

VERDIEPINGSSTOF LEERENHEID 5



Angerenstein
SPORT & BEWEGEN

1.1 Verdiepingsstof - Veiliger bewegingsonderwijs op de basisschool

Onveilige omgeving + onveilig gedrag = meer kans op ongelukken.

In het bewegingsonderwijs worden ongelukken vaak veroorzaakt door vermoeidheid van leerlingen, onvoorzichtigheid, niet opletten, ruw gedrag of het negeren van spelregels.

Maar ook door gebrekkig onderhoud van toestellen of ruimtes of gebrekkige organisatie van de lessen. Meestal loopt het af met een pleister plakken en een paar geruststellende woorden. Maar niet altijd. Er gebeuren te veel ongelukken. Dat moet beter kunnen.

Zo pakt u de grootste risico's aan

Ongelukken en blessures zijn nooit helemaal te voorkomen. Je kunt wel de grootste risicofactoren aanpakken. Hoe weet je of je veilig en uitdagend bewegingsonderwijs geeft? Welke vragen moet je voor jezelf kunnen beantwoorden om goed voorbereid de les te beginnen? Hoe kun je voor derden inzichtelijk maken dat je voldoende hebt gedaan om de veiligheid van (individuele) leerlingen te waarborgen? Door op school systematisch en expliciet aandacht te besteden aan veiligheid tijdens het bewegingsonderwijs. Daarbij helpt deze module van Consument en Veiligheid, die aansluit bij de methode Veiligheid op de basisschool: werken aan een school zonder ongelukken. De module is nadrukkelijk niet bedoeld om je extra werk te bezorgen. Integendeel: de module is ontwikkeld om je te helpen bij het opstellen van een vakwerkplan voor het bewegingsonderwijs, het arboplan en het schoolplan- en daarmee om je tijd te besparen. Je kunt de module aan het eind van het jaar gebruiken als aanvulling op het veiligheidsverslag en aan het begin van het jaar als input voor het arboplan.

► BRON

BROCHURE 'VEILIGER BEWEGINGSONDERWIJS OP DE BASISCHOOL'.

1.2 Opstelling

De opstelling van de lesgever

Enkele belangrijke tips voor de opstelling van de lesgever zijn:

- Kies een positie van waaruit je altijd een goed overzicht hebt en houdt over de deelnemers.
- Zorg dat bij de uitleg iedereen je kan zien en horen en dat je de deelnemers kunt aankijken (niet te dichtbij, niet te veraf).
- Zorg dat je bij individuele hulp of correctie toch de hele groep kunt blijven zien.
- Wissel regelmatig van plaats om de groep vanuit meerdere posities te kunnen zien.
- Bij een buitenactiviteit: Houd rekening met de zon (jij kunt beter in de zon kijken dan de deelnemers) en met de wind (praat met de wind mee).
- Zorg dat je in de nabijheid bent bij risicovolle activiteiten.
- Laat de deelnemers horen dat je er bent, ook al sta je aan het andere eind van de zaal. Een positieve opmerking naar de andere kant van de zaal werkt. Laat de groep op een positieve manier (complimenten) merken dat je hen in de gaten houdt.

De opstelling van de SB-deelnemers

Enkele tips voor de opstelling van de SB-deelnemers zijn:

- Zorg voor voldoende, veilige onderlinge afstand tussen de deelnemers.
- Zorg dat deelnemers geen onnodige, onbedoelde hinder van elkaar hebben door de opstelling.
- Stel de deelnemers zo op dat ze de lesgever goed kunnen horen en zien.
- Maak de opstelling niet te ingewikkeld en zorg dat deelnemers snel de gewenste opstelling kunnen innemen.
- Maak bewust een keuze uit een vrije opstelling of een gebonden opstelling (groep, rij).

De opstelling van het materiaal

Enkele tips voor de opstelling van het materiaal zijn:

- Zorg dat de opstelling van het materiaal veilig is (niet te dicht bij een muur of obstakel).
- De opstelling van het materiaal moet eenvoudig en overzichtelijk zijn.
- Stem de hoeveelheid materiaal af op de beschikbare tijd.

- Zorg dat de opstelling van het materiaal een bijdrage levert aan een vlot verloop.
- Zorg dat het materiaal snel kan worden weggehaald of aangepast.
- Gebruik het materiaal in meerdere lesdelen.
- Verdeel het materiaal goed over de beschikbare ruimte.

1.3 Differentiëren

Differentiëren: iedereen kan deelnemen

Henk zit in het tweede jaar van de Calo. In het eerste jaar heeft hij lessen bewegingsonderwijs leren organiseren. Hem is opgevallen dat er veel komt kijken bij een les bewegingsonderwijs, maar het is enorm leuk! Hij heeft veel handvatten gekregen om de lessen van relatieve chaos naar orde te laten gaan en voor vandaag heeft hij weer een nieuw plannetje gemaakt om de les nog beter te organiseren. Na het aanbieden van de les en indelen van de groepjes beginnen de kinderen. Vorig jaar kwam hij bij dit moment in de les nogal eens handen te kort. Maar nu had hij bij het aanbieden de functies in de groepjes al verdeeld en konden de kinderen na zijn startsein direct aan de slag.

Heerlijk, Henk is ontspannen en kan door de zaal lopen: hij merkt dat hij zijn handen vrij heeft. Hij ziet dat de kinderen bij het balanceren netjes op hun beurt wachten, zelfs het meelopen als hulpverlener komt uit de verf, ook ziet hij dat de kinderen plezier hebben en blij zijn als ze weer aan de beurt zijn. Toch ziet hij ook dat het niet alle kinderen lukt om over de omgekeerde bank naar het wandrek te lopen.

Differentiatie in arrangement

Henk zou bij het balanceren voor bijvoorbeeld de zwakkere balanceerders halverwege de balanceerbank een korfbalpaal neer kunnen zetten. Hieraan kunnen kinderen halverwege steun zoeken en je maakt de balanceerbaan half zo lang. Een andere bank die breder is, zou ook een goede optie zijn.

Differentiatie in opdracht

Henk zou bij het balanceren voor bijvoorbeeld de goede balanceerders een extra opdracht mee kunnen geven. Als je drie keer achter elkaar zonder er af te vallen aan de overkant komt, dan mag je halverwege een kunstje uitvoeren op de balanceerbank.

► BRON

PERSPECTIEVEN OP LUKKEN: OVER BREDE ZORG IN LESSEN BEWEGINGSONDERWIJS.
JEROEN STEEMAN IN LICHAMELIJKE OPVOEDING (JANUARI 2014).