

ALO IN BEWEGING

Onderzoek op het lectoraat | Even niet ziek zijn | Wie is... de excellentiestudent? |
Stephanie Hermans kijkt vooruit | Bijzondere stages | Het belang van vakdocenten



Stephanie Hermans,
docent, studieloopbaan-
begeleider en coördinator
PR en Evenementen.



INHOUDSOPGAVE

- 2 Aan het woord...
- 3 MT achter de schermen
- 5 Het belang van vakdocenten
- 6 Onderzoek op het lectoraat
- 8 Even niet ziek zijn
- 10 Bijzondere stages
- 12 Grappenmaker met een boodschap
- 14 Wie is... de excellentiestudent?

AAN HET WOORD...

Stephanie Hermans is 33 jaar, kijkt graag vooruit en constateert tevreden dat haar toekomst binnen de muren van de ALO ligt. Haar favoriete sprong is een dubbele salto voorover gehoekt, en ondanks twee kruisbandoperaties tijdens haar studie, rondde ze de ALO in vier jaar af. Net als bij haar eigen kruisbanden zou ze graag sterkere 'verbanden' zien, alleen dan tussen verschillende delen van de maatschappij.

"Als student op de ALO keek ik heel anders tegen dit beroep aan. Pas toen ik ging lesgeven zag ik hoe breed ons vak in de praktijk is. Het vak heeft veel meer inhoud dan ik tijdens de studie door had. Vooral maatschappelijk gezien hebben we een grotere rol dan we soms denken. Als docent geven we een goede gymles. Natuurlijk. En we kunnen leerlingen op motorisch, sociaal en cognitief niveau verder helpen. Maar we kunnen als LO docent een veel grotere rol spelen en daar probeer ik onze studenten, de docent van de toekomst, in mee te nemen. Ik vind dat zij moeten leren verbindingen te leggen met andere partijen. Samenwerken met de verschillende sportservice bureaus, sportverenigingen uit de buurt, andere scholen, maar bijvoorbeeld ook met de GGD op het gebied van gezondheid. Treed buiten die bekende schoolsetting en kijk verder dan je gymzaal lang is!

Als ALO zoeken we ook verbindingen met de maatschappij. We zijn continu op zoek naar een antwoord op de vraag 'welk onderwijs past het beste bij de wensen van de omgeving?'. We zijn bijvoorbeeld de eerste ALO met een sportlicentie als vast onderdeel in het curriculum. Daarmee verhogen we het niveau op sportverenigingen én op scholen. Het Excellentieprogramma zorgt voor meer verdieping en verbreding voor studenten, voor het ontwikkelen van een visie. En we hopen dat onze studenten leren kijken naar talenten en niet alleen naar de leerlingen die het moeilijk vinden iets te leren. In plaats van focus aan de onderkant, op het aanleren, ook focus aan de bovenkant, het verbeteren. Hoe daag je mensen uit die al wel iets kunnen en vaak niet meer geprikkeld worden? Ik geef dit soort vragen aan mijn studenten mee en hoop dat zij zich realiseren dat hun vak meer inhoudt dan ze in het eerste jaar dachten.



ALO EERT LOUIS VAN GAAL

Op vrijdag 1 november 2013 heeft de ALO Louis van Gaal geëerd voor zijn bijdrage aan de sport in het algemeen en in het bijzonder voor zijn voetbal-successen in Nederland en bij buitenlandse clubs. Opleidingsmanager Hans Mackaaij overhandigde hem het ALO baseballjack en een beeldje van een voetballer.

Louis van Gaal was ALO-student van 1968-1973.

MT ACHTER DE SCHERMEN

Het optimale evenwicht is bereikt: het Management Team (MT) bestaat sinds december 2013 uit vier leden: drie teamleiders en opleidingsmanager Hans Mackaaij. "Het was even zoeken naar de juiste samenstelling. Maar we zijn eruit, met vier teamleden en een nieuw takenpakket gaan we aan de slag! En als we het goed doen, ziet niemand het MT en is iedereen tevreden."

Opvallend is de heldere kijk van Hans Mackaaij op de rol van het MT. Hij is ervan overtuigd dat MT-leden naast managen ook een dienende rol hebben. Aan hen de schone taak om alles op rolletjes te laten lopen en goed bereikbaar te zijn als er iets misgaat. Deze 'backoffice' van de opleiding, zoals Hans het lachend noemt, heeft een aantal nieuwe uitdagingen (zie kader). Een betere screening aan de poort is er één van: "50% van de eerstejaars valt uit, omdat de opleiding zwaarder is dan verwacht. Studenten komen zichzelf flink tegen. In het volgende studiejaar gaan we de instromers, naast fysiek en medisch, ook psychologisch meten met het 'Talent Sense' instrument. Hiermee verwachten we adequaat advies te kunnen geven over de psychische belastbaarheid van een student en over het al of niet starten met de opleiding."

Op de vraag hoe het MT de nieuwe taken zichtbaar gaat maken is het antwoord vrij duidelijk: "Ik heb het aan de docenten uitgelegd en voor de studenten is het alleen belangrijk om te weten dat Grethil de teamleider van de propedeuse wordt. Dat is eigenlijk het enige dat er voor hen verandert. Voor de rest wil ik de studenten niet lastigvallen met hoe we het achter de schermen hebben georganiseerd."

