



ONDERZOEK NAAR MOTIVEREND BEOORDELEN

Werken met een zelfbeoordeling met als doel het verhogen van basisbehoeftenvervulling.

Naam	Bo Hermanussen
Studentnummer	2325756
Begeleider	Tineke Wulms
Stageschool	ROC Nijmegen, locatie Maasvallei
Datum	3 mei 2017

Dit artikel is geschreven in het kader van een afsluitend praktijkonderzoek in opdracht van Fontys Sporthogeschool te Eindhoven.

INHOUDSOPGAVE

SAMENVATTING	3
INLEIDING	4
ONDERZOEKSMETHODE	7
RESULTATEN	10
DISCUSSIE EN CONCLUSIE	13
AANBEVELINGEN	16
BRONNENLIJST	17
DANKWOORD	19
BIJLAGEN	20
BIJLAGE I: ONDERZOEKSPOPULATIE EN CONTEXT	20
BIJLAGE II: PLANNING	22
BIJLAGE III: BESCHRIJVING COMPLETE INTERVENTIE	23
BIJLAGE IV: ANALYSE VAN ONDERZOEKSGEGEVENS	32
BIJLAGE V: BPNPES VRAGENLIJST ORIGINEEL	34
BIJLAGE VI: BPNPES VRAGENLIJST AANGEPAST	36
BIJLAGE VII: TOPICLIJST INTERVIEW	37
BIJLAGE VIII: GEOPERATIONALISEERD LOGBOEK EN LESEVALUATIES	38
BIJLAGE IX: RUBRIC TURNLANDSCHAP	53
VRIJE SPRONGEN	53
KASTSPRINGEN	54
GRONDACROBATIEK	55
ACROGYM	56
BIJLAGE X: LESVOORBEREIDINGEN	57
BIJLAGE XI: INTERVIEWS	98
BIJLAGE XII: ONDERZOEKSDATA	112

SAMENVATTING

Mbo college de Maasvallei, opleiding sport en bewegen niveau vier behandeld diverse vakken, waaronder lessen sport en spel. Middels een docentbeoordeling ontvangen de leerlingen binnen dit vak cijfers voor de eigen vaardigheid, in de vorm van een formatieve evaluatie. De motivatie van de studenten lijkt tijdens deze lessen niet heel hoog te zijn.

Uit literatuuronderzoek kwam naar voren dat werken met een zelfbeoordeling positieve resultaten stimuleert binnen de drie fundamentele basisbehoeften autonomie, competentie en relatie. Er is binnen dit onderzoek gekeken of de vervulling van de basisbehoeften is gestegen als gevolg van werken met zelfbeoordeling. Gebruikte onderzoeksinstrumenten binnen dit onderzoek zijn de BPNPES-DEF motivatielijst, een geoperationaliseerd logboek en interviews met diverse studenten uit interventie- en controlegroep.

Uit dit onderzoek is gebleken dat door de uitgevoerde interventie een lichte stijging te zien is in basisbehoeftevervulling. De grootste stijging is te zien binnen de basisbehoefte relatie. De basisbehoeftevervulling binnen de controlegroep is na het volgen van de lessenreeks en het ontvangen van de beoordeling van de docent licht gedaald.

INLEIDING

Op de diverse Mbo opleidingen binnen Nederland worden verschillende manieren van beoordelen gehanteerd, welke manier is afhankelijk van waar de onderwijsinstelling voor kiest (Rijksoverheid, 2016). De opleiding sport en bewegen van Mbo college de Maasvallei te Boxmeer, onderdeel van ROC Nijmegen, kiest voor een toetsing middels het afronden van verschillende kerntaken. Deze toetsing vindt onder anderen plaats in de vorm van kennistoetsen, het organiseren van een evenement of een proeve van bekwaamheid (PVB) in de vorm van een lesgeefopdracht. Ook ontvangen de studenten cijfers voor de eigen vaardigheid, denk hierbij aan verschillende vormen van spelsport, atletiek en turnen. Deze cijfers worden gegeven door de verschillende docenten werkzaam in team sport en bewegen. Wat mij als stagiaire opvalt is dat deze cijfers meetellen als formatieve evaluatie, ze tellen niet mee voor het overgangresultaat. Ik vraag me dan ook sterk af wat dit doet met de motivatie van de studenten tijdens deze lessen eigen vaardigheid.

Motivatie is, volgens Woolfolk, Hughs & Walkup (2008), een innerlijk proces dat een persoon aanzet tot bepaald gedrag, richting geeft aan dat gedrag en ervoor zorgt dat dit gedrag in stand gehouden wordt. Binnen het onderwijs hebben docenten verschillende tactieken om leerlingen te motiveren voor schoolse opdrachten. De een kiest voor een strategie waarbij studenten bijvoorbeeld onverwachte toetsen krijgen, een openlijke beloning ontvangen bij goed werk of controlerend taalgebruik hanteren zoals 'je moet' of 'ik verwacht' (Vansteenkiste, Simons, Lens & Soenens, 2004). Dit zijn verschillende vormen van extrinsieke doelen. Andere leerkrachten kiezen juist voor intrinsieke doelen, waarbij leerlingen zelf een grote rol hebben in het maken van beslissingen, zodat ze zich optimaal betrokken voelen bij het klas- en schoolgebeuren. Ryan en Deci (2000) stellen dat de kwaliteit van leren bij een intrinsiek gemotiveerde leerling hoger ligt dan de kwaliteit van leren bij een leerling met extrinsieke motivatie. Ook is bekend dat het leren met intrinsieke motivatie sneller of gemakkelijker gaat (Wijsman, 2013).

Volgens de zelfdeterminatie theorie van Ryan en Deci (2000) hebben mensen, naast fysieke behoeften, ook drie psychologische basisbehoeften: autonomie, competentie en relatie. De motivatie om te leren vergroot wanneer er aan deze drie psychologische basisbehoeften wordt voldaan. Volgens van Aalst & Kok (2004) verwijst competentie naar de behoefte om iets te presteren, iets te kunnen en ergens goed in te zijn en dat ook te laten zien. Wanneer gekeken wordt naar de basisbehoefte autonomie, verwijst dit begrip naar het feit dat kinderen behoefte

hebben aan eigenheid en onafhankelijkheid. Als laatste heeft een leerling de behoefte zich verbonden te voelen met medeleerlingen en de docent. Van Aalst & Kok (2004) beschrijven dit als de behoefte om de ander te ontmoeten en jezelf te ontdekken in het aanzicht van die ander.

Volgens Dijkstra (2000) versterkt de autonomie en de eigenwaarde van een leerling wanneer deze betrokken wordt bij belangrijke thema's in de leeromgeving. Hierbij kan gedacht worden aan bijvoorbeeld leerlingen zelf laten kiezen in welke rol zij beoordeeld willen worden. Ook wordt het leren betekenisvoller voor een leerling wanneer deze invloed heeft op wat er wordt geleerd, waardoor het gevoel van competentie toeneemt. De relatie van leerlingen met andere leerlingen of de docent wordt versterkt als een leerling invloed heeft op de manier waarop er met hem of haar wordt omgegaan. (Dijkstra & Hagen, 2000).

Bij het vormen van een beoordeling wordt bepaald in welke mate een leerling competent is. Binnen de gymles wordt vaak de behandelde beweegactiviteit beoordeeld. Leerlingen moeten een bepaald niveau hebben bereikt (Borghouts, van Dokkum & Slingerland, 2014). Binnen mbo college de Maasvallei telt het behaalde cijfer voor de beweegactiviteit niet mee voor de overgang naar het volgende leerjaar. Naar eigen zeggen van de docenten worden deze cijfers gegeven om de motivatie te verhogen. In voorgaande jaren werd gewerkt met een aantekening 'voldaan' of 'niet voldaan', dit jaar is de wijziging tot cijfers doorgevoerd. De studenten voeren de opdracht van de docent uit en krijgen hiervoor een cijfer van de docent. Dit is een formatieve beoordeling, ook wordt de student niet betrokken bij het beoordelingsproces.

Volgens Boud & Falchikov (1989) is het logisch leerlingen te betrekken bij het leerproces door middel van een zelfbeoordeling. Het belangrijkste doel hiervan is de ontwikkeling van een leerling in kaart brengen. Leerlingen krijgen door zelfbeoordeling inzicht in het eigen leerproces waarvan bekend is dat dit zorgt voor een grotere betrokkenheid van de leerling. Ook zouden leerlingen die ouder zijn zichzelf beter kunnen beoordelen dan leerlingen die jonger zijn. De betrokkenheid van de lerende bij de beoordeling staat centraal bij een self-assessment. Van self-assessment wordt gesproken wanneer de leerling zijn eigen doelen stelt en zijn werk zelf beoordeeld. Naast de beoordeling speelt reflectie ook een belangrijke rol bij self-assessment (Segers, 2004). Ook stelt Segers (2004) dat de acceptatie van het behaalde resultaat hoger wordt wanneer de lerende zelf mee heeft mogen bepalen. Uit onderzoek van Andrade & Valtcheva (2009) en McDonalds (2007) komt naar voren dat leerlingen meer blijken te leren wanneer zij zichzelf beoordelen.

Een instrument dat geschikt is om (deel)vaardigheden binnen een gymles te beoordelen is een rubric (SLO, 2017). Een rubric is een analytische beoordelingsschaal die meer zegt dan de veelal toegepaste beoordeling van een enkel cijfer. Beoordelen met behulp van rubrics zorgt voor verduidelijking voor een leerling: wat ging goed en wat ging minder goed? Dit biedt leerlingen de mogelijkheid om zichzelf nieuwe leerdoelen te kunnen stellen. Rubrics zijn zowel voor docenten als leerlingen te gebruiken, voor leerlingen kan het helpen bij het vormen van een zelfreflectie. Daarnaast kunnen de rubrics bij de zelfbeoordeling gebruikt worden.

Naar aanleiding van deze literatuurstudie staat de volgende onderzoeksvraag centraal: *‘Wat is het effect op het gevoel van competentie, autonomie en relatie van leerlingen op het ROC sport en bewegen te Boxmeer, leerjaar een niveau vier, bij praktijkvakken wanneer ze niet door de docent worden beoordeeld maar door zichzelf met als doel de motivatie te verhogen?’*

ONDERZOEKSMETHODE

Onderzoeksgroep

Het onderzoek heeft plaatsgevonden binnen MBO college de Maasvallei – sport en bewegen over een periode van vijf weken. Groep X, een eerste jaars niveau 4 klas, bestaande uit 22 jongens en 6 meisjes werd gebruikt als interventiegroep waarbij het werken met een zelfbeoordeling aan het einde van de lessenreeks is toegepast. Groep Y, een andere eerste jaars niveau 4 klas, bestaande uit 25 jongens en 6 meisjes diende als controlegroep. Bij deze klas werd de beoordeling gevormd door de docent. Zowel de interventiegroep als de controlegroep moest voldoen aan dezelfde criteria voor het halen van een voldoende. De interventiegroep had inzicht in de verschillende beoordelingsformulieren en de controlegroep kreeg deze criteria mondeling toegelicht door de docent. Groep X is gekozen als interventiegroep nadat deze de laagste basisbehoeftenvervulling scoorde in de voormeting. De controlegroep was vergelijkbaar met de interventiegroep omdat de sekseverhouding en het niveau binnen beide groepen overeen kwam.

Interventie

Tijdens de eerste les zijn bij de interventiegroep voor de vijf onderdelen die behandeld gingen worden binnen de lessenreeks verschillende rubrics geïntroduceerd. De vijf onderdelen waren:

- Acrogym
- Handstand(doorrollen)
- Radslag
- Arabier
- Trampoline springen

De studenten werd verteld dat ze aan het einde van deze lessenreeks zichzelf een cijfer mochten geven, met behulp van de opgestelde criteria in de vijf rubrics.

Beoordelen met behulp van rubrics zorgt voor verduidelijking voor een student: wat ging goed en wat ging minder goed? Dit biedt studenten de mogelijkheid om zichzelf nieuwe leerdoelen te kunnen stellen (SLO, 2017). De verschillende rubrics zijn te vinden in bijlage IX.

De eerste drie interventielessen bestonden uit oriëntatie binnen de vijf verschillende onderdelen, de studenten mochten zelf kiezen welke drie onderdelen van deze vijf ze uiteindelijk wilde toetsen. Het gemiddelde van deze drie cijfers vormde aan het einde van de interventieperiode het eindcijfer. De overige twee interventielessen mochten studenten kiezen welk onderdeel ze gingen oefenen. De volledige planning van de interventielessen is terug te vinden in bijlage II. De lesvoorbereidingen zijn terug te vinden in bijlage X.

Het doel van deze interventie was de drie psychologische basisbehoeften autonomie, competentie en relatie (Ryan en Deci, 2000) in hogere mate vervullen. Autonomie werd vervuld doordat de studenten met de zelfbeoordeling ruimte kregen voor eigenheid en onafhankelijkheid (van Aalst & Kok, 2004). Dijkstra & Hagen (2000) stellen dat leren betekenisvoller wordt voor studenten wanneer ze zelf invloed hebben op wat er wordt geleerd en het gevoel van competentie dan toeneemt. Daarnaast zeggen Dijkstra & Hagen dat een relatie tussen leerlingen wordt versterkt als een leerling invloed heeft op de manier waarop er met hem of haar wordt omgegaan. De studenten hebben tijdens de interventie ook in de rol van hulpverlener moeten stappen. De mate waarin er hulp verleent moest worden werd bepaald door de uitvoerende student.

Tijdens de eerste les aan de controlegroep werd uitleg gegeven over de vijf onderdelen die de leerlingen konden kiezen om te toetsen, ook hier werd de studenten verteld dat ze drie van deze vijf moesten uitvoeren voor een cijfer. De verschillende rubrics waren leidend binnen de beoordeling, alle studenten moesten aan dezelfde criteria voldoen voor het halen van een voldoende.

Meetinstrumenten

Om de verschillen in de basisbehoeftenvervulling van de studenten te kunnen meten is er gebruik gemaakt van de BPNPES vragenlijst (Chen et al., 2014). Deze valide vragenlijst geeft aan in welke mate de drie psychologische basisbehoeften autonomie, competentie en relatie vervuld worden bij een student. De vragenlijst is voorafgaand aan de lessenreeks afgenomen en na afloop van de lessenreeks nogmaals afgenomen. Studenten die de voor- of nameting niet bijgewoond hebben of minder dan drie van de vijf lessen gevolgd hebben zijn niet meegenomen in dit onderzoek. De BPNPES vragenlijst, te vinden in bijlage V, is normaliter opgebouwd uit 24 vragen waarbij zowel de behoeftevervulling als de behoeftefrustratie gemeten wordt aan de hand van een vijf punt Likert-schaal. Dit houdt in dat vijf punten aan het meest positieve antwoord en één punt aan het meest negatieve antwoord geschaald wordt. Voor dit onderzoek werd de frustratiebehoefte niet gemeten, wat resulteert in een vragenlijst van twaalf vragen. Deze aangepaste vragenlijst is te vinden in bijlage VI. De afname van deze vragenlijsten heeft plaatsgevonden in een klaslokaal, waar de studenten meer rust hadden tijdens het invullen in vergelijking met een rumoerige gymzaal.

Tijdens de lessenreeks werd ook een geoperationaliseerd logboek (bijlage II) bijgehouden waarin feitelijk gedrag van leerlingen werd beschreven. Ook werden in het logboek onvoorziene omstandigheden beschreven die mogelijk invloed

hebben op de resultaten. Indien van toepassing worden deze omstandigheden besproken in de discussie.

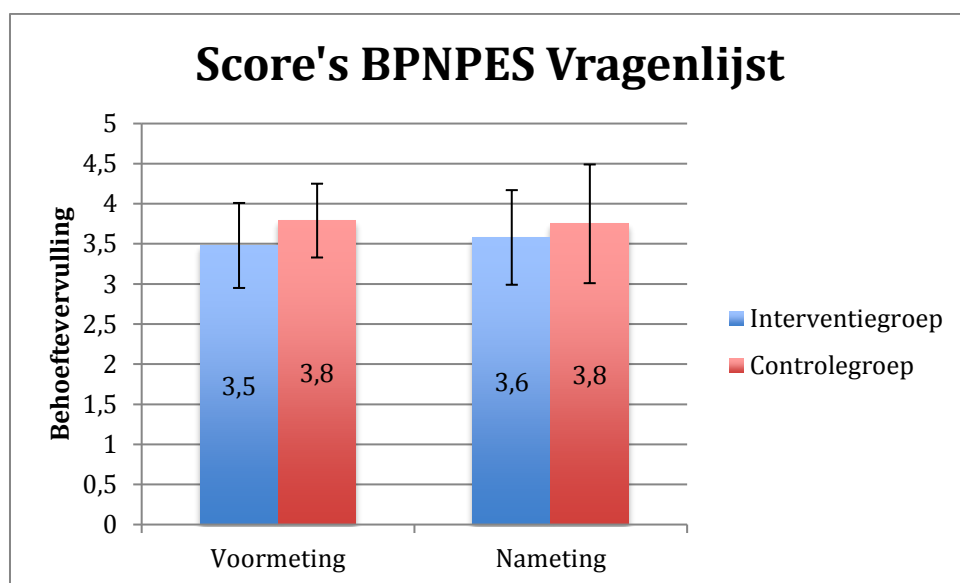
Naast de BPNPES vragenlijst en het logboek, werd bij acht studenten een semigestructureerd interview (bijlage III) afgenomen. Bij een semigestructureerd interview wordt een algemeen interviewschema met vooropgestelde, wat algemener geformuleerde vragen gebruikt. De interviewer mag hier wel vanaf wijken (Dingemanse, 2015). Tijdens deze interviews werd ingegaan op de lessenreeks turnen, de psychologische basisbehoeftes en de (zelf)beoordeling. De interviews werden afgenomen bij studenten met verschillende uitkomsten in basisbehoeftevervulling, deze gegevens zijn verkregen uit de voor- en nameting. Door studenten met verschillende mate van behoeftevervulling te interviewen is een goed beeld geschetst van in welke mate de zelfbeoordeling en het werken met rubrics motivatie bevorderend werkt.

Voor het analyseren van de onderzoeksgegevens is van zowel de kwalitatieve- als de kwantitatieve onderzoeksgegevens een analyse gedaan. Van de kwalitatieve gegevens zijn samenvattingen geschreven voor het vormen van een conclusie. Van de kwantitatieve onderzoeksgegevens werden gemiddelden en standaarddeviaties van de verschillende basisbehoeften berekend. Om te weten te komen in welke mate het eventuele effect is opgetreden is de effectgrootte berekend van zowel de totale basisbehoeftevervulling als iedere basisbehoefte apart. Door de kwalitatieve gegevens naast de uitkomst van de kwantitatieve gegevens – de effectgrootte – te leggen kon beter verklaard worden wat de oorzaak was voor dit effect.

RESULTATEN

Kwantitatieve resultaten

Het onderzoek dat is uitgevoerd met leerlingen van Mbo college de Maasvallei te Boxmeer heeft tot de volgende resultaten geleid. Uit de BPNPES vragenlijst is gebleken dat het gemiddelde van de basisbehoeftenvervulling van de interventiegroep is gestegen van 3,5 naar 3,6 op een schaal van 1 tot 5 waarbij 1 staat voor totaal geen behoeftevervulling en 5 voor totale behoeftevervulling (zie grafiek 1).



Grafiek 1 Gemiddelde basisbehoeftevervulling voor- en nameting van interventie- en controlegroep

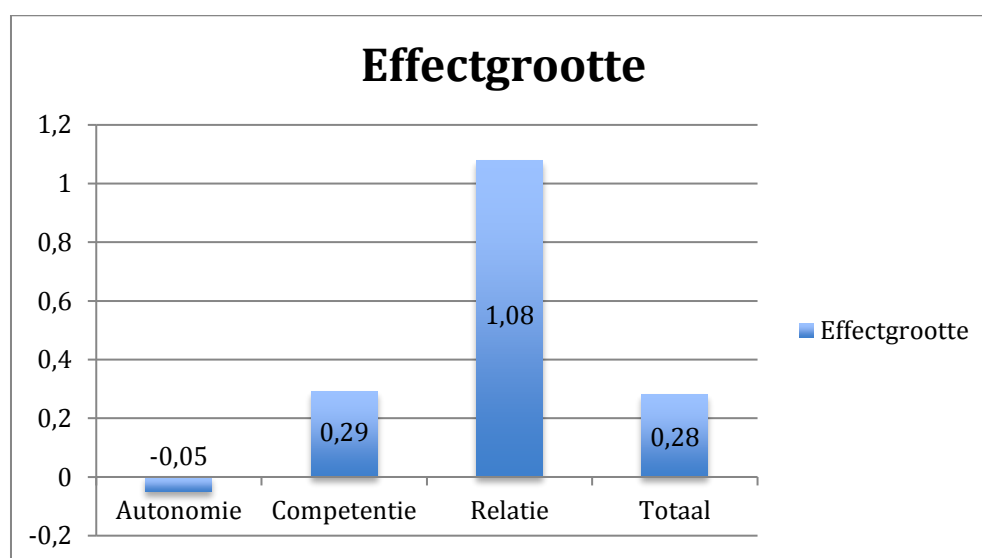
In tabel 1 zijn de resultaten van de voor- en nameting van de interventie- en controlegroep per basisbehoefte terug te zien. Bij de interventiegroep zijn in de nameting alle basisbehoefte gemiddeld hoger geschaald behalve competentie, deze is met 0,2 gedaald. De basisbehoefte relatie steeg het sterkst met 0,3.

Basisbehoefte	Interventiegroep			Controlegroep		
	Voormeting	Nameting	Vershil	Voormeting	Nameting	Vershil
Autonomie	3,3	3,4	+0,1	3,4	3,5	+0,1
Competentie	3,6	3,4	-0,2	4	3,7	-0,3
Relatie	3,6	3,9	+0,3	4	4	0
Totaal	3,4	3,6	+0,2	3,8	3,8	0

Tabel 1 Per basisbehoefte het gemiddelde in voor- en nameting van interventie- en controlegroep

De effectgrootte met betrekking tot de vervulling van de drie basisbehoeften autonomie, competentie en relatie was 0,3. Voor meer resultaten uit de vragenlijst zie bijlage XII.

In grafiek 2 zijn de verschillende effectgroottes per basisbehoefte in totaal zichtbaar. Binnen de basisbehoeftevervulling autonomie is na de interventieperiode een effectgrootte van -0,05 berekend. De effectgrootte van de vervulling van de basisbehoefte competentie is 0,29. Als laatste is een effectgrootte van 1,08 berekend bij de vervulling van de basisbehoefte relatie.



Grafiek 2 verschillende effectgroottes in vervulling van basisbehoefte(n)

Kwalitatieve resultaten

Na de interviews werd duidelijk dat de meeste leerlingen het prettig vonden een keuze te krijgen binnen het brede domein turnen, daarmee werd bedoeld de vrijheid in het kiezen van drie onderdelen uit de vijf aangeboden onderdelen. Zeven van de acht geïnterviewde heeft benoemd de keuzevrijheid prettig te vinden. Ook gaven alle geïnterviewde leerlingen uit de interventiegroep aan het werken met de verschillende rubrics prettig te vinden. De reden die hiervoor meerdere malen gegeven werd was dat het fijn is te weten waarop je beoordeeld wordt. Ook gaven veel leerlingen uit de interventiegroep aan in het interview dat het werken met de rubrics makkelijk was wanneer ze zichzelf moesten beoordelen. Ook werd meerdere malen aangegeven dat leerlingen de keuze voor de drie onderdelen af lieten hangen van wat er op het beoordelingsformulier stond. Voor de volledige uitwerking van de interviews zie bijlage XI.

Uit het geoperationaliseerde logboek is veelal gebleken dat de leerlingen veel moeite hebben ervaren met de autonomie die ze geboden werd. In iedere les kregen

leerlingen de kans om zelfstandig te oefenen aan een van de vijf onderdelen, maar een groot deel van de leerlingen greep deze kans om te oefenen niet. Ook hebben een aantal leerlingen in de interviews aangegeven dat er soms te veel vrijheid was binnen de lessen en het te verleidelijk was om niets te doen. Deze constatering werd zowel gedaan bij de interventiegroep als bij de controlegroep.

DISCUSSIE EN CONCLUSIE

Uit dit onderzoek over motiverend beoordelen is gebleken dat de basisbehoeftevervulling, en daarmee de motivatie, van de leerlingen van mbo college de Maasvallei te Boxmeer bij het onderdeel turnen in de vorm van een turnlandschap, met een effectgrootte van 0,3, positief is beïnvloed door gebruik te maken van een zelfbeoordeling. Toch zijn er een aantal zaken die dit positieve resultaat tegenspreken.

De basisbehoeftevervulling van de onderzochte leerlingen in de interventiegroep van mbo college de Maasvallei te Boxmeer, is na een lessenreeks van zes lessen gestegen met 3%. De kans is aanwezig dat de interventie hieraan heeft bijgedragen. Binnen de basisbehoefte relatie is de vervulling het meest gestegen, namelijk met 9%. De totale basisbehoeftevervulling binnen de controlegroep is na afloop van de interventieperiode gedaald. Doordat de effectgrootte met 0,28 een klein positief effect laat zien kan er in positieve zin antwoord gegeven worden op de onderzoeksvraag.

Opmerkelijk is dat er binnen de interventiegroep een minimaal positief effect van 0,29 heeft plaatsgevonden binnen de vervulling van de basisbehoefte competentie. Dit staat in strijd met de antwoorden die gegeven zijn in de verschillende interviews, waar veel van de verkregen antwoorden gekoppeld konden worden aan de basisbehoefte competentie. Uit de interviews blijkt dat leerlingen zich competent voelden doordat ze onderdelen konden toetsen die ze beter beheersten dan andere onderdelen. Door van Aalst en Kok (2004) is beschreven dat competentie verwijst naar de behoefte om iets te presteren, iets te kunnen en ergens goed in te zijn en dat ook te kunnen laten zien. Uit de verschillende interviews is naar voren gekomen dat een aantal leerlingen op voorhand zichzelf weinig competent voelden binnen het domein turnen. Deze leerlingen gaven aan de keuze tussen de verschillende onderdelen prettig te vinden omdat er nu ook een keuze was voor een eenvoudiger onderdeel. Dit zou een reden kunnen zijn voor het minimaal stijgen in vervulling van de basisbehoefte competentie, omdat leerlingen binnen deze interventie minder uitgedaagd werden een moeilijker onderdeel te oefenen en uiteindelijk toetsen.

Een andere eventuele verklaring voor deze minimale stijging in behoeftevervulling competentie zou een voorval binnen les drie van de interventiegroep kunnen zijn. Deze les is een leerling lelijk terecht gekomen op de dikke mat na een poging tot het springen van een salto. Deze leerling is uiteindelijk, in aanwezig van de interventiegroep, meegenomen naar het ziekenhuis met een ambulance. Voor

leerlingen die moeite of angst ervaren met trampolinespringen zou dit kunnen zorgen voor motivatieproblemen. Deze redenen zijn echter niet naar voren gekomen bij het afnemen van de verschillende interviews.

Een opmerkelijk resultaat binnen dit onderzoek is de lichte daling in effect binnen de vervulling van de basisbehoefte autonomie (-0,05). Autonomie ontstaat wanneer er ruimte is voor eigenheid en onafhankelijkheid (van Aalst en Kok, 2004).

Leerlingen kregen binnen de lessenreeks veel ruimte om de onderdelen naar eigen invulling te oefenen en uiteindelijk te toetsen. Echter komt in het logboek vaak naar voren dat veel leerlingen zich geen raad weten met deze ruimte en geen van de vijf onderdelen oefenen. Ook in verschillende interviews wordt aangegeven dat niet iedereen om kon gaan met deze ruimte. Dit zou een reden kunnen zijn voor de minimale daling in vervulling van de basisbehoefte autonomie, met als oorzaak een tekort aan structuur. Vansteenkiste, Sierens, Soenens en Lens (2007) beschrijven structuur als de mate waarin leerlingen een houvast wordt geboden, met als doel weten wat van hen verwacht wordt en wat gedaan moet worden om een bepaald resultaat te behalen. Leerkrachten kunnen het leerproces structureren zodat leerlingen zich bekwaam en competent voelen om de opgedragen taken uit te voeren. Het hierboven beschreven probleem, leerlingen die zich geen raad weten met de verkregen ruimte binnen de lessenreeks, kan verholpen worden door deze vastlopende leerlingen tips te geven zonder toevoeging van een oplossing. Volgens Vansteenkiste, Sierens, Soenens en Lens (2007) geeft dit leerlingen de kans zelf de oplossing te ontdekken en zichzelf wat bij te leren.

