

Werken met Oplossingen

Oplossingsgerichte werkmethode voor het VO in de gymzaal

Jessica Meier

Eindrapportage over het praktijkonderzoek in het kader van de leerroute Master SEN
Motorische Remedial Teaching/Motorische Begeleider

Lesplaats: Tilburg

Studentnummer: 2009685

Begeleid door: Mevr. I. Hoogenberg-Engbers

Fontys Opleidingscentrum Speciale Onderwijszorg, Tilburg
2009-2010

Inhoudsopgave	<i>Pagina</i>
Inleiding	5
Samenvatting	6
Introductie	8
1. Onderzoeksvraag	11
1.1. Aanleiding onderzoek	11
1.2. Onderzoeksvraag	12
1.3. Huidige en gewenste situatie	13
2. Theoretisch onderzoek	14
2.1.1. Wat is een pedagogisch klimaat?	14
2.1.2. Sturing geven aan een groep in de gymles	15
2.1.3. Ontwikkeling in een gymles	16
2.1.4. Sport inzetten om het pedagogisch klimaat verbeteren	17
2.1.5. Wordt sport door scholen ingezet?	17
2.2. Motorische vaardigheden	18
2.3. Oplossingsgericht werken	19
2.3.1. De W.O.W.W methode	20
2.3.2. De Kids 'Skills methode	21
2.3.3. Oplossingsgerichte vragen	22
3. Onderzoeksmethodologie	23
3.1. Inleiding	23
3.2. Inventarisatie onderlinge relaties	23
3.2.1. Groepsstructuur in de gymles	24
3.2.2. Uitvoering en gesprekken met leerlingen	24
3.3. De oplossingsgerichte werkmethode	24
3.3.1. Het eerste deel van de werkmethode	25
3.3.2. Het tweede deel van de werkmethode	26
3.4. Uitwerking	26

4.	Data verzameling en analyse	27
4.1.	Inleiding	27
4.2.	Resultaten Klimaatschaal	27
4.3.	Resultaten Sociogram	28
4.4.	Resultaten gesprekken met leerlingen	29
4.5.	Het tweede deel van de Oplossingsgerichte Werkmethode	29
4.6.	Evaluatie van de werkmethode door de leerlingen	33
5.	Data interpretatie	35
5.1.	Uitwerking deelvragen	35
5.2.	Antwoord op mijn onderzoeksvraag	40
6.	Evaluatie onderzoek	41
6.1	Reflectie op het proces van het onderzoek	41
6.2	Reflectie op de inhoud van het onderzoek	42
6.3	Reflectie persoonlijke ontwikkeling	43
	Nawoord	45
	Literatuurlijst	46
	Geraadpleegde websites en overige bronnen	47
	Bijlage 1	48
	- Klas Klimaat Schaal	
	- Resultaten sociogram	
	Bijlage 2	50
	- Boekje: 'Werken met Oplossingen'	
	- Resultaten boekjes 'Werken met Oplossingen'	
	Bijlage 3	59
	- Informatiebrief over het maken van foto's	
	- Lessenreeks met vaardigheden	

Inleiding

In dit verslag kunt u lezen over mijn onderzoek waarbij ik in het kader van MRT een oplossingsgerichte werkmethode heb samengesteld om het pedagogische klimaat in een groep te bevorderen.

De basis voor dit onderzoek is gelegd op mijn VMBO-school, waar ik heb gewerkt met een eerstejaars klas. In hoofdstuk 1 kunt u mijn onderzoeksvraag lezen, daarin is beschreven wat de aanleiding was om voor dit onderwerp te kiezen. De onderzoeksvraag is in deelvragen verdeeld om stapsgewijs een antwoord te vinden. In hoofdstuk 2 heb ik literatuur gezocht om een antwoord te kunnen vinden op mijn onderzoeksvraag.

In hoofdstuk 3 beschrijf ik de situatie van de klas voorafgaand aan het onderzoek. De onderlinge relaties en de omgangsvormen van de groep worden beschreven om een beeld te krijgen van de klas. In hoofdstuk 4 worden er zes bijeenkomsten van de oplossingsgerichte werkmethodiek beschreven. Deze bijeenkomsten worden in dit hoofdstuk door de leerlingen geëvalueerd.

In dit hoofdstuk 5 staan de deelvragen van dit onderzoek uitgewerkt. Door het uitwerken hiervan wordt mijn onderzoeksvraag beantwoord. In het laatste hoofdstuk reflecteer ik op het proces, de inhoud van dit onderzoek en op mijn persoonlijke ontwikkeling.

Samenvatting

De directie van de school heeft dit schooljaar, 2009-2010, de opdracht gegeven om de leerlingen een Zelf Evaluatie Kader (ZEK) te laten invullen. Dit is een digitale vragenlijst. Uit de gegevens is naar voren gekomen dat 8% van de leerlingen zich niet veilig voelt op school. Het is van belang dat wij voor de leerlingen een veilige leeromgeving bieden.

Ik ben me ervan bewust dat de gymzaal niet voor iedere leerling op school een omgeving is waar ze graag komen. Dit zijn vaak de leerlingen die moeite hebben met bewegen. Ik zie het als mijn taak om ervoor te zorgen dat de gymles ook voor deze leerlingen een plezierige en veilige omgeving is. Het doel van mijn onderzoek is om ernaar te streven om voor alle leerlingen een veilige pedagogische setting te creëren. Dit kan door de onderlinge relaties, omgangsvormen en het sociale klimaat in een groep te verbeteren.

In de introductie van dit onderzoek beschrijf ik een casus over een gymles. Hierin wordt duidelijk dat er leerlingen in de klas zijn die tijdens een spel niet geaccepteerd worden door de andere leerlingen. Op zulke momenten vraag ik me af: 'welke methode heeft het meeste effect op het gedrag van de leerlingen?'

Dit heeft geleid tot de volgende onderzoeksvraag: Hoe pas ik in het kader van MRT een oplossingsgerichte werkmethode toe bij een klas, om het pedagogische klimaat te bevorderen?

Om tot een goed antwoord op deze onderzoeksvraag te komen, werk ik de onderstaande deelvragen uit:

- Welke oplossingsgerichte werkmethode is bruikbaar binnen deze klas?
- Wat draagt het pedagogisch klimaat bij aan beter bewegen?
- Wat is belangrijk bij het stellen van schaalvragen en oplossingsgerichte vragen aan de leerlingen?
- Hoe gaan de leerlingen na het geven van de oplossingsgerichte werkmethode met elkaar om?

- Wat is de mening van de leerlingen over de oplossingsgerichte werkmethode?
- Wat doe ik na dit onderzoek anders in mijn MRT- en gymles? Is er een verschil?

Om ervoor te zorgen dat mijn aanpak bij de leerlingen aansluit, worden de leerlingen in dit onderzoek ingezet als experts. De mening van de leerlingen vormt de basis voor dit onderzoek. Dit is een onderdeel van oplossingsgericht werken.

Oplossingsgericht werken houdt in dat een leerkracht zich richt op de reeds aanwezige oplossingen, in plaats van een focus op problemen. Als docent ben ik vooral geïnteresseerd in hetgeen wat werkt en wat al goed gaat. Daarnaast ben ik nieuwsgierig naar de wijze waarop we die sterke kanten nog beter kunnen benadrukken.

Met behulp van twee oplossingsgerichte methodieken, namelijk Kids' Skills en W.O.W.W., heb ik de meningen van de leerlingen geïnventariseerd. Hierin wordt duidelijk waar de leerlingen aan willen werken. Dit zijn zaken als samenwerken, elkaar vertrouwen, luisteren naar elkaar, complimenten geven, niet pesten en elkaar niet uitlachen.

Om dit te bereiken heb ik verschillende bewegingslessen geschreven waarin deze thema's naar voren komen.

Dit onderzoek is geëvalueerd door de leerlingen en door mijzelf. Alle leerlingen hebben aangegeven dat ze het groepsklimaat steeds beter gaan vinden.

Ik ben nog continu bezig met een bewuste manier van lesgeven, waarbij ik me focus op oplossingen. Ik blijf hiermee doorgaan, omdat ik heb ervaren dat het een meerwaarde is voor mijn les. Ik wil dit van harte aanbevelen aan andere docenten.

Introductie

Voorstellen

Als docent lichamelijke opvoeding ben ik werkzaam op een VMBO-school. Naast het geven van gymlessen ben ik mentor en geef ik aan leerlingen huiswerkbegeleiding. Op onze VMBO- school staat zorg hoog aangeschreven. Er wordt leerwegondersteunend onderwijs gegeven aan leerlingen die bij het verlaten van de basisschool een leerachterstand hebben. Dat kan veel oorzaken hebben, maar wordt meestal veroorzaakt door een leerprobleem. Als dit bij een leerling het geval is, krijgt de leerling extra ondersteuning bij de lessen. Die ondersteuning kan bijvoorbeeld zijn: les in kleine groepen (max.16 leerlingen in plaats van max. 30), gebruik van aangepaste lesboeken en/of een aparte aanpak bij het aanbieden van de lesstof. Ook worden er trainingen gegeven op school met betrekking tot faalangst en sociale vaardigheden.

De school biedt mij de mogelijkheid om zorg te verlenen aan kinderen die een bewegingsachterstand hebben of ondersteuning behoeven bij gedragsproblemen. Juist op een landbouwschool waar de leerlingen voornamelijk met de handen werken is het belangrijk dat de leerling voldoende motorische capaciteiten bezit. Momenteel wordt er nog geen Motorisch Remedial Teaching gegeven en is het daarom voor mij een uitdaging om dit te mogen opzetten.

Welk kind komt voor MRT in aanmerking?

MRT is een vorm van zorgverbreding. Als algemene zorgverbredende maatregelen te weinig effect hebben gehad, zoals extra zorg in de les bewegingsonderwijs, kan gekozen worden voor een vorm waarin extra onderwijstijd wordt besteed aan deze kinderen. Er wordt extra lestijd gecreëerd om deze kinderen te helpen in hun bewegingsontwikkeling.

Naast het werken aan de bewegingsontwikkeling kan een kind op meerdere vlakken geholpen worden. Bijvoorbeeld bij problemen met de schrijfmotoriek, gedragsproblemen, angst en overgewicht.

Voor alle duidelijkheid: 'Het MRT-kind' bestaat niet'. Elk kind dat voor MRT in aanmerking komt is anders.

Motivatatie onderzoek

Casus:

Tijdens een tikspel, waarbij de kinderen nadat ze getikt zijn elkaars hand moeten vasthouden, zie ik dat een bepaald kind getikt wordt, maar niet wordt vastgehouden. 'Haar hand ga ik dus echt niet vasthouden', hoor ik de tikker zeggen. Het meisje in dat werd getikt is Ya en heeft een zwakke motoriek. Ze heeft veel moeite met gym. Ik erger me enorm aan het gedrag van de andere leerlingen en roep ze bij me. Ondertussen bedenk ik me hoe ik hier binnen de klas mee om kan gaan.

Dit is niet de eerste keer dat ik leerlingen hoor mopperen in deze klas. Ook Th een jongen met Nonverbal Learning Disorder heeft angst en weerstand voor nieuwe situaties en veel moeite met samenwerken. Hij wordt snel boos en slaat of pakt dan andere kinderen vast. Kinderen komen dan boos of huilend bij mij. Dit gedrag van Th kan ik niet toestaan, maar ik weet dat dit voortkomt uit een tekort aan sociale vaardigheden. Toch moet ook Th leren om samen te werken.

Dit onderzoek gaat over het opzetten van een oplossingsgerichte methode waarmee gewerkt kan worden op school in zowel de reguliere lessen als tijdens de lessen MRT.

Dit onderwerp spreekt mij erg aan. Bij het afnemen van verschillende motorische testen heb ik al gewerkt vanuit een oplossingsgerichte benadering. Daarbij heb ik gezien dat het belangrijk is dat de motivatie vanuit het kind zelf komt. Ik ben er van overtuigd dat wanneer je iets met een kind wilt bereiken, je de volledige medewerking van een kind nodig hebt.

In de klas waar bovenstaande casus op gebaseerd is, een eerste klas kadergerichte leerweg, wil ik deze methode gaan toepassen. Deze klas heb ik uitgekozen omdat het een groep is waar regelmatig conflicten en onderlinge problemen zijn. Daarnaast zitten er leerlingen in die extra ondersteuning nodig hebben voor de gymles.

Relevantie onderzoek

Er wordt op school aandacht besteed aan de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen. In het mentoruur krijgen leerlingen les uit de methode 'Leefstijl', dit is een methode gericht op sociale-emotionele vaardigheden. Verder is er voor leerlingen die dat nodig hebben een sociale vaardigheidstraining beschikbaar. Op school zijn een maatschappelijk werkster en een Orthopedagoog aanwezig die leerlingen met (gedrags) problemen begeleiden.

Wanneer ik kijk naar het gedrag van mijn leerlingen vraag ik me af of het bovenstaande voldoende is? Wat zou ik naast bovengenoemde zorg kunnen toepassen voor een mooie en effectieve toevoeging aan de MRT- en gymles? Wat heeft een oplossingsgerichte benadering van het aanleren van sociale- en motorische vaardigheden te bieden?

Ik wil met dit onderzoek ervaring opdoen over oplossingsgerichte begeleiding en leren hoe ik het beste kan omgaan met leerlingen met een zwakke motoriek. Daarnaast wil ik er een veilige sfeer in de klas mee realiseren. Met een veilige sfeer bedoel ik dat er in de klas op een plezierige manier met elkaar wordt omgegaan en samengewerkt. Wederzijds respect en verdraagzaamheid zijn belangrijke uitgangspunten. Ik ben van mening dat een leerling zich alleen in een veilige sfeer kan ontwikkelen binnen een MRT- en gymles.

Ik verwacht dat door oplossingsgericht werken de motivatie en betrokkenheid van de leerlingen en het rendement hoger is, dan met de gangbare manier van werken. Mocht dit het geval zijn, dan kan dit onderzoek ook worden gebruikt door andere docenten voor het aanleren van sociale- en motorische vaardigheden.

1. Onderzoeksvraag

1.1 Aanleiding onderzoek

Ik vind het belangrijk dat kinderen plezier houden of krijgen in spelen en bewegen, waardoor ook minder vaardige bewegers een langdurige bewegingsmotivatie kunnen ontwikkelen. Het succesvol deelnemen aan bewegingssituaties die de leerling tegen komt in de lessen lichamelijke opvoeding staan centraal.

Wanneer een leerling dreigt uit te vallen in een reguliere les Sport en Bewegen, zou ik deze leerling tijdens een MRT-les pre-teaching kunnen geven. Dit houdt in dat ik vooraf tijdens een MRT-les ga oefenen met een bepaald onderdeel, wat de leerling later in de reguliere les sport en bewegen gaat krijgen. Hierbij zal de leerling beter mee kunnen komen in de reguliere les. Dit is één van de mogelijkheden die in een MRT-les gedaan kan worden.

Momenteel geef ik een leerling die moeite heeft mee te komen in de les een alternatieve opdracht. Door het geven van de alternatieve opdracht ga ik het probleem uit de weg. Wat ik werkelijk zou willen is het probleem juist aanpakken en zo mogelijk oplossen. Om dit te bewerkstelligen heb ik meer kennis nodig over deze leerlingen en tijd om buiten de gymles met de leerling aan het werk te gaan.

