

# ALO IN BEWEGING

Zoektocht naar kwaliteit | Stagebezoek in de praktijk | Weer een niveau hoger |  
Sandy Spil heeft de mooiste baan ter wereld | De ki(c)k van bijscholing | Hoezo streng?



## INHOUDSOPGAVE

- 3 Hans Mackaaij: Zoektocht naar kwaliteit
- 4 Stagebezoek in de praktijk
- 6 Weer een niveau hoger
- 7 Samenwerking met BSM convenantscholen
- 7 Een leven lang ALO
- 8 Tien jaar op de planken
- 10 Bijzondere stages
- 12 Hoezo streng?
- 14 De ki(c)k van bijscholing
- 14 Excellentieprogramma
- 15 Een week lang trending topic

## De enige ex die je wel wilt zien: ExALO

Vroeger zaten we samen in de klas, vingten we elkaar bij turnen en dronken we een drankje in de SooS of op een feest. Na de studie zijn we elkaar uit het oog verloren en dat is jammer! Want naast vrienden van vroeger zijn we nu waarschijnlijk ook conculega's. ExALO is speciaal opgericht voor al onze oud-studenten, zodat we makkelijk contact met elkaar kunnen houden op een ongedwongen manier, vaak met een sportief tintje.

We maken gebruik van elkaars netwerk, kennis en ervaringen en zien elkaar op alumnidagen en andere evenementen van de ALO. Ook jij kunt een keer een reünie organiseren voor je oude jaar of klas. Neem contact met ons op, dat vinden we leuk.

Tot het volgende ExALO evenement!

**Contact:** Stephanie Hermans, voorzitter ExALO

**Website:** [www.exalo.nl](http://www.exalo.nl)

**Email:** [exalo@hva.nl](mailto:exalo@hva.nl)

Verder te vinden op **LinkedIn** en **Facebook**

Dit magazine brengt u op de hoogte van de nieuwe ontwikkelingen die op de ALO spelen. En wij informeren u over de mogelijkheden tot interactie met de ALO.

Zo organiseren wij in december 2013 en mei 2014 weer stageterugkomdagen. En nodigen wij u uit voor interessante workshops tijdens de ALO themaweken.

## AAN HET WOORD...

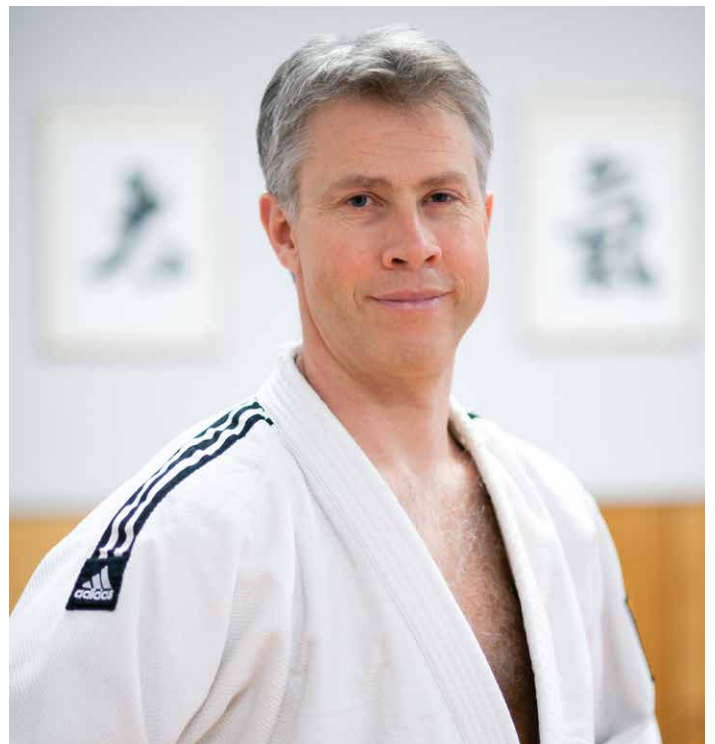
**Sandy Spil is 45 jaar en studeerde zelf aan de ALO van 1988 tot 1993. Hij geeft zelfverdediging, lichaamstaal, is supervisor en stagebegeleider. Hij heeft naar eigen zeggen de mooiste baan van de wereld en ondanks dat wordt snel duidelijk wat hem wel en wat hem niet zint. Een column over visie, intrinsieke kwaliteiten en wat wel en niet goed is voor de ALO.**

Onze core business is het afleveren van gymleraren die op een verantwoorde, veilige en gecontroleerde manier lesgeven. Maar het 'eindproduct' dat wij, als ALO Amsterdam, afleveren is veel meer dan dat. Tijdens de opleiding leren studenten een lading aan ondefinieerbare kwaliteiten. Zij kunnen letterlijk mensen in beweging zetten. In een klas, maar ook bij een vereniging, in een groot of klein bedrijf, op straat of zelfs in een lift als dat moet. Het gonst hier van de pro-activiteit. Dat is de echte kern, de werkelijke core business van de ALO.

Hier leer je naast een heleboel theorie en praktijk, vooral omgaan met mensen. Zet een groep ALO'ers bij elkaar en het wordt altijd een feestje. Daarom moeten we ook opletten dat we blijven doen waar onze kracht ligt. Doen wat ons bindt en boeit, want zo houden we betrokkenheid.

De maatschappij wil alles meetbaar maken. Evidence based practice. Want zo kan de opleiding verantwoordelijk dat zij goede studenten aflevert. Maar door die meetbaarheid verliezen we ook talenten. Talenten die misschien niet zo goed zijn in dat ene ding en daardoor de opleiding moeten verlaten. Dat moeten we altijd, ik zeg nogmaals, altijd proberen te voorkomen. Niet door het onmeetbare meetbaar te maken, maar door aan te voelen dat iets goed zit. Dat iemand, een student, een mens, een bepaalde ondefinieerbare kwaliteit heeft. Dat het practice based dus wel goed zit. Die talenten voelt een groep leerlingen namelijk aan. Zij kunnen misschien niet uitleggen hoe ze dat doen. En ik ook niet altijd, maar als je zelf voor de klas staat, snap je wat ik bedoel.

