



Rol van ouders bij bewegingsonderwijs

Ouders in beweging

Als een kind fysiek of sociaal niet zo handig is tijdens sport en spel, is het belangrijk om ouders hierin mee te nemen. Zij weten vaak beter wat mogelijke belemmeringen zijn en zijn zo de sleutel om hun kind in beweging te krijgen. Van de leerkracht vraagt dit om een goede afstemming met ouders. Hoe kun je ouders in beweging krijgen voor een sportieve opvoeding van hun kind?

TEKST RENSKE PALS & PETER DE VRIES BEELD TOM VAN LIMPT & WILBERT VAN WOENSEL

Marjan, moeder van vier kinderen tussen de vijf en veertien jaar, heeft nog altijd nare herinneringen aan gym. Dat begon op de basisschool waar de leerkracht van groep 7 vaak een beetje moest lachen wanneer ze bepaalde oefeningen met bewegingsonderwijs niet kon. Regelmatig maakte hij een 'grappige' opmerking waarom andere kinderen moesten lachen en dat maakt Marjan nog meer onzeker. In het voortgezet onderwijs werd ze vrijwel altijd als laatste gekozen wanneer de leerlingen hun partijtjes mochten maken. Wanneer Marjan een gymzaal binnenloopt, krijgt ze het meteen benauwd: door de geur komen al die herinneringen weer boven. Marjan is verder zelfverzekerd en assertief, maar bewegen blijft haar zwakke plek. Wanneer tijdens een uitje met een aantal bevriende gezinnen op het strand een van de kinderen voorstelt om alle vaders en zoons tegen de moeders en dochters te laten volleyballen, probeert Marjan daar onderuit te komen. Omdat haar smoesjes niet worden geloofd ('Het is ook nodig dat er iemand op de tassen past'), doet ze toch maar mee. Wanneer zij mag opslaan, gaat dat niet helemaal soepel en ze hoort twee jongens lachen. De lol is er meteen af. Pas wanneer haar man later duidelijk maakt dat deze jongens om iets heel anders lachten, ontspant Marjan weer.

Afhankelijk van de veiligheid die de leerkracht biedt en de relatie die een leerkracht met Marjan opbouwt, zal Marjan open zijn over haar eigen gymverleden. En dat biedt mogelijkheden om niet zozeer vertrouwen van ouders te vragen, maar ouders vooral vertrouwen te geven om de kinderen van Marjan (sociaal) veilige gymlessen te geven. Anders zal Marjan het verbloemen met zinnen als: 'Ach, gym is niet zo belangrijk. Ik ben er ook gekomen zonder gym.'

Relatie opbouwen

Je hoeft geen maatschappelijk werker voor ouders te zijn en het verleden van ouders helpen te verwerken. Dat verwachten ouders

ook niet van je. Het gaat om een open en respectvolle nieuwsgierigheid naar hoe ouders bewegingsonderwijs zelf hebben ervaren op school. Het geeft je informatie over hoe ouders hun kind stimuleren om of juist beschermen tegen bewegingsonderwijs. Dit respect- en begripvol bespreekbaar maken, zet ouders in beweging om hun kind te motiveren voor bewegen.

Ouders, bewegen en loyaliteit

Ouders spelen dus een rol in het bewegingsonderwijs van hun kind, vaak gerelateerd aan hun eigen verleden op school. Kinderen willen namelijk loyaal zijn aan hun ouders, aan hun verwachtingen voldoen en hun ouders niet teleurstellen. Deze zogenaamde 'verticale loyaliteit' is van grote invloed op de ontwikkeling van het kind. Als ouders zeggen dat bewegen niet zo belangrijk is als taal en rekenen, dan zal een kind uit loyaliteit deze gedachte kunnen overnemen of bewegingsonderwijs minstens met enige argwaan bekijken, want kinderen willen hun ouders niet teleurstellen. Dat probleem belemmert soms meer dan we denken. Het tegenovergestelde is ook waar: wanneer ouders steeds benadrukken dat sport van groot belang is, dan weet het kind dat zijn ouders van hem verwachten zich in te spannen voor sportieve activiteiten. In feite kun je zeggen dat het kind leert dankzij de 'toestemming' van zijn ouders. De hamvraag is dus: hoe belangrijk vinden ouders bewegingsonderwijs?