Als MRT-er binnen de school zou ik graag het volgende willen bereiken:

- Het kind doet beter mee in de lessen bewegingsonderwijs.
- Het kind heeft meer plezier in de lessen bewegingsonderwijs.
- Het kind heeft meer zelfvertrouwen in bewegingssituaties.
- Het kind beweegt beter, makkelijker en effectiever.

De vaardigheden die ik nodig heb om het bovenstaande te bereiken is, het kunnen observeren van de leerlingen en daarna met de leerling in gesprek te gaan.

Goede communicatie staat hierbij centraal. Dit is één van de competenties waaraan ik wil werken: communicatie in de vorm van oplossingsgerichte vraagstelling.

Doordat ik in het eerste jaar van de MRT- opleiding bezig ben geweest met de leervraag: 'rekening houden met een leerling die zwak is/ faalangst heeft en de

daarbij behorende casussen heb geschreven, ben ik er achter gekomen dat het voor mij nuttig is om oplossingsgerichte vraagstelling toe te passen. In dit onderzoek wil ik leren hoe ik dit het beste kan vormgeven.

Ik wil niet alleen tijdens de les, maar ook individueel met een leerling of met een groep van maximaal 10 leerlingen werken met oplossingsgerichte vraagstelling en methode.

Om te kunnen beginnen met het onderzoek moet eerst het volgende worden uitgezocht:

- Hoe past MRT in het rooster van de eerstejaars leerlingen?
- Hoe informeer en betrek ik het zorgteam en collega's?
- Is het voor mij mogelijk in leerjaar 1 les te blijven geven? Dit geeft voordelen voor wat betreft de screening en observatie gedurende mijn gymlessen.

Door het werken met oplossingsgerichte vraagstelling verwacht ik de leerling beter te kunnen begeleiden. Dit door het leren omzetten van een probleem naar een vaardigheid en samen met de leerling opzoek te gaan naar oplossingen.

1.2 Onderzoeksvraag

Ik wil me in de klas of individueel met een leerling niet richten op een probleemgerichte aanpak, waarbij gefocust wordt op tekortkomingen en de oorzaken van problemen, maar ik wil me richten op de gewenste toekomst. Een toekomst waarin het verbeteren van de motoriek, onderlinge relaties, omgangsvormen en het sociale klimaat in een groep centraal staat.

Uiteindelijk leidde dit naar mijn volgende onderzoeksvraag:

- Hoe pas ik in het kader van MRT een oplossingsgerichte werkmethode toe bij een klas om het pedagogische klimaat te bevorderen?

Deelvragen zijn:

- Welke oplossingsgerichte werkmethode is bruikbaar binnen deze klas?

- Wat draagt het pedagogisch klimaat bij aan beter bewegen?
- Wat is belangrijk bij het stellen van schaalvragen en oplossingsgerichte vragen aan de leerlingen?
- Hoe gaan de leerlingen na het geven van de oplossingsgerichte werkmethode met elkaar om?
- Wat is de mening van de leerlingen over de oplossingsgerichte werkmethode?
- Wat doe ik na dit onderzoek anders in mijn MRT- en gymles? Is er een verschil?

1.3 Huidige en gewenste situatie

Momenteel is het op onze school zo dat er niets gedaan wordt aan begeleiding voor leerlingen met motorische problematiek. Graag wil ik dit opzetten binnen onze school.

In de klas waar ik mijn onderzoek wil doen zitten twee leerlingen die veel moeite hebben met hun motoriek. De klas reageert hier verschillend op. De één geeft commentaar, de ander helpt en weer een ander laat hem of haar links liggen. Als gymdocent en MRT-er streef ik een situatie na, waarin leerlingen zo veel vriendelijk en respectvol mogelijk met elkaar omgaan. Dit bereik ik niet door de leerling te bestraffen voor zijn of haar nog niet adequate sociale gedrag. Wel verwacht ik effect van het aanleren van sociaal gedrag en vaardigheden met betrekking tot gewenste omgangsvormen.

2. Theoretisch onderzoek

In dit hoofdstuk beschrijf ik mijn bevindingen over de literatuur die bruikbaar is voor dit onderzoek. In het kader van mijn onderzoek zijn vragen ontstaan en deze werk ik uit in de onderstaande paragrafen. Dit zijn vragen omtrent het centrale onderwerp van mijn onderzoek, namelijk: “Wat is oplossingsgericht werken en hoe kan ik dit toepassen binnen deze klas?” en “Als oplossingsgericht werken het pedagogisch klimaat verbeterd, draagt dit dan bij aan het beter bewegen?”

Ik verwacht dat door het uitvoeren van dit onderzoek in de klas, het pedagogisch klimaat in de groep verbeterd en dat de leerlingen zich daardoor beter kunnen ontwikkelen. In paragraaf 2.1 beschrijf ik wat het pedagogisch klimaat is en wat belangrijk is om goed sturing te geven aan een groep in een gymles.

Voor mijn onderzoek is het van belang te weten wat het begrip motorische vaardigheid is. Dit wordt beschreven in paragraaf 2.2.

Paragraaf 2.3. beschrijft wat oplossingsgericht werken is. Welke oplossingsgerichte methodes ik heb uitgekozen voor dit onderzoek en hoe die toepasbaar zijn binnen een klas.

2.1.1. Wat is een pedagogisch klimaat?

Het is van belang te weten wat een pedagogisch klimaat is. Het is namelijk een veelomvattend begrip. Een goed pedagogisch klimaat vergroot het gevoel van veiligheid en dat is een belangrijke voorwaarde bij het leren. Binnen zo'n klimaat weet en voelt ieder zich gerespecteerd en wordt er gedifferentieerd naar mogelijkheden en behoeften. Aan de basis van de zorg op school staat een goed pedagogisch klimaat. (Van der Loo,1995)

Uit onderzoek is gebleken dat leerlingen in autoritair geleide groepen elkaar meer pesten. Dit is te verklaren met de frustratie-agressietheorie. Een leiding die systematisch eenzijdig bepaalt wat er gebeurt, frustreert de leden van een groep in hun basisbehoefte. Omdat ze de frustratie niet bij hun leider kwijt kunnen, kan deze

in de vorm van agressie een andere uitweg zoeken. In democratische groepen is minder sprake van zondebokken. Lessen waarin de inbreng van de leerlingen worden gewaardeerd, waar leerlingen mogen meedenken en waar problemen worden besproken en opgelost, bieden meer garantie voor een plezierige omgang. (Van der Loo, 1995).

Door het gegeven in bovenstaande tekst en het geleerde over oplossingsgericht werken in de MRT-opleiding, wil ik leren hoe ik de leerlingen actief kan betrekken in de les.

2.1.2. Sturing geven aan een groep in de gymles

Om bovenstaande te kunnen bereiken is het van belang om te weten wat een groep is en hoe die te beïnvloeden is.

Van Engelen (2007) beschrijft dat elke groep verschillende fasen doorloopt:

1. Forming: dit is de klas in het begin van het jaar. Ze komen nieuw bij elkaar en nemen een afwachtende houding aan.
2. Storming: de leerlingen in de klas gaan hun grenzen bepalen. De hiërarchie wordt bepaald en de rollen worden verdeeld.
3. Norming: de doelen, normen en waarden worden onder leiding van de groepsleiders bepaald.
4. Performing: dit is de uitvoerende fase van de normingsfase.

Wanneer de klas deze fasen heeft doorlopen is de klas ontstaan. De leerlingen hebben verschillende rollen. Er is onderscheid tussen leidinggevende en overige rollen. De invulling van de rollen is afhankelijk van een positief of een negatief groepsklimaat.

Omdat we al over de helft van het jaar zijn, zit de klas in fase 3/4. Ik kan het groepsproces begeleiden door:

- De groepsregels die de leerlingen zelf bedacht en opgesteld hebben in de gymles te herhalen op momenten dat dit nodig is.
- Het groepsklimaat te stimuleren door samenwerkopdrachten.
- Het bevorderen van onderlinge contacten.

2.1.3. Wat heeft een kind nodig om zich goed in een gymles te kunnen ontwikkelen?

Een leerling in de groep heeft, volgens de psycholoog Maslov, een aantal basisbehoeften, te weten:

- Je veilig voelen;
- Invloed kunnen uitoefenen;
- Persoonlijke relaties kunnen aangaan.

Als de veiligheid er niet is, komen de daarop volgende behoeften nauwelijks aan bod. De basisbehoeften zijn bij ieder individu aanwezig, maar niet in even sterke mate. (Van de Loo 1995)

2.1.4. Sport inzetten om het pedagogisch klimaat verbeteren

Sport en spellen worden bewust ingezet om het pedagogisch klimaat te verbeteren. Het Groene Spelen Boekje (Pecht, 2004) is hier een voorbeeld van. Hierin staat dat het samen bewegen centraal staat en niet het winnen. Het spel- of bewegingsdoel kan slechts worden bereikt door een gezamenlijke inspanning van alle deelnemers. In de volgende boeken en spellen verwacht ik dat er ook geschikte oefeningen in staan om het pedagogisch klimaat te verbeteren:

- Het spel: 'Ken Je Kwaliteiten'. De orthopedagogen op mijn school gebruiken dit spel. Door het spelen van het Kwaliteitenspel verwacht ik dat de leerlingen bezig zijn met het geven van complimenten aan elkaar.
- Oefeningen uit het boek: Rots en Water (Ykema 2002). Leerlingen leren zich onafhankelijk op te stellen (Rots) en eigen keuzes te maken, maar ook leren ze hoe met anderen samen te werken en te spelen (Water). Afhankelijk van de situatie zal voor een Rots- of Waterhouding moeten worden gekozen.
- Gebruik maken van de Axenroos (F. Cuvelier).
Dit model laat zien welk gedrag door welk gedrag wordt opgeroepen en hoe gedrag te beïnvloeden is. Dit is gericht op de interactie tussen de leerlingen.
- In de stappen van Kids Skills geven de leerlingen aan hoe zij denken dat er geoefend kan worden, zie bijlage 2.

De meeste oefeningen worden uitgevoerd met de hele klas. In de gymlessen worden vaak groepen gemaakt voor verschillende spellen en onderdelen. Dit geeft een klas veel onrust, omdat elke keer opnieuw de stormingfase plaatsvindt (zie paragraaf 2.1.2.).

Het is tijdens de lessen gymnastiek belangrijk dat er gewerkt wordt met, voor zover dat mogelijk is, 'vaste' groepen. Dit geeft de klas rust. De groepen even sterk maken, homogene groepen, geeft uitdaging in het spel en de 'zwakkere' leerlingen hebben dan meer kans om zich te ontwikkelen. Al kan het op bepaalde momenten goed zijn om een 'sterke' leerling een 'zwakkere' leerling te laten helpen. Het is overigens ook goed voor de 'sterke' leerling, wanneer hij/zij een extra taak krijgt.

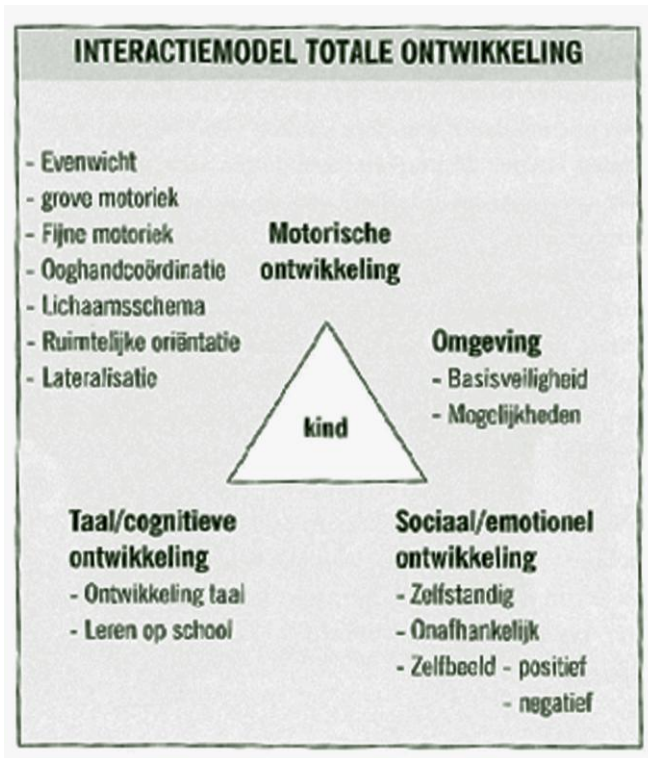
Groepen laten kiezen is absoluut geen optie. Dit werkt zeer negatief voor de leerlingen die als laatste worden gekozen.

2.1.5. Wordt sport door scholen ingezet?

Helaas wordt sport niet door alle scholen gezien als een belangrijk vak. In een enquête die op elf basisscholen is afgenomen (Noordstar, 2009), werd aan leerkrachten gevraagd hoe belangrijk ze bepaalde schoolvakken vonden en of ze vonden dat er op school voldoende aandacht aan deze vakken werd besteed. De meerderheid van de docenten geeft aan dat vaardigheden als taal, rekenen en schrijven belangrijk zijn. Slechts de helft van de docenten zegt dit over vakken die te maken hebben met het motorisch functioneren van leerlingen. Dit terwijl leerkrachten en scholen zich druk bezig houden met de ontwikkeling van de leerlingen in de klas en op school (Noordstar, 2009).

In het interactiemodel van de totale ontwikkeling wordt de ontwikkeling van een kind opgevat als de interactie tussen de motorische, de sociale-emotionele en de taalcognitieve ontwikkeling.

Deze drie domeinen beïnvloeden elkaars ontwikkeling.



De invloed van motorische achterstand heeft te maken met de sociaal-emotionele ontwikkeling. Ook is er een relatie tussen het cognitief functioneren en het motorisch functioneren. Hierover meer in paragraaf 2.2.

2.2. Motorische vaardigheden

Vanaf groep vier vormen zich in de klas diverse groepen op basis van motorisch functioneren. Vooral bij jongens is dit zichtbaar. De motorisch sterke kinderen gaan voetballen of tikkertje spelen. De jongens die minder sterk zijn, slenteren wat over het schoolplein. Deze kinderen dreigen in een neerwaartse spiraal terecht te komen, waardoor een motorische achterstand alleen maar groter wordt (Noordstar, J. 2009). Bovendien zijn ze vaak een stuk minder populair. Ondanks het feit dat kinderen pas vanaf hun zevende levensjaar last krijgen op sociaal-emotioneel vlak, is het belangrijk om het vroegtijdig te signaleren.

Naast sociaal-emotionele ontwikkeling en motoriek is er ook een relatie tussen:

- **Motoriek en de cognitieve ontwikkeling:**
Bij onderzoek (Noordstar, J. 2009) naar de cognitieve ontwikkeling en de motoriek, is gebleken dat in het reguliere onderwijs vijf tot tien procent van de leerlingen een lichtmotorische achterstand heeft. Op het speciaal onderwijs ligt dit percentage tussen de veertig en de zestig procent.
- **Motoriek en leerproblemen:**
Uit onderzoek van Noordstar (2009) bij leerproblemen en motoriek, blijkt dat leerlingen met Dyslexie vaak problemen hebben met de motoriek. Dewey (2002) heeft de tegenoverstelde relatie uitgezocht tussen motoriek en leerproblemen. De kinderen zonder motorische achterstand scoorden het hoogst op het niveau van lezen en schrijven in vergelijking met kinderen met een motorische achterstand.