MANAGEMENT TEAM 2014:

- **Teamleider Ramon Stuart**, MT-lid sinds 2007. Hij houdt zich bezig met het vierde jaar: de minor, eindstage en het afstudeeronderzoek. Hij koppelt studenten aan begeleiders, oftewel, hij is makelaar in afstudeer-matches. Uitdaging: onderzoek beter verbinden met het praktijkonderwijs.
- **Teamleider Grethil Post**, nieuw aangetreden in december 2013. Zij gaat over het propedeusejaar en de instroomprocedures van nieuwe studenten. Uitdaging: beter selecteren aan de poort door de 'Talent Sense' meting in de selectieprocedure.
- **Teamleider Mathieu Voorthuijzen**, MT-lid sinds 2007. Mathieu gaat over het tweede en het derde jaar en de bedrijfsvoeringsprocessen zoals ICT, roosters en het takenpakket van docenten. Uitdaging: doorontwikkeling van de sportlicentie in het derde studiejaar.
- **Opleidingsmanager Hans Mackaaij**, aangetreden in 2008. Hij beheert de financiën, HRM, Curriculum & Rendement en is eindverantwoordelijk. Uitdaging: zorgen dat het MT lekker loopt.



Van links naar rechts: Ramon Stuart, Grethil Post, Mathieu Voorthuijzen en Hans Mackaaij.

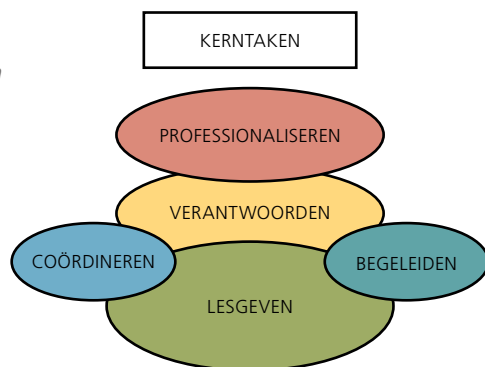


HET BELANG VAN VAKDOCENTEN

Iedere week komen studenten met enthousiaste verhalen terug van hun stage. Ze konden weer een week lang met hun stagebegeleiders meelopen. "Afkijken, oefenen, fouten maken, bespreken, verbeteren en uiteindelijk zelf toepassen." Ton de Ruijter, coördinator van het stagebureau en opleidingsdocent, heeft regelmatig contact met het werkveld, waar studenten bezig zijn zich te ontwikkelen tot zelfstandige vakdocenten lichamelijke opvoeding. "Daar gebeurt het, daar worden de studenten klaargestoomd voor het vak."

De ALO is, als eerstegraads beroepsopleiding, zeer tevreden over haar stage-werkveld. "Samen ontwikkelen we een betrokken manier van begeleiden, waarbij de student leert om goed naar zichzelf te kijken. Het gaat niet zozeer om wat de begeleider vindt, in eerste instantie gaat het om het zelfbeeld van de student. Als dat correct is, is er een goede basis om de student voor te bereiden op zijn kerntaken in de beroepspraktijk."

Kerntaken die worden aangereikt op de ALO-opleiding: het lesgeven, coördineren en begeleiden is de praktische basis. Dat leer je op HBO-niveau te verantwoorden en vervolgens ga je professionaliseren door een leven lang leren te stimuleren.



Maar hoe ziet die beroepspraktijk er uit in de toekomst? Ton maakt zich soms zorgen: "De huidige situatie is niet best. Op 46% van de scholen in het primair onderwijs geven alleen groepsleerkrachten bewegingsonderwijs, 25% van de scholen zet onbevoegden in voor het bewegingsonderwijs en maar liefst 20% van de scholen plant slechts één les per week in." Tegelijkertijd wijst onderzoek uit

dat het ontwikkelen van fundamentele motorische vaardigheden vroeg in het leven, samenhangt met een meer actieve leefstijl in de daaropvolgende jaren. Voor de dagelijkse praktijk is het dus belangrijk om aandacht te besteden aan de ontwikkeling van die motorische vaardigheden in de vroege kindertijd. "Docenten lichamelijke opvoeding en de professionals in de sport kunnen hier juist een belangrijke bijdrage aan leveren. Zij kunnen kinderen helpen om deze vaardigheden zo optimaal mogelijk te leren in een juiste, pedagogische setting. Op deze wijze wordt die actieve leefstijl bij kinderen ontwikkeld. Gymdocent is een mooi en zinvol beroep," aldus Ton.

DE POLITIEK IN BEWEGING?

"Wij geloven al jaren dat ons beroep zinvol is en volgen de ontwikkelingen in ons vakgebied op de voet. En misschien krijgen we nu eindelijk ook steun vanuit de politiek." Staatssecretaris Dekker van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap stuurde in november 2013 een brief naar de Tweede Kamer, waarin wordt gesproken over het streven naar drie lessen lichamelijke opvoeding per week in het primair onderwijs. "Dat biedt mogelijkheden, kansen!" Ton is ervan overtuigd dat die lessen LO verzorgd moeten worden door een vakleeraar, een specialist die kinderen goed en verantwoord kan leren bewegen: "Daarom maken wij, samen met onze stagescholen en stagebegeleiders, zoveel werk van stages. En hechten wij zoveel waarde aan praktijkervaring van onze studenten. Die honderden tips die ze krijgen tijdens een stageperiode, krijgen ze later nooit meer. Wij danken alle scholen voor hun bijdrage in de stagebegeleiding van onze studenten!"