**Sandy Spil**, docent, supervisor en stagebegeleider







## ZOEKTOCHT NAAR KWALITEIT

**De Hogeschool van Amsterdam staat onder druk op het gebied van toetskwaliteit en borging van het eindniveau van afgestudeerden. Ook onderzoek wordt steeds belangrijker in het curriculum. Deze factoren dwingen de ALO tot het maken van, soms moeilijke, keuzes met als doel de algehele kwaliteit te verbeteren.**

Opleidingsmanager Hans Mackaaij heeft een pittig jaar voor de boeg, want hij zal een paar moeilijke beslissingen gaan nemen. “We willen een kwaliteitsimpuls op het gebied van toetsen, niveau van afstuderen en onderzoek. We hebben dan de neiging om meer werk of opdrachten toe te voegen. Dit kan beter en dat kan beter. Denken in maximalisatie. Alleen dijt de hoeveelheid werk daardoor uit. Daarom willen we goed kijken naar een kwaliteitsverbetering in relatie tot de beschikbare middelen: ruimte, tijd, medewerkers en geld. Daarbinnen moeten we het doen en daarom willen we op basis daarvan keuzes maken en optimaliseren. Dat is een zoektocht.”

### DE DRIE SPEERPUNTEN

Om de kwaliteit van toetsen te verbeteren is er een toetsbureau opgericht. “Een goede toets maken is een vak apart. Elke docent bespreekt de toets bij het toetsbureau voordat die wordt afgenomen. Hij of zij krijgt dan feedback, adviezen over wat er kan worden verbeterd. Na afname wordt de toets nog eens besproken. Hierdoor krijgen we uiteindelijk meer kwaliteit en voorkomen we dat onderwerpen dubbel worden getoetst.”

Het tweede speerpunt is het afstudeeronderzoek, het laatste project van elke student. Omdat de ALO studenten pas laat in aanraking kwamen met onderzoek, is het curriculum de afgelopen jaren aangepast, zodat ze hier veel vroeger mee te maken krijgen. Om zo de onderzoeksvaardigheden te ontwikkelen. Studenten worden bekend met het lezen en begrijpen van onderzoeksrapporten. Om hen te faciliteren in deze ontwikkeling richt de ALO fieldlabs in. “We ontwikkelen dit samen met de opleiding bewegingswetenschappen van de Vrije Universiteit van Amsterdam. ALO'ers worden in deze sportaccommodaties betrokken bij eenvoudig onderzoek met meetapparatuur.”

Het laatste speerpunt is de waarborging van het eindniveau. “We willen natuurlijk het niveau van alle studenten die het diploma krijgen kunnen garanderen. Het genade-zesje verdwijnt en het

afstudeeronderzoek wordt blind beoordeeld door twee docenten. De eindstage wordt beoordeeld door een instituutbegeleider en er is een eindassessment, waarbij je over de visie die je hebt ontwikkeld aan de tand gevoeld wordt. Studenten werken aan een portfolio, ze laten zien wat ze hebben gedaan. Dat visuele overzicht van de studieloopbaan wordt allemaal steviger neergezet.”

“HET AANTAL PRAKTIJKLESSEN  
BLIJFT OVEREIND, DAAR GAAN  
WE DE OPLOSSING NIET ZOEKEN

HANS MACKAAIJ OPLEIDINGSMANAGER

### OPLOSSING TIJDSDRUK DOCENTEN

Al deze maatregelen leggen een enorm beslag op de tijd van de docent. Het werk wordt bureaucratischer en omslachtiger. “Dat is te rechtvaardigen door de toename van kwaliteit, maar ik ben me er ook van bewust dat we ergens tijd vandaan moeten toveren. Want die extra werkdruk voor de docenten betekent dat er ergens anders werk weggehaald moet worden. De oplossing gaan we vinden in overleg met docenten zelf, maar ook met studenten.” Hans Mackaaij denkt alvast vooruit: “Bepaalde dingen gaan we niet meer doen, maar het aantal praktijklessen blijft overeind. Daar gaan we de oplossing niet in zoeken. We gaan wel strenger kijken naar overlap in toetsen. Examineren we niet dubbel? In mijn ogen kunnen we de klassen in het tweede en derde jaar ook iets groter maken, zonder de coachintensiteit tussen student en mentor te verminderen.” Al met al een pittig jaar met een mooi doel.







# STAGEBEZOEK IN DE PRAKTIJK

**“De stage vormt een zeer belangrijk onderdeel in de opleiding van onze studenten” zegt Ton de Ruijter, opleidingsdocent van het stagebureau. “Al meer dan 86 jaar lopen onze studenten stage. Wij zijn trots op en tevreden over de begeleiders op de stagescholen, verenigingen en andere werkplekken. Studenten vertellen ook steeds dat er tijdens hun stage heel veel wordt geleerd.”**

Ton is net terug van een stagebezoek in het primair onderwijs. Twee goede ALO-studenten geven daar les aan een groep 7, met 28 leerlingen. “Het is een fijne school en er wordt hard gewerkt in vier subgroepen. Eén van de onderdelen is een aangepast trefbalspel. Na afloop van de les komt een leerling naar mij toe met de vraag of ik veel van het sporten afweet. Er ontstaat een leuk gesprekje en de leerling eindigt met de vraag of ik weet waar een vereniging is waar ze kan trefballen, want dat is nou een tof spel.”

Het gesprekje met de leerling houdt Ton bezig op weg naar de ALO. “Hoe kunnen wij steeds onze lessen actueel houden in deze moderne, snelle tijd? Moeten we onze opleiding aanpassen? Past het aanbod goed? Dat vraagt betrokkenheid, overleg met elkaar.”

Vanwege deze vragen wordt er continu tussen de zes ALO's overleg gevoerd. Onderwerpen zijn: het opleidingsniveau van de studenten, het kennisniveau, het vaardigheidsniveau en het lesgeven. Hoe blijven wij de kwaliteit waarborgen. Ton: “Daarin spelen de stageplekken een ontzettend belangrijke rol.”



## CENTURI: HET NIEUWE STAGESYSTEEM

Domeinbreed wordt er intussen gewerkt met het stagesysteem Centuri. Dit programma zorgt ervoor dat alle stageopdrachten duidelijk voor studenten te vinden zijn. Het werkveld heeft eind februari een mailing ontvangen met de nieuwe procedures over het aanmelden van een stageplaats. Heeft u dit niet ontvangen stuur dan een mail naar het adres onderaan deze pagina.