Voor de leerkracht betekend bovenstaande tekst dat motorische en sociaal-emotionele problemen vaak tegelijkertijd voorkomen en dat motorische problemen vaak voorkomen in combinatie met leerproblemen, vice versa. Daarom moet de leerkracht de motorische ontwikkeling van kinderen met leerproblemen extra goed in de gaten houden. Door hierop alert te zijn kunnen er grote problemen in de toekomst bij deze kinderen voorkomen.

2.3. Oplossingsgericht werken

Bij oplossingsgericht werken wordt er een beroep gedaan op krachten en sterktes van mensen. De leerkracht draagt geen recepten aan om uit de problemen te komen. Wel probeert deze de leerling te helpen om eigen oplossingen te ontdekken. De leerkracht gaat mee op zoek naar stukjes oplossingen die er al zijn voor het probleem.

Graag wil ik een oplossingsgerichte methode ontwikkelen om te gebruiken voor de hele klas, waarmee ik me richt op de oplossingsgericht aanpak met betrekking tot het verbeteren van het pedagogisch klimaat. Hierbij hanteer ik uitgangspunten van Working On What Works (W.O.W.W.), Kids 'Skills en het stellen van oplossingsgerichte vragen aan de leerlingen.

2.3.1. De W.O.W.W. methode

De vier belangrijkste uitgangspunten van Working On What Works:

- Leerlingen mogen zelf bepalen wat ze willen leren en willen bereiken. Leerlingen die worden gevraagd hun eigen positieve resultaten of doelen te bepalen, worden daardoor meer betrokken bij hun eigen succes.
- Doelen worden door de leerkracht en de leerlingen bepaald. Doelen moeten duidelijk, eenvoudig en specifiek zijn. Er moet worden uitgelegd welk gedrag wordt verwacht van de klas. Zoals het naleven van gedragsregels. Bij het gezamenlijk bepalen worden de leerlingen meer betrokken bij de uitvoering.
- Leerlingen worden verantwoordelijk gemaakt voor hun eigen oplossingen. Dit is een effectieve manier om positieve veranderingen uit te voeren.
- Het is altijd efficiënt om oplossingen te bewerkstelligen in een vertrouwde omgeving.

Essentieel in de WOWW-aanpak is dat het gesprek zich met de gehele klas afspeelt. Dat is wat ik graag wil bereiken in dit onderzoek: een oplossingsgerichte methode ontwikkelen die bruikbaar is voor de hele klas. Bij deze aanpak geven we de leerlingen als het ware de rol van 'Change Agents', waarbij ze doelen die ze belangrijk vinden bespreken. Daarbij zijn de leerlingen zelf de initiatiefnemers van de gewenste verandering. Ze geven aan wat al goed gaat in de klas en wat zij als groep willen veranderen. Hierdoor komt de focus te liggen op een gezamenlijk te bereiken doel, namelijk het groepsdoel.

Doordat ze samen een doel stellen en dat willen bereiken is de kans groot dat er minder negatieve aandacht is voor de vervelende leerlingen die de sfeer en samenwerking willen verpesten. De leerlingen krijgen hierbij een mooie uitdaging en worden vooral zaken genoemd die goed gaan. Leerlingen die al coöperatief zijn en zich altijd netjes gedragen, worden door deze aanpak nog eens bevestigd.

De WOWW-aanpak is geïnteresseerd in het ontdekken van kleine stappen van vooruitgang en succes, die in de samenwerking tussen leerlingen en leraren in de klas worden gemaakt. Zodra iedereen, dus leerlingen en leerkracht, ervaart hoe succesvol de aanpak is, zal men extra gemotiveerd worden om deze verder uit te bouwen. De gestelde doelen ten aanzien van bijvoorbeeld hun welzijn en de leercapaciteiten in relatie tot het pedagogische klimaat in de klas zullen aantoonbaar bereikt worden.

2.3.2. De Kids 'Skills methode

De Kids 'Skills methode geschreven door Ben Furman (2006). Hij heeft als uitgangspunt dat leerlingen kunnen samenwerken bij het oplossen van emotionele en gedragsproblemen. Centraal staat dat leerlingen in feite geen probleem hebben. De problemen kunnen opgevat worden als vaardigheden die nog niet voldoende geleerd zijn en dus nog worden verbeterd gaan worden. De oplossing begint met het omzetten van probleem naar vaardigheden. Dit kan door vanuit een 'probleem' tot een besef te komen van de vaardigheid die vereist is om het probleem te overwinnen. Hierbij wordt samen met de leerling besloten welke vaardigheid het kind wil leren. Een vaardigheid mag echter nooit betekenen dat je ophoudt met iets dat verkeerd is, maar dat je juist leert om het goed of beter te doen.

Aan de hand van vijftien stappen waaruit de methode Kids 'Skills bestaat, kunnen problemen in vaardigheden worden omgezet. Het kind is in deze methode zelf actief opzoek naar oplossingen.

2.3.3. Oplossingsgerichte vragen

Waarom is het beter om vragen te stellen over oplossingen in plaats van te focussen op problemen? Le Fevere (2007) geeft aan dat wanneer er een focus is op problemen, dit het probleem versterkt. Daartegenover staat dat hoe meer er op oplossingen gericht wordt, hoe sterker die worden. Vragen die geschikt zijn om te stellen aan de leerlingen om oplossingen te zoeken:

- **Schaalvragen:**
Een vraag die een getal als antwoord heeft, noemen we een schaalvraag. Leerlingen reageren goed op communicatie via getallen in plaats van woorden, omdat ze getallen begrijpen. Dit soort vragen zorgt ervoor dat de meeste leerlingen zich ook competent en succesvol voelen omdat ze een betekenisvol gesprek met volwassenen voeren. Berg & Steiner (2006)
- **Wondervraag:**
Dit zijn vragen waarmee de wensen van een leerling gepeild kan worden, bijvoorbeeld: “Stel dat je kunt toveren/ of een wens zou kunnen doen, wat zou je dan veranderen, zodat dit beter zou gaan ? Waaraan zou je merken dat het heeft gewerkt ? Waaraan merken anderen dat (bijvoorbeeld je ouders)?”
- **De vraag naar uitzonderingen/ lichtpuntjes:**
Hiermee wordt gekeken of de leerling bepaalde momenten al als beter of anders heeft ervaren, bijvoorbeeld: “Zijn er wel eens momenten geweest dat het leek alsof je al getoverd had/ alsof je wens was uitgekomen? Wat was er toen anders?” Hoe kwam dat denk je? Wat deed jij toen?” Met deze vragen zijn we nog concreter op zoek naar wat het kind veranderd wil zien en welke oplossingstrategieën het kind zelf zou bedenken, of wat er al eens gewerkt heeft.

3. Onderzoeksmethodologie

3.1. Inleiding

In dit hoofdstuk wil ik de situatie voorafgaand aan de methode beschrijven. Hierbij wil ik van de onderlinge relaties en de omgangsvormen van de groep een zo duidelijk en betrouwbaar mogelijk beeld krijgen. Dit doe ik vanuit het perspectief van de leerlingen. Ik gebruik hiervoor de vragenlijst en de klimaatschaal. Door middel van een computerprogramma maak ik een sociogram van de groep en voer ik gesprekken met de leerlingen.

Vervolgens wil ik een oplossingsgerichte methodiek samenstellen met de informatie uit hoofdstuk 2 en gericht op de hele klas. Deze methode wil ik bij zes lessen van circa 50 minuten toepassen. De leerlingen vormen het uitgangspunt voor de keuze van de opdrachten en oefeningen die worden aangeboden in de methodiek.

3.2. Inventarisatie onderlinge relaties

Jeninga (2008) beschrijft in zijn boek een Klassen Klimaat Schaal. Deze schaal is onderverdeeld in 4 groepen:

- organisatie in de klas
- onderlinge leerlingrelaties
- relatie leraar en leerling
- affiliatie.

Om een goed beeld te krijgen tussen de onderlinge leerlingrelaties wil ik de leerlingen de vragen over de onderlinge leerlingrelaties en de vragen van affiliatie laten invullen.

Affiliatie houdt in: het zich tot elkaar aangetrokken voelen. Een voorbeeldvraag hiervan is: 'Gaan de leerlingen van deze klas na schooltijd met elkaar om?'

Zie bijlage 1 voor de klimaatschaal.

3.2.1. Groepsstructuur in de gymles

Graag wil ik weten hoe de leerlingrelaties in de klas zijn. Wie zijn er populair en wie vallen er buiten de groep? Verstoten leerlingen zijn over het algemeen leerlingen die weinig aandacht krijgen. Deze leerlingen kunnen teruggetrokken gedrag vertonen of juist veel aandacht vragen en daardoor een storende invloed op de klas hebben. Met behulp van een sociogram is het mogelijk om de sociale verbindingen die in de klas spelen zichtbaar te maken. Zie bijlage 1. Het sociogram is gemakkelijk in te vullen op www.sociogram.nl. De leerlingen beantwoorden vier vragen waar ze drie namen van andere leerlingen mogen invullen. Ik heb de leerlingen gevraagd om bij elke vraag te denken aan de gymles.

De vragen zijn:

- Met wie speel je graag (in de gymles)?
- Met wie speel je niet graag (in de gymles)?
- Met wie werk je graag (in de gymles)?
- Met wie werk je niet graag (in de gymles)?

3.2.2. Uitvoering en gesprekken met leerlingen

Ik leg aan de klas uit dat de gegevens die de leerlingen invullen, gebruikt worden om een zo goed mogelijk beeld van de klas te krijgen en dat de gegevens alleen door mij worden gebruikt.

Met elke leerling ga ik een gesprek aan van ongeveer tien minuten.

In dit gesprek wil ik weten of de leerling problemen ervaart in de klas.

Hierbij ben ik geïnteresseerd in de sociale problematiek in de gymles.

In dit gesprek komen de volgende vragen aan de orde:

- Hoe gaat het tussen jou en de andere leerlingen in de gymles?
- Wat gaat goed in de gymles en wat zou je graag anders willen?

3.3. De oplossingsgerichte werkmethode

Ik kan pas tijdens de werkmethode geschikte oefeningen en opdrachten verzamelen, omdat de leerlingen zelf bepalen welke vaardigheden ze willen leren.

Om sturing te geven aan de leerlingen over welke vaardigheden geleerd kunnen worden, maak ik gebruik van het Kid's Skills vaardighedenboek, W.O.W.W. en oplossingsgerichte vragen. Deze methoden zijn beschreven in hoofdstuk 2.

Om een beeld te geven van de lessen maak ik van elke les foto's. De leerlingen en de ouders hebben hierover een brief ontvangen. Zie brief in bijlage 3. De school heeft ook toestemming gegeven voor het maken van foto's in de les.

3.3.1. Het eerste deel van de werkmethode

In het eerste deel van de werkmethode wil ik erachter komen welke vaardigheid geleerd wil worden door de klas. Ik begin met een terugblik op de klimaatschaal. Zie bijlage 1. Vervolgens laat ik de 8 stappen van Kid's Skills invullen door de leerlingen.

- Bedenk welke vaardigheid jij belangrijk vindt om een gymles met elkaar te hebben waarin iedereen zich goed voelt? Noem er twee.
- Geef je vaardigheid een naam.
- Welke voordelen denk jij dat het heeft wanneer de klas deze vaardigheid kan?
- Wat zou je in de gymles willen doen om het te vieren wanneer het deze klas lukt om de vaardigheid te leren?
- Wat denk jij dat we in de gymles kunnen doen om te werken aan deze vaardigheid? Denk aan een spel, oefening of iets anders.
- Wat kun je dan doen als je even vergeet je vaardigheid te oefenen?
- Hoe kan de klas jou helpen als het misgaat? (Supports zijn de leerlingen uit de klas)
- Wanneer weet je dat je het kunt?
- Hoe houden we bij wat goed gaat?

Hierna moeten ze een oplossingsgerichte vraag (de wondervraag) en een schaalvraag invullen:

- Welk cijfer geef je de klas?
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
- Wat moet er veranderen om de klas een 10 te kunnen geven?

Dit is het eerste deel van de werkmethode. De leerlingen krijgen allemaal een boekje om in te werken. De werkmethode noem ik: 'Werken met Oplossingen'.

De volgende bijeenkomst kom ik hierop terug door ze de resultaten te laten zien.

Zie bijlage 2 voor de uitwerking.

3.3.2. Het tweede deel van de werkmethode

Om te gaan werken aan de vaardigheden die de leerlingen kiezen verwacht ik dat er geschikte oefeningen staan in de boeken en spellen die beschreven staan in paragraaf 2.1.4.

3.4. Uitwerking

In hoofdstuk 4 staan de bovenstaande vragenlijsten uitgewerkt. Hierin beschrijf ik de oplossingsgerichte werkmethode (tweede deel van de werkmethode) van zes lessen. De methode wordt afgesloten met de evaluatie van de lessen door de leerlingen.

4. Data verzameling en analyse

4.1 Inleiding

In dit hoofdstuk beschrijf ik de resultaten van de onderzoeksinstrumenten die beschreven zijn in hoofdstuk 3, namelijk het sociogram, de klimaatschaal en de gesprekken met de leerlingen.

In paragraaf 4.5 beschrijf ik in een overzicht de zes bijeenkomsten van de oplossingsgerichte methodiek. Dit hoofdstuk wordt afgesloten met de evaluatie van de werkmethode door de leerlingen. Mijn eigen evaluatie van de methode beschrijf ik in hoofdstuk 6.

4.2. Resultaten Klimaatschaal

Ik heb de leerlingen gevraagd zo min mogelijk een vraagteken in te vullen. Alleen wanneer ze het antwoord echt niet weten. Als ze twijfelen tussen een vraag, moeten ze nadenken over het antwoord waarnaar ze het meest geneigd zijn. Hieronder staan enkele belangrijke uitkomsten van de klimaatschaal.

Helaas hebben sommige leerlingen toch nog een vraagteken ingevuld. Vooral bij de vraag: “De leerlingen zijn trots op deze klas”, heeft 50% van alle leerlingen een vraagteken ingevuld.

Opvallend is dat 88% van de leerlingen heeft ingevuld dat in de klas de leerlingen goede vrienden van elkaar zijn en dat 83% van de leerlingen na schooltijd vaak met elkaar praat.

Maar ook heeft 33% ingevuld dat er in de klas ruzie met elkaar wordt gemaakt en 25% geeft aan dat er in de klas wordt gepest.

Zie bijlage 2 voor een overzicht.

4.3. Resultaten Sociogram

Deze resultaten heb ik niet aan de klas laten zien en gebruik ik alleen voor mezelf. De resultaten kunnen immers te confronterend zijn voor de leerling. Ik heb aan de leerlingen gevraagd om dit in te vullen en daarbij te denken aan de gymles. Zie paragraaf 3.2.4.

De leerlingen hebben aangegeven dat ze bij het samenspelen meer aan de gymles moesten denken. Ik heb daarom de gegevens over het samenspelen gebruikt en de gegevens van het samenwerken niet. Deze gegevens heb ik aan de mentor van de klas gegeven.

De resultaten van het samenspelen:

15 leerlingen geven aan niet met Ya te willen spelen. Ook Th en Sa zijn door 11 en respectievelijk 12 leerlingen genoemd die aangeven niet met hen te willen spelen. Th en Sa zijn opvallende leerlingen in de klas. Ze zijn vaak betrokken bij ruzie en pesten.

Ya is een opvallend meisje in de gymles, het is een meisje met veel overgewicht waardoor bepaalde onderdelen in de gymles moeilijk voor haar zijn. Ze volgt naast de gymles mijn lessen MRT voor extra ondersteuning. Ze geeft aan dat ze hierdoor in de reguliere les zekerder is.