Het volgende opmerkelijke resultaat is de ferme stijging in vervulling van de basisbehoefte relatie met een effectgrootte van 1,08. Deze basisbehoefte wordt beschreven als de behoefte om de ander te ontmoeten en jezelf te ontdekken in het aanzicht van die ander (van Aalst & Kok, 2004). Uit het geoperationaliseerde logboek blijkt vaak dat leerlingen elkaar veel ontmoet hebben in de rol van hulpverlener maar ook veel naar elkaar gekeken hebben bij de onderdelen met trampoline. Echter is wel gebleken dat met de zelfbeoordeling lastig was voor leerlingen. De leerlingen zijn uiteindelijk in samenspraak met de begeleidend docent tot een cijfer gekomen waar beide partijen achter stonden. Dit zou erop kunnen wijzen dat de stijging in de basisbehoefte relatie verkregen is doordat alle leerlingen de docent tijdens de beoordeling ontmoet hebben en ontdekt hebben dat ze prima in staat zijn zichzelf een cijfer toe te kennen voor het onderdeel dat zojuist is uitgevoerd. Wanneer een leerkracht positieve feedback geeft aan een leerling en vertrouwen schenkt in hun capaciteiten om een leertaak tot een goed einde te brengen worden leerlingen in positieve zin gestimuleerd (Vansteenkiste, Sierens, Soenens en Lens, 2007). Door in samenspraak met de leerling te bekijken waar nog

verbeterpunten liggen wordt de leerling houvast geboden wat ervoor kan zorgen dat hij/zij een sterkere mate van controle ervaart op het leerproces. Volgens Dijkstra en Hagen (2000) wordt de basisbehoefte relatie versterkt wanneer leerlingen invloed hebben op de manier waarop met hem of haar wordt omgegaan. Mogelijk is dat leerlingen de zelfbeoordeling dan ook op bovenstaande manier in positieve zin ervaren hebben waardoor de basisbehoefte relatie duidelijk beter vervuld werd.

Een belangrijk, al dan niet het belangrijkste aspect binnen dit onderzoek bedroeg de zelfbeoordeling. Leerlingen uit de interventiegroep hebben voor het eerst zichzelf mogen beoordelen op drie verschillende onderdelen. Met name in de interviews is naar voren gekomen dat dit als zeer positief is ervaren, vier van de vier ondervraagde leerlingen zou vaker willen werken met een zelfbeoordeling. Aangegeven werd dat leerlingen het prettig vonden zelf wat te zeggen te hebben, het fijn vonden dat ze feedback kregen van de docent op de manier waarop ze zichzelf beoordeelde en het op deze manier ook helemaal eens waren met hun cijfer. Binnen de interviews met de controlegroep werd door een student aangegeven het niet eens te zijn met het behaalde cijfer. Dit is niet voorgekomen binnen de interviews met de interventiegroep.

Belangrijk om te benoemen is dat de tijdsduur van de interventieperiode slechts vijf weken bedroeg, wat zonder twijfel invloed gehad heeft op de betrouwbaarheid van de onderzoeksresultaten. De periode van onderzoek is te kort geweest om een grote verandering van de basisbehoeftevervulling te kunnen verkrijgen.

De onderzoeksvraag: *‘Wat is het effect op het gevoel van competentie, autonomie en relatie van leerlingen op het ROC sport en bewegen te Boxmeer, leerjaar een niveau vier, bij turnen wanneer ze niet door de docent worden beoordeeld maar door zichzelf met als doel uiteindelijk de motivatie te verhogen?’* kan op de volgende manier worden beantwoord:

Dit onderzoek heeft laten zien dat het werken met een zelfbeoordeling binnen de lessen turnen een klein positief effect heeft op de basisbehoeftevervulling van de leerlingen uit de interventiegroep.

AANBEVELINGEN

Aan de docenten van team Sport en Bewegen van mbo college de Maasvallei wordt aanbevolen om vanaf schooljaar 2017-2018 bij alle klassen niveau vier leerjaar één te starten met de in dit onderzoek beschreven beoordelingsmethode: de zelfbeoordeling, tijdens de lessen sport en spel. Dit advies wordt gedaan met een kanttekening dat er een langere periode dan een lesuur genomen moet worden om de studenten een beoordeling te laten vormen, in samenspraak met de docent.

Een belangrijk advies voor de docenten die lesgeven of gaan lesgeven aan deze klassen is het bieden van voldoende structuur om een autonomie ondersteunende leeromgeving te creëren. Binnen de zelfbeoordeling voorziet een leerling, in bijzijn van de docent, zichzelf van zowel positieve feedback (wat kan ik al wel?) en opbouwende feedback (wat kan ik nog verbeteren?). Dit biedt een leerling houvast wat resulteert in een sterkere mate van controle van de leerling op het leerproces. Daarnaast waren studenten binnen dit onderzoek vrij om te kiezen tussen vijf verschillende onderdelen. Een passende oplossing met als voorbeeld dit onderzoek is het afbakenen van de keuzevrijheid die studenten hebben. Studenten hebben dan nog steeds drie keuzes, maar moeten kiezen voor een acrogym vorm, een vorm van grondacrobatiek en een vorm van trampolinespringen. Een bijkomend voordeel is dat de studenten dan meer uitgedaagd worden op het gebied van competentie. Aan de hand van dit onderzoek betekend dat natuurlijk een turnlandschap, maar ook het werken met een meerkamp bij atletiek is hiervan een voorbeeld. Daarbij zouden verschillende onderdelen centraal kunnen staan als hoog- en verspringen, kogelstoten, speerwerpen, 80 meter sprint en coopertest. De studenten zouden in dit voorbeeld verplicht zijn om een loop, spring en werp onderdeel te kiezen.

Een ander advies is het werken met verschillende rubrics. Rubrics dienen opgesteld te worden voor ieder te toetsen onderdeel, zodat hier jaar op jaar gebruik van gemaakt kan worden. Deze rubrics dienen ingezet te worden tijdens de gehele lessenreeks, zodat studenten weten wat ze moeten kunnen voor een voldoende. Dit resulteert in een hogere acceptatie voor het cijfer dat de student uiteindelijk behaald.

BRONNENLIJST

- Aalst, van. H.F., & Kok, J.M. (2004). *Het nieuwe leren*. JSW: jaargang 89.
- Andrade, H. & Valtcheva, A. (2009). Promoting Learning and Achievement Through Self-Assessment. *Theory Into Practice*, 48(1),12-19.
- Borghouts, L., van Dokkum, G. & Slingerland, M. (2014). Beoordelen in de lichamelijke opvoeding. *Lichamelijke opvoeding, jaargang 102, 25 april 2014*
- Boud, D. & Falchikov, N. (1989). Kwantitatieve studies of student self assessment in higher education: a critical analysis of findings. In: *Higher Education* (18) 529 – 549
- Bors, G., & Stevens, L. (2010). *De gemotiveerde leerling* (Vol. 4). Antwerpen/Apeldoorn: Garant.
- Brouwer, B. (2008). Van cijfers geven naar leerlingen volgen. *Lichamelijke opvoeding, 11, 6-10*
- Deci, E.L. & Ryan, R.M. (2000). *The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior*. *Psychological Inquiry*, 11, 319-338
- Dijkstra, R. & Hagen, M. van der. (2000). *Laat dat maar aan mij over: over de basisbehoefte competentie*. Utrecht: APS-Voda.
- Dijkstra, R. & Hagen, M. Van der. (2000) *Erbij horen en meetellen: over de basisbehoefte relatie*. Utrecht: APS.
- Dingemanse, K. (2015). *Soorten interviews*.
Geraadpleegd op: 22-03-2017
Van: <https://www.scribbr.nl/onderzoeksmethoden/soorten-interviews/>
- van Dokkum, G. (2011). Het 'Beoordelingsspectrum': een pleidooi voor adaptief beoordelen binnen de les LO. *Lichamelijke opvoeding, 2011, 23-25*
- McDonald, B. (2007). Self assessment for Understanding. *Journal of Education*, 188 (1), 25-40.
- Rijksoverheid, (2016). *MBO-examens*.
Geraadpleegd op: 8-12-2016
<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/middelbaar-beroepsonderwijs/inhoud/mbo-examens>

Segers, M.S.R. (2004). *Assessment en leren als een twee-eenheid: Onderzoek naar de impact van assessment op leren*. Universiteit van Leiden.

SLO, (2017). *Rubrics*.

Geraadpleegd op: 19-03-2017

<http://www.slo.nl/voortgezet/vmbo/themas/Rubrics/>

Vansteenkiste, M., Simons, J., Lens, W., & Soenens, B. (2004). *De kwaliteit van motivatie telt: over het promoten van intrinsieke doelen op een autonomieondersteunende wijze*. Geraadpleegd op: 8-12-2016

<http://link.springer.com/article/10.1007/BF03062334>

Vansteenkiste, M., Sierens, E., Soenens, B., & Lens, W. (2007). *Willen moeten en structuur in de klas: over het stimuleren van een optimaal leerproces*. Katholieke universiteit Leuven.

Wijsman, E. (2013). *Psychologie en sociologie*. Groningen/Houten: Noordhofuitgevers.

Woolfolk, A., Hughes, M. & Walkup, V. (2008). *Psychology in education*. Harlow: Pearson Education Ltd.

DANKWOORD

Graag wil ik de docenten van mbo college de Maasvallei te Boxmeer bedanken. Zij hebben mij vrij gelaten in mijn keuze voor het afnemen van dit onderzoek en mij gestimuleerd een onderwerp te zoeken waar ik als docent met dit onderzoek van kan groeien. Ook hebben zij mij geholpen met het plannen van mijn interventie en het roosteren van de momenten waarin de voor- en nameting werd afgenomen.

Als eerste wil ik graag Silvana van Uden bedanken die samen met mij verantwoordelijk was voor de lessen sport en spel waarbinnen mijn onderzoek plaatsvond. Silvana heeft met haar eigen planning veel moeten schuiven om mij optimaal mijn onderzoek te laten uitvoeren. De uitspraak “Jouw onderzoek gaat voor Bo!” is dan ook vaak ter oren gekomen.

Vervolgens wil ik graag Wendy Navis bedanken, die mij geholpen heeft mijn eerste ongeval binnen de gymles, plaatsvindend midden in een interventie les, te verwerken binnen dit onderzoek.

Tevens wil ik ook Kaveh Mohebbi bedankten voor de hulp bij het verwerken van de resultaten uit dit onderzoek en de verwerking van deze in Excel.

Als laatste gaat mijn dank uit naar Tineke Wulms, docent aan de Fontys Sporthogeschool voor de momenten van duidelijke feedback, tips en ondersteuning waar nodig tijdens het schrijven van dit artikel.

BIJLAGEN

BIJLAGE I: ONDERZOEKSPOPULATIE EN CONTEXT

Totale onderzoeksgroep

De totale onderzoeksgroep, dus de groep waarop de resultaten van mijn onderzoek betrekking hebben, zijn alle eerste jaars studenten op het ROC sport en bewegen te Boxmeer. Dit zijn twee klassen van ongeveer 30 leerlingen. Veel van de leerlingen in deze klassen volgen al langer onderwijs op deze school, in de vorm van een niveau twee opleiding. Deze hebben vele al afgerond. Natuurlijk zitten er ook leerlingen in de klassen die VMBO theoretische leerweg gevolgd hebben en een enkeling heeft een HAVO opleiding afgerond.

Klas MSS4V1A	Klas MSS4V1B
Totaal aantal leerlingen: 28 Aantal jongens: 22 Aantal meisjes: 6 Onderwijsniveau: MBO niveau 4	Totaal aantal leerlingen: 31 Aantal jongens: 25 Aantal meisjes: 6 Onderwijsniveau: MBO niveau 4

Ik heb gekozen voor deze klassen met verschillende redenen. De voornaamste reden waarom ik mijn onderzoek ga uitvoeren met deze klassen is omdat ik deze klassen het gehele jaar les blijf geven. Op het moment dat ik mijn interventie ga uitvoeren heb ik dus al meer dan twee periodes ervaring met deze klassen. Wanneer dit niet het geval zou zijn, zou alles nog nieuw zijn voor mij maar ook voor de klassen waarbij ik het onderzoek uit zou voeren. Leerlingen zouden wellicht nog aan mijn manier/stijl van lesgeven moeten wennen. Dit zou eventueel het resultaat van het onderzoek kunnen beïnvloeden.

Op het moment wordt binnen het vak sport en spel, waarbinnen mijn interventie plaats gaat vinden, een formatieve beoordeling gegeven in de vorm van een cijfer. Leerlingen volgen een lessenreeks van vijf lessen waarna ze bij bepaalde onderdelen een cijfer ontvangen en bij bepaalde onderdelen geen cijfer ontvangen. Wanneer leerlingen niet aanwezig zijn bij de beoordeling in de laatste les hoeven ze dit niet opnieuw te doen. Het cijfer dient, volgens de docenten, puur ter motivatie van de leerlingen. Ze geven aan niet genoeg tijd te hebben om alle leerlingen deze vakken te laten herkansen. De leerlingen weten dit, vandaar dat ik met deze interventie wil streven naar meer motivatie bij leerlingen. Ik hoop dit doel te behalen door de drie basisbehoeften meer terug te laten komen tijdens de lessen met uiteindelijk een zelfbeoordeling in plaats van een docentbeoordeling. De zelfbeoordeling wordt door de leerlingen in de interventiegroep gevormd door gebruik te maken van de rubric beoordelingsformulieren.

Interventiegroep en controlegroep

Voor mijn onderzoeksvraag: 'Wat is het effect op het gevoel van competentie, autonomie en relatie van leerlingen op het ROC sport en bewegen te Boxmeer, leerjaar een niveau vier, bij turnen wanneer ze niet door de docent worden beoordeeld maar door zichzelf met als doel uiteindelijk de motivatie te verhogen?' kies ik ervoor om vooraf nog niet vast te stellen welke van de twee klassen de interventiegroep gaat worden en welke de controlegroep. Ik wacht de uitslagen van de vragenlijst

af kies er dan voor om de groep waar de basisbehoeften het minst vervuld zijn te gebruiken als interventiegroep. De kans op verbetering is bij deze klas het hoogst, waardoor het grootste effect meetbaar is.

Steekproef

Binnen mijn onderzoek ga ik gebruik maken van een interview dat steekproefsgewijs afgenomen wordt. Ik heb hiervoor gekozen omdat een steekproef snel uit te voeren is, weinig organisatie vereist en voornamelijk omdat het leidt tot preciezere resultaten (Tuyckom, Vos & Scheerder, 2011). Bij een weloverwogen doelgerichte steekproef kiest een onderzoeker uit de totale populatie die de onderzoekseenheden uit waarvan hij/zij denkt dat ze een weergave van de populatie zijn (Patton, 1987). Binnen dit onderzoek wordt een voor- en nameting uitgevoerd waar middels een vragenlijst de basisbehoeften van de populatie gemeten worden. Ik kies ervoor om met behulp van de resultaten uit deze vragenlijst een selectie te maken voor de interviews. Hierbij kies ik binnen zowel de interventie- als de controlegroep voor de volgende drie type leerlingen: lage vervulling basisbehoeften, gemiddelde vervulling basisbehoeften en hoge vervulling basisbehoeften. Uiteindelijk maak ik een samenvatting van deze interviews en geeft dit een weergave voor de mening van de gehele klas.

Volgens Tuyckom, Vos & Scheerder is een risico van het werken met een weloverwogen doelgerichte steekproef dat deze doorgaans niet leidt tot representatieve resultaten. Er worden maar enkele leerlingen geanalyseerd, waardoor er niet met zekerheid gezegd kan worden dat de kenmerken van de gekozen leerlingen overeenkomen met de kenmerken van de totale populatie.

BIJLAGE II: PLANNING

Onderdeel	Datum	Tijdstip	Vak	Locatie
Herinnering aan docenten betreft invullen vragenlijsten.	23-01-2017	8.30 uur	-	Maasvallei Docenten-kamer
Voormeting interventiegroep	30-01-2017	14.00 uur	Organisator	Maasvallei Lokaal: 2.20
Voormeting controlegroep	30-01-2017	13.15 uur	SB-functionaris	Maasvallei Lokaal: 0.80
Interventie les 1	06-02-2017	9.00 uur 10.15 uur	Sport en spel	Raaijhal Overloon
Interventie les 2	13-02-2017	9.00 uur 10.15 uur	Sport en spel	Raaijhal Overloon
Interventie les 3	20-02-2017	9.00 uur 10.15 uur	Sport en spel	Raaijhal Overloon
Krokusvakantie	27-02-2017 t/m 05-03-2017	-	-	-
Interventie les 4	06-03-2017	9.00 uur 10.15 uur	Sport en spel	Raaijhal Overloon
Interventie les 5	13-03-2017	9.00 uur 10.15 uur	Sport en spel	Raaijhal Overloon
Nameting interventiegroep	20-03-2017	14.00 uur 14.30 uur	Lesgever	Maasvallei Lokaal: 1.10
Nameting controlegroep	20-03-2017	14.30 uur	Begeleider	Maasvallei Lokaal: 2.30
Interviews interventiegroep	27-03-2017	9.00 – 10.00 uur	Sport en spel	Raaijhal Overloon
Interviews controlegroep	27-03-2017	10.15 – 11.15 uur	Sport en spel	Raaijhal Overloon

BIJLAGE III: BESCHRIJVING COMPLETE INTERVENTIE

- 5 lessen turnen
- er zijn 5 verschillende 'onderdelen' die centraal staan
 - Trampoline kast springen (Arabier/Overslag)
 - Trampoline springen (Vrije sprong/Salto)
 - Acrogym in tweetal (Bolkvorm, Buik/Rugvorm of Sta op vorm)
 - Handstand (Vrije handstand of Handstand doorrollen)
 - Radslag
- leerlingen in de interventietroep beoordelen zichzelf op drie onderdelen a.d.h.v. het rubrics beoordelingsformulier. Ze beoordelen zichzelf op drie van de vijf onderdelen. Het gemiddelde hiervan vormt het eindcijfer.
- Leerlingen in de controlegroep worden beoordeeld door de docent a.d.h.v. het beoordelingsformulier. Ze worden beoordeeld op drie van de vijf onderdelen. Het gemiddelde hiervan vormt het eindcijfer. Tijdens de lessenreeks is het rubricsformulier niet in te zien voor leerlingen uit de controlegroep. Deze leerlingen ontvangen de gehele lessenreeks op een docentgestuurde wijze.

	Interventiegroep	Controlegroep
Domein	Turnen	Turnen
Inhoud	Turnlandschap met vijf verschillende onderdelen: 1. Trampoline kast springen 2. Trampoline vrij springen 3. Acrogym duo 4. Handstand 5. Radslag Er vinden drie lessen plaats waarin aandacht besteed wordt aan de verschillende onderdelen: Les 1: Acrogym Les 2: Handstand/radslag Les 3: Trampolinespringen De laatste twee lessen oefenen de leerlingen zelfstandig aan de onderdelen die ze willen toetsen.	Turnlandschap met vijf verschillende onderdelen: 1. Trampoline kast springen 2. Trampoline vrij springen 3. Acrogym duo 4. Handstand 5. Radslag Er vinden drie lessen plaats waarin aandacht besteed wordt aan de verschillende onderdelen: Les 1: Acrogym Les 2: Handstand/radslag Les 3: Trampolinespringen De laatste twee lessen oefenen de leerlingen zelfstandig aan de onderdelen die ze willen toetsen.
Soort beoordeling	Cijfer, leerling beoordeeld zichzelf	Cijfer, docent beoordeeld
Soort evaluatie	Formatieve evaluatie	Formatieve evaluatie
Hoe komt de beoordeling tot stand?	Leerlingen kiezen ervoor om drie van de vijf onderdelen binnen het turnlandschap te gaan oefenen. In het rubricsformulier is te zien welke uitvoering binnen een onderdeel het hoogste cijfer waard is en welke het laagste cijfer waard is. Aan het einde van de periode geeft de leerling zichzelf voor alle drie de onderdelen een cijfer waarna deze drie cijfers samen het eindcijfer vormen. De beoordeling vindt plaats a.d.h.v. een rubricsformulier.	Leerlingen kiezen ervoor om drie van de vijf onderdelen binnen het turnlandschap te gaan oefenen. De leerlingen volgen vijf lessen met dezelfde opzet als de interventiegroep, ze ontvangen in les 5 een beoordeling voor de drie onderdelen. Aan het einde van de periode wordt door de docent voor ieder onderdeel een beoordeling gevormd waarna deze drie cijfers samen het eindcijfer vormen.

Beschrijving lessen en procedures

Zowel de interventiegroep als de controlegroep ondergaan dezelfde lessen. Ze worden hetzelfde opgebouwd, er wordt op dezelfde manier feedback gegeven (met dezelfde onderwijs leermiddelen, dwangstellingen etc.) en de les wordt gegeven door dezelfde leraar. Voorbeelden worden gegeven d.m.v. filmmateriaal verkregen op de youtube pagina van *Fontys Sporthogeschool Turnen*.

Het enige verschil dat niet te verhelpen valt is dat een klas altijd het eerste uur meteen deze les volgt en de andere klas voorafgaand aan deze les al een andere les gehad heeft. Het verschil voor het onderzoek zit hem in de beoordeling.

De interventiegroep beoordeeld zichzelf op drie van de vijf onderdelen, de leerlingen mogen zelf kiezen welke drie onderdelen. De leerling raakt hierdoor betrokken bij belangrijke thema's in de eigen leeromgeving, dit versterkt de autonomie en daarmee de eigenwaarde van de leerling (Dijkstra, 2000). De eerste lessen van de interventie zullen alle leerlingen ervaren welke onderdelen centraal staan in de lessenreeks, later zullen ze hier een keuze in maken. De leerling krijgt de kans de onderdelen te kiezen waar hij/zij zich het prettigst bij voelt, het beste denkt te beheersen. Voor een leerling wordt het leren betekenisvoller wanneer hij/zij invloed heeft op wat er wordt geleerd, waardoor zijn/haar gevoel van competentie toeneemt (Dijkstra & Hagen, 2000). Er wordt beoordeeld a.d.h.v. een beoordelingsformulier in rubric vorm. Rubric is een beoordelingsinstrument dat geschikt is om (deel)vaardigheden binnen een gymles te beoordelen (SLO, 2017). Een rubric is een analytische beoordelingsschaal die meer zegt dan de veelal toegepaste beoordeling van enkel een cijfer. Beoordelen met behulp van rubrics zorgt voor verduidelijking voor een leerling: wat ging goed en wat ging minder goed? Dit biedt een leerling de mogelijkheid om nieuwe leerdoelen op te stellen voor zichzelf. Rubrics zijn zowel voor docenten als leerlingen te gebruiken, voor leerlingen kan het helpen bij het vormen van een zelfreflectie.

Wanneer leerlingen moeite hebben de eigen beoordeling in te vullen omdat ze zelf niet goed kunnen 'zien' of iets goed is gegaan (bijvoorbeeld of een arabier helemaal 'recht door de steeg' was) is er de mogelijkheid om door een medeleerling een filmpje te laten maken op een Ipad. Leerlingen kijken dit filmpje zelf terug en beoordelen zichzelf hierop. Echter kan een leerling er ook voor kiezen feedback te vragen van een docent, of zelf te kijken naar het beoordelingsformulier. Een relatie van leerlingen met de andere leerlingen of de docent wordt versterkt als een leerling invloed heeft op de manier waarop er met hem of haar wordt omgegaan (Dijkstra & Hagen, 2000).

Uiteindelijk vind de beoordeling voor ieder onderdeel plaats door de leerlingen zelf, ze kijken naar hun eigen oefening via de Ipad of zichzelf beoordelen a.d.h.v. de eigen ervaring (kan ik nu wel de salto landen, wat ik eerst niet kon?). Leerlingen krijgen door de zelfbeoordeling inzicht in het eigen leerproces, waarvan bekend is dat dit zorgt voor een grotere relatie van de leerling bij zijn eigen leerproces (Boud & Falchikov, 1989). Ook is het volgens Boud en Falchikov zo dat leerlingen die ouder zijn zichzelf beter kunnen beoordelen dan leerlingen die jonger zijn. De leeftijden binnen de groep waarmee dit onderzoek wordt uitgevoerd verschillen van 16 jaar tot 28 jaar, dit zou volgens de theorie dus een goede mogelijkheid zijn. Ook is een effect zelfbeoordeling volgens onderzoek van Andrade en Valtcheva (2009) en McDonald (2007) dat leerlingen meer blijken te leren als zij zichzelf beoordelen.

De controlegroep wordt beoordeeld op drie van de vijf onderdelen, ook hier mogen de leerlingen zelf kiezen welke drie onderdelen. Leerlingen krijgen hier ook de mogelijkheid zichzelf te filmen en de

eigen oefening hierdoor in te zien en hier feedback uit te halen. De leerling kan ook hier kiezen om feedback te ontvangen van de docent. De controlegroep wordt beoordeeld middels hetzelfde beoordelingsformulier dat gebruikt wordt bij de interventiegroep, alleen hier wordt er dus een cijfer gegeven door de docent. Ook werken de leerlingen tijdens de lessen **niet** met het rubric beoordelingsformulier. Ze werken aan de eigen voortgang binnen de onderdelen die ze willen toetsen.

Goed om te benoemen is dat de cijfers die gegeven worden bij dit vak beide dienen als formatieve beoordeling. Deze school heeft ervoor gekozen de leerlingen een cijfer te geven omdat dit meer zou motiveren dan een aantekening 'behaald' of 'deelgenomen'. Dit is gebleken uit een eerder uitgevoerd onderzoek van ROC de Maasvallei. Hieruit is de conclusie gevallen formatief te beoordelen met een cijfer in de plaats van het voorheen 'behalen' of 'niet behalen'. Het cijfer telt dus niet mee bij de overgangsbepaling. Het effect dat ik hoop te behalen met de zelfbeoordeling is een stijging in vervulling van de drie basisbehoeften.

Opbouw van de interventie

Week 1	Acrogym - sta op vormen - buik rug vormen - bolk vormen	Uitleg en oefenen klassikaal
Week 2	Grondacrobatiek - Handstand - Handstand doorrollen - Radslag	Uitleg en oefenen klassikaal + Extra tijd oefenen acrogym
Week 3	Trampoline springen - vrije sprongen - kastsprongen Acrogym & grondacrobatiek - herhalen van de behandelde oefeningen - verdiepen in andere vormen	Trampoline: introductie met helft van de klas, oefenen. (30 min) Acrogym en grondacrobatiek: zelfstandig oefenen met andere helft van de klas. (30 min). Op een laptop zijn meerdere onderdelen (makkelijker/moeilijker) in film vorm te bekijken.
Week 4	Turnlandschap: - Springvormen - Acrogym vormen - Grondvormen	Zelfstandig oefenen aan onderdelen voor toets
Week 5	Turnlandschap: - Springvormen - Acrogym vormen - Grondvormen	Zelfstandig oefenen aan onderdelen voor toets & eigen beoordeling/docentbeoordeling

Duur van de interventie

Ik heb vanuit stage in eerste instantie vijf lessen om mijn onderzoek te doen. Aangezien het instapniveau van deze leerlingen vrij hoog ligt, ga ik uit deze interventie uit te kunnen voeren in vijf weken. Mocht het zo zijn dat de leerlingen in week vier toch nog een extra oefenweek nodig te hebben dan is er een mogelijkheid wat te schuiven in het programma en een zesde week te schuiven in de planning. Ik ga hier echter nog niet vanuit, maar als docent LO leren wij om goed te evalueren

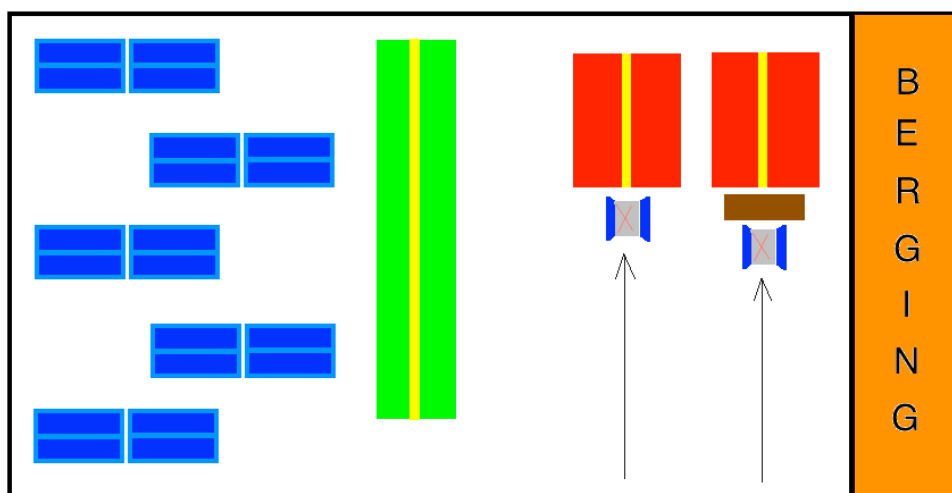
na het geven van onze lessen en mocht ik mijn beginsituatie aan moeten passen dan is dit dus geen probleem. De enige reden dat ik op dit moment niet voor zes weken interventie kies is omdat het niet de voorkeur heeft van mijn stageschool.

Organisatie

Ik heb ervoor gekozen om de eerste les te beginnen met acrogym. Dit omdat acrogym een onderdeel is dat veel samenwerking vergt tussen twee leerlingen en ik de leerlingen zo lang mogelijk de tijd wil geven de afstemming met elkaar te vinden en de kans wil geven iedere les even samen te kunnen oefenen.

