

8. Bewegen en sport

Karakteristiek

Algemeen

Het leergebied is erop gericht alle kinderen te brengen tot blijvende en verantwoorde deelname aan bewegen en sport, tot een bewuste keuze voor bewegen in het algemeen en voor specifieke bewegingsactiviteiten in de vrije tijd. Daarop is dan ook de verschuiving gericht van het leren deelnemen aan basale bewegingsactiviteiten waarop in het (speciaal) primair onderwijs de nadruk ligt, naar een brede oriëntatie op actuele bewegingscultuur in het voortgezet onderwijs.

De leeftijd van 12 tot 14 jaar is een turbulente periode, met een snelle verandering in lichamelijke kenmerken. Tegelijkertijd betekent de overgang naar een andere school een ingrijpende verandering in de sociale omgeving. De leerlingen moeten op zoek naar een nieuwe plek en identiteit in dat geheel. Dat vergt oriëntatie en aanpassing. In deze periode worden leerlingen zich ook meer bewust van hun eigen mogelijkheden en onmogelijkheden en die van anderen. Prestaties in dit leergebied zijn voor iedereen zichtbaar. Dat maakt leerlingen kwetsbaar. Het is daarom in deze leeftijdsfase belangrijk dat ze kansen krijgen hun mogelijkheden in een veilige omgeving te verkennen en leren hun zelfvertrouwen op het gebied van hun bewegingsmogelijkheden verder te ontwikkelen en te benutten. Respectvol omgaan met verschillen in belangstelling, begaafdheid en tempo vraagt voortdurend om flexibiliteit en om uitdagende en aansprekende bewegingssituaties. Aansluiten bij de bewegingservaring uit de basisschoolperiode is daarbij essentieel.

Leren bewegen is bij uitstek een groepsactiviteit. Leerlingen verkennen en ontwikkelen naast hun mogelijkheden in de rol van beweger ook die in de rol van ondersteuner en organisator. Er wordt veelvuldig een beroep gedaan op verschillende sociale en regelvaardigheden. In tal van situaties wordt van leerlingen verwacht dat ze elkaar helpen, onderling rollen en taken verdelen, op veiligheid letten, respectvol met elkaar omgaan, zorgzaam zijn voor elkaar, met elkaar regels afspreken, samenwerken en samen spelen. Leerlingen leren eenvoudige regeltaken vervullen, zoals elkaar hulp verlenen, aanwijzingen geven en coachen, organiseren en rollen als scheidsrechter of jury vervullen. Deze sociale en regeltaken maken het niet alleen mogelijk samen te bewegen, maar bieden leerlingen de mogelijkheid te leren hoe ze die activiteiten met elkaar veilig op gang kunnen brengen en op gang kunnen houden. Ze leren verantwoordelijkheid te dragen voor het eigen bewegen en dat van anderen, ook als de onderlinge verschillen groot zijn.

In het leergebied zijn relaties te leggen met de leergebieden Kunst en cultuur, Mens en natuur en Mens en maatschappij.

Uitstroomprofiel Vervolgonderwijs

Blijvende en verantwoorde deelname aan bewegen en sport is voor leerlingen in het voortgezet speciaal onderwijs heel belangrijk. Het ontwikkelen en behouden van een actieve leefstijl en de voorbereiding op een zinvolle en gezonde vrijetijdsbesteding vormen belangrijke doelstellingen van het leergebied bewegen en sport voor deze leerlingen. Leerlingen worden zich in het voortgezet speciaal onderwijs in sterke mate bewust van hun (fysieke) mogelijkheden en onmogelijkheden. Het verkennen en accepteren van de eigen mogelijkheden en het ontwikkelen van zelfvertrouwen zijn daarbij essentieel.

De motorische ontwikkeling bij leerlingen met een lichamelijke of zintuiglijke beperking is veelal achter vergeleken met leeftijdsgenoten. Bewegen in de ruimte kan voor deze leerlingen omgeven zijn met onzekerheid en angst. Balspelen zijn voor blinde leerlingen slechts beperkt mogelijk. Activiteiten als zwemmen, skiën, schaatsen, klimmen, fitness en kanoën zijn wel mogelijk. Met aangepast sportmateriaal kan veel. Slechtziende leerlingen kunnen bijna alle spelvormen op een eenvoudig niveau beoefenen. Bij leerlingen met een auditieve en/of communicatieve beperking kan sprake zijn van een achterstand in de motorische ontwikkeling,

veroorzaakt door beperktere ervaring in verschillende vormen van bewegen en spelen. Ook komen stoornissen in de coördinatie en de planning van bewegingen voor. Door de stoornis van het gehoor hebben dove en slechthorende leerlingen vaak problemen met hun evenwicht. Spelactiviteiten met andere leerlingen kunnen lastig zijn door problemen in de onderlinge communicatie.

Sommige leerlingen met een (ernstige) fysieke beperking of langdurig zieke leerlingen zullen niet deel kunnen nemen aan alle bewegingsactiviteiten. De aard van de beperking of ziekte maakt bepaalde activiteiten (vrijwel) onmogelijk. Leerlingen kunnen door aanpassingen van regels en arrangementen wel, zoveel mogelijk bewegend, een actieve rol krijgen in de activiteiten.

Leerlingen met gedrags- en/of sociaal-emotionele problematiek hebben vaak extra behoefte aan het kunnen bewegen. Wel moet bij deze leerlingen meer tijd worden besteed aan de voorwaarden om tot bewegen in groepsverband te komen. Er wordt een beroep gedaan op sociale- en regelvaardigheden. Leerlingen hebben soms moeite met het 'vrije' karakter van klassikale gymlessen. Veiligheid is een eerste vereiste. Soms zullen deze activiteiten alleen in (zeer) kleine stappen en in beperkte mate kunnen worden opgebouwd. In andere gevallen zal een aangepast aanbod nodig zijn, meer gericht op individueel sporten.

Kerdoelen Bewegen en sport

- 1. De leerling leert zich mede met het oog op buitenschoolse beoefening op praktische wijze te oriënteren op veel verschillende bewegingsactiviteiten uit gevarieerde gebieden als spel, turnen, atletiek, bewegen op muziek, zelfverdediging en actuele ontwikkelingen in de bewegingscultuur, en daarin de eigen mogelijkheden te verkennen.**
- 2. De leerling leert door middel van uitdagende bewegingssituaties zijn bewegingsrepertoire uit te breiden.**
- 3. De leerling leert de hoofdbeginselen van de bewegingsactiviteiten op eigen niveau toe te passen.**
- 4. De leerling leert tijdens bewegingsactiviteiten sportief te zijn, rekening te houden met de mogelijkheden en voorkeuren van anderen, en respect en zorg te hebben voor elkaar.**
- 5. De leerling leert eenvoudige regelende taken te vervullen die het mogelijk maken, zelfstandig en samen met andere leerlingen bewegingsactiviteiten te beoefenen.**
- 6. De leerling leert door deel te nemen aan praktische bewegingsactiviteiten de waarde van het bewegen voor gezondheid en welzijn kennen en ervaren.**