@slo.nl of Jacob Nienhuis (vo): j.nienhuis@slo.nl. /



Kijk voor meer informatie op slo.nl/vakportalen/bewegen-sport/



Foto: Shutterstock

Na de zomer start SLO in opdracht van het ministerie van OCW de actualisatie van de kerndoelen voor bewegen & sport, mens & maatschappij, mens & natuur, kunst & cultuur en moderne vreemde talen. Hiervoor werken we samen met het onderwijsveld. In 2022 kregen we van OCW al de opdracht om, met het onderwijsveld, de kerndoelen voor Nederlands, rekenen en wiskunde, burgerschap, digitale geletterdheid te actualiseren. Kerndoelen zijn de formele opdracht van de overheid aan de school en bedoeld als instrument voor curriculum- en onderwijsontwikkeling.