Ik heb ervoor gekozen om de springvormen een keer klassikaal te behandelen met de helft van de klas, omdat er maar twee trampolines zijn. In deze les worden zowel vrije sprongen als sprongen over de kast beoefend, waardoor er met een hele klas weinig sprongbeurten over zouden blijven. Ik heb ervoor gekozen om tijdens de klassikale les springen voornamelijk het accent te leggen op hulpverleners tijdens de meest voorkomende sprongen. Dit met het oog op het turnlandschap, hier mogen leerlingen zelfstandig oefenen en het is belangrijk dat ze elkaar dan goed kunnen helpen. Ik kies er expres voor om het springen niet eerder dan bij de laatste twee lessen weer terug te laten keren, omdat ik bij het turnlandschap ook mijn aandacht, wanneer nodig, volledig op het meest risicovolle onderdeel kan vestigen.

Ik kies ervoor om het springen en de acrogym ieder aan een kant van de zaal te plaatsen met daar tussenin het grondvorm gedeelte. Dit omdat het acrogym gedeelte veel concentratie bevat voor zowel de uitvoerders als de eventuele hulpverleners. Op deze manier hoop ik dat het springen maar vooral de personen die aan het wachten zijn om te springen geen stoorfactor of afleidende factor zullen vormen voor de acrogym. Voor de grondvormen gebruiken we doorgaans minder hulpverleners. Ook worden de grondvormen maar door een persoon uitgevoerd. Om deze reden heb ik deze vormen in het midden van de zaal geplaatst. Zie organisatietekening van het turnlandschap hieronder.



organisatietekening turnlandschap (les 4 en 5)

Waarom voor deze interventie gekozen?

Mijn onderzoeksvraag luid als volgt: Wat is het effect op het gevoel van competentie, autonomie en relatie van leerlingen op het ROC sport en bewegen te Boxmeer, leerjaar een niveau vier, bij turnen wanneer ze niet door de docent worden beoordeeld maar door zichzelf met als doel uiteindelijk de motivatie te verhogen?

Belangrijk is dus dat er binnen deze lessenreeks veel is nagedacht om aan de drie basisbehoeften van leerlingen tegemoet te komen. Ik probeer dit effect te bereiken door de zelfdeterminatietheorie volgens Deci & Ryan (2000) zo goed mogelijk na te streven. Samengevat komt deze theorie op het volgende neer:

Wil je je leerlingen maximaal motiveren, dan moet je er als docent voor zorgen dat je leerlingen het gevoel hebben dat ze:

1. mee mogen/kunnen beslissen (autonomie),
2. de gegeven opdrachten aankunnen (competentie),
3. dat er betrokkenen zijn bij het leren in de vorm van docenten en/of medeleerlingen (relatie).

De basisbehoefte **autonomie** wordt binnen dit onderzoek naar verwachting tot vervulling gebracht doordat leerlingen binnen de interventiegroep zichzelf mogen beoordelen. Leerlingen krijgen hier de ruimte voor eigenheid, en onafhankelijkheid, waar de behoefte aan autonomie naar verwijst (van Aalst & Kok, 2004). Leerlingen willen greep krijgen op hun eigen situatie en hier sturing aan geven, wat binnen dit onderzoek dus plaats vindt in de vorm van een zelfbeoordeling.

Naar verwachting wordt de basisbehoefte **competentie** binnen dit onderzoek vervuld doordat leerlingen de keuze hebben welke van de vijf onderdelen ze willen toetsen. Ze krijgen dus eigenlijk de kans om onderdelen te kiezen waar ze zich het prettigste bij voelen en waar ze zelf van verwachten dat ze het beste in zullen presteren. Competentie verwijst naar de behoefte van mensen om iets te presteren, iets te kunnen, ergens goed in te zijn en dat ook te laten zien (van Aalst & Kok, 2004).

Binnen dit onderzoek zijn leerlingen continu met elkaar bezig, een vereiste voor het uitvoeren van een van de opdrachten is namelijk hulpverlenen. Leerlingen kijken naar elkaar en helpen elkaar wanneer een oefening nog niet helemaal lukt. **Relatie** verwijst naar de behoefte om de ander te ontmoeten en jezelf ontdekken in het aanzicht van die ander (van Aalst & Kok, 2004). Ook vraagt het opbouwen en ontwikkelen van een relatie om vertrouwen en veiligheid, wat beide binnen de lessenreeksen geboden wordt door het vele hulpverlenen bij elkaar.

Zoals voorheen beschreven krijgen leerlingen in beide groepen de keuze om drie van de vijf aangeboden onderdelen te toetsen. Het verschil tussen de beide groepen gaat hem echter zitten in het beoordelen. Bij de interventiegroep vindt een zelfbeoordeling plaats, hierbij is de leerling zelf betrokken bij het beoordelen van zijn of haar eigen leren (Boud & Falchikov, 1989). De zelfbeoordeling is een assessmentvorm, waarbij leerlingen op basis van vooraf opgestelde criteria kritisch naar eigen producten en leerprocessen kijken. Binnen dit onderzoek is zeer duidelijk voldaan aan de eisen van een zelfbeoordeling:

- leerlingen worden betrokken bij de beoordeling van het eigen leren;
- kijken daarbij kritisch naar zichzelf;
- en beoordelen zichzelf a.d.h.v. de vooraf opgestelde criteria uit het rubric formulier.

Op het rubric beoordelingsformulier is door de leerlingen zelf af te lezen welk cijfer ongeveer bij welke uitvoering hoort. Voor ieder onderdeel, handstand (doorrollen) en radslag samen als 'grondacrobatiek', is een aparte rubric aanwezig. Het verschil in beoordelen wordt iedere les toegelicht bij de interventiegroep. Bijvoorbeeld bij het springen bestaat er een verschil in cijfers met betrekking tot de landing. Zo kan je bij het springen van een draai om de lengteas een zeven en een half halen, maar wanneer je dan je landing moet corrigeren met twee passen is dit geen perfecte sprong. Op deze manier wordt het rubric formulier toegelicht aan de leerlingen en iedere les ook herhaald.

Het verwachte resultaat uit dit onderzoek is voor mij een duidelijk verschil in uitslagen van de vragenlijsten die ik afneem voor en na de interventieperiode, maar ook verwacht ik een verschil tussen de interventiegroep en de controlegroep. Verder verwacht ik duidelijk verschillende uitkomsten na het houden van interviews met leerlingen uit de interventiegroep in vergelijking met leerlingen uit de controlegroep.

Naast de zelfbeoordeling bestaat er ook nog peer assessment. Peer assessment is een sterke assessmentmethode, waarbij leerlingen van ongeveer hetzelfde niveau of leerjaar – peers – actief betrokken worden bij elkaars beoordelings- en evaluatieproces (Falchikov, 1995). Hierdoor wordt op een actieve manier met het leren omgegaan met als gevolg een groter leereffect. Ik heb binnen dit onderzoek **niet** gekozen voor het peer assessment, met als grootste reden hiervoor dat ik het (nog) niet vind passen bij de onderzoekspopulatie. Het klassenklimaat is nog wat onrustig en sommige leerlingen worden behoorlijk getreiterd binnen de klassen. Ook mede omdat de leerlingen binnen deze klassen elkaar pas sinds dit schooljaar kennen, verwacht ik dat er veel aspecten – zoals bijvoorbeeld bang zijn om verkeerd in de groep te vallen door het geven van een negatieve beoordeling - afnemen van het mogelijke resultaat bij peerfeedback. Zo verwacht ik dat sommige leerlingen een ander zullen beoordelen met een goed cijfer omdat ze verwachten dit goede cijfer dan zelf ook te kunnen ontvangen. Of juist andersom, dat leerlingen bang zijn elkaar onvoldoende te beoordelen omdat ze bang zijn dan zelf ook een onvoldoende te ontvangen. Zo beschrijft Prof.dr. Wijnen (2011) dat leerlingen begrijpen dat de docent niet alles kan zien en daardoor de leerlingen elkaar laat beoordelen. Maar het beoordelen van elkaar vinden de leerlingen geen prettige opgave. Ze geven aan wel eens duidelijk te willen maken welke leerlingen de kantjes er vanaf lopen, maar twifelen over wat de gevolgen hiervan zijn. Ook willen ze de sympathieke leerling die het moeilijk heeft graag ondersteunen, maar wat heeft hij daar aan?

Onderzoeksinstrumenten

Wat is het effect op het gevoel van competentie, autonomie en relatie van leerlingen op het ROC sport en bewegen te Boxmeer, leerjaar een niveau vier, bij praktijkvakken wanneer ze niet door de docent worden beoordeeld maar door zichzelf met als doel uiteindelijk de motivatie te verhogen.

De onderzoeksinstrumenten die gebruikt worden binnen dit onderzoek:

1. Interview met zes verschillende leerlingen
2. Vragenlijst basisbehoeftes BPNPES wordt ingevuld door beide klassen, eenmaal voorafgaand aan de interventieperiode en eenmaal na afloop van de interventieperiode.
3. Onderzoeker houdt een logboek bij met daarin exact wat er gebeurt, op welk moment en door wie zodat hier later alle stappen nogmaals doorgenomen kunnen worden om eventuele 'fouten' in het onderzoek terug te kunnen lezen en mee te kunnen nemen in de conclusie.

Vragenlijst

Voor dit onderzoek wordt door zowel de interventiegroep als de controlegroep in de voor- en nameting de BPNPES vragenlijst ingevuld, deze is te vinden in bijlage I en bestaat uit 24 vragen. Met deze vragenlijst wordt, wanneer hij afgenomen wordt zoals hij origineel gemaakt is, zowel de behoeften vervulling als de behoeften frustratie van de leerlingen gemeten. Er is gekozen om deze vragenlijst af te nemen zodat, zoals beschreven in de onderzoeksvraag, gemeten kan worden of het gebruik maken van een selfassessment invloed heeft op de behoeften vervulling van deze groep leerlingen. Vandaar dat het frustratiegedeelte is weggelaten. Ook zijn de codes verwijderd uit de vragenlijst en de vertaling van de codes die onderaan de vragenlijst staat zijn weggelaten. Dit omdat het niet wenselijk is dat leerlingen hierdoor afgeleid worden tijdens het invullen van de vragenlijst of dat leerlingen hier vragen over gaan stellen en daardoor afgeleid raken tijdens het invullen van de vragenlijst. De aangepaste vragenlijst bestaat uit twaalf vragen en is te vinden in bijlage II.

De leerlingen ontvangen van de docent een vragenlijst met daarop een nummer. De eerste van de klassenlijst krijgt het eerste nummer en de laatste van de klassenlijst krijgt het laatste nummer. Voor het onderzoek is het belangrijk om bij te houden welke leerlingen de dag van invulling absent zijn, zodat er later niet twee vragenlijsten met elkaar vergeleken worden die niet door dezelfde leerling zijn ingevuld. Om dit te voorkomen wordt op het moment van invullen een klassenlijst bijgehouden bij waarop aangegeven staat welke leerlingen niet aanwezig zijn tijdens het invullen, zodat deze later bekeken kan worden welke nummers bij welke leerlingen horen. Er is bepaald dat de leerlingen geen naam op de vragenlijst hoeven zetten om te voorkomen dat leerlingen zich geremd voelen in het geven van antwoorden.

Er wordt niet vanuit gegaan dat alle leerlingen alle lessen binnen de interventieperiode aanwezig zijn of deel kunnen nemen (denkende aan blessures). Vandaar dat leerlingen pas meegenomen worden in het onderzoek wanneer ze aan meer dan de helft van de interventielessen hebben deelgenomen. Dit betekend dat ze minimaal drie lessen deel hebben moeten nemen.

Een meetinstrument is betrouwbaar wanneer opeenvolgende metingen steeds hetzelfde resultaat opleveren (Höner & Roth, 2002). Om de betrouwbaarheid van dit onderzoek zo hoog mogelijk te houden wordt er gebruik gemaakt van een vragenlijst die gevalideerd is. De BPNPES vragenlijst is vaker gebruikt met dezelfde doeleinden als binnen dit onderzoek. Hij blijft betrouwbaar omdat de

vragen niet veranderd worden en er geen vragen weggelaten worden binnen deze vragenlijst, enkel het frustratiegedeelte wordt weggelaten maar dit heeft geen invloed op de uitkomst van het behoeftevervulling gedeelte. Er is ook gekozen om de vragenlijsten in te laten vullen in een rustige omgeving. Tijdens de voorgaande lessen in de gymzaal valt op dat leerlingen vaak gehaast zijn om de les te verlaten, een simpele afsluiting is al niet vanzelfsprekend. Vandaar dat de vragenlijsten ingevuld gaan worden tijdens een theorieles die volgt op de praktijkles. De herinneringen van de les zijn nog aanwezig omdat deze vragenlijst dezelfde dag nog ingevuld wordt. Echter wel rustig zittend aan een tafel waarbij vooraf duidelijke instructie plaats vindt:

- *Ga rustig zitten en lees de vragen op je gemak door*
- *Vul de vraag in door een van de vijf bolletjes in te kleuren. De bolletjes staan voor:*
 - 1 = helemaal niet mee eens*
 - 2 = niet mee eens*
 - 3 = neutraal*
 - 4 = mee eens*
 - 5 = helemaal mee eens*
- *Kijk niet bij de antwoorden van een ander, het gaat om jouw antwoorden.*
- *Wanneer een vraag niet duidelijk is voor jou steek dan even je hand omhoog zodat de vraag toegelicht kan worden.*

Zie bijlage II voor de vragenlijst met daarboven de instructie die de onderzoeker mondeling gaat toelichten voor het invullen van de vragenlijst. Ook is deze instructie nog leesbaar voor de leerlingen wanneer ze de vragenlijst ontvangen. Dit met de reden dat deze groep leerlingen vaak snel afgeleid raakt tijdens instructie en de onderzoeker ze de kans wil geven deze instructie nog eens na te lezen.

Interview

Interviews bieden, in vergelijking met het eerder traditioneel en kwantitatief vragenlijstonderzoek, een aantal voordelen (Tuyckom, Vos & Scheerder, 2011). Er kan door middel van interviews:

- rijkere informatie verzameld worden;
- dieper ingegaan worden op bepaalde aspecten die men in een onderzoek aan bod wil laten komen;
- en er kan verduidelijking gegeven worden bij bepaalde vraagstellingen.

Binnen dit onderzoek maakt de onderzoeker gebruik van de interviewvariant die volgens Mortelmans (2007) het meest voorkomt, het semigestructureerde interview. Hierbij wordt op basis van een vooraf uitgewerkte interviewleidraad (ook wel topiclijst) een interview afgenomen, maar er wordt voldoende ruimte gelaten om in te gaan op de antwoorden van de geïnterviewde of om nieuwe elementen aan het gesprek toe te voegen (Tuyckom, Vos & Scheerder, 2011). Er is gekozen om te werken met een selectief interview, waarbij leerlingen met verschillende uitslagen van de BPNPES vragenlijst geïnterviewd gaan worden. Hiermee wordt verwacht meer kwalitatieve informatie te bemachtigen betreffende de interventie en in de mate waarin tijdens de interventie de basisbehoeften van de leerlingen vervuld werden. Er is een topiclijst opgesteld voor dit interview, te vinden in bijlage III.

Logboek

Tijdens dit onderzoek wordt ook een logboek bijgehouden. Op deze manier kan de onderzoeker zelf altijd teruglezen wat hij/zij heeft gedaan en daarbij belangrijke aantekeningen terugvinden. Ook kan de beoordelend docent precies terugvinden wanneer welke stappen zijn uitgevoerd, waarom eventueel van de planning is afgeweken en hoe de samenwerking met betrokken partijen verliep. Denk bij dit onderzoek aan bijvoorbeeld de samenwerking met de docent die het theorievak begeleidt waar de vragenlijsten ingevuld werden. Wanneer dit anders is verlopen dan gepland kan dit invloed hebben op de resultaten van het onderzoek. Dit is dan terug te lezen in het logboek.

In het logboek stel ik mezelf op de volgende manier vragen:

1. Hoe heb ik de interventie les ervaren?
2. Heb ik deze les mijn doel behaald?
3. Hoe succesvol was deze interventie?
4. Wat waren de reacties van de leerlingen?

Een operationalisatie van het logboek is te vinden in bijlage IV.

BIJLAGE IV: ANALYSE VAN ONDERZOEKSGEGEVENS

Vragenlijst

Er worden in totaal vier verschillende meetniveaus onderscheiden, te weten nominaal, ordinaal, interval en ratio (Oosterhuis, 2014). Het is voor mijn onderzoek van belang om te weten onder welk meetniveau de BPNPES vragenlijst valt, zodat ik kan bepalen welke statistische toetsen er zijn toegestaan.

Bij de BPNPES vragenlijst wordt gebruik gemaakt van een likertschaal, dit is een standaard voorbeeld van een ordinaal meetniveau. Er wordt binnen deze vragenlijst gevraagd in hoeverre een leerling het eens is met een bepaalde stelling. Hij of zij moet dit aangeven met het omcirkelen van een 1, 2, 3, 4 of 5. Deze cijfers staan voor:

- Helemaal niet mee eens
- Niet mee eens
- Neutraal
- Mee eens
- Helemaal mee eens.

Zoals hierboven zichtbaar is, zit er een volgorde in deze antwoorden, maar veel meer kan niet gezegd worden van deze variabelen. Door deze duidelijke ordening in de waarden spreken we van een ordinaal meetniveau. Het verschil tussen “1” en “3” is niet gelijk aan het verschil tussen “2” en “4”. Een leerling die een vraag met “4” beantwoordt, is het niet twee keer zo veel eens met de stelling dan een leerling die met “2” beantwoordt. Het enige dat geconcludeerd kan worden is dat hij of zij het meer eens is met de stelling. De relevante centrummaat is bij dit niveau dan ook de mediaan (Oosterhuis, 2014). Omdat binnen sociaal onderzoek vaak gekozen wordt voor het berekenen van een gemiddelde bij een ordinaal meetniveau, ga ik daar nu ook gebruik van maken. Het gemiddelde samen met de standaarddeviatie, wat bestaat uit de gemiddelde afstand tussen alle scores en het gemiddelde, biedt een mogelijkheid tot het berekenen van een effect size (Tuyckom, Vos en Scheerder, 2011).

De bekendste index voor effect size is “Cohens ‘d’”. Deze maat kan zowel een negatieve als een positieve waarde hebben. Wanneer er een positieve waarde uit komt wijst de index op een gunstig effect van de interventie en bij een negatieve waarde is het effect averechts. In theorie kan een indexcijfer elke waarde aannemen maar meestal schommelt ‘d’ tussen -2.0 en +2.0 (Coe, 2000).

Voor het beantwoorden van mijn onderzoeksvraag ga ik een effect meten per basisbehoefte. Dit doe ik door een gemiddelde uit te rekenen van de wijze waarop een bepaalde basisbehoefte vervuld wordt. Zo komt er bij alle leerlingen van de interventiegroep bijvoorbeeld een gemiddelde van 3.4 uit bij basisbehoefte autonomie. Bij de controlegroep is dit 3.7. In de nameting is dit bijvoorbeeld bij de interventiegroep gestegen naar 4.5 en bij de controlegroep is dit gestegen naar 3.9. Vervolgens wordt de spreiding/standaard deviatie gemeten. De standaarddeviatie is een rekenkundige maat voor de spreiding van de getallen rondom het gemiddelde. Als er weinig spreiding is dan liggen de uitslagen die de leerlingen aangeven in de vragenlijst dus allemaal dicht bij elkaar op een hoopje. Om mijn voorbeeld voor het meten van de effectgrootte volledig te maken heb ik in het schema hieronder een willekeurige standaarddeviatie geschreven. Ook staat in dit schema de groepsgrootte beschreven.

	Interventiegroep		Controlegroep	
	Voormeting	Nameting	Voormeting	Nameting
Gemiddelde	3.4	4.5	3.7	3.9
Standaarddeviatie	0.3	0.4	0.4	0.5
Groepsgrootte	25	25	23	23

Voor het berekenen van de effectgrootte worden de gemiddeldes van beide groepen gedeeld door de standaarddeviatie. Bij dit onderzoek wordt gebruik gemaakt van een effectgrootte calculator. Uiteindelijk wordt hierdoor zichtbaar of de interventie een dermate groot effect heeft en of het doel dus uiteindelijk bereikt is.

Interview

De kwalitatieve gegevens verkregen uit het interview ga ik allemaal labelen en hier conclusies aan vasthangen middels korte samenvattingen per label. De label-structuur die ik gebruik bij het coderen van mijn interview is als volgt:

1. Ik stel verschillende labels op: Basisbehoefte Autonomie, Basisbehoefte Competentie, Basisbehoefte Relatie, Zelfbeoordeling, Docentbeoordeling.
2. Per geïnterviewde wordt van elk label een korte conclusie beschreven, waarin de mening van de geïnterviewde hierover duidelijk naar voren komt.
3. De verschillende meningen worden met elkaar vergeleken.

BIJLAGE V: BPNPES VRAGENLIJST ORIGINEEL

Basic Psychological Needs in Physical Education Scale (BPNPES; Chen et al., 2014).

Let op: meet zowel behoefteVERVULLING als behoefteFRUSTRATIE. Dat zijn dus twee ‘tegenovergestelde’ zaken. Zie Haerens e.a.

Je kunt frustratie eventueel eruit halen.

Tijdens de afgelopen les LO...	1	2	3	4	5
had ik een gevoel van keuze en vrijheid in de dingen die ik deed. AS	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik me buitengesloten door klasgenoten waar ik graag bij wilde horen. RF	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik me verplicht om dingen te doen die ik zelf nooit zou kiezen. AF	☐	☐	☐	☐	☐
twijfelde ik of ik het wel goed kon. CF	☐	☐	☐	☐	☐
had ik het gevoel dat ik samen was met klasgenoten die belangrijk voor mij zijn. RS	☐	☐	☐	☐	☐
deden we dingen die ik zelf ook zou kiezen om te doen. AS	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik me onzeker over mijn sportkwaliteiten. CF	☐	☐	☐	☐	☐
dacht ik dat de klasgenoten waarmee ik samen speelde een hekel aan me hadden. RF	☐	☐	☐	☐	☐
had ik er vertrouwen in dat ik de spellen goed kon uitvoeren. CS	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik me verplicht om dingen te doen. AF	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik me bevriend met klasgenoten. RS	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik me in staat om mijn doelen te bereiken. CS	☐	☐	☐	☐	☐
had ik het gevoel dat ik les kreeg op een manier zoals ik het zelf ook wil. AS	☐	☐	☐	☐	☐
had ik het gevoel dat ik mijn klasgenoten niet echt goed kende. RF	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik dat ik de meeste opdrachten goed uit kon voeren. CS	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik me gedwongen om bepaalde dingen te doen. AF	☐	☐	☐	☐	☐
was ik teleurgesteld in mijn prestaties. CF	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik me verbonden met mijn klasgenoten. RS	☐	☐	☐	☐	☐
voelden de meeste opdrachten aan alsof ik ze moest doen. AF	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik dat ik moeilijke taken toch goed kon uitvoeren. CS	☐	☐	☐	☐	☐

had ik het gevoel dat klasgenoten die belangrijk voor mij zijn, onaardig waren tegen mij. RF	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik dat wat we deden in de les, me echt interesseerde. AS	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik me slecht door de fouten die ik maakte tijdens de oefeningen. CF	☐	☐	☐	☐	☐
vond ik het fijn om de les door te brengen met mijn klasgenoten. RS	☐	☐	☐	☐	☐

AS = autonomy satisfaction

AF = autonomy frustration

CS = competence satisfaction

CF = competence frustration

RS = relatedness satisfaction

RF = relatedness frustration

BIJLAGE VI: BPNPES VRAGENLIJST AANGEPAST

Beste leerling,

- Ga rustig zitten en lees de vragen op dit formulier op je gemak door
- Vul de vraag in door een van de vijf bolletjes in te kleuren. De bolletjes staan voor:
 - 1 = helemaal niet mee eens
 - 2 = niet mee eens
 - 3 = neutraal
 - 4 = mee eens
 - 5 = helemaal mee eens
- Kijk niet bij de antwoorden van een ander, het gaat om jouw antwoorden.
- Wanneer een vraag niet duidelijk is voor jou steek dan even je hand omhoog zodat de vraag toegelicht kan worden.

Tijdens de afgelopen les LO...	1	2	3	4	5
had ik een gevoel van keuze en vrijheid in de dingen die ik deed.	☐	☐	☐	☐	☐
had ik het gevoel dat ik samen was met klasgenoten die belangrijk voor mij zijn.	☐	☐	☐	☐	☐
deden we dingen die ik zelf ook zou kiezen om te doen.	☐	☐	☐	☐	☐
had ik er vertrouwen in dat ik de spellen goed kon uitvoeren.	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik me bevriend met klasgenoten.	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik me in staat om mijn doelen te bereiken.	☐	☐	☐	☐	☐
had ik het gevoel dat ik les kreeg op een manier zoals ik het zelf ook wil.	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik dat ik de meeste opdrachten goed uit kon voeren.	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik me verbonden met mijn klasgenoten.	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik dat ik moeilijke taken toch goed kon uitvoeren.	☐	☐	☐	☐	☐
voelde ik dat wat we deden in de les, me echt interesseerde.	☐	☐	☐	☐	☐
vond ik het fijn om de les door te brengen met mijn klasgenoten.	☐	☐	☐	☐	☐

BIJLAGE VII: TOPICLIJST INTERVIEW

- 1. Wat vond je van de lessenreeks turnen de afgelopen 5 weken?**
- 2. Vaak had je tijdens de zelf de keuze welk onderdeel je ging oefenen, wat vond je hiervan?**
- 3. Wat vond je ervan dat er meerdere turnonderdelen tegelijk werden behandeld?**
- 4. Wat vond je van de manier waarop je beoordeeld werd?**
- 5. Wat vond je van het werken met de beoordelingsformulieren? (ALLEEN INTERVENTIEGROEP)**

BIJLAGE VIII: GEOPERATIONALISEERD LOGBOEK EN LESEVALUATIES

Les 1

Discussiepunten

- Beide groepen hebben al vaker acrogym gehad en gaven aan 'dit allemaal al gehad te hebben en al te kunnen'. Dit bleek niet het geval.
- Controlegroep was lastig onder controle te houden (lacherig, niet gefocust) waardoor deze de helft van de lestijd bezig zijn geweest met acrogym. Veel leerlingen hebben niet de moeite genomen de verschillende pistes te bekijken op de laptop.
- De interventiegroep was wisselvallig onderling, sommige leerlingen zijn aan de slag gegaan met het uitvoeren van de 'dirty dancing' lift en zeer actief bezig geweest, andere leerlingen hebben weinig tot niet geoefend.
- Op deze locatie waren niet genoeg matjes beschikbaar voor ieder groepje, waardoor ik gekozen heb om dikke matten te gebruiken als 'eilandje' voor sommige groepjes. Dit bleek voor de interventiegroep een uitnodiging tot het maken van sprongen/koprollen etc. er is op deze situaties weinig geoefend aan acrogym helaas.

Definitie van concepten uit onderzoeksvraag	Dimensies	Indicator	Vraag
Leerlingen krijgen de ruimte voor eigenheid, en onafhankelijkheid, waar de behoefte aan autonomie naar verwijst (van Aalst & Kok, 2004).	Eigenheid	Een leerling mag zelf kiezen welke vorm uitgevoerd wordt bij iedere les. <i>Keus tussen verschillende vormen van acrogym (stap op/buik-rug/bolk-schouder) en met wie ze deze vorm(en) uit willen voeren.</i>	In hoeverre kregen de leerlingen binnen de les de kans voor de beschreven eigenheid? <u>Voorbeelden:</u> Veel leerlingen hebben met een duo zelfstandig gewerkt aan de verschillende vormen, nadat we een aantal standaard oefeningen hebben behandeld. Sommige leerlingen bleven erg hangen in de eerste simpele oefening terwijl andere leerlingen juist veel richting de laptop kwamen om inspiratie op te doen betreft verschillende vormen van acrogym.
	Onafhankelijkheid	Leerlingen mogen zelf kiezen met wie ze samenwerken tijdens deze les, wie er mee hulpverleent en op welke wijze de hulpverlening plaats moet vinden.	In hoeverre kregen de leerlingen de kans om zelf te bepalen met wie ze samenwerken tijdens de les? <u>Voorbeelden:</u> Leerlingen kregen allemaal zelf de keus met wie ze wilde partneren en wie er moest hulpverlenen. Ook werd bepaald op welke wijze. Sommige vonden het prettig om een rug steuntje te hebben als zekerheid voor niet achterover vallen, andere hadden dit niet nodig.
		Leerlingen mogen zelf bepalen of ze het behandelde onderdeel willen toetsen of niet.	In hoeverre kregen de leerlingen deze les de ruimte zelf te bepalen.....? <u>Voorbeelden:</u> In les 1 was dit nog niet ter sprake omdat de leerlingen nog geen andere onderdelen konden beoefenen. Wel konden ze ervaren of ze hier al goed in waren of nog oefeningen nodig hebben.