Een zestal leerlingen zijn zes keer positief gekozen. Dit is het hoogste aantal positief gekozenen. Dit zijn: An, Pa, Ru, Re, Ma en St. Dit zijn de populairdere leerlingen uit de klas.

4.4. Resultaten gesprekken met leerlingen

De leerlingen geven aan dat:

- Het een gezellige klas is. Echter wat begint als een geintje, loopt soms uit tot ruzie.
- Dat er vaak veel lawaai in de klas is en dat de klas druk is. Positief is dat er veel gelachen wordt, maar hierdoor is het rumoerig en kunnen ze zich niet goed concentreren.
- Er gepest wordt in de klas. Leerlingen vertellen dat ze meedoen omdat iedereen het doet. Echter, geven andere leerlingen aan dat het slechts een klein groepje betreft die anderen pest.
- Dat er af en toe gevochten wordt op het schoolplein.
- Samenwerken gaat bij sommige leerlingen goed. Anderen geven aan dit te willen verbeteren.
- In de kleedkamer worden soms negatieve opmerkingen naar elkaar gemaakt. Dit geldt voor zowel de jongens als voor de meisjes.
- Wat de gymles betreft, worden er geen specifieke problemen genoemd.

4.5 Het tweede deel van de Oplossingsgerichte Werkmethode.

Na het zien van de resultaten heb ik besloten dat ik alle aangegeven vaardigheden, acht in totaal, aan bod wil laten komen. De vaardigheden zijn:

- Samenwerken/ elkaar helpen/ elkaar vertrouwen.
- Gezelliger met elkaar omgaan/ niet duwen/ rustig gooien of schoppen met de bal.
- Minder schelden en boos doen.
- Elkaar niet uitlachen.
- Luisteren naar elkaar.
- Geen ruzies/ niet pesten.
- Complimenteren.
- Leren tegen je verlies te kunnen.

Hiervoor heb ik zes lessen geschreven waar alle vaardigheden inzitten.

Les 1: Schalen indelen en evalueren.

Voordat ik begin met de lessen heb ik samen met de leerlingen de schalen van 5 tot en met 10 ingevuld. Bij het gezamenlijk bepalen van de schalen worden de leerlingen meer betrokken bij de uitvoering. (zie hoofdstuk 2 de W.O.W.W methode, paragraaf 2.3.1 en de schaalvragen in paragraaf 2.3.3). Het is de bedoeling dat de hele klas voordat iedere les begint de schaal kiest. Zie bijlage 3.

Vervolgens hebben we besproken hoe we kunnen gaan bijhouden of de vaardigheden geleerd worden (zie paragraaf 2.3.3 Kids Skills). Jos Kloppenburg (2007) geeft aan dat het belangrijk is te benadrukken wat goed gaat en dit door de leerlingen zelf te laten formuleren. Dit heeft in zijn lessen, waar hij de W.O.W.W heeft toepast, goed gewerkt.

Ik maak gebruik van een evaluatieschema, dit schema bespreken we aan het einde van de les. We bespreken:

- Wat gaat al goed in de gymles?
- Wat gaat al steeds beter in de gymles
- Hoe kun je wat je hebt geleerd in de gymles aan anderen laten zien?
- Wat is jouw eigen bijdrage aan de vooruitgang in de gymles?
- Zou je nog meer kunnen doen in de gymles?
- Hoe hebben anderen bijgedragen aan jouw succes in de gymles?

Bovenstaande vragen zijn gebaseerd op de vragen uit het werkboek Mission Possible van Ben Furman (2010).

Les 2: Het samenwerken staat centraal in deze les.

Voordat we met de les beginnen geven de leerlingen eerst aan welke schaal er bij de les past.

De leerlingen krijgen samenwerkingsspellen uit het boekje 'groene spelen'. De leerlingen leren tijdens het spelen van deze spellen om medespelers met hun mogelijkheden te accepteren. Niemand wordt uitgesloten en er is sprake van

samenwerking. Ik verwacht dat er door het spelen van deze spellen vertrouwen ontstaat in een ander, maar ook in de leerling zelf.

De spellen die we gedaan hebben staan beschreven in bijlage 3 les 2.

Les 3: Centraal staat het geven van complimenten en luisteren naar elkaar.

Deze les heb ik gewerkt met het kwaliteiten spel. Dit is een spel waarbij de leerlingen de kwaliteiten van een ander en zichzelf benoemen.

Ik heb naar aanleiding van het sociogram de groepen ingedeeld.

Ya, Th en Sa zijn veel negatief gekozen, ik heb gekeken welke leerlingen bij elkaar kunnen zonder dat er negatief is gekozen.

Bijvoorbeeld Ya heb ik gezet bij Bi, Ma en Re. Sa heb ik gezet bij Me, Pa en Ri gezet, enz.

Ik heb voor groepen gekozen omdat ik in de kring bij het uitdelen van de complimenten niet meer leerlingen wil, dan tien per groep. Ik verwacht namelijk dat wanneer het spel met de hele klas wordt gespeeld, er ook leerlingen zullen zijn die 1 of 2 kaartjes krijgen met een compliment, waarvan ze zelf vinden dat dit niet echt bij hen past. Bij een kleinere groep krijgen ze meer complimenten (ook beter voor het zelfvertrouwen) en zullen er waarschijnlijk meer kaartjes worden gegeven die beter bij de leerlingen passen.

De overige leerlingen kregen de opdracht door middel van een mediakaart om een compliment uit te beelden of te tekenen. Een mediakaart is een A4 met een korte duidelijke tekst waarin de opdracht staat, zodat de leerlingen zelfstandig zonder uitleg kunnen werken. Alle groepen worden doorgedraaid zodat iedere leerling elke opdracht gedaan heeft.

Zie bijlage 3, les 3.

Les 4: Leren je grenzen aangeven en omgaan met pesten.

In de gymles heb ik de leerlingen kennis laten maken met Rots en Water. Ik had de mogelijkheid om een blokuur (100 minuten) te gebruiken.

De leerlingen hebben in deze les geleerd wat stevig staan is en wat je houding non-verbaal kan uitdrukken. Ook hebben we het gehad over geweld. Wat dit is en of pesten ook ingedeeld kan worden onder geweld?

Het is belangrijk dat de leerlingen inzien dat ze een keuze hebben om Rots of Water te zijn. Zie voor de oefeningen bijlage 3, les 4.

Les 5: De leerlingen leren om gezellig met elkaar om te gaan.

In mijn onderzoek is de groepsdynamiek belangrijk.

Door het lezen over de groepsdynamiek kwam ik bij de Roos van Leary. Deze Roos vond ik echter wel ingewikkeld. Ik ben opzoek gegaan hoe ik dit het beste kon uitleggen en vond de Axenroos (F. Cuvelier). Deze lijkt op de Roos van Leary, maar is meer geschikt voor leerlingen.

De Axenroos is een manier om de gedragingen van de leerlingen te ordenen. In die roos is niet alleen de plaats belangrijk (pauw, uil, ...) maar vooral ook de onderlinge relaties. (wisselwerking pauw/ wasbeer - leeuw/kameel ...)

Iedereen heeft eigenschappen van alle dieren in zich. Althans, iedereen zou die moeten hebben, want mensen zijn pas sociaal-vaardig als ze alle axen kunnen bewandelen. Met andere woorden, als ze zich kunnen aanpassen aan 'de andere leerlingen'.

Met het voorbeeld van de totemdieren bij de Axenroos, krijgen onze leerlingen beelden en woorden om hun gedrag te benoemen. Ze leren zichzelf beter kennen.

Om de Axenroos te begrijpen heb ik online spellen gevonden, deze heb ik aangepast aan de gymles. Zie bijlage 3, les 5.

Les 6 Lekkers eten, leuke spelletjes doen en evalueren.

De leerlingen hebben aangegeven wat ze graag willen doen voor de laatste les. Een aantal leerlingen wilde klimmen, een aantal wilde voetballen en een aantal wilde badmintonnen. Ik maak voor deze les meerdere vakken waarin de leerlingen zelfstandig kunnen spelen. Aan het einde van de les eten we chipjes met elkaar en vullen de leerlingen het evaluatie formulier (zie paragraaf 4.4.) in. Zie les 6 en de evaluatie hiervan in bijlage 3.

4.6. Evaluatie van de werkmethode door de leerlingen

Voor de evaluatie van deze methode gebruik ik voor de leerlingen de volgende vragen:

- Hoe gaan jullie nu met elkaar om in de gymles in vergelijking met het begin van het project? (omcirkel het juiste antwoord) Beter / hetzelfde / slechter
- Welk cijfer geef je aan het onderzoek? (omcirkel het juiste cijfer. 1 is slecht en 10 is perfect) 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10
- Wat vond je het leukste om te doen?
- Wat vond je niet leuk om te doen?
- Wat heb je geleerd in de onderzoek?

De leerlingen hebben allemaal bij de eerste vraag aangegeven dat ze het beter vinden gaan. Het gemiddelde cijfer van het onderzoek is een 8.

Wat vond je het leukste om te doen?	Wat vond je niet leuk om te doen?	Wat heb je geleerd?
Rots en Water 25%	Alles leuk 58%	Goed en sportiever met elkaar om gaan. 25%
Dat we aardig naar elkaar over kwamen 4%	Zitten bij het bord 12,5%	Zelfvertrouwen hebben. 8%

Wat vond je het leukste om te doen?	Wat vond je niet leuk om te doen?	Wat heb je geleerd?
Samenwerken. Met name de oefening op de mat staan. 25%	Rots en Water 12,5%	Dat je elkaar moet respecteren 12,5%
Complimenten kaartjes geven 8%	Dat je niet echt iets met gym deed. 8%	Samenwerken 25%
Dierenspel 25%	Complimenten geven 4%	Vertrouwen op elkaar 4%
Spellen doen 8%	Dierenspel 4%	Elkaar helpen 8%
Klimmen 4%		We gaan meer met elkaar om. 8%
		Complimentjes geven 4%
		Dat iedereen verschillend is. 4%

5. Data interpretatie

In dit hoofdstuk staan de deelvragen van dit onderzoek uitgewerkt. Door het uitwerken hiervan wordt mijn onderzoeksvraag beantwoord.

Mijn onderzoeksvraag is:

- Hoe pas ik in het kader van MRT een oplossingsgerichte werkmethode toe bij een klas om het pedagogische klimaat te bevorderen?

Mijn deelvragen zijn:

1. Welke oplossingsgerichte werkmethode is bruikbaar binnen deze klas?
2. Wat is belangrijk bij het stellen van schaalvragen en oplossingsgerichte vragen aan de leerlingen?
3. Hoe gaan de leerlingen na het geven van de oplossingsgerichte werkmethode met elkaar om?
4. Wat is de mening van de leerlingen over de oplossingsgerichte werkmethode?
5. Wat doe ik na dit onderzoek anders in mijn MRT- en gymles? Is er een verschil?
6. Wat draagt het pedagogisch klimaat bij aan beter bewegen?

5.1 Uitwerking deelvragen

1) Welke Oplossingsgerichte Werkmethode is bruikbaar binnen deze klas?

- *Kids' Skills*

Volgens Kids' Skills (B. Furman 2008) nodigt de methode het kind uit om actief mee te werken. Dit bereik ik door het maken van het werkboekje: 'Werken met Oplossingen'. Hierin neem ik 11 vragen op uit Kids' Skills. Ik ben erg tevreden over de manier waarop de leerlingen dit invullen. Dankzij deze methode denken ze goed na en beantwoorden ze de vragen naar behoren. Door deze vragen wordt het duidelijk waar de leerlingen aan willen werken.

Als aanvulling op het werkboekje zou ik in de toekomst ook aan de leerlingen vragen wat ze van mij verwachten als leerkracht. Hoe willen ze geholpen worden? Wat moet er gebeuren als iemand de regels overtreedt of bij conflicten.

- *W.O.W.W.*

Eén van de uitgangspunten van W.O.W.W. (Huibers&Berg 2007) is dat de leerlingen zelf mogen bepalen wat ze willen leren en bereiken. Dit bereik ik door de leerlingen de werkboekjes te laten invullen en ze de schalen te laten bepalen. De leerlingen zijn op deze manier meer betrokken, dan wanneer ik alles bepaal voor de leerlingen.

Uit de resultaten van het werkboekje komen meerdere doelen naar voren. Ik heb geprobeerd om alle doelen in mijn lessen te verwerken. Hierdoor heb ik veel moeten uitleggen. 12,5% van de leerlingen heeft ingevuld dat ze het niet leuk vinden om te zitten luisteren bij het bord. Het is overzichtelijker als ik één thema een aantal weken achter elkaar geef.

De W.O.W.W. (Huibers&Berg 2007) beschrijft dat de doelen duidelijk, eenvoudig en specifiek moeten zijn. In de toekomst wil ik dit aanpassen in de werkmethode, waarbij gedurende een aantal weken één thema wordt behandeld. Dit zou een interessant vervolgonderzoek kunnen zijn.

Het samenwerken komt al wel in elke les terug. Dit is het thema van les één en daarna wordt samenwerken gebruikt om andere thema's te behandelen, zoals luisteren naar elkaar, omgaan met pesten en complimenteren.

Door het geven van verschillende thema's heb ik wel kennis gemaakt met meerdere methodieken die allemaal de moeite waard zijn.

- *Gesprekken:*

Essentieel in de W.O.W.W.-aanpak volgens Huibers & Berg (2007) is dat het gesprek zich met de gehele klas afspeelt. De leerlingen geven aan wat al wel goed gaat in de klas en wat zij als groep willen veranderen. Hierdoor komt de focus te liggen op een gezamenlijk te bereiken doel, namelijk het groepsdoel. Uit ervaring met de klas blijkt dat we door er over te praten iedere keer achter het gezamenlijke groepsdoel komen.

2) Wat is belangrijk bij het stellen van schaalvragen en oplossingsgerichte vragen aan de leerlingen?

In dit onderzoek wordt gebruik gemaakt van de schaalvraag. Berg (2006) geeft aan dat het een toegankelijke en subjectieve manier is om zaken te registreren.

De schaalvraag in het werkboekje is een goed startpunt voor de training. De vraag is: Welk cijfer geef aan je de klas (op een schaal van 1 tot 10)? Gevolgd door de vraag: Wat moet er veranderen om de klas een 10 te kunnen geven? De schaalvraag maakt het voor de leerlingen duidelijk dat ze ergens aan werken waarbij ze verbetering kunnen na streven.

3) Hoe gaan de leerlingen na het geven van de oplossingsgerichte werkmethode met elkaar om?

Om deze deelvraag te beantwoorden heb ik de leerlingen op het evaluatieformulier de volgende vraag gesteld: 'Hoe gaan jullie nu met elkaar om in vergelijking met het begin van het onderzoek'? De leerlingen hebben de keuze gekregen om 'slechter', 'hetzelfde' of om 'beter' in te vullen. Alle leerlingen hebben 'beter' ingevuld. In de toekomst zou ik onder deze vraag zetten: leg uit waarom je dit vindt. Dit is nu niet helemaal duidelijk.

Uit de antwoorden van de leerlingen op de vraag 'Wat heb je geleerd in dit onderzoek?' geven de leerlingen verschillende antwoorden. Echter, alle antwoorden zijn in het kader van een verbetering van de onderlinge relaties.

4) Wat is de mening van de leerlingen over de Oplossingsgerichte Werkmethode?