ONDERZOEK OP HET LECTORAAT

'Een lectoraat ontwikkelt het kennisdomein, genereert kennis, laat dit weer terugvloeien naar het werkveld en past dit toe in onderwijsprogramma's'. Deze definitie van het woord 'lectorat' geeft precies weer wat er gebeurt op het lectoraat van de ALO: onderzoek vindt plaats op de plek waar de uitkomsten direct in praktijk kunnen worden gebracht. Zo gaat het onderwijs met de tijd mee en wordt de kwaliteit steeds beter. We zoomen in op twee specifieke onderzoeken: 'de LO-docent van de toekomst, die is voorbereid op bewegingsarmoede en overgewicht bij kinderen' en 'het voorkómen van blessures en overtraining van eerstejaars ALO-studenten'.

LO-DOCENT VAN DE TOEKOMST

In de dagelijkse praktijk krijgt de gymdocent steeds vaker te maken met jonge kinderen met bewegingsarmoede. De gymdocent 'van nu' is niet voldoende toegerust om hiermee om te gaan, simpelweg omdat deze problematiek een aantal jaren geleden niet bestond. Er is nog geen crisis, maar de cijfers geven een waarschuwing af. 10-15% van de kinderen heeft een achterstand in de motorische ontwikkeling door bewegingsarmoede.

Tim van Kernebeek, bewegingswetenschapper en onderzoeker aan het lectoraat, onderzoekt de problematiek van bewegingsarmoede bij jonge kinderen. Zijn onderzoek wordt in samenwerking met de gemeente Amsterdam en de faculteit Bewegingswetenschappen van de VU Amsterdam uitgevoerd. "Van die 10-15% met motorische ontwikkelingsachterstand groeit de helft er niet vanzelf overheen. Dat is ernstig, zeker ook omdat het een grote factor is bij het steeds vaker optreden van overgewicht bij jonge kinderen. Het is daarom van groot belang dat dit voor het

achtste levensjaar wordt gesignaleerd en het kind specifieke begeleiding krijgt."

Tim, zelf een fanatieke wielrenner en schaatser, is met zijn onderzoek na een uitgebreide literatuurstudie nu in de testfase beland. Onder zijn leiding gaat een team enthousiaste studenten langs vijftientig Amsterdamse scholen om kinderen tussen de 4 en 12 jaar te testen op hun motorische ontwikkeling. Op de Valentijnschool in Amsterdam Oost vond eind vorig jaar een eerste pilot plaats. Kinderen werden getest op hun BMI en deden oefeningen met

munten werpen, balans houden en het vangen en gooien van een pittenzak. Daarbij worden de gegevens met een iPad verzameld. "Een hulpmiddel dat we ook vaker in het toekomstige onderwijs zullen zien."

Tim: "Ik vind het belangrijk dat we nu inspel op veranderingen in het bewegingsonderwijs, in plaats van het ons te laten gebeuren." Om de effecten van bewegingsarmoede voor te zijn, ontwikkelt Tim nu technologie die de gymdocent binnenkort kan inzetten om motorische ontwikkelingsachterstand op te sporen.

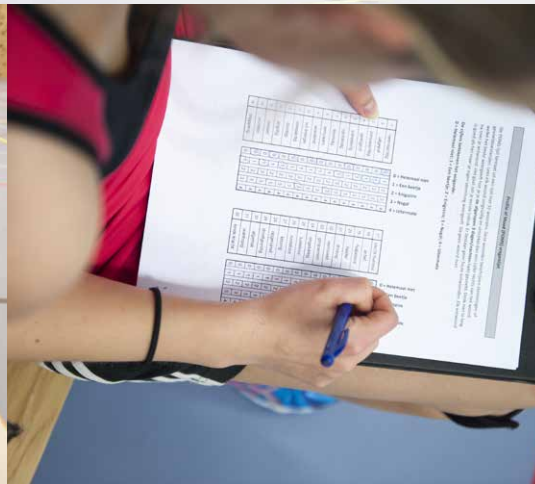
Onderzoeker: Tim van Kernebeek, 32 jaar

Functie: werkzaam op het Lectoraat Bewegingswetenschappen van de ALO. Promotie vindt plaats aan de VU.

Opleiding: Bewegingswetenschappen aan de VU.

Drijfveren: tijdens zijn reizen door Azië werd hij geraakt door de gevolgen van een niet-toegankelijke gezondheidszorg. De Nederlandse situatie is natuurlijk anders, maar ook hier zijn altijd verbeteringen mogelijk wat betreft de begeleiding rondom de gezonde ontwikkeling van het kind.





HET VOORKÓMEN VAN BLESSURES EN OVERTRAINING VAN EERSTEJAARS ALO-STUDENTEN

Een derde van de eerstejaars ALO-studenten heeft binnen drie maanden een blessure of is overtraint. Onacceptabel, vindt de opleiding en schakelde TNO-onderzoekster Janine Stubbe in. Zij is gespecialiseerd in sportzorg en zeer gemotiveerd om oplossingen te vinden: "Ben je net begonnen, zit je al in de lappenmand. Dat is natuurlijk niet de bedoeling."