Competentie verwijst naar de behoefte van mensen om iets te presteren, iets te kunnen, ergens goed in te zijn en dat ook te laten zien (van Aalst & Kok, 2004).	Presteren/iets kunnen/ergens goed in te zijn	Leerlingen mogen zelf kiezen welke moeilijkheidsgraad van acrogym ze beoefenen.	In hoeverre kregen de leerlingen deze les de ruimte om zelf te bepalen welke moeilijkheidsgraad ze uit wilde voeren? <u>Voorbeelden:</u> De leerlingen moesten allemaal beginnen met dezelfde oefening van de drie verschillende soorten van acrogym. Later mochten de leerlingen op laptop kijken naar de verschillende moeilijkheidsgraden en hieruit kiezen welke oefening ze wilden gaan proberen. Veel leerlingen hadden echter weinig motivatie om eens op deze laptop te gaan kijken. Wanneer ik niet keek waren ze bezig met het springen van salto's of met elkaar stoeien. Andere bekeken de laptop aandachtig en waren aan het einde van de les al in staat om de dirty dancing lift te doen met handen op de schouders. De ruimte om te kiezen was er dus, maar wellicht wat te veel ruimte om ook andere dingen (geen acrogym) te doen.
	Laten zien aan een ander dat je ergens goed in bent	Leerlingen moeten elkaar helpen met het uitvoeren van de verschillende acrogym vormen in de rol van hulpverlener. Zo worden ze deelgenoot van elkaars leerproces.	In hoeverre werden leerlingen in een situatie geplaatst waar ze aan anderen konden laten zien dat ze ergens goed in waren? <u>Voorbeelden:</u> De groepjes die samenwerkten bestonden uit minimaal drie leerlingen, maar vaak vier. Op deze manier zijn er altijd twee leerlingen aan het werk terwijl de andere twee hulpverleners en dus kijken. Er was dus altijd een andere leerling (geen deelnemer van de acrogym vorm) aanwezig om te aanschouwen. Ook de leerlingen die veel op de laptop hebben gedaan en dus die dirty dancing lift deden hadden een groot publiek. Er werd geapplaudisseerd wanneer het lukte.
Relatie verwijst naar de behoefte om de ander te ontmoeten en jezelf ontdekken in het aanzicht van die ander (van Aalst & Kok, 2004).	De ander ontmoeten	Leerlingen moeten met een ander samen een oefening uitvoeren.	In hoeverre moesten de leerlingen elkaar ontmoeten binnen deze les en konden leerlingen nieuwe vaardigheden ontdekken in het aanzicht van een ander? <u>Voorbeelden:</u> - Leerlingen moeten in duo's een oefening uitvoeren - Leerlingen delen een oefenmatje met een ander duo dat helpt tijdens de uitvoering - Leerlingen laten de oefeningen zien en roepen mij vaak om te laten zien wat ze geleerd hebben. Ik had ruimte om veel te aanschouwen omdat ik geen oefeningen voor hoefde te doen (laptop).
	Jezelf ontdekken in het aanzicht van die ander	Leerlingen werken samen met een ander duo aan de oefeningen. Zo oefenen ze de verschillende vormen van acrogym met elkaar in het aanzicht van elkaar.	

Les 2

Discussiepunten

- Ik heb 1 van de 7 stations weggelaten omdat ik niet genoeg dikke matten tot beschikking had. Dit was een handstand-doorrollen vorm.
- Interventiegroep heeft moeite ervaren met het zelfstandig uitvoeren van de verschillende stations, vaak werd niet goed gelezen op de mediakaart wat de bedoeling was of de oefening werd gewoon niet goed uitgevoerd. Ik heb aan het einde van de les een kort gesprek gehad met de hele groep over het 'zelfstandig werken' en het 'uitvoeren op je eigen niveau' en dat dit op deze manier niet mogelijk gaat zijn. leerlingen gaven aan het wel prettig te vinden te kunnen werken op niveau.
- De controlegroep heeft met het uitvoeren van de stations goed gewerkt maar tijdens het kiezen tussen de drie behandelde onderdelen heeft misschien 10% van de groep geoefend aan de onderdelen. De rest heeft wat rondgedwaald bij de verschillende opdrachten en niet aan de onderdelen gewerkt. Ik heb met de groep een gesprek gehad hierover.

Definitie van concepten uit onderzoeksvraag	Dimensies	Indicator	Vraag
Leerlingen krijgen de ruimte voor eigenheid, en onafhankelijkheid, waar de behoefte aan autonomie naar verwijst (van Aalst & Kok, 2004).	Eigenheid	Een leerling mag zelf kiezen welke vorm uitgevoerd wordt bij iedere les. <i>Mogelijkheid om de verschillende stations op eigen wijze uit te voeren. Na het uitvoeren van de stations kiezen tussen de drie verschillende onderdelen (acro/radslag/handstand)</i>	In hoeverre kregen de leerlingen binnen de les de kans voor de beschreven eigenheid? <u>Voorbeelden:</u> Veel leerlingen hebben de verschillende stations uitgevoerd zoals bedoeld. Sommige hebben geoefend met het oefenen van moeilijke vormen (bijvoorbeeld een halve draai met een handstand maken). Sommige leerlingen gaven aan de handstand en de radslag ontzettend moeilijk te vinden en kozen ervoor om acrogym te oefenen. Er waren ook deze week weer veel leerlingen die niet een van de onderdelen aan het oefenen waren. Er was veel vrijheid en wellicht wederom te veel vrijheid voor de groep, of sommige ten minste.
	Onafhankelijkheid	Leerlingen mogen zelf kiezen met wie ze samenwerken tijdens deze les, wie er mee hulpverleent en op welke wijze de hulpverlening plaats moet vinden.	In hoeverre kregen de leerlingen de kans om zelf te bepalen met wie ze samenwerken tijdens de les? <u>Voorbeelden:</u> - de ene leerling sloeg snel door bij de handstand en klapte daardoor bijvoorbeeld door wanneer de hulpverleners de benen niet tegen zouden houden, ze kozen hier voor een zeer gestuurde vorm van hulpverleners. - Sommige leerlingen hadden moeite met het laatste stukje balans en hadden baat bij een klein corrigerend tikje van een hulpverlener - Sommige leerlingen wilde graag verder met acrogym maar hadden niet het gevoel dat ze een partner konden vinden, hierdoor niet veel gedaan deze les.
		Leerlingen mogen zelf bepalen of ze het behandelde onderdeel willen toetsen of niet.	In hoeverre kregen de leerlingen deze les de ruimte zelf te bepalen.....? <u>Voorbeelden:</u> In les 2 hebben alle leerlingen de verschillende stations uitgevoerd, het tweede deel van de les mochten ze kiezen met welke van de drie behandelde onderdelen de leerlingen aan de slag wilde. Een struikelpunt binnen deze les was de vrijheid. Leerlingen gingen hierdoor minder goed aan het werk met een oefening.

Competentie verwijst naar de behoefte van mensen om iets te presteren, iets te kunnen, ergens goed in te zijn en dat ook te laten zien (van Aalst & Kok, 2004).	Presteren/iets kunnen/ergens goed in te zijn	Leerlingen mogen zelf kiezen welke moeilijkheidsgraad van handstand/handstand doorrollen/radslag ze uitvoeren. Er lagen verschillende beoordelingsformulieren om deze moeilijkheidsgraden op te bekijken.	In hoeverre kregen de leerlingen deze les de ruimte om zelf te bepalen welke moeilijkheidsgraad ze uit wilde voeren? <u>Voorbeelden:</u> Leerlingen kregen de mogelijkheid om op de beoordelingsformulieren te kijken naar moeilijkheidsgraden, maar ook op de laptop. Hier werd weinig tot niet gebruik van gemaakt. Sommige leerlingen die bijvoorbeeld al een goede handstand konden heb ik nog extra oefeningen (beoordelingsformulier) gegeven zoals bijvoorbeeld het halve of hele rondje draaien met de handstand.
	Laten zien aan een ander dat je ergens goed in bent	Leerlingen moeten elkaar helpen met het uitvoeren van de verschillende onderdelen in de rol van hulpverlener. Zo worden ze deelgenoot van elkaars leerproces.	In hoeverre werden leerlingen in een situatie geplaatst waar ze aan anderen konden laten zien dat ze ergens goed in waren? <u>Voorbeelden:</u> Een aantal leerlingen die met de handstand of handstand doorrol aan het oefenen waren hebben elkaar goed geholpen. Leerlingen kregen snel in de gaten dat het soms fijn is als iemand je tegenhoud wanneer het niet lukt. Een aantal leerlingen stonden wel in de rol van hulpverlener maar hielpen elkaar eigenlijk niet zo goed. Leerlingen spraken elkaar niet aan op de verantwoordelijkheid.
Relatie verwijst naar de behoefte om de ander te ontmoeten en jezelf ontdekken in het aanzicht van die ander (van Aalst & Kok, 2004).	De ander ontmoeten	Samen met een ander een oefening tot een goed einde brengen.	In hoeverre hebben leerlingen elkaar nodig gehad om een oefening tot een goed einde te brengen en eigen talenten te ontdekken in het aanzicht van een ander? <u>Voorbeelden:</u> - Leerlingen zaten in groepjes van ongeveer 4 leerlingen per station, ze moesten elkaar helpen en ook bekijken bij het uitvoeren van de oefening. - Leerlingen hebben oefeningen in verschillende moeilijkheidsgraden gedaan waardoor sommige leerlingen iets nieuws hebben kunnen leren bij de makkelijkere oefeningen in het aanzicht van een ander. De betere leerlingen hebben in het aanzicht van de ander hun talenten kunnen demonstreren.
	Jezelf ontdekken in het aanzicht van die ander	Leerlingen oefenen onderdelen in stationvorm die ze misschien nog nooit gedaan hadden. Ze komen er hier achter of dit al goed gaat of nog niet.	

Les 3

Controlegroep:

- les goed verlopen, iedereen kunnen oefenen met springen en zelfstandig kunnen werken aan acro/handstand/radslag
- het zelfstandig werken ging niet voor iedereen helemaal super
- sommige hebben moeite met het springen van de salto.

Interventiegroep:

- eerste groep gesprongen, sommige dames durfden niet over de kast een arabier te maken en hebben alleen vrije sprongen gedaan
- groot struikelpunt, 20 minuten voor het einde van de les is een jongen lelijk gevallen en heeft zijn rug bezeerd, ambulance moest er uiteindelijk aan te pas komen. Les heeft verder stilgelegd omdat leerlingen geschrokken waren en wilde weten wat er aan de hand was. We hebben opgeruimd terwijl ik me bezig hield met de geblesseerde jongen.

Wat is er gebeurd?

Teun heeft geoefend met de salto. Teun heeft eerst verend vanuit de trampoline geoefend met hulpverlening kleine draaigreep, 2x. Dit ging goed. Vervolgens heeft Teun deze sprong twee maal geoefend met een aanloop, waarbij wederom hulpverlening is met een kleine draaigreep. Teun deed deze sprong prima, de hulpverlening met kleine draaigreep ging hem tegen zitten. Ik heb Teun verteld dat hij hoger moest gaan springen en we hem op de sicherwijze gingen helpen met springen. Teun nam een aanloop en sprong maar in de lucht kwam er geen salto van waarna Teun op zijn buik landde en zijn benen achter hem aan zwengelde (schorpioen richting).

Organisatie: aanloop van ongeveer 7 meter, minitrampoline, dikke mat, klein matje ertegenaan, nog 2 meter afstand van de muur.

Hulpverlening: 2 stuks, waarvan een docent.

Nadat Teun is gevallen is hij zelf op zijn rug gedraaid en heeft hij met een hand zijn nek vastgehouden en met de andere hand zijn onderrug ondersteund. Een been liet hij met de voetzool plat op de grond (knie gebogen) omdat dit anders zeer deed in zijn rug. Ik heb Teun gevraagd wat hij nog kan bewegen (vingers, tenen, nek) en of hij rechtop kon gaan zitten. Dit laatste was geen optie voor Teun. Ook het recht leggen van het been lukte hem niet omdat dit te veel pijn deed in zijn onderrug. Teun geeft aan goed te kunnen ademen en een beetje last te hebben van misselijkheid. De pijn in zijn nek verergerd nog wat tijdens het liggen.

Definitie van concepten uit onderzoeksvraag	Dimensies	Indicator	Vraag
Leerlingen krijgen de ruimte voor eigenheid, en onafhankelijkheid, waar de behoefte aan autonomie naar verwijst (van Aalst & Kok, 2004).	Eigenheid	Een leerling mag zelf kiezen welke vorm uitgevoerd wordt bij iedere les. <i>Mogelijkheid om te oefenen op twee verschillende springsituaties (vrije sprong en arabier over de kast) of een van de vorig behandelde onderdelen te oefenen.</i>	In hoeverre kregen de leerlingen binnen de les de kans voor de beschreven eigenheid? <u>Voorbeelden:</u> - Leerlingen hebben op beide springsituaties ingesprongen en mochten daarna kiezen bij welke situatie ze wilde oefenen (of beide) - Leerlingen die niet sprongen mochten zelf kiezen welke van de andere drie onderdelen ze gingen oefenen en welke opstelling van matten ze wilden gebruiken. - Binnen de keuze van de verschillende onderdelen mochten de leerlingen kiezen welke moeilijkheidsgraad ze wilden beoefenen.
	Onafhankelijkheid	Leerlingen mogen zelf kiezen met wie ze samenwerken tijdens deze les, wie er mee hulpverleent en op welke wijze de hulpverlening plaats moet vinden.	In hoeverre kregen de leerlingen de kans om zelf te bepalen met wie ze samenwerken tijdens de les? <u>Voorbeelden:</u> - Bij acrogym mogen leerlingen zelf kiezen met wie ze samenwerken. Echter viel me op dat sommige leerlingen die niet willen springen niet konden oefenen aan acro met de partner omdat die aan het oefenen was met springen. - Leerlingen mochten bij het springen in eerste instantie niet zelf kiezen wie er mee ging hulpverlenen, de persoon die voor jou sprong was de hulpverlener bij arabier en bij salto was ik samen met de persoon die als laatst sprong de hulpverlening. Er is echter geen leerling die heeft aangegeven niet gevangen te willen worden door een ander.
		Leerlingen mogen zelf bepalen of ze het behandelde onderdeel willen toetsen of niet.	In hoeverre kregen de leerlingen deze les de ruimte zelf te bepalen welke onderdelen ze wilden toetsen? <u>Voorbeelden:</u> Leerlingen kregen geen verplichting (ook niet verplicht springen) en mochten dus volledig zelf kiezen welke oefening ze gingen doen.

Competentie verwijst naar de behoefte van mensen om iets te presteren, iets te kunnen, ergens goed in te zijn en dat ook te laten zien (van Aalst & Kok, 2004).	Presteren/iets kunnen/ergens goed in te zijn	Leerlingen mogen zelf kiezen welke moeilijkheidsgraad van handstand/handstand doorrollen/radslag/arabier/vrije sprong ze uitvoeren. Er lagen verschillende beoordelingsformulieren om deze moeilijkheidsgraden op te bekijken.	In hoeverre kregen de leerlingen deze les de ruimte om zelf te bepalen welke moeilijkheidsgraad ze uit wilde voeren? <u>Voorbeelden:</u> - Leerlingen konden op de verschillende beoordelingsformulieren kijken welke moeilijkheidsgraad ze wilden gaan oefenen. Hier werd weinig tot geen gebruik van gemaakt, er werd veel aan mij gevraagd. Ik heb doorverwezen naar het beoordelingsformulier. - Sommige leerlingen hebben de beoordelingsformulieren bekeken en gingen aan de slag met bijvoorbeeld de gehoekte of de gestrekte salto. - Sommige leerlingen waren angstig voor het springen en kozen voor een ander onderdeel. - Sommige leerlingen gaven aan dat ze de arabier erg moeilijk vonden en kozen om die reden voor een ander onderdeel - Sommige leerlingen gaven aan de salto eng of moeilijk te vinden en kozen daarom voor een draai om de lengte as.
	Laten zien aan een ander dat je ergens goed in bent	Leerlingen moeten elkaar helpen met het uitvoeren van de verschillende onderdelen in de rol van hulpverlener. Zo worden ze deelgenoot van elkaars leerproces.	In hoeverre werden leerlingen in een situatie geplaatst waar ze aan anderen konden laten zien dat ze ergens goed in waren? <u>Voorbeelden:</u> - Een wachtrij bij het springen voor komen was onmogelijk, leerlingen zagen elkaars sprongen. De goede maar ook de slechte. - Bij het hulpverlenen aan elkaar zagen leerlingen elkaars salto ook goed. Ze zagen het wanneer iemand zijn eerste keer de salto landde zonder te vallen of stappen te moeten zetten tot balans.
Relatie verwijst naar de behoefte om de ander te ontmoeten en jezelf ontdekken in het aanzicht van die ander (van Aalst & Kok, 2004).	De ander ontmoeten	Samen met een ander een oefening tot een goed einde brengen.	In hoeverre hebben leerlingen elkaar nodig gehad om een oefening tot een goed einde te brengen en eigen talenten te ontdekken in het aanzicht van een ander? <u>Voorbeelden:</u> - Leerlingen hebben bij het saltospringen de hulpverlening serieus genomen en zijn soms zelfs met drie personen gaan hulpverlenen (ook een aan de achterkant) omdat sommige dit prettig vonden. - Een leerling kon, ondanks de hulpverlening, toch niet veilig landen en scheurde een spier in de rug. Dit in het zicht van verschillende medeleerlingen.
	Jezelf ontdekken in het aanzicht van die ander	Leerlingen die nog nooit een salto/arabier gesprongen hadden konden dit in deze les oefenen.	

Les 4

Tijdens deze les is veel zelfstandig geoefend door de verschillende klassen. Wat opviel was dat bij de interventiegroep veel leerlingen actief op alle onderdelen aan het oefenen waren en bij de controlegroep voornamelijk gesprongen werd en een enkeling aan het oefenen was bij een van de andere onderdelen. De interventiegroep kreeg de kans om al wat onderdelen af te ronden, mij viel meteen op dat het best wat tijd kost om een beoordeling te vormen samen met een leerling (wanneer de leerling zichzelf dus beoordeeld). Ze hadden hierin behoorlijk wat sturing nodig van mij. Ik moest vaak aanwijzen waar ze moesten kijken, welk onderdeel ze konden en vragen aan ze stellen om ze de goede richting in te sturen bij het vormen van hun eigen beoordeling. Ik had wel sterk het gevoel dat ze het cijfer wat ze zichzelf gaven volledig accepteerden. Van de 30 leerlingen uit de interventiegroep hebben in totaal 8 beoordelingen plaatsgevonden in les 4. Dit was bij sommige leerlingen meerdere onderdelen maar bij de meeste was dit 1 onderdeel.

Definitie van concepten uit onderzoeksvraag	Dimensies	Indicator	Vraag
Leerlingen krijgen de ruimte voor eigenheid, en onafhankelijkheid, waar de behoefte aan autonomie naar verwijst (van Aalst & Kok, 2004).	Eigenheid	Een leerling mag zelf kiezen welke vorm uitgevoerd wordt bij iedere les. <i>Mogelijkheid om te oefenen op twee verschillende springsituaties (vrije sprong en arabier over de kast) of een van de vorig behandelde onderdelen te oefenen. Vrijheid om een onderdeel alvast te toetsen.</i>	In hoeverre kregen de leerlingen binnen de les de kans voor de beschreven eigenheid? <u>Voorbeelden:</u> - Een paar leerlingen kozen ervoor om alvast wat af te toetsen, ik had hier veel tijd voor. - Veel leerlingen kozen ervoor om te gaan springen, enkele kozen voor het oefenen van een ander onderdeel.
	Onafhankelijkheid	Leerlingen mogen zelf kiezen met wie ze samenwerken tijdens deze les, wie er mee hulpverleent en op welke wijze de hulpverlening plaats moet vinden.	In hoeverre kregen de leerlingen de kans om zelf te bepalen met wie ze samenwerken tijdens de les? <u>Voorbeelden:</u> - Leerlingen mochten zelf kiezen met wie ze wilde samenwerken bij alle onderdelen behalve het springen. Hier werd altijd de persoon die voor je springt de hulpverlener. - Leerlingen konden zelf wel de keuze maken of ze veel of weinig hulpverlening wilde, dit hield bij salto in: kleine draaigreep of sicheren. De leerlingen maakte hier veel gebruik van, ze communiceerde dan ook veel met elkaar bij het springen van de vrije sprong.
		Leerlingen mogen zelf bepalen welke onderdelen ze wilde toetsen en ook of ze dat deze week al wilde doen.	In hoeverre kregen de leerlingen deze les de ruimte zelf te bepalen welke onderdelen ze wilden toetsen? <u>Voorbeelden:</u> - sommige leerlingen hebben veel geoefend maar kozen uiteindelijk om bijvoorbeeld de salto toch volgende week te doen omdat ze er vandaag niet helemaal lekker in zaten en week eerder beter sprongen naar eigen zeggen. - Sommige leerlingen vonden het vandaag erg goed gaan en kozen daarom voor vandaag toetsen, zodat ze er vanaf waren en zich om dat onderdeel de volgende week niet meer druk hoefde te maken.

Competentie verwijst naar de behoefte van mensen om iets te presteren, iets te kunnen, ergens goed in te zijn en dat ook te laten zien (van Aalst & Kok, 2004).	Presteren/iets kunnen/ergens goed in te zijn	Leerlingen mogen zelf kiezen welke moeilijkheidsgraad van handstand/handstand doorrollen/radslag/arabier/vrije sprong ze uitvoeren. Er lagen verschillende beoordelingsformulieren om deze moeilijkheidsgraden op te bekijken.	In hoeverre kregen de leerlingen deze les de ruimte om zelf te bepalen welke moeilijkheidsgraad ze uit wilde voeren? <u>Voorbeelden:</u> - Er werd deze week voor het eerst veel gekeken naar de beoordelingsformulieren, ze lagen overal in de zaal verspreid en er werd veel aandacht aan besteed. - Leerlingen kwamen veel vragen stellen over de beoordelingsformulieren en wilde dat ik een mening gaf over wat hun oefening waard was. Ik heb de vraag vaak teruggekaatst en gevraagd wat ze nou zelf dachten dat het waard was. Een enkeling reageerde met 'een 10 natuurlijk' waarna ik ze in de goede richting moest wijzen met behulp van het beoordelingsformulier. De meeste leerlingen schatten zichzelf wat lager in dan ik zou zeggen.
	Laten zien aan een ander dat je ergens goed in bent	Leerlingen moeten elkaar helpen met het uitvoeren van de verschillende onderdelen in de rol van hulpverlener. Zo worden ze deelgenoot van elkaars leerproces.	In hoeverre werden leerlingen in een situatie geplaatst waar ze aan anderen konden laten zien dat ze ergens goed in waren? <u>Voorbeelden:</u> - Vooral bij het springen hielpen de leerlingen elkaar veel, er werd goed hulpverlenend. - In sommige gevallen waren leerlingen erg enthousiast voor elkaar, wanneer een sprong bijvoorbeeld eindelijk heel erg goed lukte. Ze deelde dit moment van succes dan met elkaar. De hulpverlener was in de buurt en kon daarom dit moment van succes ook aanschouwen en meevieren.
Relatie verwijst naar de behoefte om de ander te ontmoeten en jezelf ontdekken in het aanzicht van die ander (van Aalst & Kok, 2004).	De ander ontmoeten	Samen met een ander een oefening tot een goed einde brengen.	In hoeverre hebben leerlingen elkaar nodig gehad om een oefening tot een goed einde te brengen en eigen talenten te ontdekken in het aanzicht van een ander? <u>Voorbeelden:</u> - Bij de onderdelen acrogym, vrije sprong en arabier zagen leerlingen elkaar vaak bezig en juichen naar elkaar wanneer iets goed lukte. - Bij acrogym, radslag en handstand werd weinig hulp verleend, hierdoor zag een ander niet hoe goed iets ging. Voor deze drie onderdelen was dit dus een minder groot succes.
	Jezelf ontdekken in het aanzicht van die ander	Leerlingen konden alles wat ze de afgelopen 3 lessen hadden geleerd verbeteren in het aanzicht van een hulpverlener.	

Les 5

Les vijf was de les waarin alle onderdelen getoetst moesten worden. Wat me al meteen opviel bij de interventiegroep was dat dit ERG lang duurde. Het was ondertussen zo gevormd dat ik met alle leerlingen een soort assessment had nadat ze de oefening hadden uitgevoerd. Ze waren onzeker over het cijfer dat ze zichzelf moesten geven en hadden vaak een bevestiging nodig dat ik het hier mee eens was. Als ik bekijk of ik het eens zou zijn met het cijfer dat ze zichzelf gaven was dat wisselend. Soms was ik het er mee eens, soms vond ik het net wat te hoog en soms net wat te laag. Hier is dus geen duidelijk patroon uit te halen wat mij betreft. De acceptatie van het behaalde cijfer lag dan weer een stuk hoger in vergelijking met de acceptatie binnen de controleklas. Daar heb ik een aantal keer ervaren dat een leerling het niet eens was met het behaalde cijfer. Ze hadden geen inzicht in de beoordelingscriteria waardoor ze soms niet begrepen waarom ze een lager cijfer hadden dan een ander.

Definitie van concepten uit onderzoeksvraag	Dimensies	Indicator	Vraag
Leerlingen krijgen de ruimte voor eigenheid, en onafhankelijkheid, waar de behoefte aan autonomie naar verwijst (van Aalst & Kok, 2004).	Eigenheid	Een leerling mag zelf kiezen welke vorm uitgevoerd wordt bij iedere les. <i>Mogelijkheid om zelf te kiezen wanneer je welk onderdeel afrond.</i>	In hoeverre kregen de leerlingen binnen de les de kans voor de beschreven eigenheid? <u>Voorbeelden:</u> - Leerlingen hadden iets meer tijdsdruk dan de vorige les om wat af te ronden, omdat ik bang was dat ik niet iedereen kon beoordelen heb ik vooraf verteld dat we weinig tijd hebben en iedereen wel drie cijfers moet hebben na de les. - Ik heb leerlingen verteld dat ze naar me toe moeten komen wanneer ze klaar zijn om ALLE DRIE de onderdelen te toetsen. - Leerlingen waren dus iets minder vrij dan in de andere lessen.
	Onafhankelijkheid	Leerlingen mogen zelf kiezen met wie ze samenwerken tijdens deze les, wie er mee hulpverleent en op welke wijze de hulpverlening plaats moet vinden.	In hoeverre kregen de leerlingen de kans om zelf te bepalen met wie ze samenwerken tijdens de les? <u>Voorbeelden:</u> - Leerlingen mochten zelf een partner kiezen bij acrogym, ze mochten ook met verschillende partners werken. - Leerlingen mochten zelf aangeven in welke mate ze hulpverlening wilde ontvangen, sicheren was een minimum. Er werd niet gesprongen zonder hulpverlening, terwijl sommige dit wel vroegen.
		Leerlingen mogen zelf bepalen of ze het behandelde onderdeel willen toetsen of niet.	In hoeverre kregen de leerlingen deze les de ruimte zelf te bepalen welke onderdelen ze wilden toetsen? <u>Voorbeelden:</u> - leerlingen mochten zelf kiezen welke van de 5, maar niet meer op welk moment welke, ze moesten ze alle drie achter elkaar toetsen. - Alle leerlingen hebben zelf gekozen welke onderdelen ze wilde toetsen

Competentie verwijst naar de behoefte van mensen om iets te presteren, iets te kunnen, ergens goed in te zijn en dat ook te laten zien (van Aalst & Kok, 2004).	Presteren/iets kunnen/ergens goed in te zijn	Leerlingen mogen zelf kiezen welke moeilijkheidsgraad van handstand/handstand doorrollen/radslag/arabier/vrije sprong ze uitvoeren. Er lagen verschillende beoordelingsformulieren om deze moeilijkheidsgraden op te bekijken.	In hoeverre kregen de leerlingen deze les de ruimte om zelf te bepalen welke moeilijkheidsgraad ze uit wilde voeren? <u>Voorbeelden:</u> - Leerlingen hebben allerlei verschillende vormen beschreven op het beoordelingsformulier uitgevoerd. Een enkeling wilde hier graag wat aan toevoegen: namelijk een sprong om zowel de lengte als breedte as. Ik heb dit toegestaan. - Er zaten veel verschillen in de moeilijkheidsgraden die leerlingen kozen. Met name veel verschil zat hem in de vrije sprongen, sommige deden enkel een hele draai om de lengte as, sommige een halve draai met combinatie, sommige een salto en sommige een schroef. - Leerlingen leken in sommige gevallen nu pas te beseffen welke moeilijkheidsgraden er allemaal op het beoordelingsformulier stonden.
	Laten zien aan een ander dat je ergens goed in bent	Leerlingen moeten elkaar helpen met het uitvoeren van de verschillende onderdelen in de rol van hulpverlener. Zo worden ze deelgenoot van elkaars leerproces.	In hoeverre werden leerlingen in een situatie geplaatst waar ze aan anderen konden laten zien dat ze ergens goed in waren? <u>Voorbeelden:</u> - Er werd wederom veel hulpverleend, ook zagen leerlingen elkaar veel een oefening uitvoeren. - Leerlingen vertelde elkaar het cijfer dat ze in hun ogen 'gehaald' hadden. Ze waren erg blij met hoge cijfers en opgelucht, wat er voor mij toch stiekem op wijst dat ze dat vooraf niet verwacht hadden. Ondanks dat ze zelf de beoordeling mochten doen.
Relatie verwijst naar de behoefte om de ander te ontmoeten en jezelf ontdekken in het aanzicht van die ander (van Aalst & Kok, 2004).	De ander ontmoeten	Samen met een ander een oefening tot een goed einde brengen.	In hoeverre hebben leerlingen elkaar nodig gehad om een oefening tot een goed einde te brengen en eigen talenten te ontdekken in het aanzicht van een ander? <u>Voorbeelden:</u> - Leerlingen moesten elkaar helpen en in sommige gevallen ook wel echt vangen bij het springen van een salto. Sommige vlogen te ver naar voren of vielen achterover. - Leerlingen die een cijfer hadden voor een onderdeel deelde dit cijfer vaak blij met andere leerlingen. - Medeleerlingen zagen een leerling een bepaalde vorm van radslag doen (met 1 hand) en hoorde dat deze leerling hier een hoog cijfer voor had. Toen wilde ze dit ook gaan proberen.
	Jezelf ontdekken in het aanzicht van die ander	Leerlingen deden de oefening voor punt vaak in het aanzicht van andere leerlingen.	