Uit het kwaliteitenspel van les 3 blijkt dat 8% van de leerlingen vindt dat er te weinig wordt bewogen.

Ik zou het volgende kunnen doen om meer beweging in de les te krijgen:

- Een circuit maken van 10 onderdelen, bijvoorbeeld touwtjespringen, bank op/bank af springen, bal tegen de muurgooien, etc. Dit circuit uitvoeren met een twee of drietal. Na elke uitgevoerde onderdeel mag de leerling een kwaliteitenkaartje pakken en deze aan één van de leerlingen uit het groepje geven.

Twee onderdelen waar de leerlingen bij mogen uitrusten kunnen zijn: een tekening maken en met elkaar een toneelstukje maken van een kwaliteitskaartje. De toneelstukjes kunnen dan aan het einde van de les gepresenteerd worden en de tekeningen kunnen worden opgehangen.

Voor les vier heb ik er rekening mee gehouden dat er wel voldoende beweging is. Op Internet stonden opdrachten om achter de computer te doen en deze opdrachten heb ik vertaald naar de gymles.

Voor wat betreft het wel of niet leuk vinden van de thema's hebben de leerlingen niet zozeer één mening. Dit komt doordat de verschillende thema's waaruit ze kunnen kiezen vrij divers zijn.

5) Wat doe ik na dit onderzoek anders in mijn MRT- en gymles? Is er een verschil?

Martine Delfos (1999) beschrijft dat volwassenen vaak niet luisteren naar wat kinderen zeggen. Ik herken mezelf hierin omdat ik tijdens de gymlessen wil dat de leerling zoveel mogelijk beweegt. Hierdoor ging ik er nog wel eens aan voorbij dat het belangrijk is om met de leerling in gesprek te gaan. Dit kost immers tijd. Ik probeer nu veel meer oplossingsgerichte vragen aan de leerlingen te stellen: Wat vind je dat er goed gaat? En hoe denk je dat je dit kunt verbeteren (welke oplossing is bruikbaar)? Wat zijn de voordelen?

De leerlingen leren om zelf onder woorden te brengen wat ze doen, zo worden ze tot nadenken aangezet over het eigen handelen. De antwoorden van de leerlingen zijn soms verassend, ze hebben praktische oplossingen.

Oplossingsgerichte vragen stellen blijf ik in de toekomst doen. Graag wil ik het boek 'De kracht van oplossingen' (de Jong & Berg) lezen om nog meer ideeën op te doen over gespreksvoering.

Het verschil in mijn gedrag na dit onderzoek is, dat ik me niet richt op de oorzaak van problemen maar op mogelijke oplossingen. Ten Hove (2008) schrijft dat als je je focust op problemen, of denkt vanuit de veronderstelling dat er een probleem is, je dit alleen maar gaat versterken.

Bijvoorbeeld: op mijn fluitsignaal moeten de leerlingen gaan zitten. Ik geef de leerlingen die gelijk gaan zitten een compliment. In plaats van te mopperen op de leerlingen die niet gelijk gaan zitten. Ik heb in mijn lessen ervaren dat positief zijn en complimenteren goed werkt en wil dit daarom blijven toepassen. Bij het geven van een compliment aan de leerlingen die snel gaan zitten, horen de andere leerlingen dit en zullen daardoor volgen.

6) Wat draagt het pedagogisch klimaat bij aan beter bewegen?

Bij de start van dit onderzoek heb ik geen motorische test afgenomen. Ik kan daarom aan het einde van dit onderzoek niet aangeven of de leerlingen beter zijn gaan bewegen. Wat ik wel kan aangeven, is dat door het werken aan de onderlinge relaties, de leerlingen hebben geleerd om beter met elkaar om te gaan.

Eén van de belangrijkste doelen van het bewegingsonderwijs is, dat de leerlingen plezier hebben in de lessen. Dit kan alleen als de leerlingen plezierig met elkaar omgaan. Plezier in de lessen komt onder andere tot stand bij succeservaringen bij de opdrachten. Een veilig en vertrouwd pedagogisch klimaat waarin alle leerlingen worden bereikt, ook de motorisch zwakkeren, is hierbij essentieel.

In de toekomst wordt er meer lesgegeven aan leerlingen die onderling sterk verschillen. Dit komt door de invoering van inclusief onderwijs. Bij inclusief onderwijs is het belangrijk dat er een veilig klimaat is en dat iedereen zich veilig voelt en respectvol met elkaar omgaat. De methode 'Werken met Oplossingen' sluit hier goed

bij aan en kan een bijdrage leveren aan inclusief onderwijs. In de methode worden de sterke kanten van de leerlingen benoemd. De leerlingen leren kijken naar de kwaliteiten van de medeleerlingen.

Ook groepsdynamica is belangrijk bij het werken aan het pedagogisch klimaat. Het invullen van het sociogram wil ik in de toekomst inzetten. Dit maakt het mogelijk om de sociale verbindingen die in de klas spelen zichtbaar te maken. Jeninga (2008) beschrijft dat verstoten leerlingen over het algemeen leerlingen zijn die weinig aandacht krijgen. Deze leerlingen kunnen teruggetrokken gedrag vertonen of juist veel aandacht vragen en daardoor een storende invloed op de klas hebben. Dit blijkt ook in mijn onderzoek: Ya, het meisje uit de casus, komt regelmatig in conflictsituaties terecht, doordat ze veel aandacht vraagt en daardoor een storende invloed heeft op de klas. Mede dankzij dit onderzoek en de veranderende groepsdynamica vind ik dat ze meer aansluiting bij de groep krijgt.

Om hier zeker van te zijn zou ik de leerlingen aan het einde van het onderzoek nog een keer het sociogram moeten laten invullen. Dit heb ik echter niet gedaan. Dit ga ik in de toekomst wel doen.

5.2 Antwoord op mijn onderzoeksvraag

Mijn onderzoeksvraag is: Hoe pas ik in het kader van MRT een oplossingsgerichte werkmethode toe bij een klas om het pedagogische klimaat te bevorderen?

De eerste twee deelvragen hebben een antwoord en een verduidelijking van de oplossingsgerichte werkmethode gegeven. In de derde en vierde deelvraag wordt antwoord gegeven of het pedagogisch klimaat bevorderd is door deze werkmethode. De leerlingen geven hun mening hierover.

Tot slot, in de vijfde en zesde deelvraag wordt beschreven hoe ik oplossingsgericht werken implementeer om het pedagogisch klimaat te bevorderen in de klas en of dit invloed heeft op beter bewegen in de gymles.

Met het beantwoorden van deze deelvragen verwacht ik dat er een duidelijk antwoord gegeven is op de onderzoeksvraag.

6. Evaluatie onderzoek

In dit hoofdstuk wordt er gereflecteerd op het proces en de inhoud van dit onderzoek. Er wordt afgesloten met een reflectie op mijn persoonlijke ontwikkeling.

6.1 Reflectie op het proces van het onderzoek

Voor dit onderzoek ben ik veel gaan lezen. Ik heb gelezen over oplossingsgericht werken en welke methodes geschikt kunnen zijn om te voldoen aan de leerdoelen die de leerlingen hebben opgesteld. Echter, ik ben hierbij vergeten dat groepsdynamica belangrijk is. Het is van belang om inzicht te hebben in een groep. Wie is er populair in de groep en wie worden er verstoten? Het gedrag van de leerlingen is hiervan af te leiden. Na het constateren van dit gemis, heb ik informatie hierover toegevoegd. Dit heb ik gedaan in de fase waarin ik bezig was met hoofdstuk 2, het literatuuronderzoek.

Voor hoofdstuk 3 heb ik de leerlingen een zelfbeeldschaal laten invullen. De resultaten heb ik verwerkt in een tabel. Mijn intentie was om inzicht te krijgen of gedragsproblemen gepaard gaan met een negatief gevoel van welbevinden. Dit werd voor dit onderzoek te veel en heb het er daarom later uitgehaald.

Voor het maken van de lessen heb ik eerst gekeken naar de mogelijkheden van de Roos van Leary (T. Leary_1957). Dit om leerlingen inzicht te geven in welk gedrag door welk gedrag wordt opgeroepen en hoe gedrag te beïnvloeden is. Door het zoeken naar informatie hierover kwam ik de Axenroos (F. Cuvelier 1996) tegen. Deze methode is naar mijn idee meer geschikt voor mijn leerlingen. Dieren spreekt de leerlingen van onze landbouw VMBO-school uiteraard erg aan.

Op het einde van het onderzoek heb ik alles nog een keer goed doorgelezen en heb ik nog wat aanpassingen verricht voor wat betreft het anonimiseren van mijn school- en leerlingengegevens.

In dit onderzoek heb ik vrij consistent gehandeld voor wat betreft het hanteren van mijn onderzoeksvraag en deelvragen. Er is verder geen toevoeging of verandering nodig geweest.

6.2 Reflectie op de inhoud van het onderzoek

Alle lessen, op de les Rots en Water en de laatste les na, waren 50 minuten per week. Rots en Water en de laatste les waarin spellen werden gedaan, duurde 100 minuten. Het onderzoek heeft in totaal 8 weken geduurd. Hierbij bestonden de eerste drie lessen uit het invullen van de klimaatschaal, het terugkoppelen van de klimaatschaal, het invullen van het werkboekje en het invullen van de schalen. Ik ben van mening dat dit onderzoek te kort is om alle problemen correct te signaleren en te behandelen.

Dit mede omdat ik denk dat het ombuigen van ingesleten ongewenste gedragproblemen naar gewenst sociaal gedrag en het leren van nieuwe vaardigheden meer tijd kost. Dit vind ik interessant om in een vervolgonderzoek te verwerken. Ik zie dit onderzoek als een begin van een veranderingsproces in de onderlinge omgang van de leerlingen. Dit proces heeft wel verdere begeleiding nodig.

Het lijkt mij zinvol om het programma aan het begin van een nieuw schooljaar te geven. Met een nieuwe groep in de formingsfase. De fase waarin het belangrijk is om afspraken te maken over de regels over hoe we met elkaar omgaan.

Mijn voorkeur gaat ernaar uit om deze methode te geven aan mijn mentorklas, omdat ik meer contact heb met de mentorleerlingen dan de huidige drie uur in de week.

Tevens is er in de mentorles ruimte om met de leerlingen verder te werken of het thema uit te diepen.

Voor de methode van Rots en Water heb je extra opdrachten en ook voor de Axenroos (F. Cuvelier 1996) zijn er opdrachten te vinden op Internet, die geschikt zijn voor tijdens een mentoruur. Voor de samenwerkopdrachten zijn er geschikte energizes (Tielemans 2004) om te doen in het mentor uur. Hierin staan tevens meer opdrachten die geschikt zijn om het groepsproces te stimuleren.

Om er in het mentor uur op terug te komen verwacht ik dat het programma meer

wordt geïntegreerd in de dagelijkse praktijk. Nog beter zou het zijn wanneer mijn collega's die deze klas ook lesgeven op de hoogte zouden zijn. Nu waren ze niet op de hoogte van dit onderzoek en waren niet bekend met de uitgangspunten van de oplossingsgerichte manier van werken. Hierdoor waren ze niet in staat om de aangeleerde vaardigheden oplossingsgericht te begeleiden in de dagelijkse praktijk. In de toekomst zal ik tijdens een vergadering de lesgevende docenten van deze klas inlichten over mijn onderzoek.

In dit onderzoek heb ik gemerkt dat oplossingsgericht werken de betrokkenheid en motivatie bij de leerlingen vergroot. Voor elke les waren er nog een paar minuten over om te evalueren. Hierdoor verliepen de gesprekken te gehaast. Juist in deze gesprekken had ik de leerlingen complimenten kunnen geven over wat goed gaat. Een verbeterpunt is dat ik met de leerlingen nog meer evalueer over hetgeen dat al goed gaat. Bij het kiezen van één thema verwacht ik dat er minder tijd nodig is voor de uitleg en daardoor meer tijd is voor de evaluatie.

Het kiezen van één thema heeft ook een voordeel om de schaalvragen op te stellen met de leerlingen. Ik heb in dit onderzoek gewerkt met schaalvragen, maar ik ben erachter gekomen dat ik mijn twijfels heb over de manier waarop. Ik had met de klas gekeken naar welk gedrag het beste past bij de schaal van 5 tot en met 10. Echter, er zat geen opbouw in. Dit is wel belangrijk bij het opstellen van de schaalvragen. Dit is iets waar ik in de toekomst beter op zal letten.

6.3 Reflectie persoonlijke ontwikkeling

Door dit onderzoek ben ik als docent veranderd. Ik ben hier heel bewust mee bezig geweest, mede door het lezen van de vele literatuur over oplossingsgericht werken. De grootste verandering is dat ik me focus op gewenst gedrag en op momenten dat iets lukt. Dit benadruk ik door complimenten en of een beloning te geven.

Oplossingsgericht werken was niet iets wat ik zomaar kon doen. Ik heb een lange tijd tot op heden zeer bewust les moeten geven. Ik heb in dit onderzoek gemerkt dat ik af en toe ben terug gevallen in mijn oude patroon.

Wanneer een onderdeel van de les niet liep zoals verwacht, ben ik gaan nadenken over mijn eigen instructiegedrag. Daarbij heb ik me afgevraagd hoe het mogelijk is om mijn instructie beter af te stemmen op de leerlingen.

De omslag in het denken van probleemoplossend naar oplossingsgericht vind ik het moeilijkste aspect van dit onderzoek.

De verandering van lesgeven begint niet bij de leerling maar bij mezelf. Ik ben zo veel mogelijk congruent geweest in mijn gedrag. Dit houdt in dat ik niet af en toe een compliment of beloning geef maar dit consequent toepas. Zo leren de leerlingen dat ik betrouwbaar ben in mijn gedrag. Wanneer ik dit niet doe weet de leerling niet hoe ik vandaag de dag in een situatie zal reageren. Dit heeft ook gezorgd voor een verbetering in de sociale omgang tussen mij en de leerlingen.

Het lezen, uitzoeken, voorbereiden, verwerken was veel werk, maar had ik het niet willen missen. Ik ben er erg tevreden over wat het heeft opgeleverd. Een redelijk succesvolle aanpak met betrekking tot het verbeteren van het pedagogische klimaat. Ik heb het leuk gevonden om dit onderzoek te doen.

Nawoord

Op de eerste plaats wil ik alle leerlingen bedanken voor hun uitstekende bijdrage aan dit onderzoek. Dankzij dit onderzoek heb ik veel leerzame ervaringen opgedaan, waarmee ik in de toekomst nieuwe leerlingen goed kan helpen.

Tevens wil ik de directie van mijn school bedanken dat zij mij de mogelijkheid hebben gegeven voor het volgen van deze Master opleiding.

Ten slotte wil ik mijn begeleidster Ilja bedanken. Ik vond de bijeenkomsten informatief, opbouwend en gezellig. Ook de snelle feedback via de mail is hierbij noemenswaardig. Dit alles geldt uiteraard ook voor mijn studiegroep met als medestudenten Ingrid en Janneke.

Jessica Meier, 2010

Literatuurlijst

Adrichem, W (2009) Oplossingsgericht werken: een self-fulfilling prophecy. *Zorgbreed* nr.23,25-29.