Op het eerste gezicht zijn het schokkende cijfers, maar Janine kijkt niet op van het hoge aantal. "Eerstejaars gaan op een sportopleiding ineens tien uur per week meer sporten, vaak naast een eigen intensieve sportcarrière. Dat is een flinke extra belasting en daarom is het niet verwonderlijk dat er in de eerste maanden een blessure of overtraining optreedt."

Tijdens het hele studiejaar worden de eerstejaars nauwlettend in de gaten gehouden door Janine en haar team van twaalf vierdejaarsstudenten die op dit

onderzoek afstuderen. Het eerste meetmoment is de medische toelatingstest in mei en tijdens het eerste jaar wordt de fysieke fitheid van studenten om de tien weken getest. Dit gebeurt met de interval shuttle run: de piepjestest. Daarnaast vult de student regelmatig een online formulier in met vragen over zijn of haar fitheid en lichamelijke klachten.

"Als de fitheid van de student niet toeneemt gedurende het jaar, dan is er misschien sprake van overtraining of een blessure. Een blessure is aanwijsbaar, bijvoorbeeld een gebroken enkel of een hernia. Overtraining is minder tastbaar en uit zich vaak in verminderde eetlust, vermoeidheid en toch slapeloos of plotseeling veel afvallen." Als blijkt dat er sprake is van één van beide, wordt in een gesprek met een sportarts eerst gekeken of er andere (fysieke) oorzaken zijn. De student zal het waarschijnlijk rustiger aan moeten doen, met kans op een achterstand. "Dat is natuurlijk ontzettend frustrerend. Dat willen we voor zijn."

Op de vraag of het onderwerp gevoelig ligt, schudt Janine rustig het hoofd: "Deze cijfers zien we ook bij de andere vijf ALO's. Het siert de opleiding dat zij naar een oplossing zoekt. En met alle ALO opleidingen in Nederland wordt nu gesproken over een gezamenlijk monitor, waaraan alle

opleidingen meedoen en bijdragen aan de preventie van blessures en overtraining bij eerstejaars.

Oplossingen voor het probleem liggen mogelijk in een zomerprogramma voordat de opleiding start, zodat de sportbelasting rustiger wordt opgebouwd. Of misschien moet het eerstejaarsprogramma worden aangepast als blijkt dat bepaalde sporten niet goed samengaan, omdat ze tegenovergestelde spiergroepen aanspreken. "En dan is er nog het effect van voeding," lacht Janine. "Kortom, er is nog genoeg te onderzoeken."

Onderzoeker: Janine Stubbe, 36 jaar

Functie: hoofdonderzoeker sport bij TNO, één dag in de week gedetacheerd op het lectoraat Sportzorg.

Opleiding: Bewegingswetenschappen aan de RuG, gepromoveerd in de Biologische Psychologie.

Drijfveren: een niet te stuiten passie voor sportonderzoek in de breedste zin des woords; van erfelijke sportaanleg tot blessures tot zwemtechnieken en nog veel meer!

BEN JE NET BEGONNEN,
ZIT JE AL IN
DE LAPPENMAND

EVEN NIET ZIEK ZIJN

Enthousiaste kreten klinken in de gang van het Emma Kinderziekenhuis AMC. Een infuuspaal rolt achter de achtjarige Kimi aan, terwijl hij probeert een bal tegen te houden, keihard ingeslagen door Shaniro van elf die in een rolstoel zit en alleen Papiaments spreekt. Vier ALO-stagiaires uit het laatste jaar van de opleiding staan er ontspannen bij. Zij hebben de ultieme stageplek om te leren improviseren, loslaten en genieten van het moment.

Een stage in het Emma Kinderziekenhuis AMC vraagt meer van ALO-studenten dan sportlessen geven en een goed lesprogramma schrijven. Hier gaat het om het 'nu'. De studenten weten niet welk kind meedoet of waarom hij of zij in het ziekenhuis ligt. Zij weten zelfs niet of hij volgende week zal terugkomen. "We bereiden geen programma voor en we zien wel met welke beperking een kindje komt sporten. We hebben een container met verschillende materialen en we laten het van het kind afhangen wat we gaan doen." Karin (21) is in september 2013 met haar stage begonnen: "Ik ben van nature een planner en moest dat eerst leren loslaten. Maar inmiddels kan ik dat en merk ik dat ik improviseren zelfs erg leuk vind."

Joeri (22) vond de omgang met ouders in het begin spannend, maar zag al gauw dat hij geen 'verkeerde dingen' kon zeggen: "Ouders zijn vooral heel blij dat hun kind plezier heeft en even vergeet dat het ziek is." Yalou (21) heeft daar een mooi voorbeeld van: "Ik was met een meisje aan het tennissen met een ballon, omdat een gewone bal te zwaar voor haar was. Ze had dolle pret. Haar vader vertelde dat het de eerste keer was die dag dat zijn dochter lachte. Dat heeft me diep geraakt."

De studenten zien er relaxt uit en lopen drie keer per week, op aanwijzing van de verpleging, de ene na de andere ziekenhuiskamer in om kinderen uit te nodigen voor Sport & Spel. Het bezwaar van



een tiener dat ze niet uit bed mag, wordt vrolijk door Marco (21) weggewuifd: "Dan nemen we je met bed en al mee en kijken we wel wat er mogelijk is!"