BIJLAGE IX: RUBRIC TURNLANDSCHAP

VRIJE SPRONGEN

Soort uitvoering	Beginner	Gevorderd	Expert
Draaiing om de lengte as	<u>Halve draai, gestrekt (maximaal 5,0):</u> - Landing uit balans (vallen) - Landing uit balans (meer dan 2 stappen) - Benen niet gestrekt - Romp niet op spanning - Armen niet gestrekt <u>Halve draai, gestrekt (Maximaal 7,0):</u> - Landing in balans (minder dan 2 stappen) - Benen gestrekt - Romp op spanning - Armen gestrekt	<u>Halve draai, combi (maximaal 8,0):</u> - Landing in balans (minder dan 2 stappen) - Skatesprong - Spreidsprong - hurksprong <u>Hele draai, gestrekt (maximaal 8,0):</u> - Landing in balans (minder dan 2 stappen) - Benen en armen gestrekt - Romp op spanning	*bij een draaiing om de lengteas kan je niet hoger halen dan een 8,5.
Draaiing om de breedte as	<u>Salto (maximaal een 5):</u> - Landing uit balans (vallen) - Landing uit balans (meer dan 2 stappen zetten) - Gestrekte romp (niet voldoende klein gemaakt. - De salto wordt uitgevoerd onder hoofdhoogte Let op! Vallen is altijd onvoldoende!	<u>Salto (maximaal een 8,0):</u> - Landing in balans (minder dan 2 stappen) - Landing in balans (geen correctie) - Voldoende klein gemaakt - De salto wordt uitgevoerd boven hoofdhoogte	<u>Hoeksalto (maximaal 9,0):</u> - Lichaam is volledig gestrekt, behalve in de heupen - Er wordt veel hoogte gemaakt - Landing in balans <u>Streksalto (maximaal 10):</u> - Lichaam is volledig gestrekt - Er wordt veel hoogte gemaakt - Landing in balans

KASTSPRINGEN

Soort uitvoering	Beginner	Gevorderd	Expert
Arabier	<u>Onvoldoende vormen (maximaal 5,0):</u> - <i>Frisbee</i> - <i>Benen ver uit elkaar</i> - <i>Handen om de kast heen</i> - <i>Landing uit balans (vallen)</i>	<u>Voldoende vormen (maximaal 7,5):</u> - <i>Lichte buiging armen en benen</i> - <i>'bijna recht door de steeg'</i> - <i>landing in balans</i> - <i>lang(er)e steunfase</i>	<u>Goede vormen (maximaal 10):</u> - <i>Gestrekte armen en benen</i> - <i>'recht door de steeg'</i> - <i>landing in balans</i> - <i>korte steunfase</i>

Soort uitvoering	Beginner	Gevorderd	Expert
Radslag	<u>Onvoldoende vormen (maximaal 5,0):</u> - Benen en armen zijn krom - Romp is krom - Radslag wordt niet over een rechte lijn uitgevoerd	<u>Voldoende vormen (maximaal 7,5):</u> - Lichte buiging in armen en/of benen - Romp is gestrekt - Radslag wordt vanuit stand uitgevoerd - Radslag wordt nagenoeg over een lijn uitgevoerd	<u>Goede vormen (maximaal 8,5):</u> - Armen en benen zijn gestrekt - Romp is gestrekt - Radslag volgt na een aanloop met hupje - Radslag wordt over een lijn uitgevoerd <u>Goede vormen (maximaal 10):</u> - Zie alle criteria "maximaal 8,5" - + Radslag links en rechts achter elkaar door - + Radslag met 1 hand
Handstand	<u>Onvoldoende vormen (maximaal 5,0):</u> - Geen moment van balans - Vallen	<u>Voldoende vormen (maximaal 6,5):</u> - Kort moment van balans (1 tot 3 seconden) - Lichaam niet volledig gestrekt - Veilig terug tot voetenstand komen <u>Voldoende vormen (maximaal 8,0):</u> - moment van balans tussen 3 en 5 seconden - lichaam bijna volledig gestrekt. - Veilig terug tot voetenstand komen	<u>Goede vormen (maximaal 8,5):</u> - Moment van balans tussen 5 en 10 seconden - Lichaam volledig gestrekt - Veilig terug tot voetenstand komen. <u>Goede vormen (maximaal 10):</u> - zie alle criteria "maximaal 8,5" - + handstand halve draai (9,5) - + handstand hele draai (10)
Handstand doorrollen	<u>Onvoldoende vormen (maximaal 5,0):</u> - Geen moment van balans - "stuiteren" bij doorrol	<u>Voldoende vormen (maximaal 7,5):</u> - Kort moment van balans (1 tot 5 seconden) - Eerst buigen de armen daarna volgt de doorrol - Doorrol verloopt vloeiend	<u>Goede vormen (maximaal 10):</u> - Lang moment van balans (5 seconden of meer) - Armen blijven gestrekt tot de rol plaatsvind - Doorrol verloopt vloeiend

ACROGYM

Soort uitvoering	Beginner	Gevorderd	Expert
Sta op	<u>Onvoldoende vormen (maximaal 5,0):</u> - Geen balans/vallen - Benen armen en romp niet gestrekt - Weinig/geen vormspanning * Minder dan 3 seconden volhouden van de vorm, benen armen en romp zijn niet gestrekt, geen vormspanning.	<u>Voldoende vormen (maximaal 7,0):</u> - Face to face opstappen (6,0) - Face to face opspringen (7,0) <u>Voldoende vormen (maximaal 8,0):</u> - opspringen face to back (7,5) - op de schouder staan, onderpersoon knie-zit (8,0) * De vorm wordt tussen de 3 en 5 seconden volgehouden, benen armen en romp mogen een lichte buiging hebben.	<u>Goede vormen (maximaal 10,0):</u> - op de schouders staan * De vorm wordt 5 seconden of langer volgehouden, benen armen en romp volledig gestrekt.
Buik rug	<u>Onvoldoende vormen (maximaal 5,0):</u> - Geen balans/vallen - Benen armen en romp niet gestrekt - Weinig/geen vormspanning * Minder dan 3 seconden volhouden van de vorm, benen armen en romp zijn niet gestrekt, geen vormspanning.	<u>Voldoende vormen (maximaal 7,5):</u> - Vliegtuigje op voeten, handen vast - Vliegtuigje op voeten, handen aan enkels - Vliegtuigje op handen, armen beginnen op de vloer * De vorm wordt tussen de 3 en 5 seconden volgehouden, benen armen en romp mogen een lichte buiging hebben.	<u>Goede vormen (maximaal 8,5):</u> - Vliegtuigje op de voeten, handen los <u>Goede vormen (maximaal 10):</u> - Dirty dancing handen op schouders (9) - Dirty dancing armen los (10) * De vorm wordt 5 seconden of langer volgehouden, benen armen en romp volledig gestrekt.
Bolk	<u>Onvoldoende vormen (maximaal 5,0):</u> - Geen balans/vallen - Benen armen en romp niet gestrekt - Weinig/geen vormspanning * Minder dan 3 seconden volhouden van de vorm, benen armen en romp zijn niet gestrekt, geen vormspanning.	<u>Voldoende vormen (maximaal 7,5):</u> - Handstandvorm 1 tot 5 seconden balans * De vorm wordt tussen de 3 en 5 seconden volgehouden, benen armen en romp mogen een lichte buiging hebben.	<u>Goede vormen (maximaal 10):</u> - Handstandvorm 1 been los handen aan polsen (max 8,5) - Handstand vorm 1 been los handen los van de polsen (max 10) * De vorm wordt 5 seconden of langer volgehouden, benen armen en romp volledig gestrekt.

BIJLAGE X: LESVOORBEREIDINGEN

Lesopdracht: in termen van het beïnvloeden van bewegingsgedrag

Turnlandschap → Acrogym

Beginsituatie: Voor de relevante doelstellinggebieden concreet ingevuld (per bewegingsactiviteit)

Leerlingen hebben al vormen van acrogym beoefend in de vorige periode (introductie) waarbij ze voornamelijk de 'stap op' vormen hebben beoefend.

Leerlingen hebben kennis van de manier waarop je met een ander omgaat bij acrovormen:

- schoenen uit!
- Wanneer je op de rug gaat staan zorg je dat je 'in het loot' gaat staan
- Wanneer je een vorm nog niet goed beheerst **ALTIJD** met een of meerdere hulpverleners erbij.

Doelstelling: Voor de relevante doelstellinggebieden concreet ingevuld (per bewegingsactiviteit)

Bewegen verbeteren:

Aan het einde van deze les hebben alle leerlingen kennis gemaakt met de drie verschillende vormen voor de toetsing:

Stap op

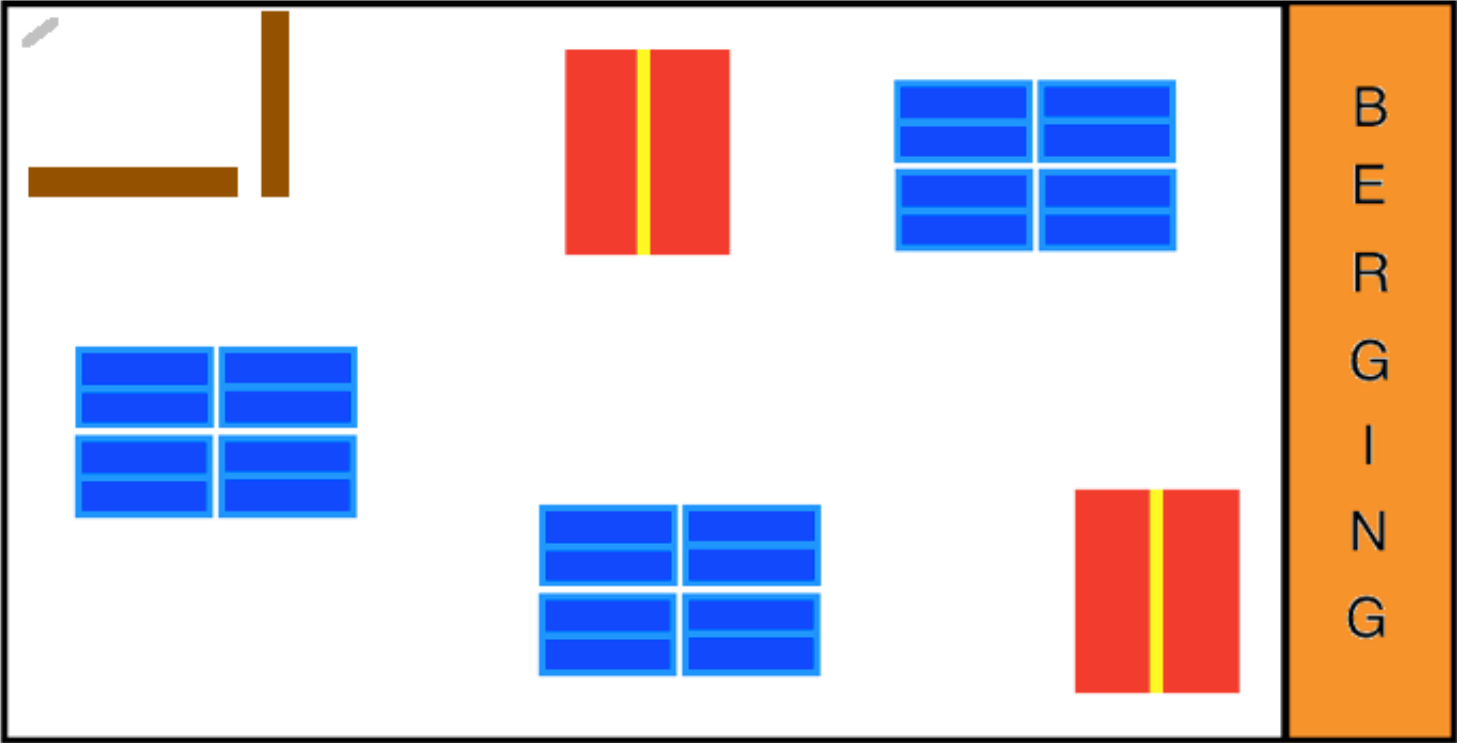
Buik rug

Bolk

Leerlingen voeren deze vormen op eigen niveau uit, waarbij ze naar filmpjes kijken waarop te zien is hoe de vorm uitgevoerd wordt.

Bewegen regelen:

Leerlingen zorgen zelf voor goede hulpverlening wanneer ze een vorm gaan uitproberen.

Organisatie: de gekozen werkorganisaties tekenen voor onderwijsleermiddelen, leerlingen en leerkracht	Materiaallijst: per lesonderdeel aangeven aard en aantal van de onderwijsleermiddelen
	2x bank 1x laptop met filmpjes 2x dikke mat eiland 3x kleine matjes eiland evt: magnesium

Fasering in tijd:	Leerinhouden & didactische werkvorm:	Instructie:	Wat verwacht je?	Wat doe je?
5 min	Uitleg over examennorm	Vandaag beoefenen we 1 onderdeel van de 5 waar je uit kunt kiezen. Wanneer je ervoor kiest dit onderdeel te doen voor de examenles, kies je twee verschillende acrogym vormen. Je kiest een vorm die ook voorgedaan is in de filmpjes. Wanneer je zelf een leuke vorm weet en deze zou willen doen voor examen overleg je dit eerst met de docent.	1. Ik verwacht dat leerlingen niet meer weten wat 'in het loot' is. 2. Ik verwacht dat bij het maken van de handstanden te zien is dat leerlingen weinig vormspanning hebben.	1. hier een korte uitleg over geven. 2. Bij het oefenen van de bolkoefeningen voorafgaand een oefening voor vormspanning kort toepassen. Wanneer er goede handstanden gemaakt worden is dit eventueel niet nodig.
10 min	Warming up: tikkertje Links voor filmpjes: Bolk – schouderstand vormen: https://www.youtube.com/watch?v=wbf1-vLYmts Buik- en ruglig vormen: https://www.youtube.com/watch?v=Ma-HWekYJmw Staan op vormen: https://www.youtube.com/watch?v=q7JK1aXSKyo&t=3s vormen die ook toegestaan zijn wanneer er naar gevraagd wordt: - dirty dancing lift (op knieën of staand)	We beginnen met een korte warming-up: - twee tikkers - als je getikt bent druk je even 5x op, op de matjes - je mag niet getikt worden tijdens het opdrukken - tikkers en lopers mogen niet op de matjes komen warming up, deel 2: - dezelfde vorm als voorheen, dezelfde regels, nieuwe tikkers - als je getikt bent ga je als bok staan, iemand gaat op je staan, in het loot. - Je mag niet getikt worden tijdens het uitvoeren hiervan. Warming up, deel 3: - dezelfde regels als voorheen, nieuwe tikkers. - wanneer je getikt bent maak je een handstand.		

Fasering in tijd:	Leerinhouden & didactische werkvorm:	Instructie:	Wat verwacht je?	Wat doe je?
15 min	Staan op vormen Vorm 1: op de benen stappen - bij de onderarmen vasthouden, de onderste persoon houdt de handen zo dat de palmen naar boven wijzen. - Wanneer de bovenste persoon staat kun je wat tegenhangen. Let op! Je moet beide even veel hangen. - Het gaat makkelijker wanneer je met blote voeten op blote benen gaat staan, dus evt. broek van onderste persoon wat omhoog. Vorm 2: op de benen springen Vorm 3: rugwaarts op de benen springen. Vorm 4: OPTIE!! Het op de schouders stappen. (alleen bij tijd over) - beginnen ik knie-zit, zorg voor een goede vormspanning (beide) waarbij een voet plat staat in een hoek van 90 graden. - houd de handen vast tot de bovenste persoon staat, deze duwt de scheenbenen tegen het hoofd van de onderste persoon aan. - Onderste persoon gaat weer op twee knieën zitten. - Vervolgens gaan de handen los, de onderste persoon pakt hoog op de onderbenen vast, de bovenste persoon gaat rechtop staan (presenteer jezelf) - Bij het afstappen eerst de handen weer vast, onderste persoon hoofd naar voren buigen en dan afspringen.	- We beoefenen verschillende vormen met elkaar, kijk goed naar het filmpje. - We beginnen allemaal met het oefenen van vorm 1, wanneer deze lukt mag je proberen op de benen te gaan springen (in een keer). - Bij het rugwaarts opspringen houd je de bovenste persoon eerst bij de heupen vast, vervolgens verplaats je de handen naar de onderbenen. - Bij het op de schouders stappen altijd met 2 hulpverleners! Kijk goed naar het filmpje.	1. Ik verwacht dat een van de eerste drie vormen bij leerlingen niet lukt omdat de een van het duo meer gaat hangen dan de ander. 2. Bij het opstappen/springen uit vorm 1,2&3 staat de onderste persoon niet genoeg in squat vorm waardoor de bovenste persoon amper op kan stappen. 3. Bij de vierde vorm komt de bovenste persoon niet hoog genoeg bij het opstappen waardoor hij niet met de voet op de schouder kan komen staan. 4. Alle oefeningen gaan goed waardoor ze meer uitdaging nodig hebben.	1. Dit uitleggen (je moet ieder even veel hangen anders ga je uit balans) en eventueel filmen zodat ze het zelf kunnen zien. 2. Laten zien dat het makkelijker is om op te stappen wanneer er wel goed in squat houding gestaan wordt. (makkelijker om op een horizontaal vlak te staan dan op een verticaal vlak natuurlijk). 3. Uitleggen dat het opstappen echt een afzet moet zijn. explosief opstappen. 4. De volgende sta op oefening, het op de schouders staan, waarbij de onderste persoon staat, uitvoeren. (laatste in het filmpje)

Fasering in tijd:	Leerinhouden & didactische werkvorm:	Instructie:	Wat verwacht je?	Wat doe je?
15 min	Buik- rug vormen Vorm 1: vliegtuigje handen vast Vorm 2: vliegtuigje handen aan de benen vast Vorm 3: vliegtuigje zonder handen Aandachtspunten: - benen van de onderste persoon moeten gestrekt zijn, je moet wat spelen met hoe ver de benen door gaan over het lichaam. Vind je het moeilijk om je benen te strekken, leg dan het uiteinde van een matje onder je billen. - bovenste persoon moet een holle rug maken en veel vormspanning hebben - speel wat met waar de voeten komen te liggen, val je naar achteren? Voeten wat verder naar achter. Val je naar voren? Voeten wat verder omhoog richting navel. - De onderste persoon moet goed sturen met de voeten (dorsaal en plantair flexie).	- We beoefenen verschillende vormen met elkaar, kijk goed naar het filmpje. - We beginnen allemaal met het oefenen van vorm 1, wanneer deze lukt mag je proberen op de benen te gaan springen (in een keer). - Bij het rugwaarts opspringen houd je de bovenste persoon eerst bij de heupen vast, vervolgens verplaats je de handen naar de onderbenen. - Bij het op de schouders stappen altijd met 2 hulpverleners! Kijk goed naar het filmpje.	1. ik verwacht dat veel duo's deze erg moeilijk vinden (vooral het zonder handen opstappen) waardoor ze geen zin meer hebben deze uit te voeren. 2. Bij het vliegtuig zonder handen of met de handen aan de enkels valt het duo steeds schuin om. 3. Bij het vliegtuig zonder handen valt de persoon bovenop steeds naar voren of achteren.	1. veel tips proberen te geven waardoor het beter kan gaan. Of adviseren een vorm terug te gaan. Eerst met handen vast en dan proberen los te laten. 2. De onderste persoon de armen zijwaarts laten leggen zodat deze in de balans kan sturen. 3. Onderste persoon laten corrigeren met de voetenstand. Als de voeten te ver naar boven of onder geplaatst worden hierover een tip geven.

Fasering in tijd:	Leerinhouden & didactische werkvorm:	Instructie:	Wat verwacht je?	Wat doe je?
15 min	Bolk vormen Optioneel beginspelletje: - een persoon ligt in voorligsteun - ander pakt op en laat de benen af en toe een voor een los. Kan de persoon die in voorligsteun staat de benen dan toch bij elkaar houden? Vorm 1: Handstand vorm Vorm 2: handstandvorm met steun op het been	- Spelletje om je vormspanning te testen - persoon 1 staat in voorligsteun - persoon 2 pakt de benen op door de enkels aan de zijkant vast te houden - persoon 2 laat soms het linkerbeen en soms het rechterbeen even los, zonder de onderste persoon vooraf te waarschuwen. Blijven de benen bij elkaar of valt het losgelaten been naar beneden? Gezamenlijk kijken we naar het filmpje - voorbeeld 1 eerst allemaal uitvoeren als 1 lukt mag je twee proberen, doe het wel met hulpverlener! - Let wel op, de bovenste persoon moet altijd gestrekte armen hebben! - De onderste persoon zet de voeten zo dicht mogelijk bij de billen neer.	1. ik verwacht dat veel leerlingen die bovenste persoon zijn niet tot handstand komen. 2. Ik verwacht dat veel leerlingen die bovenste persoon zijn de armen niet gestrekt houden bij opstappen. 3. Ik verwacht dat veel leerlingen klagen dat het zeer doet aan de nek/schouders als bovenste persoon.	1. hier de hulpverlener bij laten helpen. Deze kan de benen vasthouden. 2. Vertellen dat dit zo niet lukt, armen moeten gestrekt zijn. 3. Onderste persoon alle vingers aan de achterkant van de schouders laten plaatsen, duim niet aan de voorkant.

Verantwoording les 1

In les 1 worden de basisbehoeften op de volgende manier vervuld:

Basisbehoefte competentie

Binnen deze les staan verschillende vormen acrogym centraal om te ervaren en te oefenen. Wanneer leerlingen deze vormen snel beheersen zijn er diverse volgende stappen die gevolgd kunnen worden door filmpjes op de laptop te bekijken. Leerlingen die moeite hebben met een vorm kunnen verder oefenen aan een makkelijke vorm of een andere vorm. Kortom, er zijn genoeg keuzes die een leerling kan maken binnen deze les die aansluiten bij het eigen niveau.

Basisbehoefte autonomie

Leerlingen zijn deze les vrij om zelfstandig verder te gaan naar de volgende oefening. De docent geeft duidelijk aan dat wanneer een oefening goed gaat de leerlingen een volgende stap mogen bekijken op het scherm van de laptop. Leerlingen krijgen hierbij ruimte om zelf te bepalen wanneer iets goed gaat en wanneer nog niet en of ze de volgende stap willen gaan proberen of niet. Ook zijn leerlingen zelf verantwoordelijk voor het werken in een veilige situatie. Wanneer heb ik een hulpverlener nodig en wanneer niet?

Basisbehoefte relatie

Leerlingen zijn veel in overleg met de persoon waarmee ze samenwerken maar ook met andere duo's die helpen bij het hulpverlenen. De leerlingen overleggen veel en zijn voor elkaar erg belangrijk.

Er wordt gebruik gemaakt van een didactische werkvorm die op minimale wijze invloed en input vraagt van de leerlingen. De docent plaatst de leerlingen in een organisatie (4 a 5 leerlingen op een eiland met matjes) en laat deze groepjes leerlingen oefenen aan een vooraf gekozen vorm van acrogym. Er moet een oefening uitgevoerd worden in duo's, de leerlingen die niet oefenen fungeren als hulpverleners. Er wordt gebruik gemaakt van de didactische werkvorm docent gestuurd onderwijs, hierbinnen zijn twee soorten te onderscheiden: uniform docentgestuurd en gevarieerd docentgestuurd (van der Veen, 2010). Bij uniform gestuurd houdt de docent geen rekening met de leerverschillen onder leerlingen. Bij gevarieerd docentgestuurd onderwijs biedt de docent verschillende werkvormen aan en/of houdt de docent meer rekening met de leerverschillen onder leerlingen. Binnen de eerste les van dit onderzoek is de laatste vorm van docentgestuurd onderwijs van kracht, dit omdat er binnen deze les en de gestelde kaders door de docent wel mogelijkheden zijn voor leerlingen om een vorm op hoger niveau uit te proberen.

Lesvoorbereiding les 2

Lesopdracht: in termen van het beïnvloeden van bewegingsgedrag

Turnlandschap → Grondacrobatiek

Beginsituatie: Voor de relevante doelstellinggebieden concreet ingevuld (per bewegingsactiviteit)

Leerlingen hebben in voorgaande turnlessen ervaring opgedaan met:

- Handstand
- Koprol/zweef rol
- Hulpverleners bij de handstand

Sommige leerlingen zijn in staat een goede handstand te maken, andere hebben nog moeite met de vormspanning. (moet voornamelijk nog blijken uit les 1 van deze reeks)

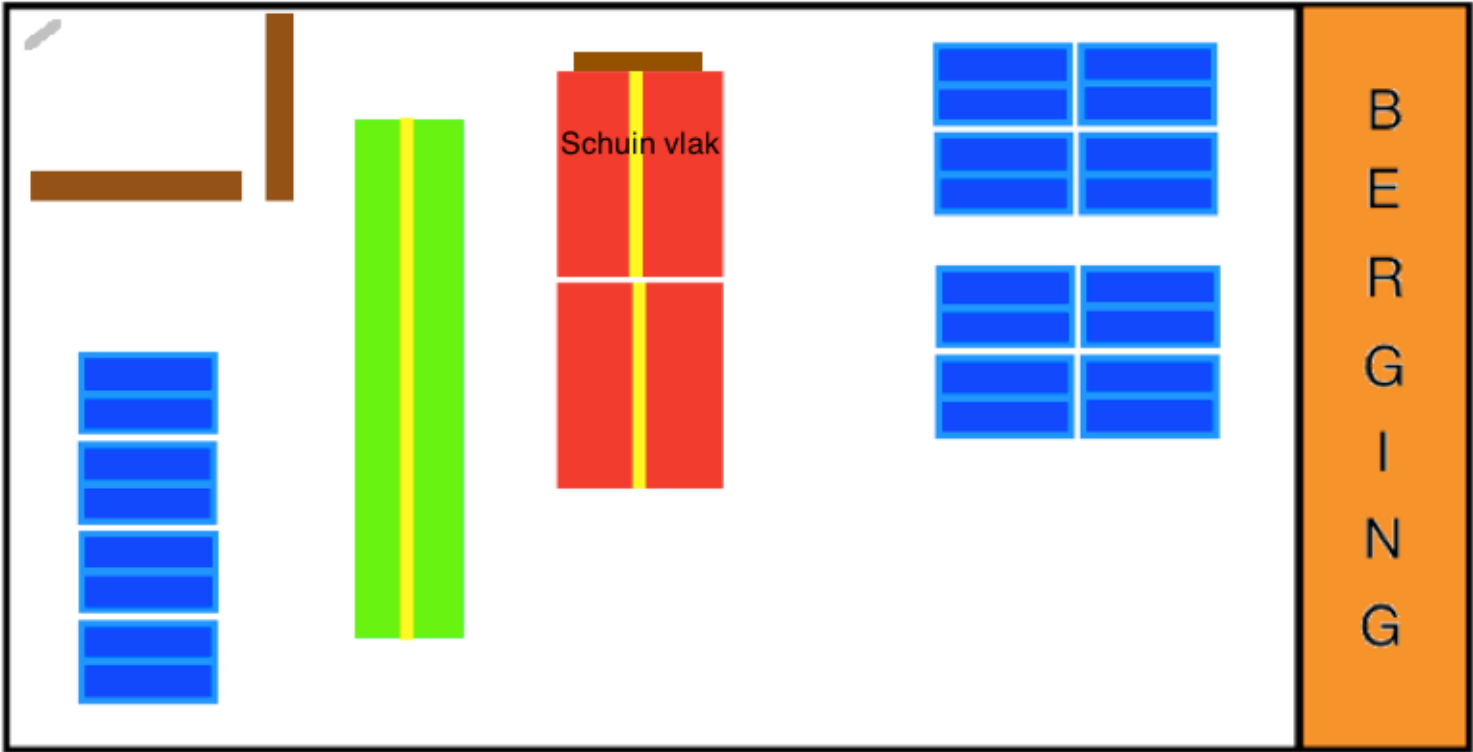
Doelstelling: Voor de relevante doelstellinggebieden concreet ingevuld (per bewegingsactiviteit)

Aan het einde van de les:

- zijn alle leerlingen op de hoogte van de verschillende uitvoerbare vormen voor het examen
- hebben alle leerlingen ervaren welke onderdelen ze wel of nog niet aankunnen bij het stukje grondacrobatiek

Organisatie:

Materiaallijst:

de gekozen werkorganisaties tekenen voor onderwijsleermiddelen, leerlingen en leerkracht	per lesonderdeel aangeven aard en aantal van de onderwijsleermiddelen
 The diagram shows a classroom layout with the following elements: Top Left: A small grey rectangle and a brown L-shaped structure. Bottom Left: A vertical stack of four blue rectangles. Center Left: A vertical green rectangle with a yellow vertical line down the middle. Center: A red rectangle with a yellow vertical line down the middle, labeled "Schuin vlak". Above it is a small brown rectangle. Center Right: Two sets of blue rectangles, each consisting of two columns of two rectangles. Far Right: A tall orange vertical rectangle with the word "BERGING" written vertically in black capital letters.	2x bank 1x laptop met video's rijtje met kleine matjes (4) lange mat 2x dikke mat, een kant op 1 kastdeel (schuin vlak) 2x 4 kleine matjes eiland

Fasering in tijd:	Leerinhouden & didactische werkvorm:	Instructie:	Wat verwacht je?	Wat doe je?
5	<u>Uitleg over examen grondacrobatiek</u>	- wanneer je kiest voor grondacrobatiek, voer je een van de oefeningen beschreven in het beoordelingsformulier uit. Je kunt meerdere vormen oefenen, maar kiest natuurlijk uiteindelijk voor de moeilijkste vorm die je goed beheerst. - Je kunt kiezen voor een radslag, een handstand of een handstand gevolgd door een rol. - We behandelen vandaag de basis van alle 3 deze vormen klassikaal, daarna mag je kiezen of je wilt gaan verdiepen in grondacrobatiek of verder wil gaan werken aan acrogym.		