American Pediatric Association. (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Health Disorder*. Washington DC: American Pediatric Association

Berg, G. (1995). *Zorg verbreding in de lichamelijke opvoeding*. Baarn: Bekadidact

Berg, K., Steiner, T. (2006). *Het spel van oplossingen, oplossingsgerichte psychotherapie voor kinderen* (2^e druk) Amsterdam: Harcourt

Dewey D, Kaplan B, Crawford S, Wilson B. (2002). Developmental coordination: associated problems in attention, learning, and psychosocial adjustment. *Human Movement Science*; 21(5-6):905-18.

Einden, H. van den en Pecht, R. (2004). *De groene spelen voor jong en oud*. Albert Sicker

Engelen van, R. (2007). *Grip op groep*. Baarn: Uitgeverij Bekadidact

Evers, M., Loman, E., Soepboer, W. (2007). *Spel: Ken je kwaliteiten*. Amersfoort: CPS

Fijter, Reiny de (2000). *Vrienden in overvloed: stimuleren van sociaal gedrag*. Amersfoort: CPS

Furman, B. (2006). *De method Kids Skills: Op speelse wijze vaardigheden ontwikkelen bij kinderen*. Soest: Uitgeverij Nelissen.

Furman, B. (2010). *Mission Possible*. Soest: Uitgeverij Nelissen

Iverson S, Berg K, Ellertsen B, Tonnenessen F. (2005). *Motor coordination difficulties in a municipality group and in a clinical sample of poor readers. Dyslexia*;11(3): 217-3

Le fevere de ten hove, M., Callens N., Geysen, T. & Maene, W. (2007) *Survivalkit voor leerkrachten. Oplossingsgericht werken op school*. Antwerpen-Apeldoorn: Garant.

Noordstar, J. (2009). *Motoriek in de basisschool*. Uitgave serie JSW-boek

Tielemans, E. (2009) *Energize*. (4^e druk) Lelystad: Stichting Lions Quest.

Ykema, F. (2010). *Rots en water perspectief*. (5^e druk) Amsterdam: Uitgeverij SWP

Geraadpleegde websites en overige bronnen

(Auteur en jaartal onbekend) *De Axenroos*. Binnengehaald 27 februari 2010 van http://www.sintrochus.be/de_axenroos.htm

Meyns, E (2010) *De Axenroos*. Binnengehaald 27 februari 2010 van <http://www.basisschooldoornstraat.be/oefenstof.asp?page=varialinks&id=axenroos/axenroos.htm>

DVD Classroom Solutions: WOWW Aproach (Huibers & Berg 2007)

Onderwater, M (2003) *Sociogram*. Binnengehaald 16 december 2009 van www.sociogram.nl

Bijlage 1

Betreft:

- Klas Klimaat Schaal (Jeninga 2004). De vragen uit de Klas Klimaat Schaal over de onderlinge relaties en affiliatie.
- Resultaten sociogram.

Klas klimaat schaal

Aantal leerlingen die de test hebben gemaakt is 24.

Vragen:	Ja	Nee	% pos	% neg	%?
Leerlingen in de klas helpen elkaar vaak	17	6	71%	25%	4%
Ik vind dat we in de klas leuke dingen doen	17	6	71%	25%	4%
Volgens mij zijn er in onze klas maar weinig leerlingen echte vrienden van elkaar	6	16	67%	25%	8%
Als een leerling aan klasgenoten om hulp vraagt dan zijn er genoeg die hem/haar willen helpen	16	4	67%	17%	16%
De leerlingen in onze klas plagen en pesten vaak gemeen	14	6	25%	58%	16%
Voor en na schooltijd praten de leerlingen van onze klas vaak met elkaar	20	2	83%	8%	8%
Ik denk dat de leerlingen in deze klas elkaar wel aardig vinden	16	3	67%	12%	21%
De leerlingen in onze klas maken veel ruzie met elkaar	13	8	33%	54%	12%
De leerlingen zijn trots op deze klas	5	7	21%	29%	50%
Als er in de klas iets gedaan moet worden wil bijna niemand dat doen	9	13	54%	38%	8%
De leerlingen van onze klas gaan ook na schooltijd met elkaar om	18	2	75%	8%	16%
In deze klas zijn de meeste leerlingen goede vrienden van elkaar.	21	3	88%	12%	0%

Sociogram voor spelen

Gekozen test: **MRT (26-1-2010)**

~	An	Br	Co	Jo	Jo2	Me	Ni	Pa	Ri	Ri2	Ro	Sa	St	Th	Ti	Wi	An	Bi	Ka	Ky	Ma	Mi	Re	Re2	Ru	Ya
An	X																									
Br		X																								
Co			X																							
Jo				X																						
Jo2					X																					
Me						X																				
Ni							X																			
Pa								X																		
Ri									X																	
Ri2										X																
Ro											X															
Sa												X														
St													X													
Th														X												
Ti															X											
Wi																X										
An																	X									
Bi																		X								
Ka																			X							
Ky																				X						
Ma																					X					
Mi																						X				
Re																							X			
Re2																								X		
Ru																									X	
Ya																										X
Totaal pos.	6	5	0	3	1	5	2	6	2	4	1	0	6	2	4	3	0	3	3	3	6	0	6	1	6	0
Totaal neg.	0	0	4	6	4	2	0	1	0	1	7	12	0	11	0	0	0	0	0	3	0	8	0	1	3	15

Legenda

- Keuze positief
- Keuze negatief

Bijlage 2

Betreft:

- Opdracht 1: Boekje: 'Werken met Oplossingen'.
- Resultaten voor de leerlingen uit de boekjes 'Werken met Oplossingen'.



Invullen van het werkboekje in de zaal.

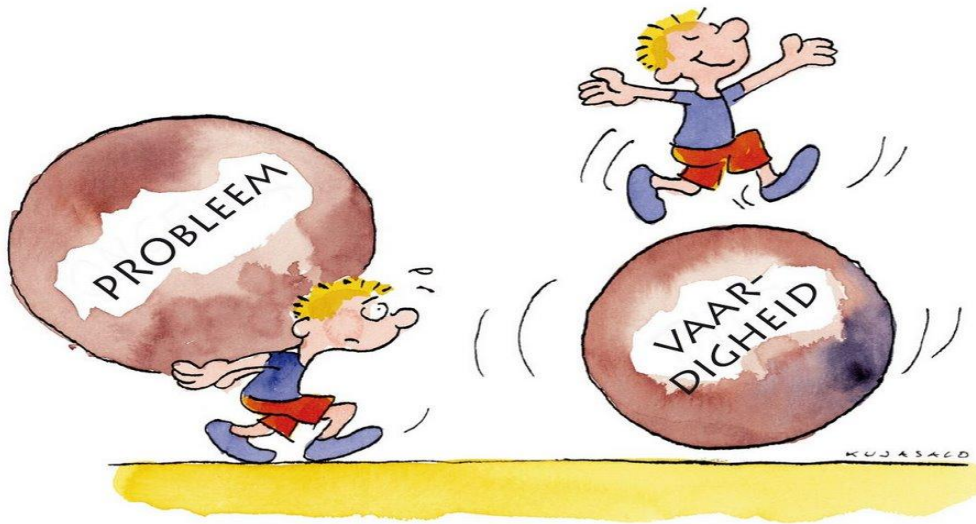
Werken met Oplossingen



Klas 1K2

Dit boekje: 'Werken met Oplossingen' helpt je om je bij het leren van dingen waar je beter in wilt worden.

Deze dingen heten VAARDIGHEDEN.



Met behulp van dit werkboek en de andere leerlingen uit je in de klas ga je werken aan 1 vaardigheid. Lukt het om met de hele klas deze vaardigheid te leren dan krijgt de hele klas een certificaat 'ik kan Werken met Oplossingen'.

A large, colorful certificate template. At the top center, the word "Certificaat" is written in a large, black, cursive font. Below it, the sentence "Ik kan werken met oplossingen" is written in a smaller, black, cursive font. The central illustration shows a young boy with blonde hair, wearing a blue t-shirt and orange shorts, jumping joyfully with his arms outstretched. The certificate is framed by a yellow border. The background is decorated with various cartoon illustrations of children engaged in different activities, including playing sports, using technology, and performing arts. The text "Naam: _____" is located at the bottom center of the certificate.

A large, colorful certificate template. At the top center, the word "Certificaat" is written in a large, black, cursive font. Below it, the sentence "Ik kan werken met oplossingen" is written in a smaller, black, cursive font. The central illustration shows a young boy with blonde hair, wearing a blue t-shirt and orange shorts, jumping joyfully with his arms outstretched. The certificate is framed by a yellow border. The background is decorated with various cartoon illustrations of children engaged in different activities, including playing sports, using technology, and performing arts. The text "Naam: _____" is located at the bottom center of the certificate.

A large, colorful certificate template. At the top center, the word "Certificaat" is written in a large, black, cursive font. Below it, the sentence "Ik kan werken met oplossingen" is written in a smaller, black, cursive font. The central illustration shows a young boy with blonde hair, wearing a blue t-shirt and orange shorts, jumping joyfully with his arms outstretched. The certificate is framed by a yellow border. The background is decorated with various cartoon illustrations of children engaged in different activities, including playing sports, using technology, and performing arts. The text "Naam: _____" is located at the bottom center of the certificate.

Naam: _____

Bedenk welke vaardigheid jij belangrijk vindt om een gymles met elkaar te hebben waarin iedereen zich veilig en goed voelt? Noem er twee.

1

2



Hoe wil je deze vaardigheid noemen?

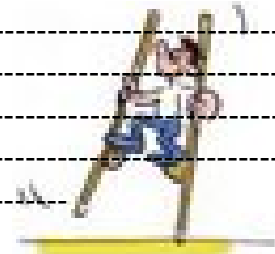
Welke voordelen denk jij dat het heeft, wanneer de klas deze vaardigheid beheerst?



Wat zou je in de gymles willen doen om het te vieren wanneer het deze klas lukt om de vaardigheid te leren?



Wat denk jij dat we in de gymles kunnen doen om te werken aan deze vaardigheid? Denk aan een spel, oefening of iets anders.



Wat kun je doen als je even vergeten bent om de vaardigheid te oefenen.



Hoe kan de klas jou helpen als het mis gaat?



Wanneer weet je dat je het kunt?



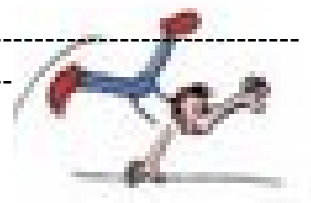
Hoe kunnen we bijhouden wat goed gaat?



Welk cijfer geef aan je de klas?
(Omcirkel het juiste antwoord).

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Wat moet er veranderen om de klas een 10 te kunnen geven?



Resultaten van het boekje 'Werken met Oplossingen' van klas 1K2.

- Samenwerken/ elkaar helpen/ elkaar vertrouwen.
- Gezelliger met elkaar omgaan/ niet duwen/ rustig gooien of schoppen met de bal.
- Minder schelden en boos doen.
- Elkaar niet uitlachen.
- Luisteren naar elkaar.
- Geen ruzies/ niet pesten.
- Als iets lukt geef de ander een compliment.
- Leren tegen je verlies te kunnen.



Het leren van de vaardigheden geeft de volgende voordelen volgens de klas:

- Dat je meer durft in de gymles.
- Dat er minder ruzie is in de klas.
- Het spel wordt eerlijker gespeeld.
- Dan is het in de klas een stuk rustiger, fijner en gezelliger.
- Dan weet je dat je iemand kan vertrouwen bij het vangen.
- Dat het rustig aan iemand uitgelegd kan worden wanneer iemand iets niet begrijpt.
- Dat je meer zin in de gymles krijgt.
- Dat er meer resultaat uit het spel wordt gehaald.

Jullie geven nu de klas samen een 7.

Wat is er in de klas veranderd wanneer de klas een tien waard is:

- De leerlingen doen minder vervelend tegen elkaar.
- Dat iedereen goed samenwerkt en met elkaar omgaat.
- Dat er in de klas eerlijk gespeeld wordt zonder ruzies.
- Dat er niet meer gescholden wordt.
- Dat er niet meer wordt gepest en geoordeeld wordt over iemand.
- Dat iedereen zich thuis voelt in de klas.
- Dat er niemand uitgelachen wordt.
- Dat er geluisterd wordt naar elkaar.

Jullie geven de volgende manieren aan om het bij te houden of de vaardigheid geleerd wordt:

- Opschrijven in een map van wat je hebt gedaan in de gymles.
- Door naar het spel te kijken.
- Bespreken met de docent. / Elke les zeggen wat goed is gegaan in de les.
- Op papier alle vaardigheden zetten en dan bijhouden wat wel en niet goed ging.
- Met behulp van een schema waar je een kruisje zet als het niet goed ging.
- Via een lijst waar je een krul kan zetten wanneer het goed ging.
- Een dagboek met de hele klas.

(Welke kiezen we?)

Jullie geven aan hoe het gevierd gaat worden als de klas de vaardigheid geleerd heeft:

- Een dagje weg.
- Taart eten.
- Leuk spel doen/ verschillende kleine spelletjes in de zaal.
- Wandklimmen.
- Frietjes eten.
-

Dit is over 8 weken op 20 april 2010.

(Welke kiezen we?)

Bijlage 3

Betreft:

- Brief voor ouders over het maken van foto's tijdens de gymlessen.
- Lessenreeks met vaardigheden. Afgesloten door het evaluatieschema.

Brief voor de ouders wat betreft het maken van foto's.

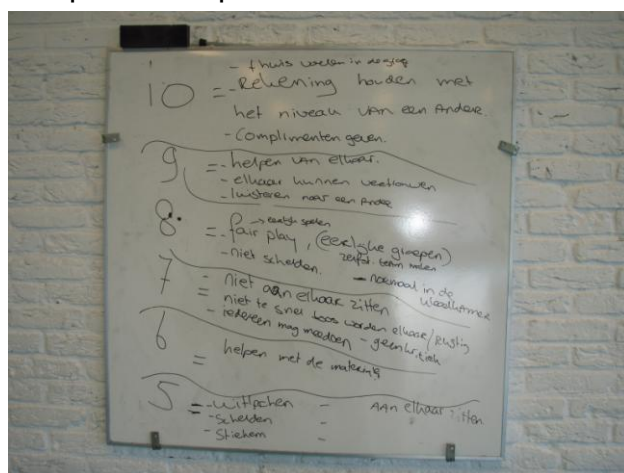
 Prinsentuin College	☐ Centraal Kantoor Frankenthalerstraat 13 Postbus 6056 4802 HZ Breda T 076 572 39 00 F 076 572 39 10 E centraalkantoorbreda@rocwb.nl ING Bank 65.88.72.230 Kamer van Koophandel 41105340 www.prinsentuin.nl		
Geachte ouders/verzorgers,			
In het kader van deskundigheidsbevordering volgt mevrouw Meier de opleiding Motorisch remedial Teacher/Motorisch Begeleider. De bedoeling hiervan is dat we leerlingen met motorische belemmeringen beter kunnen signaleren en adequater kunnen ondersteunen.			
In het kader van deze opleiding worden er gedurende dit schooljaar mogelijk foto's gemaakt van leerlingen in de klas of bij de remedial teaching. Deze Foto's worden dan in de opleiding besproken. Deze beelden stellen de leerkracht en de Motorisch Remedial Teacher in staat de onderwijsleersituatie te bekijken en waar nodig te verbeteren.			
Het spreekt vanzelf dat de beelden alleen intern en ten behoeve van de opleiding gebruikt zullen worden.			
In geval van vragen kunt u contact opnemen met mevrouw Meier. Zonder tegen bericht ga ik er vanuit dat u akkoord bent.			
Met vriendelijke groet,			
			
J.F. Meier			
Vestigingen Prinsentuin College	☐ Buitenlaan 2 Postbus 24, 4380 CA Andel T 0183 447 474 F 0183 447 479 E prinsentuin-an@rocwb.nl	☐ Tuinziglaan 10 Postbus 9251, 4801 LG Breda T 076 514 01 56 F 076 514 25 30 E prinsentuin-bre@rocwb.nl	☐ Frankenthalerstraat 15 Postbus 0946, 4802 HC Breda T 076 572 39 10 F 076 572 39 80 E prinsentuin-brar@rocwb.nl
	☐ Steenspel 46 4501 TZ Halsteren T 0164 662 161 F 0164 687 499 E prinsentuin-ha@rocwb.nl	☐ Groene Woud 54a Postbus 166, 4730 AD Oudenbosch T 0165 313 330 F 0165 320 345 E prinsentuin-ou@rocwb.nl	

Les 1

In de gymles hebben de leerlingen de invulling voor de schalen vijf tot en met tien met elkaar bepaald. De schalen typ ik uit en hang ik op het bord, zodat er in elke les een bijpassende schaal kan worden gekozen.