Opvallend is het vertrouwen dat deze studenten uitstralen. Martin Affourtit (59) is hoofdverpleegkundige op de afdeling Kinderoncologie en begeleidt de ALO'ers op de werkvloer. "Elke zes weken zitten we bij elkaar en praten over wat zij hier meemaken. Over omgaan met ouders en verpleging. Over wat wel en niet kan. En over emoties die voorbij komen. Ik heb diep respect voor deze jongens en meiden, want ze doen echt fantastisch werk."

En zo voelt het ook tijdens de sport- en spelmiddag. De ziekte is naar de achtergrond, een rolstoel zit niet in de weg, taalbarrières bestaan niet en een infuus is slechts een gegeven. De driejarige Amélie zit vast aan allerlei slangetjes en veegt schaterend een stapel koffiebekertjes op de grond. Zij is lekker aan het spelen. Voor even is ze niet ziek.

BIJZONDER SPORTPROJECT

De Sport & Spel stages in het Emma Kinderziekenhuis AMC zijn gestart in 2005, na een geslaagde pilot van Lotta Spaans (destijds) student Sport, Management en Ondernemen. Per jaar zijn er drie à vier plekken voor vierdejaars ALO-studenten, verspreid over een heel studiejaar.

In 2007 won het Sport & Spelprogramma van het EKZ de 'Richard Krajicek Foundation Award' voor het meest bijzondere sportproject.

Van de geldprijs wordt dit jaar een nieuwe sportruimte ingericht. Veel materialen en reiskosten van de stagiaires worden gesponsord door de Johan Cruyff Foundation.

Meer informatie: Carla van Burik, communicatieadviseur van het Emma Kinderziekenhuis AMC (emma@amc.nl).



BIJZONDERE STAGES



EEN LASTIGE STAGESCHOOL

“Het Oscar Romero is een lastige stageschool.” Het zal maar over je school gezegd worden. Maar Martijn Bos, sportdocent en stagecoördinator van dit voortgezet onderwijs in Hoorn, knikt bevestigend. “Wij zijn inderdaad niet snel tevreden. Als een stagiair alleen maar zijn of haar lessen afdraait, vinden wij dat niet voldoende. Bij ons kun je het lesgeven echt verdiepen.”

Sport heeft op het Oscar Romero hoge prioriteit. Niet voor niets is deze school in 2008-2009 uitgeroepen tot de sportiefste school van Nederland. Gymles is meer dan bewegen alleen, het heet een sportlijn: in de eerste drie jaren bouw je bijvoorbeeld aan de schaatstechniek en in het derde jaar eindigt de sportlijn op de Weissensee in Oostenrijk. Er wordt jaarlijks geskied en er zijn fietsreizen geweest. En in de bovenbouw worden sportlessen aangeboden op niveau: fanatiek, gemiddeld, rustig. “En verdomd, zien we toch dat er in de rustige groep een veel grotere betrokkenheid naar de les LO is, vanwege de veilige leeromgeving.”

“ALS JE INVESTEERT IN EEN STAGIAIR, KOMT ER OOK MEER UIT”

Stagiaires moeten dus ook flink aan de bak. “Bij ons geef je niet alleen dansles, maar maak je misschien wel een videoclip. Een les basketbal betekent ook leidinggeven aan leerlingen, hen toernooien laten organiseren en laten fluiten.” Ook LIO's staan op het Romero niet alleen voor de klas, want, zo gelooft Martijn: “In het diepe springen kan ook in je eerste werkjaar. Als wij meer investeren in een stagiair, komt er ook meer uit!”

VEERTIG JAAR JUF 'KLAAS'

Tijdens schoolkampen ligt ze om twee uur 's nachts nog met een waterpistool onder de tafel. Klazien Sieswerda is 62 en nog steeds een wervelwind met een gulle lach. Volgend jaar gaat juf 'Klaas' met pensioen. “Op mijn 12e wist ik al dat ik gymleraar wilde worden.”

Ze heeft duizenden kinderen in haar gymles gehad en zeker tachtig stagiaires van de ALO begeleid. Op haar 19e startte ze zelf met de ALO in Amsterdam. In 1975, op haar 24e, begon ze als gymdocent op de Watergraafsmeerse Schoolvereniging (WSV), waar ze bijna veertig jaar later nog steeds werkt! “Tussen toen en nu zit een wereld van verschil. Toen was de gymles vooral de traditionele ‘lichamelijke opvoeding’, nu is het meer bewegingsonderwijs. Toen hadden kinderen meer rust en concentratie, nu leven ze in een flipperkast. Toen begonnen stagiaires met heel veel bagage en kennis aan een stage, nu worden ze vanaf het eerste jaar gelijk in het diepe gegooid.”

Klazien constateert de veranderingen, maar heeft er geen oordeel over. ‘She goes with the flow’ en kan zich goed laten verrassen door leerlingen en stagiaires. “Bij een eerstejaars stagiaire vroeg ik me af: “Ai, leer jij wel genoeg op de opleiding?” Maar toen ze een vierdejaars in haar les kreeg, werd ze gerustgesteld: “Zeker weten!”