Handstand & Handstand doorrollen & radslag**Station 1: Tegen de muur**

Tegen de muur omhoog lopen vanuit voorligsteun, jezelf afduwen tegen de muur met je tenen en balans zoeken.

Station 2: Wiebelhandstand

Handstand maken met twee hulpverleners die je benen wat heen en weer duwen. Balans zoeken.

Station 3: Handstand platvallen

Maak een handstand voor de dikke mat op het kleine matje, laat jezelf plat op de dikke mat vallen.

Station 4: Radslag schuin vlak

Maak een radslag op het schuine vlak

Station 5: Handstand doorrollen

Maak een handstand met doorrol over een torentje van 3 kleine matjes

Station 6: Radslag over een bank (breedte)

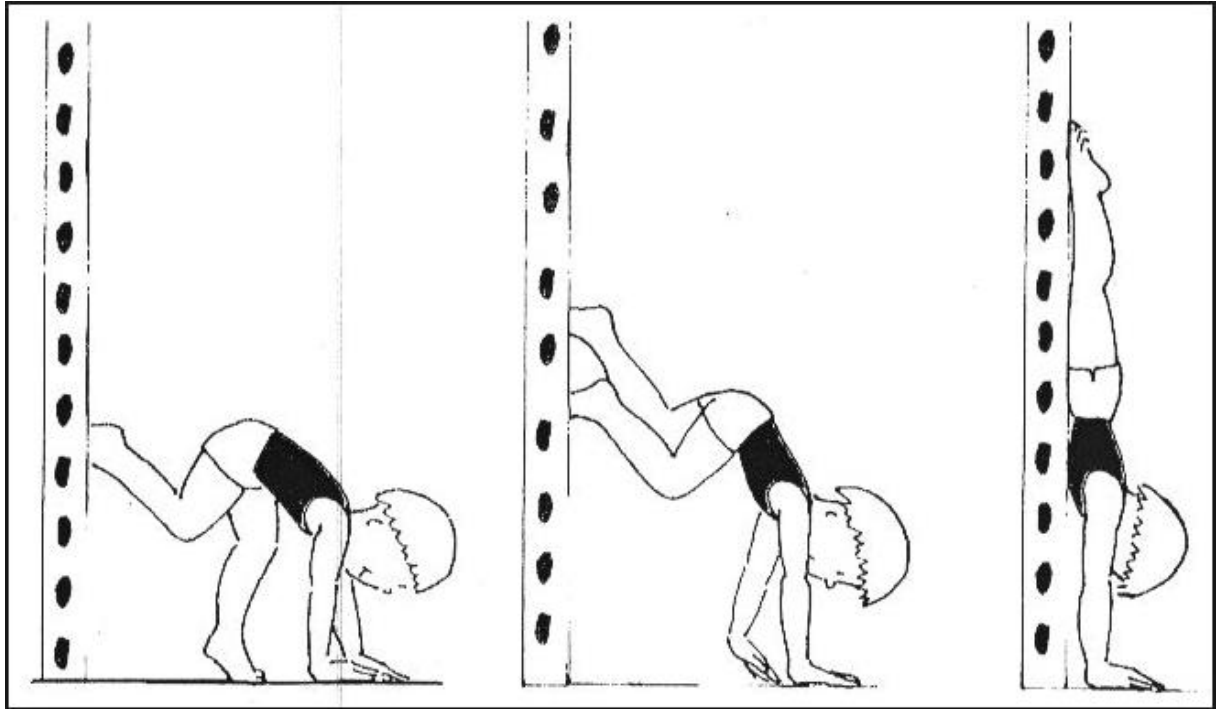
Maak een radslag over de bank heen, je plaatst je handen naast elkaar op de bank. Gooi je benen zo hoog mogelijk in de lucht.

In drietallen ga je langs de verschillende stationnetjes. Bij de stationnetjes liggen mediakaarten waarop je kunt kijken wat de bedoeling is.

Je krijgt allemaal een papier en pen mee waar je per station op kunt aangeven in welke mate je zelf denkt dat je deze oefening al beheerst. Dit kan je helpen het onderdeel 'grondacrobatiek' voor jou inzichtelijk te maken, later zal je moeten kiezen of je een van deze onderdelen wilt toetsen.

Zie hieronder voor de mediakaarten en formulier.

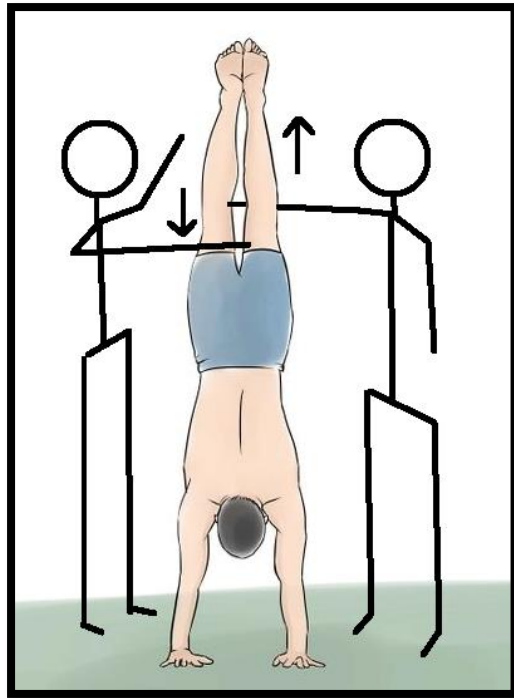
Station 1



1. Ga in voorligsteun voor de muur staan met je voeten naar de muur
2. Loop langzaam met je voeten omhoog en loop met je handen meer richting de muur, let op je vormspanning!
3. Wanneer je rechtop staat zet je je tenen tegen de muur aan en duw je je rustig af tegen de muur om balans te zoeken.

Hulpverleners goed opletten!

Station 2

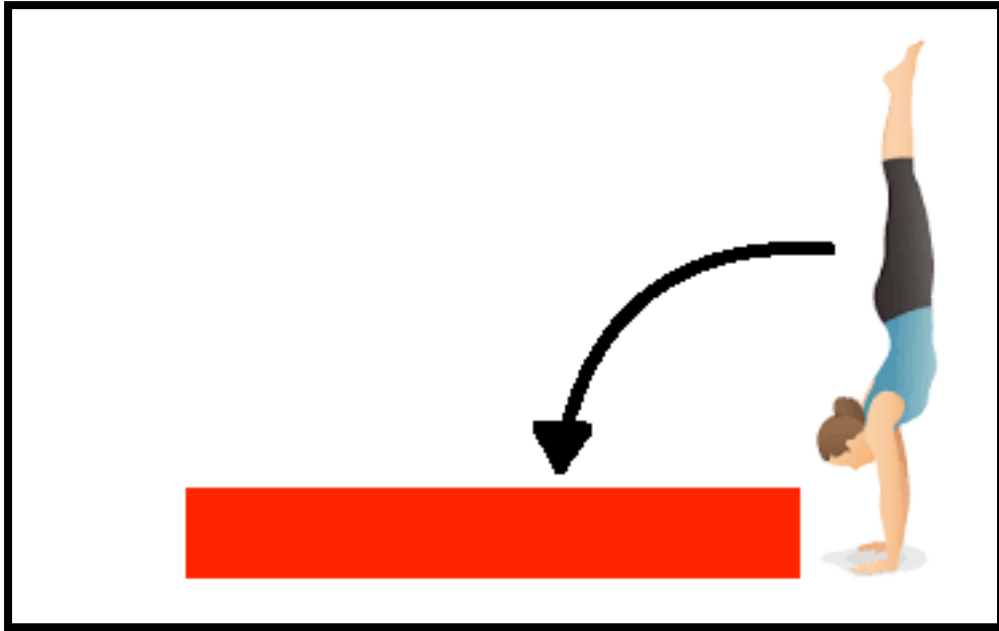


1. Maak een handstand. Hulpverlener een houd je benen tegen mocht je voorover vallen.
2. Hulpverlener twee steekt een arm uit achter je benen (bij je kuit) zodat je niet naar achteren kan vallen.
3. De hulpverleners laten je benen zachtjes heen en weer bewegen, jij zoekt naar balans.

Tip: probeer met je vingers en handpalmen te sturen!

Hulpverleners goed opletten!

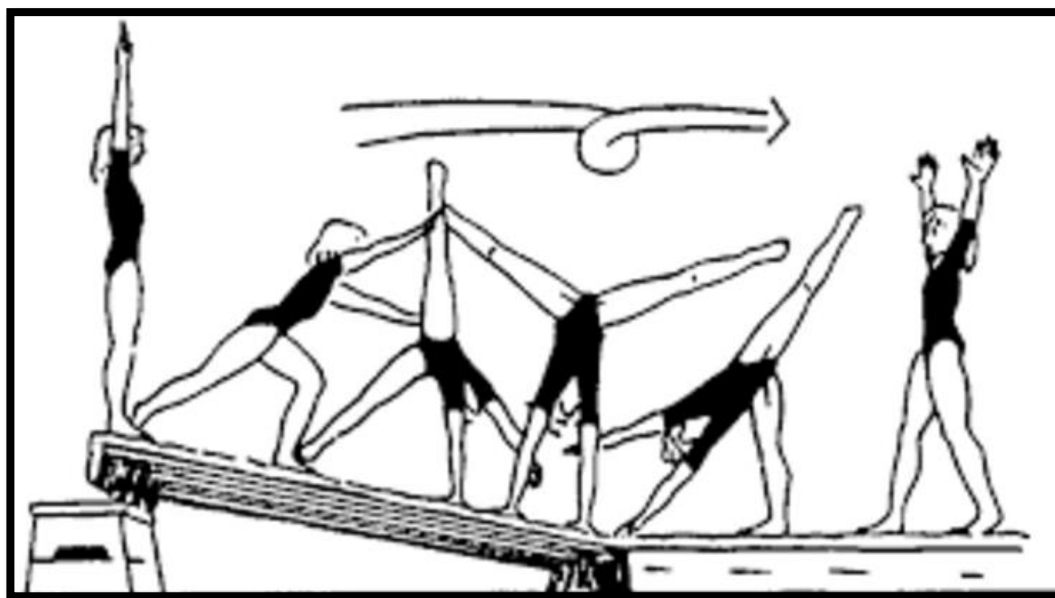
Station 3



1. Maak een handstand voor de dikke mat
2. Probeer kort balans te houden
3. Laat je vervolgens helemaal gestrekt plat op de dikke mat vallen.

Hulpverleners goed opletten!

Station 4



1. Ga bovenaan het schuine vlak staan
2. Maak een radslag en probeer op je voeten te landen, je maakt de radslag dus naar beneden!
3. Hulpverleners staan onder aan de mat om je tegen te houden als je niet blijft staan na de radslag.

Hulpverleners goed opletten!

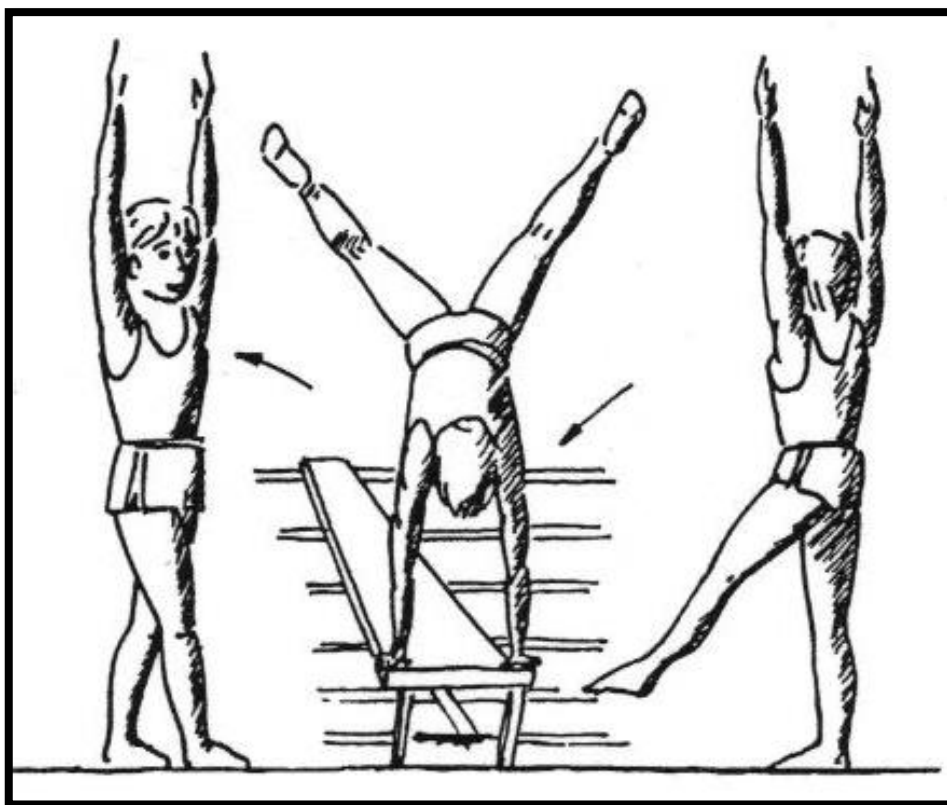
Station 5



1. Ga in voorligsteun voor de muur staan met je voeten naar de muur
2. Loop langzaam met je voeten omhoog en loop met je handen meer richting de muur, let op je vormspanning!
3. Wanneer je rechtop staat zet je je tenen tegen de muur aan en duw je je rustig af tegen de muur om balans te zoeken.

Hulpverleners goed opletten!

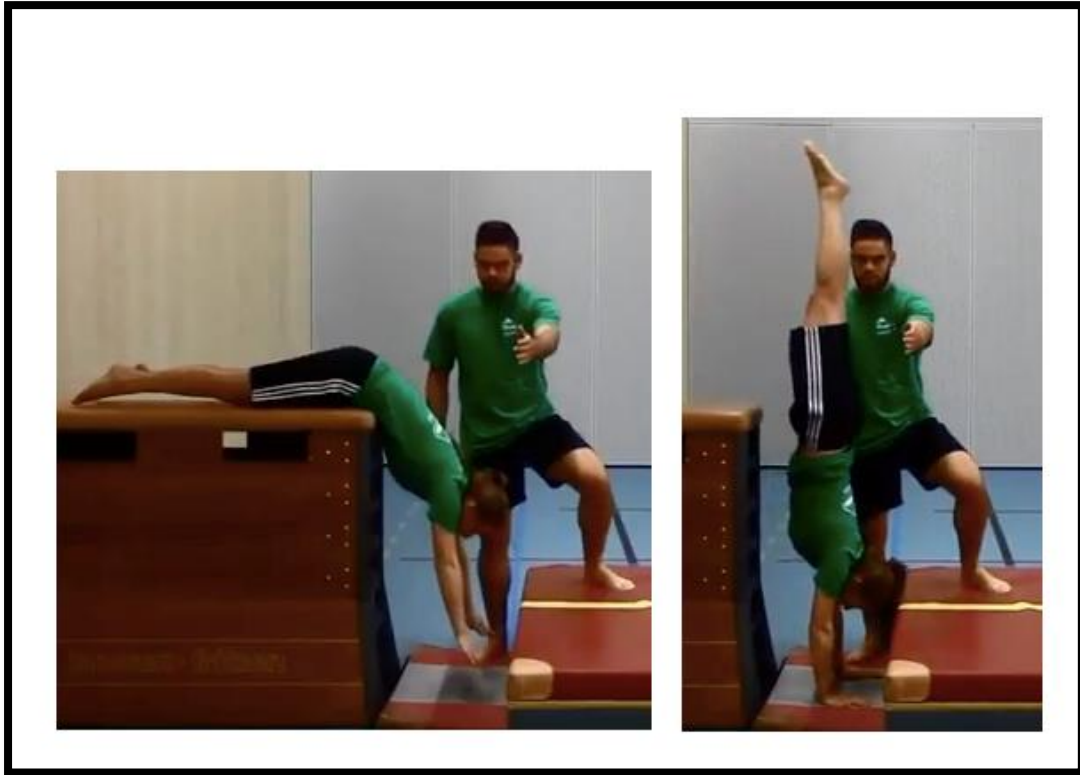
Station 6



1. Ga voor de bank klaarstaan met je armen omhoog
2. Plaats je handen naast elkaar op de bank en gooi je benen in de lucht naar de andere kant van de bank
3. Land ingedraaid in de richting van de bank met je handen wederom omhoog.

Hulpverleners goed opletten!

Station 7



1. Ga op de kast liggen met je heupen op de rand van de kast zoals op het plaatje.
2. Plaats je handen op de grond en probeer je benen omhoog te gooien tot een handstand.
3. Blijf kort in balans staan, wanneer je meteen voorover valt duwt de hulpverlener je terug met zijn/haar arm (zie plaatje).
4. Als het is gelukt om even te blijven staan rol je door of ga je terug op de kast (eigen keus).

Hulpverleners goed opletten!

Invulformulier les 2

Naam:

<u>Station 1</u> Voor mijn gevoel kon ik deze oefening: ☐ Heel makkelijk uitvoeren in één keer ☐ Redelijk makkelijk uitvoeren ☐ Na een paar keer oefenen goed uitvoeren ☐ Met veel moeite redelijk uitvoeren ☐ Heel moeilijk tot niet uitvoeren	<u>Station 5</u> Voor mijn gevoel kon ik deze oefening: ☐ Heel makkelijk uitvoeren in één keer ☐ Redelijk makkelijk uitvoeren ☐ Na een paar keer oefenen goed uitvoeren ☐ Met veel moeite redelijk uitvoeren ☐ Heel moeilijk tot niet uitvoeren
<u>Station 2</u> Voor mijn gevoel kon ik deze oefening: ☐ Heel makkelijk uitvoeren in één keer ☐ Redelijk makkelijk uitvoeren ☐ Na een paar keer oefenen goed uitvoeren ☐ Met veel moeite redelijk uitvoeren ☐ Heel moeilijk tot niet uitvoeren	<u>Station 6</u> Voor mijn gevoel kon ik deze oefening: ☐ Heel makkelijk uitvoeren in één keer ☐ Redelijk makkelijk uitvoeren ☐ Na een paar keer oefenen goed uitvoeren ☐ Met veel moeite redelijk uitvoeren ☐ Heel moeilijk tot niet uitvoeren
<u>Station 3</u> Voor mijn gevoel kon ik deze oefening: ☐ Heel makkelijk uitvoeren in één keer ☐ Redelijk makkelijk uitvoeren ☐ Na een paar keer oefenen goed uitvoeren ☐ Met veel moeite redelijk uitvoeren ☐ Heel moeilijk tot niet uitvoeren	<u>Station 7</u> Voor mijn gevoel kon ik deze oefening: ☐ Heel makkelijk uitvoeren in één keer ☐ Redelijk makkelijk uitvoeren ☐ Na een paar keer oefenen goed uitvoeren ☐ Met veel moeite redelijk uitvoeren ☐ Heel moeilijk tot niet uitvoeren
<u>Station 4</u> Voor mijn gevoel kon ik deze oefening: ☐ Heel makkelijk uitvoeren in één keer ☐ Redelijk makkelijk uitvoeren ☐ Na een paar keer oefenen goed uitvoeren ☐ Met veel moeite redelijk uitvoeren ☐ Heel moeilijk tot niet uitvoeren	Na het uitvoeren van alle stations vond ik deze stations het makkelijkst: _____ _____ _____ Na het uitvoeren van alle stations vond ik deze stations het moeilijkst: _____ _____ _____

Verantwoording les 2

In les 2 worden de basisbehoeften op de volgende manier vervuld:

Basisbehoefte competentie

Binnen deze les gaan de leerlingen aan de slag met verschillende vormen van grondacrobatiek. Ze ervaren tijdens deze station welke onderdelen ze al goed beheersen en welke ze nog wat lastig vinden. De verschillende toetsvormen (handstand, handstand doorrollen en radslag) worden in verschillende contexten beoefend in de verschillende stations. Leerlingen geven op een persoonlijk formulier bij ieder station aan of ze deze oefening al beheersen of juist nog moeilijk vinden. Hierdoor krijgt de leerling meer inzicht in de volgende keus: “welke van deze onderdelen kan ik het beste kiezen voor mijn examen”. De leerling krijgt de ruimte om een uitvoering te kiezen die hij/zij goed kan gaan beheersen, het beste bij hem of haar past.

Basisbehoefte autonomie

Leerlingen krijgen deze les de keus om extra te oefenen voor acrogym of juist extra te oefenen voor grondacrobatiek. Het oefenen voor acrogym gebeurt zelfstandig. Leerlingen zijn zelf verantwoordelijk voor een veilige uitvoering van de verschillende vormen en het stappen in de rol van hulpverlening.

Basisbehoefte relatie

Leerlingen krijgen deze les veel verantwoordelijkheid om oefeningen zelfstandig tot een goed einde te brengen. Er wordt gewerkt in kleine groepjes waarbinnen veel samengewerkt moet worden. De leerling krijgt verantwoordelijkheid van de docent.

In les 2 wordt, net als bij les 1, gebruik gemaakt van een docent gestuurde didactische werkvorm. De docent geeft hier aan wat de leerlingen moeten oefenen. In het grondacrobatiek gedeelte wordt door de docent duidelijk op de mediakaarten aangegeven op welke manier de oefening uitgevoerd dient te worden. Voor de leerling is hier weinig ruimte voor eigen inbreng. Bij het acrogym gedeelte van de les worden de leerlingen echter een stapje verder vrij gelaten in vergelijking met les 1. Dit maal mogen de leerlingen zelf bepalen welke acrogym vorm beoefend gaat worden én mogen de leerlingen zelf kiezen op welk niveau ze deze vorm uitvoeren.

Lesvoorbereiding Les 3

Lesopdracht: in termen van het beïnvloeden van bewegingsgedrag

Turnlandschap – Trampolinespringen

Beginsituatie: Voor de relevante doelstellinggebieden concreet ingevuld (per bewegingsactiviteit)

Leerlingen hebben in het begin van periode 2 een les besteed aan trampolinespringen (gedeeltelijk). Ze hebben ervaring met de verschillende fases van trampolinespringen:

- aanloop
- afzetten
- inspringen
- zweeffase
- landing

Leerlingen weten dat ze bij een buiging in de benen bij de landing meer stabiliteit hebben.

Doelstelling: Voor de relevante doelstellinggebieden concreet ingevuld (per bewegingsactiviteit)

Bewegen verbeteren:

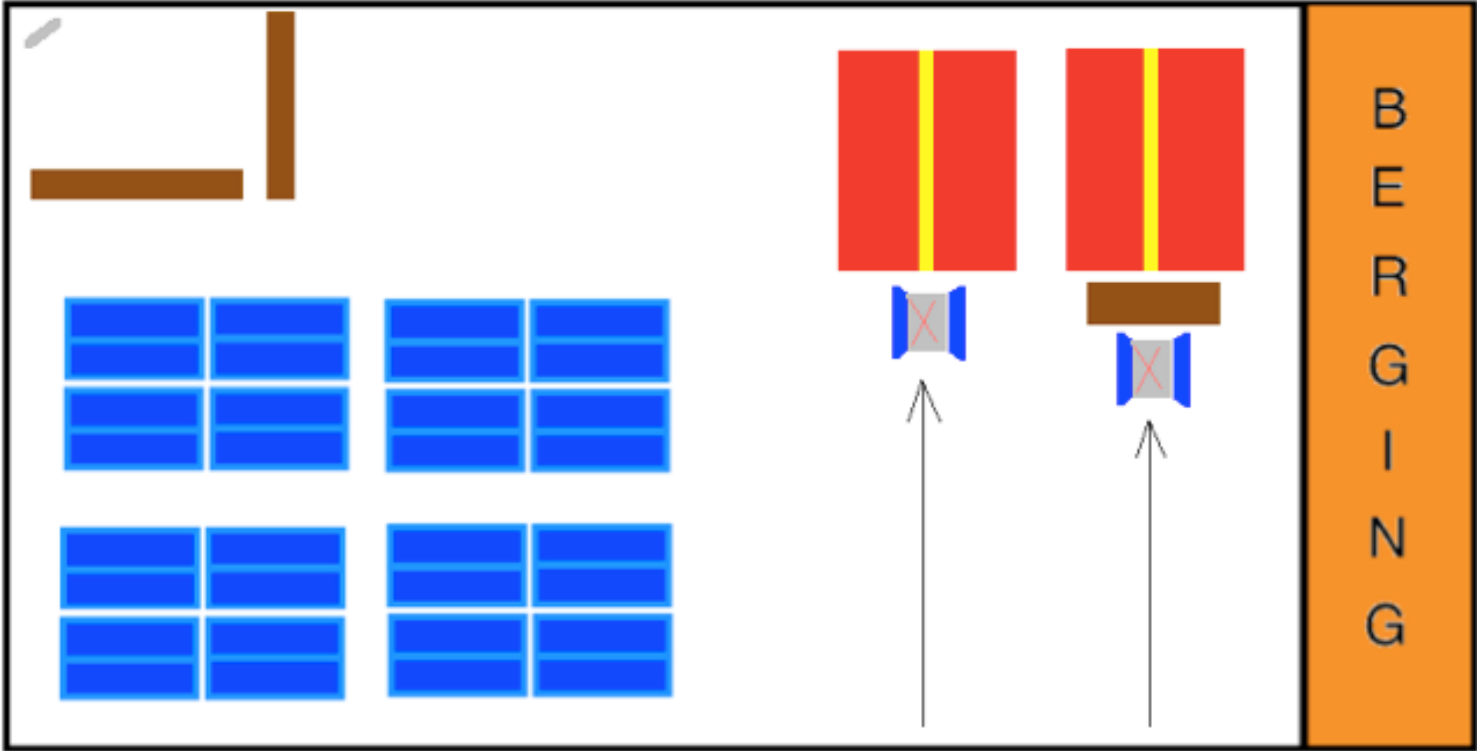
Aan het einde van de les hebben alle leerlingen bij het onderdeel trampolinespringen alle onderdelen waar je voor kunt kiezen een keer doorgenomen in het beoordelingsformulier en op beide situaties een uitvoering gesprongen die op dit beoordelingsformulier staat beschreven.

Bewegen reguleren:

Aan het einde van de les kunnen alle leerlingen op beide springsituaties een medeleerling helpen deze sprong tot een goed maar vooral veilig einde door hulp te verlenen op de juiste wijze. Leerlingen kunnen met elkaar communiceren op welke wijze er hulp verleend moet worden.