### CENTURI IN STAPPEN

- 1 Alle contactpersonen krijgen vanuit Centuri een mail met de vraag of ze een stageplaats aan willen bieden in het nieuwe studiejaar.
- 2 De stageschool of het stagebedrijf geeft aan wat de wensen zijn.
- 3 Studenten reageren via Centuri op een stageplek.
- 4 Studenten geven aan bij een school te willen stagelopen.
- 5 Het ALO stagebureau geeft toestemming voor de gekozen stage.
- 6 De student mag nu contact opnemen met de stageschool en solliciteren.
- 7 Als de stage rond is en het stagecontract is ingeleverd wordt de stage in Centuri definitief en kunnen alle partijen de gegevens inzien.

### DE VOORDELEN VAN CENTURI

- Studenten hebben een duidelijk overzicht van beschikbare stageplaatsen.
- De stageschool of het stagebedrijf kan zelf gegevens veranderen of wijzigen.
- De stageschool of het stagebedrijf kan snel en eenvoudig de stageopdracht/-plaats aanbieden.
- De stageschool of het stagebedrijf kan ieder jaar via één druk op de knop de stageopdracht/-plaats opnieuw indienen.
- De stageschool of het stagebedrijf kan zien wie de instituutbegeleider vanuit het domein is.
- De stageschool of het stagebedrijf kan de gegevens van de student inzien.
- Er staat een handleiding op het internet: [www.dbsv.hva.nl/content/dbsv/stagebureau](http://www.dbsv.hva.nl/content/dbsv/stagebureau)

**Heeft u vragen?** Mail ons: [stage.alo@hva.nl](mailto:stage.alo@hva.nl)



## WEER EEN NIVEAU HOGER

### De ALO ontwikkelt met NOC\*NSF generieke sportspecialisatie op niveau 4.

In de vorige editie van dit magazine stond al een artikel over de verplichting voor studenten om een licentie te halen in een sport naar keuze. Het rijtje sporten blijft nagenoeg gelijk, maar er is wel een scheiding gemaakt tussen instructeursopleidingen, zoals buitensport en aerobics, ten opzichte van trainer/coach opleidingen voor wedstrijdporten waar veel meer tijd in gaat zitten. Sabrina Oudkerk Pool is coördinator licentieonderwijs en blij met die ontwikkeling. "Bij die laatste krijgen studenten nu zes studiepunten in plaats van vier, een betere afspiegeling van de inzet."

Sabrina is verder druk met een nieuwe ontwikkeling in het licentieonderwijs. Dat doet ze samen met Mathieu Voorthuizen. "Alle opleidingen, die we nu aanbieden, zijn op niveau drie (en turnen op niveau vier). Maar onze studenten kunnen door hun ervaring in de klas veel meer dan dat. Er is dus ruimte voor verdere ontwikkeling. We hebben contact gezocht met NOC\*NSF en gaan in september 2013 starten met de pilot voor een niveau vier opleiding voor externe kandidaten."

Kort gezegd worden bij een niveau drie opleiding deelnemers klaargestoomd voor zelfstandig coachen en trainen in de breedtesport. Bij niveau vier werkt men met getalenteerde en geselecteerde sporters. Hier is de coach klaar voor subtopniveau in zijn of haar sport. Maar sommige sporten hebben te weinig aanmeldingen om die hogere opleiding jaarlijks te geven. "Dat is jammer en daarom hebben wij bedacht dat de verschillende sporten bij elkaar gevoegd kunnen worden voor het generieke deel van de opleiding. Dat is het gedeelte dat alle sporten met elkaar gemeen hebben. Hieronder vallen bijvoorbeeld: ondersteunen van sporttechnisch beleid, samenwerken met begeleidingsteam en scouting van sporters."

Bijkomend voordeel is de kruisbestuiving tussen verschillende sporten. "In september 2013 starten we met de eerste twee pilotgroepen, in Amsterdam en Zwolle, bestaande uit deelnemers van zestien verschillende sportbonden (zie kader). Het specifieke deel zouden de studenten dan kunnen invullen bij een club op hoog niveau, in de vorm van een stage."

Uiteindelijk is iedereen – de ALO, de sportverenigingen en de sport in het algemeen – erbij gebaat dat er meer pedagogisch gekwalificeerd kader is. "Het zou zonde zijn als deze groep klein blijft omdat er geen opleidingsmogelijkheden zijn. Voor de ALO is het daarnaast een mooie gelegenheid om haar studenten, na het slagen van deze pilot, de mogelijkheid te bieden om nog tijdens de studie al op niveau vier te komen."

### DE AANGESLOTEN SPORTBONDEN

De volgende bonden doen mee met de samenwerking om een gezamenlijke niveau vier opleiding voor het sportgenerieke onderwerpen te organiseren: Badmintonbond, Basketbalbond, Boksbond, Gehandicaptensport, Gymnastiekbond, Handbalbond, IJshockeybond, Judobond, Klim-/Bergsport, Korfbalbond, Roeibond, Rugbybond, Schaatsbond, Schermbond, Tafeltennisbond en de Triathlonbond.



# SAMENWERKING MET BSM CONVENANTSCHOLEN

**Voor de ALO is het belangrijk om in het eerste jaar van de opleiding een goede kwalitatieve instroom te bewerkstelligen. De ALO wil graag met scholen samenwerken die Beweging, Sport en Maatschappij (BSM) aanbieden. Dit convenant heeft voordelen voor de ALO, de scholen en, niet geheel onbelangrijk, de leerlingen die op de ALO willen studeren.**

Convenantscholen kunnen een advies geven over hun leerlingen die BSM hebben gevolgd en willen studeren aan de ALO. Bij een positieve beoordeling door de sectie LO van deze convenantschool zal de leerling direct worden aangenomen.

Als een docent twijfelt over de leerling kan de uitslag van de praktijktest de doorslag geven of de leerling wel of niet geschikt is voor de ALO. Leerlingen die negatief beoordeeld worden door de vaksectie LO van hun school zullen niet gelijk worden aangenomen. Zij kunnen op eigen initiatief met een praktijktest alsnog aantonen dat zij wel geschikt zijn voor de ALO.

Om als school in aanmerking te komen voor een samenwerkingsconvenant stelt de vaksectie LO een 'criteria en beoordelingsformat' samen, conform de opleidingscompetenties van de ALO Amsterdam. De ALO zal het BSM programma van de school bekijken en elke twee jaar wordt de samenwerking geëvalueerd en besproken.