NIEUWE DOCENT

FIRST PICK UIT 83 SOLLICITANTEN

“Leuk geprobeerd,” dacht Klaas Boomars na zijn sollicitatie voor docent Spel. Met ‘slechts’ één vaste werkplek als ervaring en pas 27 jaar, achtte hij zichzelf weinig kansrijk tegen 82 andere kandidaten. De verrassing was daarom ook groot toen hij het wel werd. De vreugde ook.

Hij had altijd al in zijn achterhoofd dat hij ooit op de ALO wilde werken. “Dichtbij het vuur van nieuwe ontwikkelingen.” Klaas geeft Spel en Onderwijsontwikkeling. Daarnaast is hij Studie-Loopbaanbegeleider (SLB-er) van tweede- en derdejaarsstudenten. “Ik vind het belangrijk om elke student het gevoel te geven dat hij of zij er toe doet.”

Als student koos hij vaak voor het zekere. Zijn huidige collega Douwe Huitema daagde hem uit met een stage bij een jeugdgevangenis. “Als je dat kunt, mag je pas echt zeggen dat je goed bent,” gaf hij me mee. Het was een mooie ervaring, waarbij ik gigantische, sociale barrières heb moeten doorbreken bij de jonge delinquenten. De lessen die ik daar heb geleerd, gebruik ik nog steeds als docent.”

De eerste maanden op de ALO waren ook een uitdaging, maar op een andere manier. “Ik was meer een senior student dan een docent. Mijn directe collega’s hebben bakken ervaring en veel meer vlieguren. Daar moest ik mijn weg in vinden. Maar mijn leeftijd heeft ook een voordeel, want daardoor kan ik me heel goed inleven in hoe de studenten de opleiding en opdrachten beleven. Dat wordt voor andere docenten toch moeilijker met de jaren, denk ik.”

Inmiddels voelt Klaas zich volwaardig lid van het team. “Het keerpunt kwam op een informatieavond voor docenten uit het werkveld. Ik mocht daar een praatje houden over de visie van de sectie Spel voor tientallen collega’s. Dat vond ik een hele eer. Ik



voelde me een missionaris van de ALO, want het publiek bestond uit mensen die al tientallen jaren lesgeven. Op dat moment voelde ik dat ik hier goed zat en wist ik dat het heel gaaf is om van deze groep deel uit te maken.”

BIJSCHOLING

WAT WIL JIJ NOG LEREN?

Zie jij nieuwe sport- en spelontwikkelingen om je heen? En zou je er best graag meer over leren? Dat kan! Kenniscentrum KiK van de Hogeschool van Amsterdam biedt, al tien jaar lang, nascholing aan vakdocenten op het gebied van bewegen, sport en voeding. Nascholing wordt steeds belangrijker, zeker met de komst van registerleraar.nl, een puntensysteem voor bijscholing dat ongetwijfeld in de toekomst verplicht gaat worden.

Graag horen we van jou wat jij nodig hebt om up-to-date te blijven. Wij ontwikkelen nascholing die past bij jouw vraag. Een mooi voorbeeld is de recente cursus ‘Freerunning in het onderwijs’ waar veel behoefte aan is. Freerunning is een populaire sport onder jongeren, waarbij je een parcours loopt en spectaculaire acrobatische toeren uithaalt om allerlei

obstakels te nemen. Het wordt ook wel gezien als het ‘nieuwe gym’. Een ander voorbeeld is de nieuwe kijk op de inrichting van het schoolplein, ‘Playgrounds’, waarbij kinderen van alle leeftijden ruimte krijgen om op hun eigen manier te spelen. Of laat je volledig bijpraten over de sensationele ontwikkelingen op het gebied van motorisch leren. Je zult verrast worden door de nieuwste inzichten in het aanleren van bewegingsvaardigheden aan kinderen.

Welke nascholingsbehoefte speelt er bij jou? Laat het ons weten via kik@hva.nl. Nieuwsgierig naar ons huidige nascholingsaanbod? Deze is te vinden op www.hva.nl/kik/nascholing. Voor trainingen op maat en incompany kun je ook contact met ons opnemen, kik@hva.nl.



GRAPPENMAKER MET EEN BOODSCHAP

Bijna een decennium geeft hij nu les op de ALO. Chris van de Kant is 45 en geniet nog steeds zichtbaar van zijn werk in Amsterdam. Zijn passie ligt bij het werken met leerlingen of studenten met een rugzakje. "Dat was al zo toen ik nog op het VMBO les gaf en dat is onveranderd gebleven." Chris geeft Spel en Algemene Didactiek en Methodiek (ADM) en is Studieloopbaanbegeleider. Daarnaast begeleidt hij de organisatie van de jaarlijkse wintersportreis naar Saalbach Hinterglemm, en de BOA week voor de eerstejaars.

De glimlach verdwijnt zelden van zijn gezicht. Chris is een grappenmaker pur sang die nog nooit met tegenzin naar de ALO ging. Hij is altijd positief en vindt coachingsgesprekken het mooiste van zijn werk. Terwijl zijn studenten in de lift poseren voor de foto graaf vertelt hij over zijn vak. "De kunst om een student aan te leren hoe je een bal gooit is niet zo spannend. Een jong iemand leren denken in kansen en mogelijkheden is dat wel. Ik wil weten wat studenten beweegt, wat hen bezighoudt. Kijk naar deze drie. Allemaal op hun eigen manier bijzondere studenten en ik vind het gaaf om met die toppers samen te werken."

