

Loslaten van controle binnen de les lichamelijke opvoeding

Een kleinschalig praktijkonderzoek binnen het Montessorionderwijs



Over vertrouwen, zelfstandigheid en het gebruik van leskaarten in de gymles

Quinten Dales

Inhoudsopgave

Artikel	3
Persoonlijk ontwikkeldoel.....	3
Reflectie op mijn ontwikkeldoel	3
Koppeling met Montessori	3
Ontstaan van het experiment.....	4
Onderzoeksopzet.....	4
Resultaten	4
Analyse	5
Literatuurlijst.....	6
Bijlage.....	7
Bijlage 1 - Vragenlijsten	7
Bijlage 2 – resultaten	14

Artikel

Persoonlijk ontwikkeldoel

Als startend docent vind ik het belangrijk dat mijn lessen duidelijk en gestructureerd verlopen. Ik wil overzicht houden in de zaal en weten waar leerlingen mee bezig zijn. Daarom organiseer ik mijn lessen vaak vrij gestuurd. Ik geef duidelijke opdrachten, loop rond en grijp in wanneer iets niet loopt.

In een gesprek met Inge kwam naar voren dat ik leerlingen misschien minder ruimte geef om zelf oplossingen te vinden dan ik denk. Mijn ontwikkeldoel is daarom; Hoe kan ik leerlingen meer zelfstandig kan laten oefenen, zonder dat de structuur en het overzicht in mijn lessen verdwijnt.

Reflectie op mijn ontwikkeldoel

Na een terugblik op mijn eigen handelen, merkte ik dat mijn behoefte aan overzicht ook invloed heeft op hoe ik reageer in de les. Ik ben aanwezig en zie snel wanneer leerlingen ergens vastlopen. Daardoor grijp ik soms snel in waardoor ze juist minder zelfstandig leren.

Anderzijds door mijn aanwijzingen krijgen de leerlingen wel meer vertrouwen om zelfstandig verder te gaan en versnel ik het leerproces.

Ik moet een juiste grens opzoeken tussen vertrouwen en aanwijzingen geven en loslaten en zelfstandig laten leren.

Koppeling met Montessori

Dit doel past goed binnen de Montessori-visie op onderwijs. Binnen Montessori wordt gesproken over vrijheid in gebondenheid: leerlingen krijgen ruimte om zelfstandig te handelen, maar binnen duidelijke kaders (La Faille, 2007).

Voor de docent betekent dit dat hij de omstandigheden organiseert waarin leerlingen zelf aan de slag kunnen. Leren ontstaat wanneer leerlingen handelen, proberen en ervaringen opdoen, terwijl de docent de situatie zo inricht dat dit mogelijk wordt (Montessori, 1993).

Vanuit deze gedachte ontstond bij mij het idee om in mijn gymlessen te experimenteren met leskaarten. Met deze kaarten konden leerlingen zelfstandig oefenen met een bewegingsvaardigheid, terwijl ik als docent meer ruimte liet in het leerproces.

Ontstaan van het experiment

Voor mijn lessen ontwikkelde ik leskaarten voor verschillende bewegingsvaardigheden. In klas 1 voor handstand en radslag, en in klas 3 voor het stapsgewijs aanleren van een backflip. Op de kaarten stonden afbeeldingen van de beweging met korte aanwijzingen.

Tijdens een lesbezoek van Inge probeerde ik deze aanpak uit en liet ik leerlingen zelfstandig met de kaarten oefenen. Opvallend was dat veel leerlingen de kaarten nauwelijks gebruikten. Ze begonnen direct met oefenen, keken naar klasgenoten of vroegen mij om hulp. Dat maakte mij nieuwsgierig: waarom gebruikten leerlingen de kaarten eigenlijk zo weinig?

Onderzoeksopzet

Om hier meer inzicht in te krijgen heb ik een vragenlijst opgesteld voor leerlingen die met de leskaarten hadden gewerkt. In totaal hebben vijf klassen deze vragenlijst ingevuld: drie eerste klassen en twee derde klassen.

De vragenlijst bestond uit een combinatie van meerkeuzevragen en enkele open vragen, zodat leerlingen ook kort konden toelichten hoe zij de les hadden ervaren. De vragen gingen onder andere over het gebruik van de leskaarten tijdens het oefenen, wat leerlingen doen wanneer een oefening niet lukt en welke verbeterpunten zij zien. De volledige vragenlijsten zijn opgenomen in bijlage 1.

Met deze vragenlijst wilde ik beter begrijpen hoe leerlingen omgaan met de leskaarten tijdens het oefenen van een bewegingsvaardigheid.

Resultaten

Uit de vragenlijsten kwamen een aantal duidelijke patronen naar voren.

Veel leerlingen gebruiken de leskaart niet direct wanneer zij beginnen met oefenen. Ze proberen eerst zelf of de beweging lukt. Wanneer dat niet meteen lukt, proberen ze het vaak nog een paar keer voordat ze hulp zoeken. Daarbij kijken leerlingen meestal eerst naar een klasgenoot en daarna eventueel naar de docent.

De leskaart wordt vooral gebruikt wanneer leerlingen vastlopen of wanneer zij achteraf willen controleren of zij de beweging goed uitvoeren.

Uit de open antwoorden kwamen ook enkele verbeterpunten naar voren. Leerlingen gaven bijvoorbeeld aan dat grotere afbeeldingen duidelijker zijn en dat korte stappen beter werken dan langere stukken tekst.