Het belang van bewegen

Verschillende wetenschappelijke onderzoeken komen tot positieve effecten van beweging op de motorische, cognitieve, maar vooral ook de sociale ontwikkeling (Payne & Isaacs, 2007). Waar voorheen nog het accent lag op alleen de motorische ontwikkeling, verschuift nu het accent naar de invloed van beweging op de totale ontwikkeling van het kind. In het huidige onderwijs heeft bewegen een duidelijkere rol gekregen in het gehele curriculum. ►

School kan het buitenspelen stimuleren en ouders kunnen kinderen zowel binnen als buiten in aanraking laten komen met allerlei vormen van bewegen



Tijdens stoeiactiviteiten worden kinderen uitgedaagd om met elkaar de grenzen te verkennen. Hoe gaan we met elkaar om, geeft een kind snel op of zet het door?

► In de Kennisbasis Lerarenopleiding Basisonderwijs staat: bewegingsonderwijs is erop gericht leerlingen bekwaam te maken voor een blijvende, perspectiefrijke, zelfstandige en verantwoorde deelname aan de bewegingscultuur. Het belang van bewegingsonderwijs van het jonge kind alleen bekijken vanuit het motorische domein voelt als een gemiste kans. Een bewegend kind lijkt een gezond kind. Het is niet verwonderlijk het thema 'Bewegen' een belangrijke plaats in te laten nemen in de opvoeding van peuter en kleuter tot basis-schoolkind en uiteindelijk

tot volwassene.

Tijdens de les bewegingsonderwijs wordt aangestuurd op een langdurige actieve leefstijl (Slingerland & Borghouts, 2008; 2009; Hoeboer et al., 2014).

Een leefstijl die deels is ingegeven door de huidige tijd waarin veel kinderen te weinig bewegen. De huidige inzichten in de relatie tussen de fundamentele motorische vaardigheden, de motorische ontwikkeling

van kinderen en een actieve leefstijl op latere leeftijd spelen hierin een rol. Naast de invulling van het aanbod tijdens de bewegingslessen in het speellokaal en de gymzaal is het ook de taak van de leerkracht om de relatie te leggen met de mogelijkheden in de directe omgeving van het kind; de wijze waarop ze naar school komen, het spelen op het schoolplein, de sportdagen en de buitenschoolse activiteiten, maar ook het trapveldje naast de school of het speelplaatsje in de buurt. Veel ontwikkelingsaspecten en ontwikkelingstaken zijn op deze leeftijd (nog) samengesteld uit twee of meer van deze hoofddomeinen, zoals spel-, taal- en gewetensontwikkeling. Tijdens een les bewegingsonderwijs wordt veel aandacht besteed aan het houden aan regels en afspraken. Tijdens een tikspel worden regels gemaakt en wordt besproken waarom het belangrijk is om je hieraan te houden. Wanneer een kind hier moeite mee heeft, is het van belang het gesprek met hem of haar aan te gaan en te onderzoeken waar het gedrag vandaan komt. Tijdens stoeiactiviteiten worden kinderen uitgedaagd om met elkaar de grenzen te verkennen. Hoe gaan we met elkaar om,

In het huidige onderwijs heeft bewegen een duidelijkere rol gekregen in het hele curriculum



Handelen als leerkracht

Wat kun je als leerkracht concreet doen om het bewegingsgedrag van kinderen te stimuleren en om de ouders met hun eigen verhalen en ervaringen hierin op een zinvolle manier te betrekken? Hierbij enkele suggesties:

1. **Wees je bewust van de kracht van een les bewegingsonderwijs.**
Manipuleer situaties waarin je het gedrag van een kind kunt beïnvloeden en het daarin kunt helpen om te gaan met lastige situaties. Bijvoorbeeld door stoeivormen, acrobatiek, enzovoorts in te zetten of groene spellen (groene spellen zijn spelvormen zonder winst en verlies en waarbij samenwerken centraal staat, bijvoorbeeld een bal op een parachute zien te houden) (zie ook Einden & Pecht, 2008).
2. **Bespreek met ouders het belang van bewegingsonderwijs**, welke invloed bewegingsonderwijs heeft op de sociaal-emotionele ontwikkeling van het kind.
3. **Wanneer je juist merkt dat kinderen veel móeten bewegen van ouders en sport heel belangrijk is, kun je op dezelfde manier het gesprek aangaan**, nieuwsgierig naar de drive (van vroeger) van deze ouders.

geeft een kind snel op of zet hij door? Het kunnen omgaan met winst en verlies, maar ook het kunnen uiten van je emoties. Uit ik mijn emoties fysiek of kan ik dat al verbaal? Tijdens een les bewegingsonderwijs komen namelijk vaak primaire emoties naar boven, en als leerkracht kun je een kind helpen met deze emoties om te gaan. Vooral voor een kleuter kan het bijvoorbeeld lastig zijn om met frustratie om te gaan en zich verbaal te uiten. Een

kleuter zal zich vooral fysiek uiten naar een ander kind. Als leerkracht kun je hier meteen op inspringen. Hoe gaan wij met elkaar en de omgeving om? Wanneer een kind vastloopt op één van de domeinen heeft dat vaak ook gevolgen voor de andere domeinen (Beenhakker et al., 2016). Wanneer dit niet wordt onderkend door leerkrachten en ouders kan dit bijvoorbeeld leiden tot een vicieuze cirkel van inactiviteit. Daarbij kan een achterstand van de motorische vaardigheden leiden tot een negatieve zelfwaardering en minder competentiegevoelens. Het blijkt dat een achterstand in bewegen ontstaat door onvoldoende exploratie en verkennende activiteiten. Vooral school en ouders hebben hier een gezamenlijk rol in. School kan het buitenspelen stimuleren (een uitdagende leeromgeving op het schoolplein) en ouders kunnen kinderen zowel binnen als buiten in aanraking laten komen met allerlei vormen van bewegen. Ga bijvoorbeeld op de loopfiets naar de winkel, of met een bal in de tuin spelen.

Eigen ervaringen

Door hun eigen ervaringen lijkt het er soms op dat sommige ouders bewegen niet zo belangrijk vinden. Hoe kan dat? Elke ouder is toch trots wanneer zijn kind veel kan? Dat klopt, maar er is één ding wat een ouder vaak nog belangrijker vindt: het kind mag niet de pijn ervaren die de ouder vroeger zelf heeft ervaren. Moeder Marjan uit de eerste (waargebeurde) casus, is beschadigd door haar eigen verleden met bewegingsonderwijs en wil niet dat haar kinderen hetzelfde overkomt. Wanneer je de eigen ervaringen van de ouders kunt benoemen en kunt loskoppelen van die van hun kinderen, kun je een start maken met het samen werken aan meer ontwikkelings- en bewegingsmogelijkheden voor de kinderen.

Renske Pals

(r.pals@avans.nl) is docent bewegingsonderwijs en pedagogiek bij Avans Hogeschool Pabo Breda, medeauteur van het boek *Bewegingsonderwijs met kleuters* en redactielid van HJK

Peter de Vries

is zelfstandig expert ouderbetrokkenheid. Hij doet promotieonderzoek naar ouderbetrokkenheid aan de Universiteit Utrecht, schreef verschillende boeken over ouderbetrokkenheid (www.peterdevries.nu) en is netwerklid van HJK



De literatuurlijst is te vinden op: www.hjk-online.nl/artikelen