Alle drie de studenten noemen zijn grappen en geven daarbij aan dat lang niet iedereen hier wat mee kan in het begin. "Dat kan ik begrijpen. Zeker eerstejaarsstudenten vinden me lastig te peilen. Ik probeer studenten uit hun comfort zone te trekken door te confronteren en te spiegelen. Ik vind namelijk dat ze alles relatief moeten kunnen bekijken. Ze moeten het niet zwaarder maken dan het is en dit is mijn manier om dat duidelijk te maken. Ik weet dat ik de grens opzoek en probeer er niet overheen te gaan, maar soms zit ik er wel eens naast. Dan moet ik achteraf wat lijmwerk verrichten."

Spel geven vindt hij te gek, maar het vak ADM heeft zijn passie. "Alle sporten die we bij Spel doen vind ik leuk. Maar bij ADM kan ik me helemaal uitleven. Zelf activiteiten bedenken en van de gebaande paden afwijken. Daar wordt creativiteit van een student verlangd, want ik werk graag met andere materialen dan de standaard." Zijn studenten beamen het enthousiasme van Chris en zeggen ook dat hij met zijn achtergrond een goede docent is voor dit vak. En of hij nou teveel grappen maakt of niet, de boodschap is uiteindelijk wel duidelijk.

De drie studenten die Chris van de Kant uitkoos voor deze serie zijn goed te spreken over Chris. Dat is geen verrassing, maar ze zijn ook kritisch. Vallen alle grappen wel goed? Kan iedereen hier iets mee? Ja, uiteindelijk wel, maar het duurt soms even. Ze zijn het wel roerend met elkaar eens dat de sfeer in de les altijd top is.



ANOUK NULKES
(20, tweedejaars)

Werd geïnspireerd door haar eigen gymjuf en de liefde voor sport. Zwom op hoog niveau, maar doet het nu wat rustiger aan. "Zwaar", vindt ze de opleiding, maar ze werkt hard om het te halen. Is verliefd op de ALO-sfeer.

ANOUK OVER CHRIS

"Ik moest wennen aan de grappen, maar kan het nu wel waarderen. Bij ADM geeft hij veel inzichten en ideeën die je kunt meenemen naar je stage-school. Dat zijn goede oefeningen, want op de ALO is heel veel materiaal aanwezig, op de stage niet."

CHRIS OVER ANOUK

"De ALO is haar droom. En ze moet keihard werken om die te realiseren. Ze heeft veel problemen doorstaan en is, na een moeilijke periode, weer op de goede weg. En juist doordat ze een hobbelige weg heeft gehad, wordt ze een goede gymjuf. Zij kan zich hierdoor goed inleven in de problemen van een kind."



CHRIS WAKKER
(24, derdejaars)

Begon iets later met de ALO dan de meesten. Worstelt altijd met motivatie, maar: "Ik weet intussen zeker dat ik nu wel de juiste keuze heb gemaakt."

CHRIS WAKKER OVER CHRIS VAN DE KANT

"Zijn lessen zijn heel erg interactief. Lang leve de lol, maar met veel inhoud. Als je jouw les niet goed voorbereidt, krijg je het zwaar. Hij signaleerde mijn studiedip in de tweede en motiveerde me om de sollicitatie voor de organisatie van de wintersportreis serieus te nemen. De week in de sneeuw als organisatie maakte een boel van de dip goed."

CHRIS VAN DE KANT OVER CHRIS WAKKER

"Anderen vinden hem soms een clown, maar hij heeft de juiste prikkels nodig. Bij de organisatie van de wintersportreis bewees hij van echte meerwaarde te zijn. Altijd op tijd, nooit verzaken. Hij is een opstarter, maar geen afmaker. Daar zit zijn achilleshiel. Zijn uitdaging? Zichzelf ook weten te stimuleren voor de gewone lessen!"



NINA KORSE
(18, tweedejaars)

Vond gymlessen inspirerend en heeft ALO-DNA in de familie zitten. Ze vindt de opleiding pittig, maar: "Ik ga ongelooflijk graag naar school."

NINA OVER CHRIS

"Hij vindt een goede sfeer in de les belangrijk, praat graag en houdt van verhalen vertellen. De sfeer is altijd goed en ik kan zijn grappen wel waarderen. Hij is origineel en net even anders dan normaal. Bij presentaties geeft hij net dat beetje feedback waardoor het beter wordt."

CHRIS OVER NINA

"Ze is altijd positief, zelfs in het eerste jaar toen ze geblesseerd was. Ik vind het mooi dat ze altijd oog heeft voor anderen en dan in het bijzonder voor iemand die het lastig heeft. En dat zie je terug in haar lessen. Ze is een bijzonder zorgzaam type, maar een beetje onzeker. Terwijl ze wel alles kan. Haar uitdaging zit dan ook in het bewust worden van haar eigen kwaliteiten."

WIE IS...

DE EXCELLENTIESTUDENT?

Het excellentieprogramma is niet voor iedereen weggelegd, ook al is het facultatief en kan iedereen zich opgeven. Bij de aanmelding hoort een overtuigende motivatiebrief en vervolgens geeft de studieloopbaanbegeleider van de student wel of geen toestemming. Het programma mag namelijk de rest van de studie niet in de weg staan. Een student kan elk moment stoppen, maar het selecte gezelschap dat het programma afrondt, krijgt een mooi certificaat naast het diploma. Oh, en natuurlijk een lading extra wijsheid.