Studenten die via deze weg op de ALO komen, worden (tijdens hun studie) extra gemonitord. Als voordeel voor de convenantschool worden ALO-stagiaires voor deze school extra gescreeud. Ze doen ook mee aan een gemeenschappelijk sociaal wetenschappelijk onderzoek en krijgen een vaste stagebegeleider vanuit de opleiding. Leerlingen van BSM scholen kunnen daarnaast meedoen aan de proefstudeerdag om te kijken of de ALO bij ze past.

## Ook een BSM convenant afsluiten?

Op dit moment hebben een aantal scholen een BSM convenant afgesloten met de ALO Amsterdam. Dit zijn het Copernicus te Hoorn, Vellesan College te IJmuiden, Schoterscholengemeenschap te Haarlem, Oostvaarders College te Almere en het Da Vinci College te Purmerend. Heeft uw school ook interesse om een BSM convenant af te sluiten met de ALO? Neem dan contact op met Jeroen Laan (j.m.laan@hva.nl).

## EEN LEVEN LANG ALO

**Pim de Vries begon als ALO-student in 1969, studeerde af in 1973 en begon als turndocent in 1974.**

Hij gaf daarna nog atletiek en zette – samen met Wim de Wit – de afstudeerrichting Sportmanagement op, die als voorloper van SM&O (Sport, Management en Ondernemen) wordt gezien. Vanaf 1997 richtte hij zich volledig op het Expertisecentrum Sport en Gezondheid (ESG). Tussendoor studeerde hij nog rechten, werd jurist en gaf hij Sport en Recht bij SM&O. Hij typeert zichzelf als betrouwbaar, humoristisch en principieel, maar ook als weinig mee-gaand en niet altijd makkelijk. De loopbaan op de ALO van Pim de Vries in een notendop, voor zover dat kan met zoveel dienstjaren.

"Ik heb gelukkig geen fysieke redenen om te stoppen," zegt hij, terwijl hij nog even een hoeksteun maakt op de 'brug gelijk'. "Maar ik ben bijna 65 en dus is het tijd om met pensioen te gaan." Hij kijkt met veel genoeg terug op zijn lange tijd bij de ALO. "Ik heb altijd onder ideale omstandigheden kunnen werken met fijne collega's en leuke studenten. We zijn gestaag gegroeid van categorale opleiding tot een Hogeschool opleiding, met een beheerst management zonder megalomane ideeën. Daardoor staat er nu een mooie, gestructureerde opleiding." De belangrijkste herinnering op de ALO is eigenlijk verspreid over die veertig jaar. "De contacten die ik al die jaren heb gehad met veel studenten die achteraf zeggen dat ze genoten hebben van de opleiding, hebben mij altijd het meest goed gedaan. Wij proberen als docent een bijdrage te leveren aan de capaciteiten van studenten. We kunnen ze nooit helemaal vormen, dat doen ze grotendeels zelf."

En hoe houd je de motivatie om voor de klas te staan? "Ik wil graag mensen helpen om goede collega's te worden. Inhoudelijk goede vakmensen. Studenten zijn bij binnenkomst elk jaar achttien, terwijl ik ouder word. We denken daardoor wel eens dat het niveau minder wordt. Maar dat is niet zo, mijn eigen ambitie verandert, waardoor ik

veel van mijn eigen ontwikkeling niet kwijt kan. De instromende studenten zijn nog steeds hetzelfde: jong, onervaren en ambitieus, met een geweldig potentieel. Dat heb ik me gelukkig goed gerealiseerd."

Ben je klaar om met pensioen te gaan? "Ja, ik kan het loslaten. Ik ga me nu richten op mijn hobby fotografie. Daarnaast nog veel naar hockeywedstrijden kijken, zeilen, fietsen en hardlopen.



# TIEN JAAR OP DE PLANKEN

**Achter de schermen lijkt het wel of theater De Meervaart is ontploft. De kleedkamers zijn vol. Vol met tassen, props en make-up dozen. En vol met 133 derdejaars studenten die zo hun DEMO gaan doen. Ook vol met positieve vibes en adrenaline dus. De DEMO bestaat nu tien jaar en is een begrip binnen de ALO geworden.**

Bij de DEMO, een combinatie van dans, theater, turnen en zelf-verdediging, maken zes klassen, in twee maanden tijd, een show van 12 minuten. Elke discipline is tijdens het optreden evenredig verdeeld qua tijd. Sinds 2003 is de eindperformance 's avonds in theater De Meervaart. Een echt theater dus, met lichtplan, grote zaal met plaats voor 800 toeschouwers die een uitzinnig – want familie en vrienden – publiek vormen. De presentatie is in handen van cabaretier Peter Heerschop, die op de ALO zijn oorsprong vond in het optreden.

De studenten zijn vooral erg enthousiast over het optreden in een echt theater. "Het podium is groter, het licht fantastisch en het geluid komt echt binnen. We komen zo veel beter in onze rol." Elke klas heeft zijn eigen thema gekozen en bepaalt zelf hoe ingewikkeld de show wordt. "Wij hebben vooral een grappige show bedacht," zeggen een paar meiden van klas 3F. "Iets met dieren die gaan

vechten met de houthakkers uit het bos. En nog iets met Pino van Sesamstraat..." Ze vertellen dat ze bewust voor de grappige insteek hebben gekozen. "We hadden wel een moeilijke turnroutine kunnen bedenken maar daar hebben we de mensen niet voor. Het gaat er juist om dat je binnen je kwaliteiten een gave show neerzet."

De show wordt tijdens de verschillende lessen in het derde blok bedacht en uitgewerkt. Elke klas treedt ook op voor een docentenjury en krijgt een 'go' of 'no go'. Bij het oordeel 'no go' zal de groep nog harder moeten oefenen om alsnog een 'go' te krijgen. En dat kan wel eens leiden tot frictie binnen de klas, aldus een student. "Het hele project neemt heel veel tijd in beslag en er wordt ook flink wat geroddeld onderling. Sommige leerlingen willen elk beschikbaar uurtje oefenen, maar andere leerlingen vinden het wel best." Maar is het dan nog wel leuk? "Ja de sfeer is goed en juist die verschillen maken het een interessant traject."

”PROBEER ER VEEL ENERGIE IN TE STOPPEN,  
LEKKER SHINEN OP HET TONEEL!”

SANDER PLOMP COÖRDINATOR DEMO





## TURN INTO MARTIAL DANCE

Tien jaar geleden was de DEMO nog een combinatie van alleen turnen en dans. Intussen zijn martial arts en psychologie van de communicatie ook toegevoegd en is de eindperformance al tien jaar in een echt theater en is de ondertitel terecht: Turn into Martial Dance. "Elk jaar is er theater- en speltechnisch een schepje bovenop gedaan en is de show groter geworden."