Deze resultaten laten zien dat leerlingen de kaart niet automatisch als eerste hulpmiddel gebruiken, maar vooral als ondersteuning wanneer zij daar behoefte aan hebben.

Analyse

De resultaten laten zien dat leerlingen in eerste instantie vooral leren door te doen. Ze proberen een beweging eerst zelf uit, kijken naar elkaar en zoeken pas daarna extra informatie of hulp. Dat sluit goed aan bij Montessori's visie op leren.

Montessori beschrijft dat ontwikkeling vooral plaatsvindt door activiteit: "*The essential thing is for the task to arouse such an interest that it engages the child's whole personality.*" (Montessori, 1993).

In mijn lessen lijken de leskaarten vooral een ondersteunende rol te hebben. Ze vervangen het oefenen niet, maar bieden houvast wanneer leerlingen dat nodig hebben.

Voor mij als docent gaf dit een belangrijk inzicht. Leerlingen proberen eerst zelf en gebruiken het materiaal pas daarna. Dat helpt mij om mijn ontwikkeldoel beter te begrijpen: leerlingen vertrouwen geven om eerst zelf te proberen, terwijl ik als docent beschikbaar blijf om te ondersteunen wanneer dat nodig is.

Literatuurlijst

- La Faille, J. (2007). *Montessori en haar revolutie der waarden*.
- Montessori, M. (1993). *From childhood to adolescence*.

Bijlage

Bijlage 1 - Vragenlijsten

VRAGENLIJST 1 – LESKAARTEN IN DE GYMLES

Deze vragen gaan over de leskaart die je gebruikte bij het oefenen.

1. Heb je de leskaart gebruikt tijdens het oefenen?

- ☐ Ja
- ☐ Soms
- ☐ Nee

2. Als je de kaart niet of weinig gebruikte, waarom niet?

(meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ Ik had hem niet nodig
- ☐ Ik keek liever naar een klasgenoot
- ☐ Ik vroeg liever hulp aan de docent
- ☐ Ik vond hem niet duidelijk
- ☐ Ik vond hem niet aantrekkelijk
- ☐ Ik wist niet wanneer ik hem moest gebruiken
- ☐ Anders:

3. Wanneer zou jij een leskaart wel gebruiken?

4. Wat doe jij als iets in de oefening niet lukt?

- ☐ Ik probeer het opnieuw
- ☐ Ik kijk bij een klasgenoot
- ☐ Ik vraag hulp aan de docent
- ☐ Ik kijk naar de leskaart

5. Wanneer in de oefening zou een leskaart jou het meest helpen?

- ☐ Aan het begin
- ☐ Als iets niet lukt
- ☐ Om te controleren of ik het goed doe
- ☐ Eigenlijk nooit
- ☐ Anders:

6. Wat maakt dat jij een kaart echt zou pakken tijdens het oefenen?

7. Wat zou de kaart duidelijker en aantrekkelijker maken?

(meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ Nog duidelijkere stap-voor-stap uitleg
- ☐ Minder stappen per kaart
- ☐ Kortere zinnen
- ☐ Grotere of duidelijkere afbeeldingen
- ☐ Meer overzicht (rustiger ontwerp)
- ☐ Duidelijk aangeven waar je moet beginnen
- ☐ Minder moeilijke woorden
- ☐ Alleen de belangrijkste tips
- ☐ Meer voorbeelden
- ☐ Anders:

8. Als jij de kaart opnieuw mocht maken, wat zou jij veranderen?

VRAGENLIJST 3 – LESKAARTEN IN DE GYMLES

Deze vragen gaan over de leskaart die gebruikt werd bij het oefenen.

1. Heb je de leskaart actief gebruikt?

- ☐ Ja
- ☐ Soms
- ☐ Nee

2. Als je hem niet of nauwelijks gebruikte, wat was de belangrijkste reden?

(meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ Overbodig
- ☐ Ik leer liever door te kijken naar anderen
- ☐ Ik vraag liever directe feedback aan de docent
- ☐ Onduidelijk
- ☐ Niet aantrekkelijk
- ☐ Ik wist niet wanneer ik hem moest inzetten
- ☐ Anders:

3. Wanneer zou jij een leskaart wel gebruiken?

4. Wat doe jij meestal als je merkt dat iets technisch niet klopt?

- ☐ Zelf blijven proberen
- ☐ Kijken bij een klasgenoot
- ☐ Docent om feedback vragen
- ☐ De leskaart raadplegen

5. Op welk moment in het leerproces zou een kaart voor jou echt meerwaarde hebben?

- ☐ Bij de eerste uitleg
- ☐ Bij herhaling
- ☐ Als iets niet lukt
- ☐ Ter controle van mijn techniek
- ☐ Eigenlijk nooit
- ☐ Anders:

6. Wat is er nodig in de les zodat jij de kaart daadwerkelijk gebruikt?

**7. Wat zou de kaart duidelijker en beter bruikbaar maken?
(meerdere antwoorden mogelijk)**

- ☐ Heldere volgorde van stappen
- ☐ Minder informatie per kaart
- ☐ Kortere instructies
- ☐ Meer focus per kaart
- ☐ Grotere afbeeldingen
- ☐ Meer overzicht in de opmaak
- ☐ Duidelijk niveauverschil (makkelijk – moeilijk)
- ☐ Alleen kerninformatie
- ☐ Anders: _____

8. Stel dat jij de kaart opnieuw ontwerpt. Wat zou jij aanpassen?

Bijlage 2 – resultaten

[Vragenlijst 1 - leskaarten gymles.xlsx](#)

[Vragenlijst 3 - leskaarten in de gymles.xlsx](#)