Organisatie:

Materiaallijst:

de gekozen werkorganisaties tekenen voor onderwijsleermiddelen, leerlingen en leerkracht	per onderdeel aangeven aard en aantal van de onderwijsleermiddelen
	- 2x banken - laptop met filmpjes - 16x klein matje - 2x dikke mat - 2x trampoline - 1x kast

Fasering in tijd:	Leerinhouden & didactische werkvorm:	Instructie:	Wat verwacht je?	Wat doe je?
5 min	Groep in twee splitsen <i>Let op! Zo veel mogelijk rekening houden met duo's acrogym binnen de groepen zodat hier aan gewerkt kan worden wanneer er niet gesprongen wordt.</i>	Leerlingen gaan met een eventueel duo voor acrogym bij elkaar staan. Docent maakt ongeveer even grote groepen.	1. <i>Ik verwacht dat sommige leerlingen nog geen duo hebben gemaakt voor acrogym.</i> 2. <i>Ik verwacht dat sommige leerlingen al weten dat ze acrogym niet willen toetsen.</i>	1. deze leerlingen samen in een werkgroep plaatsen zodat ze bij het half uurtje zelfstandig werken samen groepen kunnen vormen. 2. Deze leerlingen kunnen bij het zelfstandig oefenen werken aan de grondacrobatiek vormen.
25 min	Groep 1 gaat zelfstandig oefenen aan acrogym en/of grondacrobatiek Groep 2 gaat met docent vrije sprongen en kastsprongen oefenen → accent hulpverleners Zelfstandig acrogym/grondacrobatiek oefenen.	De groep die niet gaat trampolinespringen gaat zelfstandig aan de slag met hetgeen geleerd in de afgelopen twee lessen. Ga met je koppel acrogym oefenen, wanneer je uitgedaagd wilt worden kijk je op de laptop naar de verschillende vormen die je nog kunt uitproberen. Als je geen acrogym wilt toetsen of je maatje er niet is ga je aan de slag met grondacrobatiek. Je kijkt in het beoordelingsformulier welke vormen je allemaal kunt beoefenen. Altijd oefenen met een hulpverlener wanneer de oefening hiernaar vraagt!	1. <i>Ik verwacht dat leerlingen niet direct zelfstandig aan de slag gaan en veel met andere dingen bezig zijn</i> 2. <i>Leerlingen voeren acrogym/grondacrobatiek vormen uit zonder hulpverlener die een of meerdere hulpverleners vereisen.</i>	1. vanaf de andere kant van de zaal een keer een opmerking hier over maken om te laten weten dat ze wel in de gaten gehouden worden. 2. Hier streng op reageren, niet uitvoeren zonder hulpverlener!

25 min	Trampoline springen - uitleg geven over de verschillende mogelijkheden, wat is voldoende en wat niet? - Inventariseren wie er al ervaring heeft met trampolinespringen - Inventariseren wie er al ervaring heeft met hulpverlenen. Twee vormen van hulpverlenen: - Vastpakken (arabier) - Sichereren (buik en rug, tegenhouden met achteruit of voorover vallen).	- We bekijken het beoordelingsformulier. Benadrukt wordt wat onvoldoende is en wat voldoende is. - We leggen het komende half uurtje de nadruk op hulpverlenen, maar tussendoor kan je natuurlijk ook oefenen! - We onderscheiden 2 vormen van hulpverlenen, vastpakken en sichereren. Inspringen - allemaal op de twee situaties ieder 2x springen. Vrije sprong is een streksprong en over de kast een hurkwendsprong. - Na je eigen sprong ga je meteen hulpverlenen bij de persoon die na jou gaat springen. Bij de vrije sprong ga je sichereren en bij de hurkwendsprong vraag je eerst naar welke kant de leerling zijn benen gaat opzwaaien, je pakt de bovenarm die het dichtst bij jou komt vast met de klemgreep en begeleid tot landing. Oefenen van de verschillende vormen - Vrije sprongen: oefenen van een sprong om de lengteas, sichereren. - Eventueel oefenen salto, eerste keer altijd oefenen met docent als hulpverlener! - Kastspringen: oefenen van de arabier, hulpverlenen eerst nog vastpakken daarna keuze tussen vastpakken of sichereren. Wel altijd hulpverlenen!	- Ik verwacht dat leerlingen bij het inspringen niet goed hulpverlenen omdat het 'niet nodig is' - Ik verwacht dat leerlingen vergeten te hulpverlenen bij elkaar. - Een leerling wil een salto springen. - Een leerling stelt zelf een andere sprong voor, mag die ook voor het examen? - Een leerling heeft geen vormspanning tijdens de vrije sprong met draai om de lengteas. - Een leerling wil graag de hele draai om de lengte as springen maar komt maar tot drie vierde draai. - Een leerling maakt een frisbee arabier.	- De leerlingen erop wijzen dat we dit aan het oefenen zijn en dat het hulpverlenen dadelijk moeilijker wordt. - De groep hier zelf verantwoordelijk voor maken, je mag niet gaan springen zonder hulpverlener. Terugroepen dus! - Deze leerling eerst een liefst twee keer laten springen waarbij de docent zelf hulpverleent. Daarna schat de docent in of andere leerlingen kunnen sichereren of dat er een draaigreep gebruikt moet worden. - Overweging maken of dit past in het onderzoek. - Deze leerling de tip geven om eerst nog een paar keer de streksprong te doen en daarbij te letten op het aanspannen van alle lichaamsdelen. - Deze leerling de armen laten gebruiken, bij het draaien om extra draaisnelheid te creëren. - Tip geven om de hand die het verst weg van de trampoline geplaatst wordt voorbij de andere hand te plaatsen.
--------	---	--	---	--

Verantwoording les 3

In les 3 worden de basisbehoeften op de volgende manier vervuld:

Basisbehoefte competentie

In deze les wordt zowel bij het trampolinespringen als bij het zelfstandig oefenen van acrogym/grondacrobatiek de basisbehoefte competentie vervuld bij leerlingen omdat ze alle onderdelen uit mogen voeren op eigen gekozen niveau. Leerlingen hebben mogelijkheden om in beoordelingsformulieren makkelijke en moeilijke vormen terug te kijken en kunnen ook filmpjes van deze verschillende vormen bekijken. Doordat leerlingen op eigen niveau kunnen bewegen zullen ze zich competentier voelen dan wanneer ze gedwongen worden een oefening uit te voeren die ze niet kunnen.

Basisbehoefte autonomie

In deze les vind de vervulling van basisbehoefte autonomie plaats doordat leerlingen veel zelfstandig aan de slag gaan. Ze zijn verantwoordelijk voor hun eigen leerproces bij acrogym en grondacrobatiek en kunnen zelf kiezen voor veel of weinig uitdaging. Bij het trampolinespringen worden leerlingen verantwoordelijk gesteld voor het hulpverlenen bij de sprongen van medeleerlingen. Leerlingen ervaren dat het belangrijk is elkaar goed te helpen om de oefening tot een veilig einde te brengen.

Basisbehoefte relatie

In deze les geeft de docent leerlingen veel ruimte en verantwoordelijkheid. De leerlingen wordt gevraagd hier op de juiste wijze mee om te gaan.

Zoals in de voorgaande lessen vind ook tijdens deze les een afwisseling plaats. Bij het trampolinespringen wordt door de docent verteld en gedemonstreerd welke vormen en geoefend gaan worden. Later in het gedeelte trampolinespringen is er meer ruimte voor eigen inbreng van de leerlingen, ze mogen hier zelf kiezen welke vrije sprong ze oefenen, mits goed gecommuniceerd met de docent i.v.m. veiligheid. De helft van de groep die niet bezig is met trampolinespringen, gaat aan de slag met de onderdelen die in les 1 en 2 centraal hebben gestaan: acrogym en/of grondacrobatiek. Leerlingen krijgen er een nieuwe keuze bij. Waar leerlingen de afgelopen week zelf mochten kiezen welke acrogym geoefend ging worden en op welk niveau, hebben de leerlingen deze les ook nog de keuze tussen verschillende onderdelen. Het is ook toegestaan om beide onderdelen te oefenen, de leerling beslist.

Lesvoorbereiding Les 4

Lesopdracht: in termen van het beïnvloeden van bewegingsgedrag

Turnlandschap - Zelfstandig oefenen

Beginsituatie: Voor de relevante doelstellinggebieden concreet ingevuld (per bewegingsactiviteit)

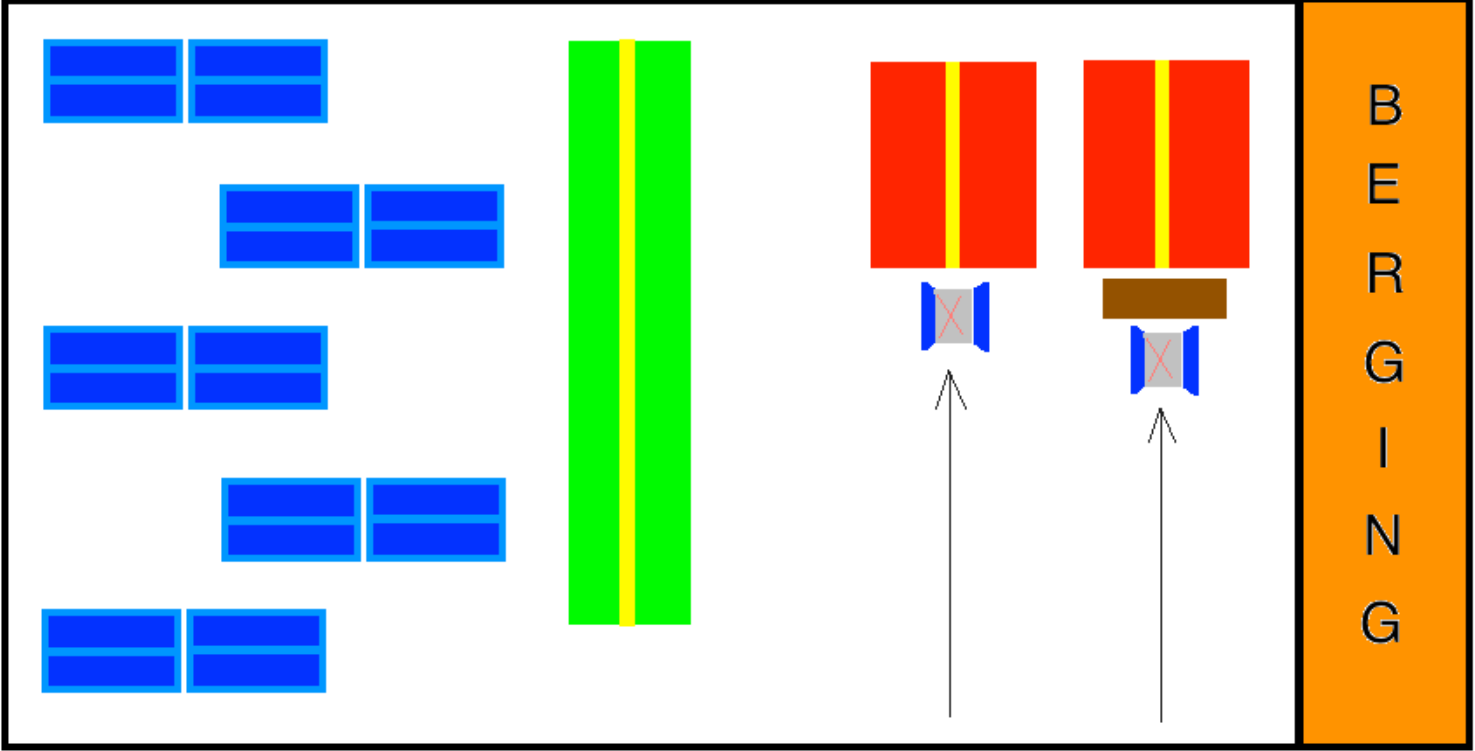
Leerlingen hebben de afgelopen drie lessen alle vijf de onderdelen (trampolinespringen – kast, trampolinespringen – vrije sprong, acrogym, handstand/handstand doorrollen & radslag) allemaal een keer geprobeerd en ervaren. Het grootste deel van de leerlingen heeft bepaald welke van deze onderdelen ze willen doen voor de toets.

Leerlingen hebben de afgelopen lessen de helft van de les zelfstandig gewerkt in verschillende onderdelen maar ook een gedeelte van de les docent gestuurd gevolgd.

Doelstelling: Voor de relevante doelstellinggebieden concreet ingevuld (per bewegingsactiviteit)

Aan het einde van de les is voor alle leerlingen duidelijk welke onderdelen ze de volgende week op het toets moment willen doen.

Tijdens de gehele les zijn leerlingen actief bezig met het oefenen van de verschillende onderdelen, waarbij gelet wordt op een veilige uitvoering. Hierbij nemen de leerlingen zelfstandig de rol van hulpverlener aan.

Organisatie: de gekozen werkorganisaties tekenen voor onderwijsleermiddelen, leerlingen en leerkracht	Materiaallijst: per onderdeel aangeven aard en aantal van de onderwijsleermiddelen
	10x klein matje 1x lange mat 2x dikke mat 2x trampoline 1x kast klein materiaal: - 1x laptop met acrogym filmpjes - pylonen om de afzetplaats aan te geven - krijt/flubbers om plaatsen aan te geven op de kast

Faseri ng in tijd:	Leerinhouden & didactische werkvorm:	Instructie:	Wat verwacht je?	Wat doe je?

10 min	Structuur van de les - Doornemen van de verschillende onderdelen en het beoordelingsformulier (Alleen interventiegroep) - Inventariseren wie nog niet weet welke onderdelen te willen toetsen - Bespreken welke rol van de leerlingen verwacht wordt tijdens deze les - Bespreken welke rol de docent vervult tijdens deze les. - Eventueel mogen leerlingen zichzelf al beoordelen in deze les wanneer ze een onderdeel al goed (op hoogst haalbare niveau) beheersen. (alleen interventiegroep)	1. voor ieder onderdeel is een apart beoordelingsformulier (handstand, doorrollen en radslag samen). Zorg dat je de beoordelingsformulieren goed doorneemt voor de onderdelen die je wilt toetsen! 2. Zijn er leerlingen die nog geen idee hebben welke onderdelen ze willen toetsen? Andere vragen? 3. Deze les gaan we zelfstandig werken aan de verschillende onderdelen. Je mag zelf kiezen welk onderdeel je gaat oefenen en op welk moment. Je mag ook maar een onderdeel de hele les oefenen als je denkt de andere twee al te beheersen dus! 4. Bij het zelfstandig oefenen is een eis die voor iedereen geldt: je mag een oefening pas uitvoeren als er op de juiste manier hulp verleend wordt. 5. De docent loopt rond en geeft feedback. Als je een vraag hebt over een bepaald onderdeel of over de toets kan je die altijd stellen. 6. Als je filmpjes wilt zien van de verschillende uitvoeringen bekijk je deze op de laptop. 7. Als je jezelf wilt filmen om een onderdeel dat je hebt uitgevoerd te kunnen bekijken vraag je bij de docent om de Ipad om jezelf te filmen. Daarna breng je hem weer terug zodat andere leerlingen ook gefilmd kunnen worden.	1. <i>ik verwacht dat leerlingen elkaar niet goed helpen in de vorm van hulpverleners waardoor sommige situaties onveilig verlopen.</i> 2. <i>Ik verwacht dat leerlingen weinig tot niet zelfstandig oefenen en onvoldoende aan het oefenen zijn.</i> 3. <i>Ik verwacht dat een leerling niet kan kiezen welke onderdelen hij of zij wil doen voor de toets.</i> 4. <i>Ik verwacht dat een leerling bij een bepaald onderdeel het expertniveau al kan uitvoeren deze les</i>	1. benadrukken dat veiligheid belangrijk is. Eventueel vertellen je de toets niet kan doen als je niet goed kan hulpverleners. 2. Aan deze leerlingen vragen waarom er niet geoefend wordt. Wanneer ze zeggen dat ze alle onderdelen toch al kunnen uitvoeren ze proberen uit te dagen een uitvoering van hoger niveau te proberen. 3. Deze leerling vragenderwijs tot een goede keuze begeleiden. Kan je vandaag nog veel verbeteren? Welk onderdeel gaat het vaakst goed? Bijvoorbeeld 7 van de 10 keer en het andere onderdeel 3 van de 10 keer. 4. Alleen interventiegroep: een leerling mag dit onderdeel al tijdens deze les aftoetsen, hoeft niet. Controlegroep: de leerling moet gaan oefenen aan andere onderdelen.
--------	---	--	---	--

Verantwoording les 4

In deze les worden de basisbehoeften op de volgende manier vervuld:

Autonomie: Leerlingen hebben veel keuzemogelijkheden binnen deze les. Zo mogen ze kiezen aan welke onderdelen ze gaan werken, dit kan zijn alle drie de gekozen onderdelen een beetje maar kan ook twee onderdelen veel oefenen zijn en een onderdeel bijna niet omdat de leerling deze al goed beheerst. Ook heeft de leerling de mogelijkheid om een onderdeel al af te toetsen tijdens deze les in plaats van volgende week.

Competentie: zoals bij alle voorgaande lessen heeft de leerling ook hier de keuze tussen verschillende moeilijkheidsgraden van de verschillende onderdelen. Deze kan de leerling terugvinden in het beoordelingsformulier. De leerling kan voor een moeilijkheidsgraad kiezen die bij hem of haar aansluit.

Relatie: De leerlingen zijn deze les veel bezig met elkaar, ze helpen elkaar met het hulpverlenen of met elkaar filmen. Hierdoor zijn ze aan individuele voortgang aan het werken door samen te werken.

Lesvoorbereiding Les 5

Lesopdracht: in termen van het beïnvloeden van bewegingsgedrag

Turnlandschap - Zelfstandig oefenen & toetsmoment

Beginsituatie: Voor de relevante doelstellinggebieden concreet ingevuld (per bewegingsactiviteit)

Leerlingen hebben zelfstandig de drie onderdelen die ze willen toetsen geoefend en zijn in staat zelf in te schatten of ze nog meer oefentijd nodig hebben voor het toetsen.

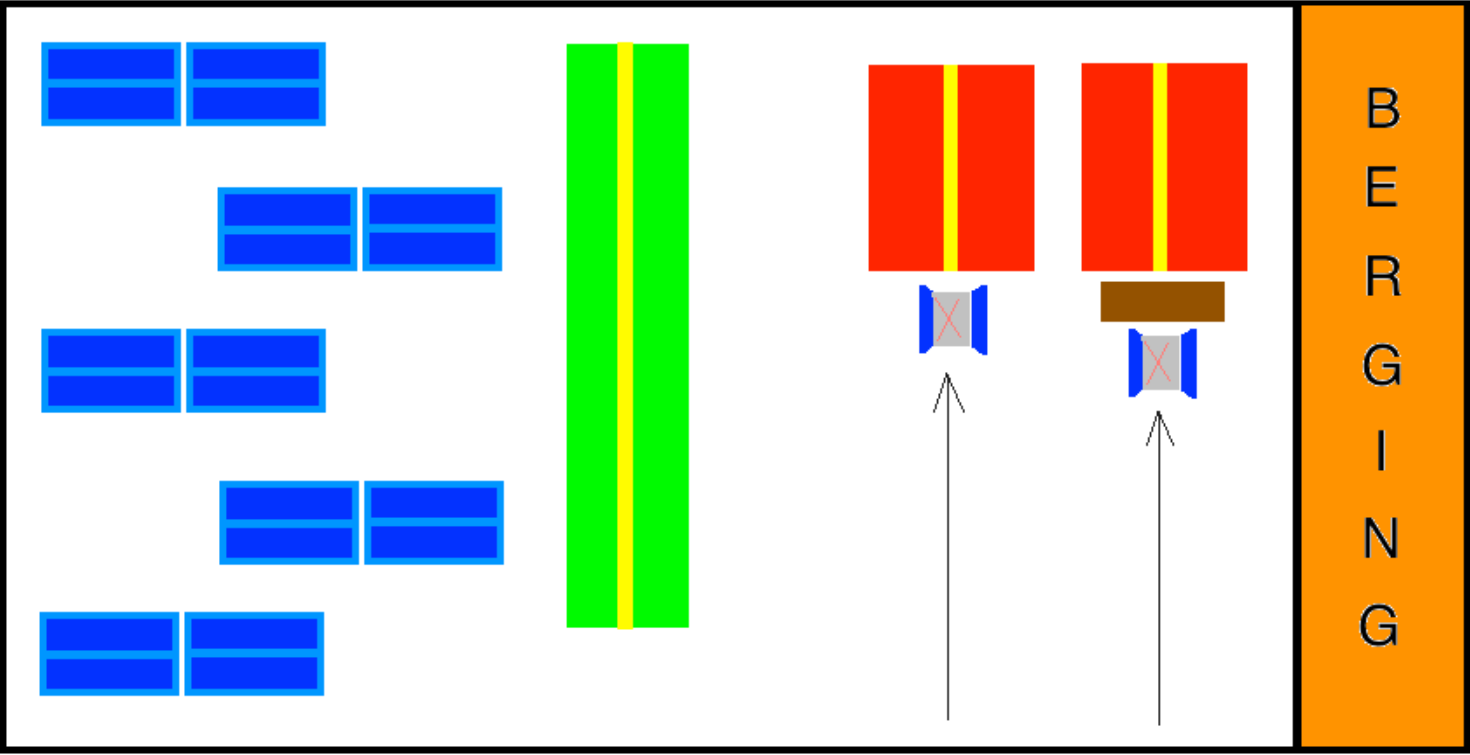
Doelstelling: Voor de relevante doelstellinggebieden concreet ingevuld (per bewegingsactiviteit)

Interventiegroep:

Aan het einde van de les hebben alle leerlingen zichzelf voor drie van de vijf onderdelen een cijfer gegeven met behulp van het rubric beoordelingsformulier en eventueel een Ipad waarop ze zichzelf hebben laten filmen om de eigen bewegingen terug te kijken. Ook hebben alle leerlingen binnen de verschillende onderdelen de rol van hulpverlener aangenomen.

Controlegroep:

Aan het einde van de les hebben alle leerlingen drie van de vijf onderdelen laten beoordelen door de docent. Ook hebben alle leerlingen binnen de verschillende onderdelen de rol van hulpverlener aangenomen.

Organisatie: de gekozen werkorganisaties tekenen voor onderwijsleermiddelen, leerlingen en leerkracht	Materiaallijst: per onderdeel aangeven aard en aantal van de onderwijsleermiddelen
	10x klein matje 1x lange mat 2x dikke mat 2x trampoline 1x kast klein materiaal: - 1x laptop met acrogym filmpjes - pylonen om de afzetplaats aan te geven - krijt/flubbers om plaatsen aan te geven op de kast

Fasering in tijd:	Leerinhouden & didactische werkvorm:	Instructie:	Wat verwacht je?	Wat doe je?
10 min	<u>Structuur van de les</u> - Leerlingen komen binnen, er wordt besproken dat dit de toets les is en dat aan het einde van de les iedereen een gemiddeld cijfer heeft van drie onderdelen. - Er wordt benadrukt dat beoordeeld wordt a.d.h.v. de verschillende beoordelings-formulieren in rubric vorm. <u>Interventiegroep:</u> Leerlingen mogen zelf bepalen op welk moment ze zichzelf beoordelen, de beoordeling hangt niet van 1 enkele uitvoering af. <u>Controlegroep:</u> Leerlingen krijgen 10 minuten de tijd om een warming up te doen, daarna worden de verschillende onderdelen op klassenlijst volgorde getoetst: 1. Acrogym 2. Handstand (doorrollen) 3. Radslag 4. Kastspringen 5. Vrije sprongen	<u>Interventiegroep:</u> - Je mag nu, na een korte warming up, oefenen voor de uitvoering van de verschillende onderdelen die je wilt toetsen - Wanneer je denkt dat je er klaar voor bent roep je mij bij je en dan beoordeel ik je oefening. Wanneer je de oefening daarna nogmaals wilt laten zien is dat geen probleem. - Je blijft deze gehele les actief hulpverleners bij je medeleerlingen. Geen oefening wordt uitgevoerd zonder hulpverlener! <u>Controlegroep:</u> - je krijgt 10 minuten de tijd om een warming up te doen, daarna gaan we per onderdeel de beoordelingen doen. We beginnen met acrogym, daarna komt handstand of handstand doorrollen, daarna radslag, vervolgens kastspringen en als laatste de vrije sprongen. Als je geen acrogym doet mag je dus nog verder oefenen totdat jou eerste onderdeel aan de beurt is. - Je krijgt 2 pogingen, wanneer het fout gaat mag je nog een keer.	1. <i>ik verwacht dat leerlingen erg lang wachten met het 'laten beoordelen' (controlegroep). Om deze reden kom ik in tijdnood om alle leerlingen te beoordelen.</i> 2. <i>Ik verwacht dat leerlingen die meteen alle onderdelen laten toetsen niks meer gaan doen en aan de kant gaan zitten.</i>	1. Leerlingen erop wijzen dat het niet erg is wanneer het niet goed gaat bij een poging voor cijfer en dat je het altijd nog een keer mag proberen en zelfs nog een keer. 2. Deze leerlingen actief deel laten nemen door hulp te verlenen of nog verder te laten experimenteren met oefeningen.

Verantwoording les 5

Les 5 staat in het teken van beoordelen. Leerlingen krijgen de kans om zelfstandig te oefenen en zichzelf op zelf gekozen moment te beoordelen voor een bepaald onderdeel. Leerlingen van de controlegroep mogen zelf aangeven wanneer ze beoordeeld willen worden en mogen ook zelf kiezen of ze nog een keer willen proberen de oefening te verbeteren of niet. Leerlingen hebben dus zelf veel inbreng in de planning van deze les. Ze bepalen zelf op welk moment ze klaar zijn voor de toetsing.

Basisbehoeften worden naar verwachting op de volgende manier vervuld:

- Autonomie: leerlingen bepalen zelf welke onderdelen ze op welk moment toetsen en of ze dit nogmaals willen proberen (geld voor zowel interventie- als controlegroep). Leerlingen bij de interventiegroep geven zichzelf uiteindelijk ook nog een cijfer waardoor zij dus inbreng hebben in de beoordeling.
- Competentie: leerlingen kiezen zelf welke moeilijkheidsgraad ze toetsen bij ieder onderdeel. Ook hebben ze de keus welke onderdelen ze wel en niet willen toetsen.

Relatie: leerlingen werken samen met docent en andere leerlingen. Bij de interventie groep zullen leerlingen elkaar moeten helpen met het filmen, en zowel bij de controle- als de interventiegroep moeten leerlingen elkaar helpen in de vorm van hulpverlening. De controlegroep moet communiceren met de docent om te bepalen wanneer ze voor een cijfer de oefening kunnen laten zien.

BIJLAGE XI: INTERVIEWS

Groen = Autonomie

Blauw = Competentie

Geel = Relatie

Interview 1	
Soort groep	Controlegroep
Uitslag groep nameting	Hoog
1.1.a	
Wat vond je van de lessenreeks turnen de afgelopen 5 weken?	
Ik vond het goede lessen want je mocht veel zelf doen, maar je kreeg ook goede uitleg over hoe je het moest doen. Alles was duidelijk.	
1.1.b	
Wat vond je er zo fijn aan dat je veel mocht kiezen?	
Je moest drie onderdelen toetsen. Het was gewoon heel simpel, je kon acrogym doen of met vrije sprong. Je kon ook twee sprongen doen met Arabier en de vrije sprong. Maar ik kon zelf de arabier op de kast niet en dan had je nog ruimte om iets anders te kiezen. Dat vond ik wel heel fijn.	
1.2.a	
Vaak had je tijdens de zelf de keuze welk onderdeel je ging oefenen, wat vond je hiervan?	
Op zich prima want we begonnen elke les met inspringen niet meteen salto gaan springen. De eerste lessen mocht je nog geen salto springen.	
1.2.b	
Wat vond je van de lessen zonder springen dan?	
Ja dat was wel.. vooral het springen was het leukste. Eerste lessen waren ook wel goed want ik heb acrogym bijvoorbeeld toch getoetst en dat hebben we de eerste les geoefend.	
1.2.c	
Waarom was het springen het leukste?	
Omdat ik dat het beste kon, hier kon ik zegmaar meteen twee onderdelen doen voor punt en daarom heb ik dat ook veel geoefend. Ik vind springen gewoon het leukste.	
1.3.a	
Wat vond je ervan dat er meerdere turnonderdelen tegelijk werden behandeld?	
Was fijn, nou had je dat je de eerste week het ene oefende en dan daarna gingen we met vrije sprongen en met handstand enzo geoefend. Je had alles geoefend en nu heb ik ook overal een voldoende voor gehaald.	
1.3.b	
Had je het idee dat je nou te kort de tijd hebt gehad om te oefenen?	
Nee helemaal niet. Lang genoeg.	
1.4.a	
Wat vond je van de manier waarop je beoordeeld werd?	
Goed. Was gewoon je gaf duidelijk aan wanneer je een punt had gehaald en wanneer je de kans had om beoordeeld te worden.	
1.5.a	
Heb je het gevoel dat je iets bijgeleerd hebt?	

Jazeker ik kan nou de salto en het begeleiden, hoe je de mensen moest begeleiden als ze een salto sprongen.