Sander Plomp bedacht het presentatiefestival oorspronkelijk bij SM&O, maar voerde hem vlak daarna ook in bij de ALO onder de naam DEMO. En met succes. "Grootste verandering vanuit onze kant de afgelopen jaren zijn de inhoudelijke aanvullingen. Martial arts was halverwege een mooie upgrade, maar nu het gehele proces wordt bewaakt door het vak communicatie heeft het hele event nog meer waarde gekregen." En wat hebben de studenten toegevoegd in al die jaren? "Het is elke keer theatraleer, studenten maken er steeds meer een show van en zijn een personage in plaats van iemand die een serie oefeningen achter elkaar uitvoert. En het is helemaal leuk dat sommige studenten de DEMO op hun stageschool introduceren. Als jaarafsluiting of speciaal optreden bij een open dag."

Klas 3B is helemaal losgegaan met schmink en ziet er fantastisch uit. "Vanochtend om negen uur werden de eerste vlechten gezet, om elf uur zaten er al mensen in de grime," vertellen Liza en Mandy. "Onderling hebben we groepen gemaakt met bepaalde taken. De choreografie, turn- en zelfverdedigingselementen, sponsoring, aankleding en decor."

Tijdens de generale repetitie kunnen de klassen één keer hun volledige show doen inclusief licht, schmink en decor. Sander Plomp is de coördinator van de show en geeft na elk stuk nog een beetje feedback. Liza verzucht bij Sander dat het niet heel goed ging. "Er ging van alles mis, en doordat iemand te vroeg wegging was iedereen z'n cue kwijt voor de turnsprongen." Sander probeert nog wat tips te geven. "Probeer er meer energie in te stoppen, je moet straks wel lekker 'shinen'. Veel van jullie zitten in de nadenkmodus. Laat het los, knallen!"



# BIJZONDERE STAGES

## IN TRAINING VOOR DE ALO

**Op het Jac. P. Thijssen College in Castricum zit je goed als je sportief bent. Daar lopen de scouts van de ALO in het docententeam en sporen al vroeg talenten aan om in hun voetsporen te treden. Diegenen die de stap wagen helpen ze vervolgens met de voorbereiding op de selectiedag.**

“Leerlingen waarvan wij denken dat het echt ‘ALO-materiaal’ is, roepen we al snel na dat ze naar de ALO moeten,” zegt docent Dennis Maas. “Als ze dan wat verder zijn en zelf interesse hebben gaan we ze helpen. Na officiële aanmelding op de ALO hebben we een training waarin we de hele selectiedag langslopen. Iedereen is welkom voor die trainingen. We gaan dieper in op de technische kant van bewegingen en letten heel erg op de houding. Elk jaar hebben wij gemiddeld acht leerlingen op die training.”

Dennis stoomde Leah Schoffelman ook klaar voor de selectiedag toen zij in 6 VWO zat. En met succes, want nu is ze zijn stagiair op de school waar een traditie heerst van terugkomen. “Ik was hier zelf leerling en een aantal van mijn collega’s ook. Veel oud-leerlingen komen ook stage lopen. Dat mogen ze overigens maar één keer tijdens hun studie doen.” Leah, die naast de ALO ook nog een pre-master bewegingswetenschappen doet, is zo’n oud-leerling die graag terugkomt en misschien ooit wel collega wordt van Dennis.

“TEGEN LEERLINGEN WAARVAN WIJ DENKEN DAT HET ‘ALO-MATERIAAL’ IS, ROEPEN WE AL SNEL DAT ZE NAAR DE ALO MOETEN”

DENNIS MAAS STAGEBEGELEIDER

“Ik heb hier vroeger een leuke tijd gehad, het contact is erg goed en het is een leerzame plek voor mijn eindstage.”

De 22-jarige komt zelfverzekerd over, maar vertelt dat ze de selectiedag best spannend vond. “Ik ben snel zenuwachtig, maar doordat we op school al weken aan het oefenen waren ging ik er zelfverzekerd in. Ik was al bekend met meer termen zoals wrikken bij het zwemmen en met oefeningen zoals borstwaarts om op de rekstok. Dat was mijn struikelblok en ging zelfs goed.”





## BERGEN ACTIVITEITEN

**Met een trotse glimlach laat hij het 'goud' van de school zien. Docent Peter van Diepen van het Da Vinci College in Purmerend straalt als hij voor vijftien gloednieuwe racefietsen staat. "Hiermee gaan we de Mont Ventoux bedwingen."**

Derdejaars student Daan Nansink (22) loopt stage op het Da Vinci en geeft les aan 4 en 5 HAVO/VWO en aan twee brugklassen TTO (tweetalig onderwijs). Hij roemt de mentaliteit van de school om leerlingen te stimuleren in hun sportieve en creatieve ambitie. "Elke dinsdagmiddag kunnen kinderen na school extra activiteiten doen op het gebied van theater, muziek en sport. Op sportgebied kunnen ze van alles doen. Ik geef zelf les aan verschillende klassen en had bij één klas een module freerunnen gegeven. De andere groepen wilden dit ook en ik heb toen op een dinsdag de andere groepen ook wat freerun skills geleerd."

Naast die middag heeft de school ook veel sportdagen, vijf in totaal, hebben ze een survival, bosloop en zijn ze actief deelnemer van de Mission Olympic. "Bij de voorrondes van Mission Olympic zijn leerlingen van de BSM klassen ook betrokken bij de voorbereiding en uitvoering. Voor de leerlingen wordt op deze manier gedifferentieerd zodat het interessant blijft en zij talenten kunnen ontdekken."

Stagebegeleider van Daan is Peter van Diepen, al meer dan twaalf jaar actief op de school. Hij laat direct zien hoe de prestaties van leerlingen worden bijgehouden op een iPad en met behulp van Dropbox. Elke leerling deelt zijn eigen map met de docent en de hele klas. "Alle opdrachten worden in deze Cloud opgeslagen en zijn zo overal voor de leerlingen toegankelijk. Dit geeft mij ook een goed beeld van de manier waarop leerlingen met studiemateriaal omgaan, want ik kan zien hoe hun map is geordend."