De klas 1K2 heeft gekozen voor de volgende vaardigheden per schaal:

- 10: - Thuis voelen in de groep
- Rekening houden met het niveau van een ander
- Complimenten geven
- 9: - Elkaar helpen
- Elkaar kunnen vertrouwen
- Luisteren naar een ander
- 8: - Eerlijk spelen
- Niet schelden
- Zelfstandig een team kunnen maken, waarbij je rekening houdt met wat ieder kan.
- Je normaal gedragen in de kleedkamer
- 7 - Niet aan elkaar zitten
- Niet te snel boos worden op elkaar
- Geen kritiek geven op de ander
- Iedereen mee laten doen met het spel of de opdracht.
- 6: - Helpen met de materialen
- 5: - Stiekem gedrag
- Aan elkaar zitten
- Elkaar uitlachen
- Schelden



Lesvoorbereiding

Les 2

Klas en aantal leerlingen: 1K2, 26 leerlingen

Datum: 11 maart

Lesduur: 50 minuten

Lesopdracht:

Werken aan de vaardigheid *samenwerken*.

We gaan letten op de punten die bij schaal 9 staan beschreven.

De punten zijn: elkaar helpen, elkaar kunnen vertrouwen en luisteren naar een ander.

Opdrachten:

- De klas gedeeld is in twee delen verdeeld. Elke deel van de klas heeft een dikke mat. Alle spelers staan rond deze mat. Ze heffen allen tegelijk de mat boven hun hoofd. De mat moet zoveel mogelijk horizontaal boven de hoofden blijven. Op een teken van mij doet de hele klas een stap naar achteren en laat de mat los. De mat moet in één plof op de grond vallen. Gaat dit goed dan gaan we proberen met elkaar een rondje te lopen, terwijl we de mat vast houden. Tot slot kan er één van de leerlingen op de mat zitten.
- Een deel van de leerlingen gaat zij aan zij op de rug liggen en vormt een ovaal. De benen wijzen verticaal omhoog en de dikke mat ligt op hun voeten. Rondom de mat staan de overige spelers, minstens één op elke hoek. Wanneer dit goed gaat kan er één speler op de mat gaan zitten. Zie foto:

- Afsluiting: Gordiaanse knoop.

Dit kan niet met de hele klas. Ik heb de klas in drieën verdeeld.

Spelers staan schouder aan schouder met de gezichten naar het midden van de kring. Op mijn teken houden ze de handen hoog. Ieder pakt twee handen vast, maar deze mogen niet van dezelfde persoon zijn en niet van degene die naast je staat.

Ik verbreek een willekeurige handverbinding. Door middel van overleg en samenwerking moet de groep de knoop ontwarren zonder los te laten.

Afsluiting: Evaluatie

Evaluatie les 2

Wat gaat al goed in de gymles?

- Tussendoor zitten de leerlingen niet aan elkaar
- Er wordt rekening gehouden met de lengte van elkaar
- Elkaar helpen om op de mat te komen
- Er was vertrouwen, anders wilde niet iedereen op de mat staan

Wat gaat al steeds beter in de gymles?

- Volgende keer beantwoorden

Hoe kun je wat je hebt geleerd in de gymles en aan anderen laten zien?

- De leerlingen geven aan dat ze kunnen laten zien dat ze elkaar helpen.

Wat is jouw eigen bijdrage aan de vooruitgang?

- De leerlingen vonden dat er goed geholpen werd door iedereen.

Zou je nog meer kunnen doen in de gymles?

- Een deel van de klas geeft aan dat er gemopperd werd en dat er geen duidelijke leider was. Dat veel leerlingen riepen en het daardoor moeilijk was om de mat goed recht te houden.

Hoe hebben andere bijgedragen aan jouw succes in de gymles?

- De leerlingen geven aan dat iedereen elkaar hielp.

Lesvoorbereiding

Les 3

Klas en aantal leerlingen: 1K2, 26 leerlingen

Datum: 18 maart

Lesduur: 50 minuten

Lesopdracht:

Het geven aan complimenten en luisteren naar elkaar staat centraal.

De punten van schaal 9 gaan we op letten deze zijn: elkaar helpen, elkaar kunnen vertrouwen en luisteren naar een ander.

Inleiding van de les:

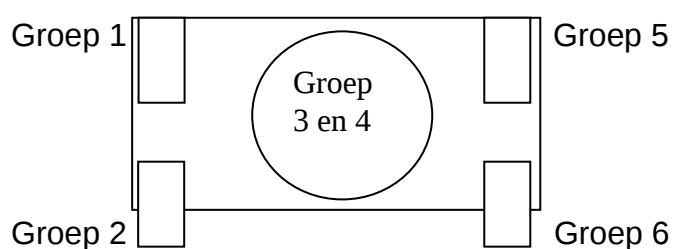
"Ik fietste vanochtend naar school toe, toen riep iemand me na: "Hé, wat heb jij een leuke jas aan!". Ik vond het heel leuk om een compliment te krijgen, dat deed me echt goed!"

- Hebben jullie ook wel eens een compliment gekregen?
- Wat vond je daarvan?
- Paste dit compliment ook echt bij jou?

Hierna liet ik zien dat ik een spel had en dat we dit gingen spelen, zodat iedereen een keer complimenten mag geven en krijgen...

De klas heb ik verdeeld in 6 groepen.

Deze zijn als volgt verdeeld over de zaal:



Ik gebruik voor de groepen mediakaarten zodat er in de groepen zelfstandig gewerkt kan worden.

Indeling:

2 groepen die gaan bedenken hoe ze een kwaliteit *gaan uitbeelden*.

De groepen hebben hiervoor een mediakaart gekregen met de volgende tekst:

- Bedenk met de groep hoe je de kwaliteit die op het kaartje staat gaat uitbeelden.
Doe dit voor 2 kaartjes.

2 groepen die *een tekening maken* van een kwaliteit.

De groepen hebben hiervoor een mediakaart gekregen met de volgende tekst:

Maak een tekening over de kwaliteit.

Kies 1 kaartje uit de drie kaartjes.

- Hoe ziet de kwaliteit eruit?
- Of, hoe ziet het eruit als iemand deze kwaliteit helemaal niet heeft?

2 groepen komen bij elkaar in een kring zitten, de leerlingen delen kaartjes met kwaliteiten (complimenten) aan elkaar uit.

Ik ga met de leerlingen in een kring zitten, in deze opstelling heb je het meeste overzicht. Het woord kwaliteit wordt besproken. Wat zijn kwaliteiten? Iedereen heeft kwaliteiten. Ik vertel dat kwaliteiten in de ene situatie meer op de voorgrond treden dan in de andere situatie. Belangrijk is dat de leerlingen aan het woord zijn. De kaartjes van het spel liggen in het midden, centraal. Ik vertel wat het doel van het spel is en laat hierbij de kaartjes zien.

Regels afspreken: Laat de leerlingen zelf de regels zeggen. Bijvoorbeeld: je hebt respect voor elkaar, je laat elkaar uitpraten en je mag passen.

Het spel:

1. Eén speler pakt een kaart en leest die hardop voor.
2. Hij/zij geeft die kaart aan degene die volgens hem/haar het meest voldoet aan die beschrijving.
3. De ontvanger bedankt voor het krijgen van de kaart (hij/zij krijgt immers een complimentje!)
4. De ontvanger legt de kaart leesbaar voor zich neer.
5. De persoon links van de gever mag nu een kaart pakken en de stappen 1 t/m 5 worden herhaald.

Past een kaart volgens de gever bij niemand, dan wordt de kaart midden op de tafel en met de geschreven kant naar boven gelegd.

Bespreken:

Als de kaarten op zijn, kijken de ontvangers hun gekregen kaarten na.

Ze vertellen welke kaart ze goed bij zichzelf vinden passen én ze vertellen welke kaart ze beslist niet bij zichzelf vinden passen.

Evaluatie les 3

Wat gaat al goed in de gymles?

- Dat de leerlingen elkaar complimenten durven te geven.
- Zeggen hoe je over elkaar denkt welke kwaliteiten de ander heeft.

Wat gaat al steeds beter in de gymles?

- Luisteren naar elkaar.

Hoe kun je wat je hebt geleerd in de gymles en aan anderen laten zien?

- Je mening durven geven op een aardige manier.

Wat is jouw eigen bijdrage aan de vooruitgang?

- De leerlingen geven aan dat ze bezig zijn geweest met het zeggen van complimenten tegen elkaar en dat dit leuk is om te doen.

Zou je nog meer kunnen doen in de gymles?

- De leerlingen geven aan vaker aardige dingen te willen zeggen tijdens de gymles.

Hoe hebben andere bijgedragen aan jouw succes in de gymles?

- Door mee te doen met de opdrachten.

Lesvoorbereiding

Les 4

Klas en aantal leerlingen: 1K2, 26 leerlingen

Datum: 11 maart

Lesduur: 100 minuten

Rots en Water

In deze les letten we op de punten beschreven bij schaal 8. Hierin staat beschreven: eerlijk spelen, niet schelden, zelfstandig een team kunnen maken, waarbij je rekening houdt met wat ieder kan en je normaal gedragen in de kleedkamer.

Sterk staan!

We starten deze les met een kringgesprek. In dat gesprek geef ik in verhaelvorm met voorbeelden aan dat het geweld in de wereld steeds toeneemt. Omdat ik de leerlingen direct mee wil laten doen en denken in het kringgesprek, stel ik de volgende vragen:

- wat versta je onder geweld?
- in welke vormen kom je dat tegen?
- ben je zelf wel eens slachtoffer geweest?
- wat is er anders aan dan toeschouwer van geweld te zijn?
- hoe zou het als dader voelen?
- wat voor vormen van geweld kom je op school tegen?
- is pesten ook geweld?
- wat zijn de gevolgen van pesten?
- wat heb je nodig om je te kunnen wapenen tegen pesten?

Uitleg van de Rots en Watergroet

Met de Rots en Watergroet spreek je respect uit voor je tegenstander. Je spreekt af hem of haar geen pijn te doen en dat je je zal houden aan de spelregels. Basishouding: je gaat tegenover elkaar staan. Met de linkerhand maak je een vuist. Dit staat voor Rots. Rots als onverzettelijkheid en kracht.

De vuist wordt op het hart gelegd, wat weer betekent dat alles wat het hart pijn zou willen doen de vuist het zal verdedigen! De rechterhand bedekt de vuist. Dit staat voor Water. Deze hand is klaar om iemand een hand te geven, het teken van vriendschap, respect en communicatie. Na oogcontact volgt er een lichte buiging.

Warming-up

Na het kringgesprek start ik met de Rots en Watergroet gevolgd door de warming-up. Dit is in een spelvorm die gerelateerd is aan het doel van de les.

Een tikspel waarbij je, als je getikt bent, in een apart vak kan vrijkomen als het je lukt om niet omgeduwd te worden door een ander. Eerst zelf duwen dan geduwd worden op volgorde van binnenkomst.

Oefening 1

Balansoefening. Aan elkaar hangen (tweetallen). Je moet elkaar kunnen vertrouwen en goed samenwerken. Waar moet je rekening mee houden als je aan elkaar hangt. Welke greep is veiliger? De polsgreep of handen vast? Hoe staan je voeten? Waar is je centrum? (Je centrum laag bij de grond is natuurlijk het beste).

Oefening 2

In polsgreep proberen elkaar over een lijn heen te trekken. Hierbij is het belangrijk goed voor elkaar te zorgen. Niet opeens loslaten en mocht dat wel gebeuren dan zorg je dat je de ander opvangt als hij of zij eventueel valt. Niet te hard aan de arm van je tegenstander trekken in verband met blessures. Waar is je centrum?

Oefening 3

Chinees Boksen. Op korte afstand tegenover elkaar. Handen hoog en proberen elkaar uit balans te krijgen door vanuit je stevige positie tegen de handen van de andere te tikken/duwen. Ook kan je winnen door alleen maar te verdedigen. Meegeven is immers de beste verdediging. Als je tegenstander een stap zet heb jij een punt. Na vijf punten een andere tegenstander zoeken. Waar is je centrum?

Oefening 4

Nederland - België. Een groepsopdracht. De klas wordt in twee groepen verdeeld. In het midden van de zaal is de grens tussen Nederland en België. De ene groep zijn Belgen en de andere groep zijn Nederlanders. De Nederlanders proberen de Belgen over de grens te trekken en te neutraliseren tot Nederlander. De Belgen willen dat vervolgens andersom. Welk land is na vijf minuten winnaar? Hierbij kunnen groepen samenwerken door elkaar te steunen tijdens het 'gevecht'. Tijdens het spel stop ik op een onverwacht moment de opdracht. Waar ligt jullie centrum (adem) tijdens het spel? Dit omdat veel leerlingen door het spel de aangegeven aanwijzingen over het stevig staan en het laag zitten zullen vergeten. Hierdoor verliezen ze vaak het duel!

Oefening 6

Op het schoolplein of in andere 'drukke situaties' gebeuren veel dingen bewust en onbewust.

Leerlingen hebben niet altijd grip op die situaties en verliezen zichzelf wel eens in de chaos. Ze lopen als Rots over het plein of door een winkelstraat. Met als gevolg dat ze snel conflicten uitlokken en in situaties komen die ze helemaal niet willen!

In een nagebootste situatie zal een leerling door een groep moeten lopen. De vraag aan de groep is wat voor gevoel ze daarbij hebben. Wat roept de voorbijganger op? Daagt hij uit? Of is hij zielig.

Oefening 7

Bij deze oefening komen grenzen aan de orde. Hoever mag iemand je lichamelijk benaderen voordat je 'STOP' roept. Wat is de afstand die hij/zij minimaal moet hebben om je aan te spreken. Is dat bij iedereen hetzelfde? Voel je iemand dichtbij je staan? Met je ogen dicht? Hoe bescherm je jouw grenzen? Lukt dat? Hoe zit dat in de echte wereld? Doe jij vaak wat anderen zeggen of juist helemaal niet? Ben jij een leider of kijk je liever de kat uit de boom? Ben jij een meeloper? Ben jij een mix van beide? In deze oefening laat ik één persoon een bepaald gebied, een turnmatje bewaken (niemand er op laten) met de volgende opdrachten:

1. Reageer uitsluitend als Rots.
2. Reageer uitsluitend als Water.

3. Reageer gemixt, de ene keer als Rots en de andere keer als Water.
4. Nu komt een hele groep naar je toe! Hoe reageer je dan?
5. Er zijn nu enkele leerlingen toch op je gebied. Wat nu?