WAT WORDT ER VAN DE EXCELLENTIE-STUDENT VERWACHT?

"Participatie en inbreng. We krijgen veel extra literatuur voor de kiezen. Die gaat over interessante onderwerpen, zoals de filosofie van Socrates en Schopenhauer. Ik doe mijn best om alles te lezen en bij te blijven. Het is wel veel, maar ik heb dit programma ook gekozen om meer druk te voelen nadat de propedeuse makkelijk was binnengehaald. We voeren interessante discussies zonder een directe uitkomst, maar het gaat dan ook over levensvraagstukken die geen eenduidig antwoord hebben. We leren juist dat er meerdere manieren zijn om naar zaken te kijken."

Tim van Evert is 27. Hij was bijna officier bij defensie, maar ruilde vlak voor het einde van die opleiding het leger in voor de ALO.

HOE ZWAAR IS HET EN VALT HET MEE OF TEGEN?

"Het valt mee én het is leuk. Doordat het facultatief is, ligt er een stuk minder druk op. Wel heb ik het eerste tentamen pas gehaald in de herkansing, maar dat kwam vooral door een drukke planning. De leerstof is wel zwaarder dan we gewend zijn. De vraagstelling bij tentamens is ook anders. Open vragen waarbij je de geleerde kennis echt moet toepassen. Iets letterlijk overnemen uit het boek is er niet meer bij. Met veel onderwerpen die worden behandeld zou ik niet in aanraking komen zonder dit programma. En toch kan ik ze direct toepassen op mezelf."

Rik ter Hoeve is 19 jaar en zit in het talenttraject van de KNVB voor scheidsrechters. Hij wil internationaal scheidsrechter worden en op de lijst van de FIFA komen.

WAAR LIGT JOUW UITDAGING IN DIT PROGRAMMA?

"Aan het einde van mijn eerste jaar ging ik twijfelen over de ALO. Het ging te easy en ik had te weinig cognitieve uitdaging. Door dit programma te volgen, heb ik meer verdieping gevonden. Tijdens deze lesavonden zit ik even in een andere wereld.



v.l.n.r.: Afra Sweijen, Chris Wakker, Rik ter Hoeve, Tim Koning, Jonathan Frinking, Maartje Allebes, Tinka Offereins en Tim van Evert.



Onderwerpen zoals stressmanagement, geluk, flow en communicatie helpen me om alles te relativieren. Als ik nu zelf stress heb, denk ik hieraan en vraag me dan af waar ik me zo druk om maak. Ik ben weer helemaal gemotiveerd geraakt en heb zelfs zoveel drive dat de andere vakken nog beter gaan!" **Maartje Allebes** is 21 jaar. Ze had ooit helemaal genoeg van sport en trok de creatieve kant op. Het gemis van bewegen en een impulsieve actie brachten haar op de ALO.

WAT IS JE OPGEVALLEN TIJDENS HET PROGRAMMA?

"We werken in kleine groepen. Dat is heel fijn, omdat we zo heel snel een hechte groep hebben gekregen. Er is veel vertrouwen tussen de verschillende studenten en dit zorgt ervoor dat de gesprekken nog dieper kunnen gaan. In het begin hebben we allemaal een persoonlijke performance gegeven, waarin iedereen iets heeft laten zien dat de anderen nog niet wisten. Dit kon via zang, dans, monoloog of een andere vorm. Ik heb zelf een bestaand liedje gezongen met een persoonlijke lading. De tekst sprak voor zich, maar de anderen mochten daar wel vragen over stellen."

Afra Sweijen is 20 jaar en deed aan klassiek ballet. Ze ging paaldansen als vervanging voor de 'saaie' krachttraining na een blessure. Dat is nu ook een verslaving geworden.

HOE HEEFT HET WERKVELD PROFIJT VAN DIT PROGRAMMA?

"Studenten die dit programma doen, leren op een andere manier denken. Door vanuit meerdere perspectieven naar problemen te kijken, bedenken we andere oplossingen dan de meest voor de hand liggende. We worden creatief uitgedaagd. 'Ga er maar over nadenken' is dan de opdracht. Dat krijgen we straks in onze baan ook, dan zijn er geen docenten meer die de kaders geven. Het belangrijkste dat ik heb geleerd? Dat als ik weet waarom je iets doet, ik ook weet wat ik moet doen. Of juist wat ik moet laten."

Tim Koning is 20 jaar. Hij wil na de ALO bewegingswetenschappen studeren en daarna werken als gymdocent, gecombineerd met onderzoek naar het verbeteren van topsport.

COLOFON Uitgave: Hogeschool van Amsterdam, Academie voor Lichamelijke Opvoeding, mei 2014 jaargang 4 | Eindredactie: Marjon Kluiters en Ton de Ruijter | Teksten: Rian Lanenga en Gijs Hardeman | Fotografie: Eelco Hofstra en Fred van Diem | Fotografiebegeleiding: Gijs Hardeman en Rian Lanenga | Vormgeving: Reclamestudio Sjeep | Druk: VegrinDeMeer Grafimedia