Een actieve school dus, die probeert bij te blijven in technologische ontwikkeling. En sociaal betrokken, want ze kiezen elk jaar een actie waarbij wordt gefietst voor het goede doel. Al twee keer de Alpe D'HuZes en nu is de Mont Ventoux aan de beurt. Bij dit event gaan de leerlingen deze Alpenreus beklimmen en halen daarbij geld op voor het KWF Kankerfonds. Leerlingen organiseren de sponsoring zelf, maar Peter is de drijvende kracht achter het succes. Hij kreeg hulp van de Rabobank die de helft van de fietsen sponsorde. "Een boel geregeld en het kost veel vrije tijd. Maar voor de leerlingen een mooie ervaring en met zulke mooie fietsen wordt het een genot om naar boven te vliegen."

## GYMLES IN DE CULTUUR CARROUSSEL

**In tien jaar tijd groeide de Amsterdam International Community School (AICS) van zestien, naar meer dan zeshonderd leerlingen. Expats, maar ook Nederlanders die hun kinderen willen laten wennen aan een internationale omgeving, weten de school op de Zuidas van Amsterdam dus goed te vinden. Zo ook Elke Vloedmans (19, derdejaars) die stage loopt tussen tientallen culturen. "Niemand vindt het raar als je een Engels woord niet weet."**

Iedere woensdag geeft Elke de hele dag les op deze bijzondere school. Ze moest er wel even inkomen volgens haar stagebegeleidster Birgit Jurgens. "Ze had tijd nodig om in haar rol als gymlerares te groeien. Dat had te maken met zelfvertrouwen. In het begin was ze heel erg met de taal bezig en stond ze wat onwennig en aarzelend voor de klas. Maar met de verbetering van haar Engels groeide haar zelfvertrouwen en de kwaliteit van haar lessen. Nu is het echt haar klas, leerlingen komen bij haar in plaats van bij mij en zien haar dus als de lerares."

Elke beaamt dit, en is erg blij met haar keuze voor deze school. "Ik wil mijn eindstage graag in het buitenland doen dus dit is een mooie voorbereiding. Doordat we lesgeven aan zoveel culturen leer ik ook veel over die culturen. In de voorbereiding op mijn lessen moet ik ook wat beter opletten of ik belangrijke woorden wel weet. Want speerwerpen uitleggen zonder te weten dat dit 'javelin throw' in het Engels is, wordt lastig."

Opvallend aan de gymles vindt Elke het niveauverschil binnen de klassen. "Dat is erg groot. In Nederland zijn we gewend veel te sporten op school en naast school op verenigingen, maar dat is niet overal ter wereld zo. Er was een meisje uit de Oekraïne die niet wist wat een softbalhandschoen was. Daar tegenover had ik een jongen die de frisbees ongeveer overnam, want hij speelde dit heel veel in Frankrijk. Hetzelfde hebben we wel eens met voor ons relatief onbekende sporten als cricket en rugby. Dan leren de leerlingen ons dingen over de sport die we niet wisten."

Deze verscheidenheid aan culturen heeft nog een groot voordeel, want leerlingen hebben veel respect voor elkaar. "Er is weinig ruzie en iedereen accepteert het bijvoorbeeld als je een woord niet weet. Ze zijn allemaal wel eens 'lost in translation'."

# HOEZO STRENG?

De drie studenten waren unaniem in hun oordeel. De zwemdocente Henny van Harmelen is streng in de les, maar als begeleider bij reflectie is ze een goede sparringpartner die zich openstelt, kan luisteren én goede feedback geeft. En als supervisor komt Henny goed uit de verf. Daar weet ze door te luisteren en vragen te stellen aan studenten een positieve draai te geven aan de ontwikkeling van 'haar toekomstige collega's'.



**MICK VERMEULEN**  
(26, vierdejaars)

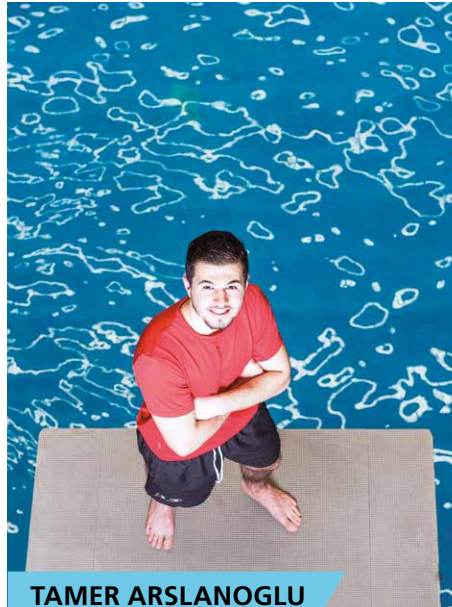
De keuze voor de ALO was geïnspireerd op de gymleraar van zijn middelbare school. Typeert zichzelf als een spring-in-'t-veld en wil na de ALO gymles en biologieles gaan geven op een middelbare school.

#### MICK OVER MICK:

"Door een gebroken enkel in de eerste heb ik altijd een achterstand gehad. En door mijn eigen laksheid en slechte planning heb ik dit niet kunnen goedmaken. Nu ben ik daardoor vijfdejaars, maar ik ga in juni (2013, red.) afstuderen. Mijn verbeterpunt ligt zeker in de planmatigheid. Ik ben heel slecht met papier. Geef mij maar een gymzaal vol kinderen, daar ben ik dan weer wel goed in."

#### MICK OVER HENNY:

"Zij heeft me enorm geholpen met het oplossen van oud zeer. Ik ben daarom heel erg positief over haar. Ze is ontzettend persoonlijk en geeft me een veilig gevoel. Een soort ALO-moeder. En ja, ze is inderdaad streng in de lessen."



**TAMER ARSLANOGLU**  
(22, tweedejaars)

De uitdagende accommodatie van de ALO – "alles op loopafstand van elkaar" – trok hem na het Cios in Arnhem naar Amsterdam. Werkt naar eigen zeggen hard, is goed in plannen en is perfectionistisch.

#### TAMER OVER TAMER:

"Ik ben heel veel bezig met school en wil de opleiding ook in vier jaar halen. Dat gaat ook zeker lukken. Ik ben kritisch naar mezelf, maar ook naar de opleiding. Ik vind dat docenten directer mogen zijn, ik mis soms wat hechting zoals wij dat in onze Turkse cultuur hebben."