Zo zijn er verschillende voorbeelden te bedenken die leerlingen kunnen helpen een keuze te maken en ervaring op te doen wat voor hun het beste werkt.

Afsluiting

Na afsluiting volgt de groet en evalueren we de les.

Evaluatie les 4

Wat gaat al goed in de gymles?

- De leerlingen geven aan dat ze goed proberen samen te werken.

Wat gaat al steeds beter in de gymles?

- Naar elkaar luisteren en niet aan elkaar zitten tijdens de les.

Hoe kun je wat je hebt geleerd in de gymles en aan anderen laten zien?

- We kunnen laten zien hoe je staat als je zelfverzekerd bent of juist niet.

Wat is jouw eigen bijdrage aan de vooruitgang?

- Goed meegedaan. Er is gepraat met elkaar en goed samengewerkt.

Zou je nog meer kunnen doen in de gymles?

- Nog meer leren hoe je zelfverzekerd kan zijn.

Hoe hebben andere bijgedragen aan jouw succes in de gymles?

- De oefeningen werden met elkaar uitgevoerd en de vragen zijn met de hele klas beantwoord. Vragen zoals: Wat is geweld? Is pesten ook geweld? Etc.

Lesvoorbereiding

Les 5

Klas en aantal leerlingen:	1K2, 26 leerlingen
Datum:	18 maart
Lesduur:	50 minuten

De leerlingen hebben voor deze les schaal 9. Dit houdt in elkaar helpen, elkaar kunnen vertrouwen en luisteren naar een ander.

Lesopdracht:

De axenroos en de uitleg hiervan heb ik vergroot op het bord gehangen.

De spellen zijn gebaseerd op de spellen die beschreven staan op

<http://www.basisschooldoornstraat.be/oefenstof.asp?page=varialinks&id=axenroos/axenroos.htm>

Dit zijn echter online spellen, ik heb de spellen gemaakt voor de gymles.

Zie onderstaande informatie:

Uitleg van de axenroos:

De tien axen:

1. Zich presenteren (de pauw): persoon en bijzijn aanbieden.

Tijdens een kringgesprek vertelt Mieke over haar hobby's en haar vakantieplannen.

David is iemand die gemakkelijk naar anderen toe stapt en contacten legt.

2. Opkijken, waarderen (de wasbeer): persoon en bijzijn aannemen.

Wannes spreekt met veel lof over zijn opa. Marleen nodigt regelmatig vriendinnetjes thuis uit.

3. Zorgen (de bever): diensten en goederen aanbieden.

Op het einde van een les beeldopvoeding helpt Anneleen spontaan bij het opruimen.

Toon zou eerder teveel weggeven, de leerkracht moet hem af en toe een beetje afremmen.

4. Genieten (de poes): goederen en diensten aannemen of vragen.

Petra laat zich graag helpen en knuffelen. Wanneer Pol een geschenkje krijgt, geniet

hij er zichtbaar van. Jurgen vraagt spontaan hulp als hij iets niet kan.

5. Leiden (de leeuw): richtlijnen en informatie aanbieden.

Nadine is sterk in wiskunde, ze geeft vaak uitleg aan wie een opdracht niet begrijpt.

Herman neemt de leiding bij een groepsopdracht. Bert is eerder te bazig.

6. Volgen (de kameel): richtlijnen en informatie aannemen of vragen.

Carl is een gehoorzame jongen, hij doet zijn best om elke opdracht plichtsgetrouw uit te voeren. Eveline stelt regelmatig vragen tijdens een les wereldoriëntatie.

7. Houden (de uil): bijzijn, persoon, diensten, goederen, richtlijnen en /of informatie houden. Els speelt graag alleen. Jan kan heel goed een geheim bewaren. Tim vertelt niets over zijn familie.

8. Lossen (de schildpad): bijzijn, persoon, diensten, goederen, richtlijnen en/ of informatie lossen.

Leen laat zich soms pesten. In plaats van zich te verdedigen begint ze te huilen.

Kristien haakt af wanneer een lesinhoud haar niet langer boeit.

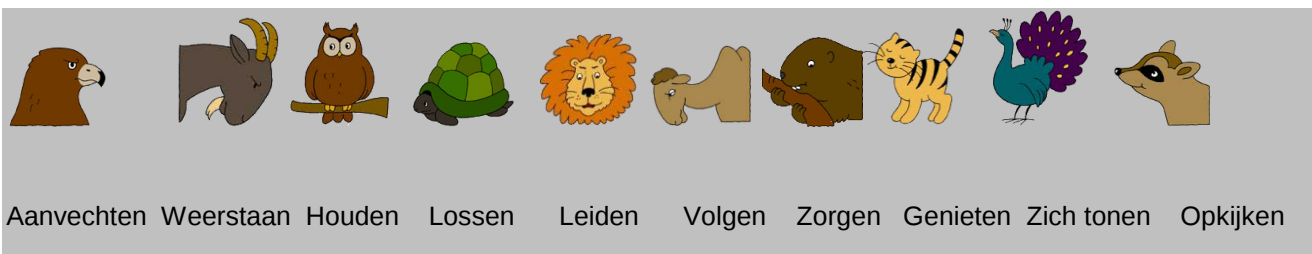
9. Aanvechten (de havik): bijzijn, persoon, diensten, goederen, richtlijnen en/of informatie aanvechten.

Katrien wijst op een fout op het bord. Karel geeft Monica een duw: hij wil ook een plaats in de kring.

10. Weerstaan (steenbok): bijzijn, persoon, goederen, diensten, informatie en/of richtlijnen weerstaan (zich verdedigen). Vicky laat niet toe dat Kristof haar een kus geeft. Anthony weigert een huistaak te maken.

http://www.sintrochus.be/de_axenroos.htm

Het spel: welke eigenschap past bij welk dier?



Spel 1:

Kaartjes met de betekenissen van de dieren te geven. In 5- talen je dier erbij zoeken in de vorm van een estafette.

Uitleg: Elke groepje moet tegelijk het kaartje omdraaien. Ze moeten dan rennen naar de juiste pilon met het dier erop, wie als eerste terug is en zit krijgt een punt. We doen dit vijf keer, zodat iedereen een keer aan de beurt is geweest.

Spel 2

Idem: nu alleen met de passende eigenschap het passende dier zoeken.
Zie onderstaande dieren met bijpassende uitspraken.

	Je durft een ander terecht wijzen bij een fout.
	Je verdedigt jezelf bij een valse beschuldiging.
	Je vertelt een geheimpje aan niemand verder.
	Je durft toegeven dat je het niet begrijpt.
	Je probeert ruzie bij klasgenootjes op te lossen.
	Je luistert aandachtig naar de tips van de juf.
	Je helpt je broertje bij het aandoen van zijn jas.
	Je bent heel blij met het gekregen geschenk.
	Je trekt de aandacht van de andere leerlingen.
	Je kijkt op naar de resultaten van een ander.

Spel 3: Rollenspel

Ik vertel de leerlingen dat er een feestje gegeven gaat worden. De leerlingen die toneel willen spelen krijgen 3 kaartjes, ze mogen er één uitkiezen die ze willen spelen. De klas moet raden welk dier ze waren.

Dit rollenspel wat ik met de leerlingen ga spelen is gebaseerd op het toneelstuk op de website: <http://www.basisschooldoorstraat.be/oefenstof.asp?page=varialinks&id=axenroos/axenroos.htm>

***Ik Pawapobe, nodig je van harte uit op het feest dat ik geef
voor mijn 10 beste vrienden
op de eerste zondag van juli.
Je bent welkom vanaf 12 uur.
P.s. Laat het even weten als je komt.***

Als de dieren het kaartje krijgen, reageren ze elk helemaal verschillend. Luister maar:



Sjef de Leeuw zegt: "Ik ga de leiding nemen op dat feest en ik wil zeker beginnen met een toespraak. Zo kan iedereen nog wat van mij leren!".



Kadosj de Kameel wordt nieuwsgierig als hij het kaartje leest. Hij vraagt zich af: "Wie zullen er nog meer naar het feest komen?". Hij vraagt aan Sjef de Leeuw: "Weet jij langs welke weg ik het gemakkelijkst naar het feest toe kan gaan?".



Als **Bizzy de Bever** het kaartje leest, is hij onmiddellijk bezorgd over het geschenk dat hij zal meenemen. Hij begint alvast in zijn omgeving te zoeken naar mooie bloemen om ze te drogen, zodat hij de gastheer kan verrassen met een kleurrijk droogboeket.



Bolletje de Poes kan haar vreugde niet op, bij het zien van de uitnodiging en ze schrijft een kaartje terug: "Dank je wel voor de vriendelijke uitnodiging. Ik ben er erg blij mee en ik kom graag van al die heerlijkheden genieten.".



Zieme de Pauw denkt: "Ohh een feest. Ik zal zorgen dat mijn veren mooi glanzen. Ik oefen alvast om op die dag mijn staart zo sierlijk mogelijk te kunnen openvouwen.".



Dag de Wasbeer leest de uitnodiging met steeds groter wordende ogen. "Oh, wat een knap idee van Pawapobe.". Ook hij stuurt een kaartje terug en op zijn kaartje staat: "Wat knap van je, om ons allemaal samen uit te nodigen. Wat heb jij steeds een prachtige ideeën!".



Krik de Havik draait de kaart om en zegt: "Ja, wie zijn die andere dierenvrienden dan wel die ook mogen komen? Dat had toch ook op die uitnodiging kunnen staan?".



Bonkie de Steenbok schudt zijn kop. "Ha nee, "zegt hij, "Ik wil niet om 12 uur op dat feest zijn. Dan mis ik mijn middagslaapje. Dan moeten ze maar wachten op mij!".



Itsj de Uil bekijkt de kaart vanaf een afstand. "Ik ga naar dat

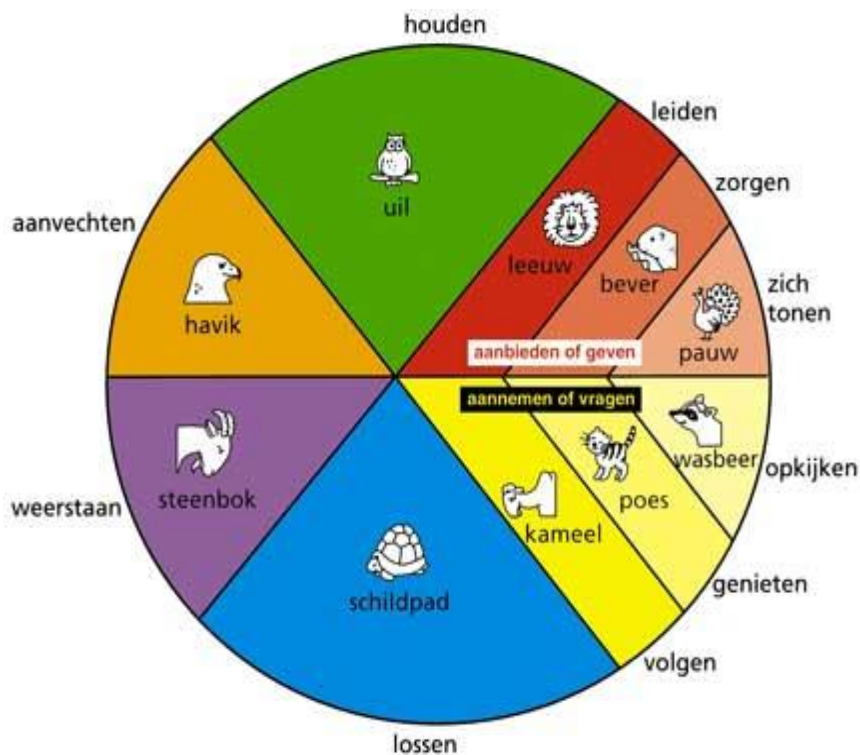
feest," beslist hij, "maar voorlopig blijft dit mijn geheim. Ik zeg het aan niemand verder."



Slosse de Schildpad begint meteen te twijfelen of ze wel naar dat feest kan gaan. "Ik durf ook niet echt "nee" te zeggen, want wat zullen de anderen wel zeggen als ik er niet bij ben op die dag?".

Spel 4: Afsluiting

We spelen tot slot een tikspel, staartenroof. Waarbij één havik probeert van alle steenbokken hun staart te roven (een lint dat tussen de broek gestoken is). De steenbokken proberen de aanval te weerstaan en hun staart te behouden.



http://www.sintrochus.be/de_axenroos.htm

LEEUEW De leeuw is een leider. Hij leert je hoe je baas kan spelen op een vriendelijke manier. Hij regeert, organiseert en geeft uitleg 	KAMEEL De kameel leert je hoe je moet luisteren naar iemand die iets van je verlangt. 	BEVER De bever leert je zorgen voor iemand anders, als hij iemand plezier kan doen is hij gelukkig. 
POES De poes leert je genieten, anderen om een dienst vragen. 	PAUW De pauw leert je hoe je fier moet zijn, je talenten toont, van je laat horen. 	WASBEER De wasbeer geeft graag complimentjes, bewondert anderen, kijkt op. 
HAVIK De havik leert je tegen te pruttelen, hij zet recht wat fout is, geeft eerlijke kritiek. 	STEENBOK De steenbok leert dat 'Neen zeggen' mag en soms moet. Je mag niet op je kop laten zitten. 	
UIL De uil leert je dat je soms iets voor jezelf moet kunnen houden. 	SCHILDPAD De schildpad leert je even terug te kruipen, even alleen te zijn. 	

Evaluatie les 5

Wat gaat al goed in de gymles?

- Niet aan elkaar zitten tijdens de les.

Wat gaat al steeds beter in de gymles?

- Samenwerken en naar elkaar luisteren.

Hoe kun je wat je hebt geleerd in de gymles en aan anderen laten zien?

- Laten zien dat we rustig kunnen overleggen.

Wat is jouw eigen bijdrage aan de vooruitgang?

- De leerlingen vonden de eigen bijdrage dat ze hebben meegedaan.

Zou je nog meer kunnen doen in de gymles?

- Dit wisten de leerlingen niet.

Hoe hebben andere bijgedragen aan jouw succes in de gymles?

- Door met elkaar samen te werken.



Uitleg van de axenroos op het bord



Pilon met een dier erop afgebeeld

Les 6 De laatste les

De leerlingen hebben voor de laatste les aangegeven wat ze graag willen doen.

Een aantal leerlingen wilde klimmen, een aantal willen voetballen en een aantal wilde met het circus materiaal spelen. Ik maak voor deze les meerdere vakken waarin de leerlingen zelfstandig kunnen spelen. Aan het einde van de les eten we chipjes met elkaar en vullen de leerlingen het evaluatie formulier (zie paragraaf 4.4.) in.

Werken met oplossingen!

Schrijf hieronder op wat je van het onderzoek vindt.

Naam:

1. Hoe gaan jullie nu met elkaar om in de gymles in vergelijking met het begin van het project?

(omcirkel het juiste antwoord)

Beter / hetzelfde / slechter

2. Welk cijfer geef je aan het onderzoek?
(omcirkel het juiste cijfer. 1 is slecht en 10 is perfect)

1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10

3. Wat vond je het leukste om te doen?

4. Wat vond je niet leuk om te doen?

5. Wat heb je geleerd in het onderzoek?