#### TAMER OVER HENNY:

"Ik krijg bij reflectie veel persoonlijke aandacht en bij de stagebezoeken geeft ze goede feedback, zodat ik mezelf verder kan ontwikkelen. Ik vind haar soms wat rigide op regeltjes bij de zwemles, maar misschien word ik dat later ook wel. Ik zou haar ook graag nog meer in de rol van motivator willen zien."



**DEMIE GRUIJS**  
(19, derdejaars)

Als zeventienjarige ging ze direct na de HAVO naar de ALO. Ze was bang dat ze niet meer zou gaan studeren als ze eerst iets anders zou gaan doen. In het gesprek is ze introvert, bij de fotoshoot knalt de extroverte glimlach juist naar voren.

#### DEMIE OVER DEMIE:

"Ik ben als docent wat terughoudend, ik moet er altijd eerst even inkomen. Ik ben niet streng en ook niet consequent. Ik stel wel eisen, maar houd me er dan weer niet aan. Ik ben bezig dat te ontwikkelen. Om mezelf beter te vormen in een organiserende rol heb ik de eindcoördinatie bij de DEMO voor mijn klas. Een mooie uitdaging, want het is voor mij buiten mijn comfortzone."

#### DEMIE OVER HENNY:

"Henny is erg duidelijk, haar zakelijke kant zorgt ervoor dat ik me bewuster word van deadlines. En ze luistert goed naar me en komt met feedback waar ik iets mee kan. Je hebt echt iets aan haar."



**Sinds augustus 2000 docent zwemmen op de ALO. Studeerde zelf op de Academie in Amsterdam van 1977 tot en met 1981 en gaf daarna les op verschillende scholen en in "alles wat met bewegen te maken had". Gepassioneerde duursporter met twee volledige triatlons op haar naam. Staat nog steeds aan de rand van het zwembad bij de tweedejaars studenten. Ze geeft reflectie, is studieloopbaanbegeleider, supervisor, assessor en doet stagebezoeken.**

De handen gaan de lucht in, een grote zucht en brede glimlach. "Van dat stigma 'streng' kom ik nooit meer af," roept ze lachend naar boven. We zijn in het Sloterparkbad voor de fotosessie met drie van haar studenten als ze het woord hoort vallen. Ze heeft zich erbij neergelegd.

"Ik ben duidelijk, ik sta voor wat ik zeg en afspreek. Studenten vinden dat streng of soms wat zeurderig." Student Tamer bevestigt dat, maar voegt er wel aan toe dat hij zelf waarschijnlijk ook zo zou lesgeven. "We weten wel waar we aan toe zijn bij Henny."

Maar tegenover deze rechtlijnigheid staat een zeer warme kant die vooral bij het begeleiden van studenten naar voren komt. "Ik kijk heel erg graag naar de mens achter de student, naar het echte poppetje. Ik wil aan hen overbrengen dat wij als docenten, en zij dus straks ook, er voor leerlingen kunnen zijn. Dat we een luisterend oor hebben. Ik wil een voorbeeld zijn voor de studenten die straks een vak uitoefenen waar je letterlijk en figuurlijk dichtbij de leerling staat. En je geeft geen les aan een klas, maar aan meer dan twintig verschillende mensen met verschillende waarden, emoties en sociale omgang."

”**SUPERVISIE IS  
VOOR MIJ  
DE KERS OP  
DE TAART**”

**ZWEMDOCENTE  
HENNY VAN HARMELEN**



# DE Ki(C)K VAN BIJSCHOLING

14

**Door jezelf bij te scholen vergroot je jouw kennis, worden je lessen aantrekkelijker doordat je meer kan variëren en daarnaast is bijscholen ook gewoon leuk. Kenniscentrum KiK (Kennis is Kracht) van de Hogeschool van Amsterdam heeft voor jou een uitgebreid aanbod, waar je zeker een cursus vindt die op jouw wensen aansluit.**

Maatschappelijk wordt er steeds meer verwacht van een docent LO. Het is niet meer alleen een lesje gymnastiek afdraaien.

Tel daarbij op dat de ontwikkeling op het gebied van lichamelijke opvoeding niet stil staat en je kunt nog een leven lang verder leren. Door middel van bijscholingen, in de vorm van cursussen, creëert de leraar ook een veiligere omgeving en aantrekkelijker lessen voor zijn of haar leerlingen.

KiK biedt verschillende cursussen aan. Bijvoorbeeld de cursus Fitness in het Onderwijs, zeer populair bij jongeren. Een tweedaagse cursus, die je handvatten geeft om een spannende en inspirerende leerlijn te creëren op het gebied van fitness. Deze fitnesslessen zijn geschikt voor elke bestaande gymzaal. Bij de cursus Motorisch Leren kun je jouw leerling beter begeleiden op het gebied van sporten. Of doe de cursus Sportvoedingsadviseur. Voeding is een hot item vanwege toenemende obesitas bij kinderen en de algemene wens naar een gezonder leven en betere weerstand

tegen ziektes. Door deze training te volgen krijg je meer inzichten in het belang van voeding voor, tijdens en na het sporten.

Naast de standaardcursussen biedt KiK ook cursussen op maat. We kunnen namelijk een volledig nieuwe cursus ontwikkelen naar jullie wensen. Door hun samenwerking met experts van de ALO en daarbuiten is kwaliteit gewaarborgd. Ook kunnen ze een bestaande cursus in-company geven aan de hand van een situatie bij jullie op school. Als jullie op school bijvoorbeeld een klimwand hebben, kunnen zij jullie opleiden zodat jullie bekwaam klimlessen kunnen begeleiden.

Bij Kenniscentrum KiK ben je aan het goede adres om jezelf of jouw sectie verder te ontwikkelen. Met tien jaar ervaring in de pocket, een korte link naar expertise en een verbinding met de HvA zijn zij een sterke partner voor alle bijscholing.

Kijk op [www.hva.nl/kik](http://www.hva.nl/kik) voor een totaal nascholingsoverzicht.

## EXCELLENTIE- PROGRAMMA

**Het Excellentieprogramma van de ALO is facultatief en komt bovenop de reguliere studie. Studenten die hieraan meedoen krijgen een extra certificaat naast het diploma. "Niet hoe of wat, maar waarom."**

Om mee te kunnen doen met het Excellentieprogramma schrijven studenten een sollicitatiebrief en overleggen met hun studieloopbaanbegeleider of ze er geschikt voor zijn. Opleidingsmanager Hans Mackaaij: "Het is voor iedereen toegankelijk, maar een student moet de energie hebben om er een schepje bovenop te doen. Je hoeft echt niet het gymnasium te hebben gedaan."

In het tweede jaar heet het 'studium excellence' en staat het garant voor zes extra studiepunten. "Het onderwerp is 'De meester onder druk'. Met welke vormen van stress heb je te maken als je straks docent bent en hoe ga je daar mee om? Dat doet Sandy Spil samen met Frank Hekman, die zich al jaren toelegt op de vraag hoe kunstenaars en topsporters jaren achter elkaar kunnen blijven presteren."

In het derde jaar heet het programma: 'Wat is wijsheid?'. "Deze vijftien extra studiepunten behappen een heleboel filosofie en enkele grote theorieën uit de psychologie. Er ligt meer accent op de theorie dan in de tweede. Niet hoe of wat, maar juist het 'waarom' staat centraal."

Dit programma is opgedeeld in vier grote blokken. Het is een pittige cursus, veel leeswerk van in totaal ongeveer honderd uur extra per blok. "Ik doe er drie en Peter Heerschop één. We gaan langs uitdagende onderwerpen zoals de Griekse filosofie. Ik heb het over tevredenheid en de huidige tijd waarin we leven. Peter heeft het over geluk. Wat dat is en vooral wat dat niet is. Samen werken we toe naar het punt waar je geluk kunt vinden en stellen we vast wat het punt van tevredenheid is. De heilige graal vind je nooit, maar de zoektocht is even leuk en belangrijk."





# EEN WEEK LANG TRENDING TOPIC



**Drie jaar geleden ontstond op de ALO het idee om onderwerpen die met het vak te maken hebben, maar niet in de reguliere lessen aan bod komen, wel aandacht te geven. Kort maar krachtig. En zo ontstonden de themaweken. "Trending Topics die gedurende een week in de spotlight staan."**

"Het werkt altijd verrijkend om goed om je heen te kijken," zegt turndocente Stephanie Hermans, verantwoordelijk voor twee van de drie themaweken. "Maatschappelijke ontwikkelingen volgen en zien wat de huidige trendsporten zijn. In deze weken komen studenten hiermee in aanraking. Zo zijn ze up to date en weten ze wat er gaande is. Ze kunnen hier op inhaken als ze straks zelf voor de klas staan."

Speldocent Michiel Broekman, die de eerste themawEEK organiseert aan het einde van het tweede jaar, vindt de weken een uitermate geschikte manier om studenten te triggeren en te testen. "Door verschillende sprekers uit te nodigen uit de zorg, sport of met een onderzoeksachtergrond kunnen studenten ontdekken waar ze affiniteit mee hebben. Sommigen raken erg enthousiast

over een bepaald onderwerp en anderen gaan misschien wel twifelen aan hun gemaakte keuzes. Het helpt de studenten daarom bij het maken van een goede minorkeuze."

In de tweede jaar bestaat de week uit praktische workshops en heet het 'Vak in beweging'. "Drie dagen waarin we verschillende onderdelen doorlopen van een sport die buiten het curriculum valt. Elke dag met een actieve opening met de hele groep, zoals een zumbales. Bij de workshops wordt de vraag gesteld wat je ermee kan in het onderwijs. De studenten maken zo de vertaalslag naar de klas."

In het derde jaar zijn de themaweken theoretischer. De eerste week heeft als titel: 'Wat bezielt de docent LO?'

## OPEN VOOR IEDEREEN

Docenten en geïnteresseerden uit het onderwijs kunnen ook meedoen met (een deel van) de themawEEK. In januari en april zijn de themaweken voor de derdejaars. Deze gaan meer over theorie, verbreding en verdieping van kennis. De themawEEK aan het einde van het studiejaar is vooral praktisch ingesteld. Bijvoorbeeld kennismaken met sporten die niet in het curriculum zitten zoals BMX, golf, longboarden en yoga. Mail vragen naar [exalo@hva.nl](mailto:exalo@hva.nl).

Stephanie: "Studenten zitten dan in het deel van de studie waar ze de basiskennis hebben en er al een stage op hebben zitten. Het gaat er dan vooral om te ontdekken waar hun passie en kracht liggen." Michiel: "En dan is het interessant om verschillende invalshoeken te zien. De afgelopen keer hebben we ons vak laten belichten door iemand uit de Marketing en Communicatie. Die legde vanuit zijn visie – een andere dan die van ons dus – heel fijntjes uit wat ons vak inhoudt en hoe we ons kunnen ontwikkelen en profileren." De laatste themawEEK, in het derde jaar, belicht maatschappelijke ontwikkelingen en trends.

Met dit extra pakket kennis hopen Michiel en Stephanie dat studenten nog beter voorbereid hun assessment ingaan aan het einde van het derde jaar. "In voorbereiding op dit assessment denken studenten na over de tijd na het afstuderen. Ze hebben naast het gewone curriculum zoveel extra input gekregen, dat dit kan meehelpen bij de ontwikkeling van hun eigen visie."

## GASTCOLLEGE TOON GERBRANDS

Tino van Erk is twintig, zit in de derde en volgde in het kader van de themawEEK 'Wat bezielt de docent LO' een gastcollege van Toon Gerbrands. "Interessante spreker met een duidelijk verhaal. Hij heeft hier ervaring mee en weet het publiek te boeien. Het ging over visie en dat je maar maximaal 90% van wat er gebeurt kan beïnvloeden. Je moet er dus rekening mee houden dat je niet alles in de hand hebt. Je tegenstander kan een fantastische dag hebben, de concurrentie een off day, blessures die uit het niets komen, allemaal factoren die invloed hebben op jouw prestaties. En dat geldt ook in het echte leven, bijvoorbeeld bij de studie. Je hoeft niet altijd te eindigen waar je denkt thuis te horen. Als ik mag kiezen welke spreker ik in de toekomst zou willen horen, dan is dat Johan Crujff. Ik ben geen voetballer, maar dat lijkt me fantastisch."

**COLOFON** Uitgave: Hogeschool van Amsterdam, Academie voor Lichamelijke Opvoeding, mei 2013, jaargang 3 | Eindredactie: Marjon Kluiters en Ton de Ruijter | Teksten: Gijs Hardeman | Fotografiebegeleiding: Gijs Hardeman | Fotografie: Eelco Hofstra, Fred van Diem en Dimmy Olijerhoek | Vormgeving: Reclamestudio Sjeep | Druk: VegrinDeMeer Grafimedia