Samenvatting

Autonomie:

- Veel zelfstandig mogen uitvoeren van onderdelen werd als prettig ervaren
- Ruimte om zelf je onderdelen te kiezen was fijn

Competentie:

- Uitleg over hoe je de onderdelen moest doen om een voldoende te halen
- Inzicht over welke oefeningen de leerling niet kan, daardoor een andere oefening kiezen.
- Het springen was leuk omdat de leerling dit naar eigen zeggen goed kon
- Alle onderdelen kunnen oefenen en dit resulteerde in voor drie onderdelen een voldoende

Relatie:

- De beoordeling van de docent was duidelijk, de leerling lijkt deze beoordeling te accepteren
- De leerling geeft aan het begeleiden van een salto geleerd te hebben (hulpverleners)

Interview 2	
Soort groep	Controlegroep
Uitslag nameting	Hoog
2.1.a	
Wat vond je van de lessenreeks turnen de afgelopen 5 weken?	
<i>Ja leuk. Het is wel richting mijn sport zeg maar. Dan kan ik me wel laten gaan en doen wat ik leuk vind.</i>	
2.1.b	
Wat vond je er dan vooral zo leuk aan?	
<i>Salto springen. En mensen helpen, begeleiden enzo. Vond ik ook leuk om te doen. Ik was heel erg gemotiveerd omdat ik het zo leuk vind om dit te doen en omdat ik er goed in ben.</i>	
2.2.a	
Vaak had je tijdens de zelf de keuze welk onderdeel je ging oefenen, wat vond je hiervan?	
<i>Fijn want dan kon je zelf een beetje kiezen wat je wilde gaan trainen of oefenen. En er wordt niet steeds op je lip gekeken zeg maar want je kunt een beetje vrij trainen. Dat was wel fijn.</i>	
2.2.b	
Wat bedoel je met niet op je lip gekeken?	
<i>Nou bijvoorbeeld als je zo'n sport aan het doen bent, twee leraren kijken meestal wat je aan het doen bent en als je iets niet goed doet ofzo. En nu kreeg je wat meer te ruimte om dingen uit te proberen.</i>	
2.2.c	
Denk je dat je door die vrijheid om dingen uit te proberen grenzen hebt verlegt?	
<i>Ja zeker.</i>	
2.3.a	
Wat vond je ervan dat er meerdere turnonderdelen tegelijk werden behandeld?	
<i>Goed want als je vijf weken alleen springen doet wordt het ook saai. Hier kun je bijvoorbeeld even tien minuten springen en dan tien minuten radslag dan tien minuten dit kun je het afwisselen in een les. Lijkt mij veel beter. Als je de hele tijd met hetzelfde bezig bent wordt dat saai.</i>	
2.4.a	
Wat vond je van de manier waarop je beoordeeld werd?	
<i>Gewoon goed. Was niks apart.</i>	

Samenvatting

Autonomie:

- Zelf kunnen kiezen tussen de verschillende onderdelen
- Ruimte om dingen uit te proberen die je normaal niet kreeg

Competentie:

- Leerling beoefend zelf een sport die op turnen lijkt en vind dit daarom leuk
- Leerling geeft aan het leuk te vinden dit te doen omdat hij er goed in is

Relatie:

- Leerling geeft aan mensen te hebben kunnen helpen en begeleiden en dat leuk gevonden te hebben aan dit blok
- Leerling geeft aan de vrijheid gegeven door de docent prettig te vinden, hij vind het niet fijn wanneer er telkens gekeken wordt of je wel doet wat er van je gevraagd wordt.

Interview 3	
Soort groep	Controlegroep
Uitslag nameting	Laag
3.1.a	
Wat vond je van de lessenreeks turnen de afgelopen 5 weken?	
<i>Wel lachen, alleen ik ben zelf niet zo atletisch. Je kon zelf kiezen voor wat je zou gaan doen en graag wilde beoefenen. Alleen vaak liep het zo dat je voor punt moest springen kwam ik bij een wissel en toen wilde sommige weer springen. Ik had daar niet perse last van. Maar als dat bij mijn les zou gebeuren zou ik daar wat aan doen. Sommige kregen te veel vrijheid om te kiezen. Ze gingen dan niks doen.</i>	
3.2.a	
Vaak had je tijdens de zelf de keuze welk onderdeel je ging oefenen, wat vond je hiervan?	
<i>Vond ik fijn, zo kon je je techniek verbeteren. Ik kon eerst niet fatsoenlijk de handstand en nu ging het beter dan eerst. Ik heb zelf veel geoefend en daardoor dat geleerd.</i>	
3.3.a	
Wat vond je ervan dat er meerdere turnonderdelen tegelijk werden behandeld?	
<i>Vond ik goed. Waarom vind ik dat goed omdat je er meer van leert en meer nieuwe dingen kennen. Je leert meer nieuwe technieken waardoor je die ook vaker kan gebruiken bij sommige dingen. Met een techniek wordt het saai en nu waren er meer mogelijkheden.</i>	
3.4.a	
Wat vond je van de manier waarop je beoordeeld werd?	
<i>Voor mezelf vond ik het prima. Maar turnen is niet echt mijn onderdeel, ik ben nogal stijf. De rest vond ik goed. Sommige technieken kreeg ik feedback wat ik beter kon doen. Ik kreeg daar dan een cijfer voor. Sommige cijfers was ik het niet mee eens omdat ik weet dat ik beter kan.</i>	
3.4.b	
En op welke manier had je dan een hoger cijfer kunnen halen?	
<i>Door nog een poging te doen omdat ik zelf wel wist dat ik het kon maar het nu gewoon even niet goed lukte.</i>	

Samenvatting

Autonomie:

- Keuze in wat je graag wilde oefenen, dit was prettig
- Sommige leerlingen gingen niet goed om met deze vrijheid volgens deze leerling

Competentie:

- Kansen om techniek te verbeteren door zelf te kiezen waar hier nog ruimte voor was
- Leerling geeft verschil aan tussen wat hij eerst niet kon en nu wel
- Leerling geeft aan dat het werken met meerdere onderdelen tegelijk (turnlandschap) ervoor zorgt dat je nieuwe dingen leert kennen.
- Leerling geeft aan niet goed te kunnen turnen.
- Leerling geeft aan het niet eens te zijn met sommige cijfers omdat hij weet dat hij het eigenlijk beter kon maar het niet kon laten zien op het beoordelingsmoment.

Interview 4	
Soort groep	Controlegroep
Uitslag nameting	Gemiddeld
4.1.a	
Wat vond je van de lessenreeks turnen de afgelopen 5 weken?	
<i>Wel leuk. Maar het was een beetje allemaal hetzelfde. Elke keer was hetzelfde en iedereen stond bij de trampolines. Ik wil daar heen dan ga ik daar heen.</i>	
4.2.a	
Vaak had je tijdens de zelf de keuze welk onderdeel je ging oefenen, wat vond je hiervan?	
<i>Wel leuk. Alleen je merkte dat iedereen ging springen en de rest dacht van oke dan laat ik dat maar lekker. Je moest lang wachten bij het springen. Ik had liever in groepjes ingedeeld en dan om de beurt springen een paar minuten.</i>	
4.2.b	
Wat vond je ervan dat je onderdelen kon compenseren?	
<i>Goed. Je kon oefenen op allemaal die onderdelen enzo. En je kon zelf kiezen waar je goed in was en dat je dan daarvoor kon kiezen.</i>	
4.3.a	
Wat vond je ervan dat er meerdere turnonderdelen tegelijk werden behandeld?	
<i>Ik zou wel gewoon liever drie weken een onderdeel oefenen zodat je daar specifiek mee bezig bent. Dan wordt je daar iets beter in. Nu is het soms ergens super druk en je hebt weinig begeleiding. Geen 1 op 1 bespreking.</i>	
4.4.a	
Wat vond je van de manier waarop je beoordeeld werd?	
<i>Ik vond dat ik het beter deed dan anderen, die een beter cijfer kregen dan ik. Ik kreeg een 9,5 en iemand anders een 10 maar ik deed het beter. Daar was ik het niet mee eens.</i>	

Samenvatting

Autonomie:

- Leerling geeft aan de keuzevrijheid die er was niet als prettig ervaren te hebben. Dit omdat er nu bij een onderdeel te veel leerlingen stonden.
- Leerling geeft aan dat het fijn was te kunnen kiezen voor een onderdeel waar je goed in was.

Competentie:

- Leerling geeft aan dat het fijn was te kunnen kiezen voor een onderdeel waar je beter in was dan de andere onderdelen.
- Leerling geeft aan liever een aantal weken aan een specifiek onderdeel te willen werken en daar ook echt een stuk beter in te worden.
- Leerling geeft aan het niet eens te zijn geweest bij een van de beoordelingen van de docent. Ze vond zelf dat ze beter was dan een andere leerling die een hoger cijfer kreeg.

Relatie:

- Leerling vond de beoordeling van de docent niet eerlijk
- Leerling vond dat de docent te weinig kon begeleiden door de vele onderdelen tegelijk.

Interview 5

Soort groep	Interventiegroep
Uitslag nameting	Laag
5.1.a	
Wat vond je van de lessenreeks turnen de afgelopen 5 weken?	
Ja was wel voor mij een beetje boven mijn niveau. Ik heb veel niet kunnen doen door een blessure. Leuke ideeën. Dat alles bij elkaar een gemiddeld punt wordt vond ik leuk. Dat je niet omdat je in een ding heel goed bent omdat dat makkelijk gaat. Je moet in alles goed zijn wil je een tien halen.	
5.2.a	
Vaak had je tijdens de zelf de keuze welk onderdeel je ging oefenen, wat vond je hiervan?	
Ik vond het goed. Als je dan in een ding heel goed bent en dat al kan kun je kiezen om iets te oefenen om daar beter in te worden dat is fijn.	
5.3.a	
Wat vond je ervan dat er meerdere turnonderdelen tegelijk werden behandeld?	
Ja dat je dingen in kan verbeteren waar je niet goed in bent en dat je dat kon kiezen. Fijn dat je kon kiezen.	
5.4.a	
Wat vond je van de manier waarop je beoordeeld werd?	
Op zich kon je makkelijk een hoog punt halen. Als je van jongs af aan de radslag kan kon je ook een hoog punt halen. Bij andere sporten bijvoorbeeld kwaliteiten van overspelen enzo heb je niet nodig. Ik ben slecht in salto maken maar je kreeg ook een punt voor halve draai en daar ben ik wel weer goed in. Fijn dat je je eigen kwaliteiten in kon zetten.	
5.5.a	
Wat vond je van het werken met de beoordelingsformulieren?	
Dat vond ik fijn, dan wist ik een beetje wat ik moest doen. En wat voor punt ik ermee kon halen. Ik zou dat wel vaker willen gebruiken. Ik heb ze vooral in de laatste les bekeken. Je hebt er vijf lessen voor gehad en de eerste les kan je dan zien wat voor cijfer je zou halen en dan kun je op iets anders oefenen. Je weet dan ook in les vier al wat je ongeveer gaat halen.	
Eigen toevoeging 1:	
De laatste les vond ik het jammer dat ik nog via de trampoline wilde doen. De tijd was om en ik was aan het hulpverleners en toen mocht ik niet meer. De tijd was te kort en daardoor kon ik niet meer springen. Dat vond ik jammer.	
Eigen toevoeging 2:	
Het was handig geweest als er meerdere docenten waren om te beoordelen want je moest veel beoordelen. De onderdelen waar geen docent bij stond om te kijken oefende niet echt iemand.	

Samenvatting

Autonomie:

- Je kon kiezen om te oefenen voor de onderdelen waar je beter in was dan andere of juist voor een onderdeel waar je wist dat je nog wel een voldoende kon halen.

Competentie:

- Turnen ligt boven het niveau van de student naar eigen zeggen, is er niet goed in
- Vond het prettig dat het niet maar om een onderdeel ging maar om meerdere onderdelen
- Fijn dat je dingen kon verbeteren waar je niet goed in was
- Fijn dat je je eigen kwaliteiten in kon zetten, wanneer je het ene onderdeel niet kon koos je gewoon een ander onderdeel dat je wel kon.
- Op de beoordelingsformulieren kon je zien wat je moest doen dat was fijn
- Je wist door het beoordelingsformulier al voor de examenles wat je voor cijfer ging halen

Relatie:

- Tijdsplanning van de docent vond ik niet zo goed, ik kon nu niet meer springen in de vierde les omdat ik de hele tijd aan het hulpverlenen was voor anderen
- Meerdere docenten die beoordelen was fijn geweest.

Interview 6	
Soort groep	Interventiegroep
Uitslag nameting	Gemiddeld
6.1.a	
Wat vond je van de lessenreeks turnen de afgelopen 5 weken?	
Ik vind turnen wel minder, ik ben er niet zo goed in. Ik vond het wel fijn dat je best wel veel vrijheid kreeg en tijd om te oefenen en uiteindelijk heb ik best een goed punt gehaald. Goed te doen.	
6.2.a	
Vaak had je tijdens de zelf de keuze welk onderdeel je ging oefenen, wat vond je hiervan?	
Dat vond ik juist chill, ik denk als ik perse een salto moest doen dat had ik niet gekund. Nu heb ik het beste gedaan wat ik kon.	
6.2.b	
Je hebt dus gekeken welke je het beste kon en dat heb je gedaan?	
Ja de handstand kon ik al maar voor de halve draai heb ik nog best veel moeten oefenen. Fijn dat die halve draai erbij stond en dat ik die kon oefenen.	
6.3.a	
Wat vond je ervan dat er meerdere turnonderdelen tegelijk werden behandeld?	
Dat vond ik soort van minder omdat je dan als je zeg maar oefent op bepaalde onderdelen en dan wordt je beter. Nu moest je het zelf doen en zorgen dat je het kon. Ik had iets meer feedback willen krijgen.	
6.3.b	
Wat was voor jou een goed alternatief geweest dan?	
Bijvoorbeeld elke week een onderdeel behandelen dat je elke keer iets behandeld hebt en dan daarna de toets.	
6.4.a	
Wat vond je van de manier waarop je beoordeeld werd?	
Dat vond ik best wel goed, je had zelf wat te zeggen. Ik denk dat het ook wel vast stond maar je kon zelf wel wat zeggen. Ik ben wat bescheiden maar ik vond het wel een leuke manier een keer wat anders. Ik zou dat zo wel vaker willen.	
6.4.b	
Denk je dat daar snel misbruik van gemaakt wordt?	
Nou als je zegt een tien maar de uitvoering klopte er niet bij dan klopt het ook niet. Ik zag terug wat ik zelf had gedaan en dan vond ik het ook wel goed. Ik heb iets gedaan en dat was het cijfer ook waard.	
6.5.a	
Wat vond je van het werken met de beoordelingsformulieren?	
Dat was goed want je wist waar het aan moest voldoen. Je kon inschatten wat je kon en dan kon je kijken welk onderdeel je wilde doen. Oh de handstand kan ik wel een zeven voor halen. Bij de halve draai dat kon ik eerst niet en toen heb ik er iets van gemaakt om toch een goed cijfer te halen.	

Samenvatting

Autonomie:

- Vrijheid en tijd om zelf te oefenen kreeg je
- Je moest zelf oefenen en zorgen dat je het kon, had meer feedback gewild.

Competentie:

- Leerling geeft aan niet goed te kunnen turnen maar uiteindelijk toch een goed punt gehaald te hebben.
- Niet prettig dat er meerdere onderdelen tegelijk werden behandeld, liever een en daar beter in worden gedurende de lessen.
- Zelfbeoordeling was makkelijk met de beoordelingsformulieren. Het cijfer dat de leerling zichzelf toekende klopte ook op het beoordelingsformulier.
- Door te werken met de beoordelingsformulieren kon de leerling goed inschatten wat hij wel of niet kon en daaruit een keuze maken welk onderdeel hij wilde toetsen.

Interview 7	
Soort groep	Interventiegroep
Uitslag nameting	Gemiddeld
7.1.a	
Wat vond je van de lessenreeks turnen de afgelopen 5 weken?	
Ik vond het leuk alleen niet zo slim dat een kant zelfstandig moest oefenen. Dezelfde deden niks en omdat de leraar bezig was kon die niet opletten. We kregen veel vrijheid dat was goed maar het waren telkens dezelfde die niet werkten.	
7.1.b	
Er stond een laptop met verschillende ideeën voor oefeningen. Heb je daar gebruik van gemaakt?	
Er werd bijna geen gebruik gemaakt van je laptop. Het was wel uitdagend want er was genoeg materiaal wat je kon oefenen. Maar de motivatie als er geen leraar is dan is het gewoon chaos.	
7.1.c	
Had jij daar last van toen je zelf wilde gaan oefenen?	
Nee want ik deed gewoon.. ik had het geen last van ik deed zelf wel oefenen want het ging om mijn punt niet om dat van hun. Mij maakte dat eigenlijk niet zo veel uit, is voor hun eigen bestwil.	
7.2.a	
Vaak had je tijdens de zelf de keuze welk onderdeel je ging oefenen, wat vond je hiervan?	
Ruime keus, sommige kunnen geen radslag en dan hadden ze nog de keuze uit vliegtuigje of op elkaar staan. Dus dat was wel steeds uitdagend.	
7.3.a	
Wat vond je ervan dat er meerdere turnonderdelen tegelijk werden behandeld?	
Goed want er zijn mensen die niet de arabier kunnen dus die hebben dan de keus om voor andere onderdelen te kiezen. Dat ze toch een hoog punt krijgen. Ik kon bijvoorbeeld de arabier wel maar de salto niet, dan had ik wel nog de keuze om een hoog cijfer te halen bij de radslag. Ik vond het fijn dat ik toch een hoog punt kon halen omdat ik kon kiezen. Dat ik niet lager ben dan de rest die wel een salto kan.	
7.4.a	
Wat vond je van de manier waarop je beoordeeld werd?	
Goed. We hadden meerdere kansen en dan kreeg je feedback wat nog beter kon en de tweede keer vroeg je van wat zou je jezelf geven en dan kon je mooi kijken welke punten je goed deed bijvoorbeeld benen gestrekt is een zes en dan zei ik van 'ik heb een 7,5' en dan zei jij van 'ja daar ben ik het mee eens'.	
7.4.b	
Wat vond je ervan dat aan jou werd gevraagd wat je ervan zou vinden?	
Goed want meestal is van 'ja oke je krijgt een zeven' en dan ben ik het daar niet mee eens omdat ik dan eigenlijk vond dat ik een acht had. En nu kreeg ik de kans om zelf te zeggen wat ik er van vond.	
7.4.c	
En denk je dat je zelf goed in staat bent om te zeggen wat voor cijfer het waard is?	
Ja wel maar het was wel fijn dat die punten beschreven stonden waar je aan moest voldoen want anders vond ik het heel moeilijk. Het was ook fijn dat jij vroeg van 'heb je dit gedaan' enzo en dan kon ik zelf het beste inschatten wat voor cijfer het was.	
7.5.a	
Wat vond je van het werken met de beoordelingsformulieren?	

Ik heb er alleen de eerste les op gekeken, toen kon je kijken wat je kon kiezen. En bij de laatste les voor punt kon ik kijken als ik met twee handen los zou doen dan krijg ik een 9,5. Maar de lessen tussenin heb ik er eigenlijk niet naar gekeken. De filmpjes op de laptop waren wel goed alleen sommige dingen waren wel heel lastig om uit te voeren.

Samenvatting

Autonomie:

- Er werd voor sommige te veel vrijheid gegeven waardoor er niet veel geoefend werd aan een onderdeel. Leerling had hier zelf geen last van.
- Er was een ruime keus aan onderdelen

Competentie:

- Door de ruime keus aan onderdelen werd het uitdagend
- Geeft aan een onderdeel bij springen wel te kunnen en het andere niet, op het beoordelingsformulier gekeken te hebben en een onderdeel of moeilijkheidsgraad gekozen te hebben die wel voor haar uitvoerbaar was.
- Geeft aan het gevoel te hebben niet minder te zijn dan de leerlingen die wel een salto kunnen omdat er ook andere onderdelen waren die wel goed uitvoerbaar waren.

Relatie:

- Leraar kon niet opletten omdat er zo veel verschillende onderdelen tegelijk werden gedaan
- Meerdere momenten dat je een onderdeel kon doen voor cijfer omdat je toch zelf het cijfer mocht geven. Het moest wel volgens de criteria. Leerling lijkt de behaalde cijfers te accepteren.
- Leerling vond het zelf beoordelen moeilijk maar samen met de docent die de juiste vragen stelde lukte het goed om zelf een beoordeling te geven.

Interview 8	
Soort groep	Interventiegroep
Uitslag nameting	Hoog
8.1.a	
Wat vond je van de lessenreeks turnen de afgelopen 5 weken?	
<i>Het ging wel, turnen is niet mijn favoriete sport maar ik heb me wel vermaakt. Normaal op de middelbare vond ik het niet zo leuk maar nu was het leuk.</i>	
8.1.b	
Hoe ging dat dan op de middelbare?	
<i>Dan moesten we drie weken lang een handstand oefenen en nu was het allemaal door elkaar en je kon doen wat je leuk vond.</i>	
8.2.a	
Vaak had je tijdens de zelf de keuze welk onderdeel je ging oefenen, wat vond je hiervan?	
<i>Dat vond ik fijn. Want we moesten dan van die vijf dingen er drie kiezen hoefde ik geen handstand en radslag te oefenen want ik weet dat ik dat toch niet kan. Dus kon ik beter oefenen op die dingen die ik voor punt ging doen.</i>	
8.3.a	
Wat vond je ervan dat er meerdere turnonderdelen tegelijk werden behandeld?	
<i>Dat vond ik wel fijn, je doet veel verschillende dingen en dat maakt de lessen leuk.</i>	
8.4.a	
Wat vond je van de manier waarop je beoordeeld werd?	
<i>Goed, ja we zijn denk ik toch allemaal sportleraren over een paar jaar misschien en je beoordeeld jezelf eigenlijk en dan wordt gecontroleerd of je jezelf goed beoordeeld of niet.</i>	
8.4.b	
Hoe vond je dat gaan voor jezelf?	
<i>Goed, ik had niet echt twijfelgevalletjes ofzo. Ik deed wat ik moest doen en dan had ik dat cijfer verdiend. Ik vond dit fijner dan alleen een cijfer krijgen. Jezelf beoordelen is moeilijk en er staat wat je moet kunnen en als je doet wat er staat krijg je gewoon dat punt.</i>	
8.5.a	
Wat vond je van het werken met de beoordelingsformulieren?	
<i>Fijn, je weet waar je op beoordeeld wordt en dan kun je daarop oefenen. Omdat die er lagen ging ik zelf meer doen omdat ik wist wat ik moest doen en daarop kon oefenen. Het is fijn dat je kan weten hoe je je punt omhoog kan halen.</i>	
Eigen toelichting:	
<i>Verder vond ik het fijn dat de punten samengevoegd werden. Ik ben niet heel goed in turnen en zo kan ik het toch met elkaar compenseren.</i>	

Samenvatting

Autonomie:

- alle onderdelen door elkaar en je mocht oefenen wat je leuk vond.
- Van de vijf onderdelen er drie kiezen was fijn.
- Omdat er beoordelingsformulieren waren kon ik zelf kijken wat ik moest doen en ermee aan de slag.

Competentie:

- Turnen niet de favoriete sport
- Leerling geeft aan zelf genoeg inzicht te hebben wat hij wel of niet kan en daardoor gekozen te hebben voor de onderdelen die hij wel kan.
- Doordat er verschillende onderdelen gedaan konden worden werd het leuker.
- Jezelf beoordelen was moeilijk maar je moest lezen wat er stond en dan kon je zeggen welk cijfer dat was.
- Het was fijn om op de beoordelingsformulieren te zien wat je moest doen om je cijfer omhoog te halen.

BIJLAGE XII: ONDERZOEKSDATA

Voormeting controlegroep

Naam	Vraag 1	Vraag 2	Vraag 3	Vraag 4	Vraag 5	Vraag 6	Vraag 7	Vraag 8	Vraag 9	Vraag 10	Vraag 11	Vraag 12	Gemiddelde
Ethan	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3,416666667
Sid	3	3	1	4	3	3	5	4	2	3	2	3	3
Sem	5	5	4	4	5	5	3	5	4	5	4	5	4,5
Jimmy	5	3	4	3	5	4	5	3	4	4	3	5	4
Guus	4	5	3	4	5	5	4	5	5	4	4	5	4,416666667
Sam	4	5	3	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4
Mike	1	5	3	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4,416666667
Reno	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Givan	4	3	1	5	5	5	4	5	5	4	3	5	4,083333333
Emma	3	3	1	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3,333333333
Sylvana	3	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3,333333333
Fleur	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3,25
Remco	4	4	3	5	4	2	4	5	3	4	4	4	3,833333333
Kevin	4	4	3	5	4	4	4	4	5	3	4	4	4
Rik K	4	4	3	5	4	3	4	4	3	4	3	5	3,833333333
Tim	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3,583333333
Rick M	3	3	3	4	5	4	4	4	3	4	5	5	3,916666667
Sude	3	2	2	4	5	3	2	3	3	3	2	5	3,083333333
Marco	4	5	3	4	5	4	3	4	4	4	3	4	3,916666667
Juriaan	3	5	3	4	5	4	4	4	5	4	4	5	4,166666667
Amy	2	2	3	3	5	4	3	4	5	5	3	4	3,583333333
Tom	2	4	3	4	5	4	3	4	4	3	3	4	3,583333333
Michele	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3,75
Tariq	4	3	2	4	4	3	3	4	4	3	3	1	3,166666667
Thijmen	3	3	3	4	4	3	2	4	5	4	5	4	3,666666667
Jordy	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4,833333333

3,5 3,69 2,80 4,11 4,34 3,80 3,65 4,11 4 3,80 3,5 4,19
3,794871795

Voormeting interventiegroep

Naam	Vraag 1	Vraag 2	Vraag 3	Vraag 4	Vraag 5	Vraag 6	Vraag 7	Vraag 8	Vraag 9	Vraag 10	Vraag 11	Vraag 12	Gemiddelde
Bert	3	3	2	5	3	4	4	4	3	4	3	4	3,5
Tim	4	1	3	5	4	4	4	5	4	4	4	4	3,833333333
Julian	2	4	1	5	4	5	1	4	2	3	4	5	3,333333333
Kim	4	2	3	2	5	3	4	4	2	3	4	4	3,333333333
Roy	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3,166666667
Jelle	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	5	3,75
Kevin	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Sem	4	3	2	3	3	5	3	4	3	4	4	3	3,416666667
Camiel	5	3	2	3	5	4	4	3	4	3	3	3	3,5
Yanniek	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3,5
Nick	5	4	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4,666666667
Jurre	4	3	3	3	5	4	3	4	5	4	4	4	3,833333333
Pieter	5	4	4	4	5	4	5	3	4	4	3	4	4,083333333
Michelle	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	2	4	3,166666667
Eline	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2,75
Milan	1	1	1	3	3	3	2	3	3	2	1	3	2,166666667
Robin	5	4	3	5	5	4	4	3	4	3	3	3	3,833333333
Rik	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3,583333333
Dylan	4	3	4	5	5	3	3	4	4	4	3	4	3,833333333
Ellen	4	4	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3,5
Rowin	4	4	3	5	4	4	5	5	4	4	4	4	4,166666667
Teun	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2,75
	3,63	3,18	2,72	3,72	4	3,63	3,45	3,72	3,36	3,36	3,18	3,81	
	Gemiddelde Klas:												3,484848485

Nameting controlegroep

Naam	Vraag 1	Vraag 2	Vraag 3	Vraag 4	Vraag 5	Vraag 6	Vraag 7	Vraag 8	Vraag 9	Vraag 10	Vraag 11	Vraag 12	Gemiddelde
Ethan	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3,75
Sid	4	3	3	3	2	4	4	4	3	5	4	3	3,5
Sem	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Jimmy	4	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	5	3,416666667
Guus	5	4	3	4	5	5	4	4	5	4	2	4	4,083333333
Sam	5	5	4	4	4	4	4	5	4	4	3	4	4,166666667
Mike	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Reno	4	4	3	4	4	5	4	4	4	5	3	4	4
Givan	4	4	3	5	4	4	4	4	4	5	3	4	4
Emma	5	4	2	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4,083333333
Silvana	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4,083333333
Fleur	4	4	3	3	5	4	4	4	4	3	2	4	3,666666667
Remco	5	5	3	5	5	4	4	5	4	5	3	5	4,416666667
Kevin	4	4	2	3	4	3	4	3	4	3	1	4	3,25
Rik K	5	4	4	2	4	3	4	2	4	1	1	4	3,166666667
Tim	4	4	3	5	5	5	4	5	5	4	3	5	4,333333333
Rick M	3	4	1	4	5	3	2	3	4	3	1	5	3,166666667
Sude	2	3	2	3	3	3	3	3	2	4	4	3	2,916666667
Marco	5	4	5	5	4	5	4	4	4	5	4	4	4,416666667
Juriaan	5	5	3	5	5	4	3	4	5	4	2	5	4,166666667
Amy	5	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	5	4,166666667
Tom	5	4	4	2	4	2	4	2	4	3	3	4	3,416666667
Michele	5	4	4	4	4	4	4	5	5	3	3	4	4,083333333
Tariq	3	3	4	3	4	2	4	4	4	3	4	4	3,5
Thijmen	4	4	5	3	5	3	2	3	4	4	2	3	3,5
Jordy	4	4	4	4	5	5	4	5	5	4	4	5	4,416666667
	4,19	3,84	3,30	3,69	4,15	3,73	3,69	3,76	3,96	3,76	2,92	4,03	
Gemiddelde klas:													3,756410256

Nameting interventiegroep

Naam	Vraag 1	Vraag 2	Vraag 3	Vraag 4	Vraag 5	Vraag 6	Vraag 7	Vraag 8	Vraag 9	Vraag 10	Vraag 11	Vraag 12	Gemiddelde
Bert	4	5	4	5	4	4	3	4	4	3	4	4	4
Tim	5	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4,25
Julian	1	3	1	3	4	2	2	3	3	4	1	3	2,5
Kim	4	4	5	4	5	4	4	5	4	3	4	5	4,25
Roy	4	2	3	3	4	4	3	2	2	3	2	4	3
Jelle	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	5	3,916666667
Kevin	5	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3,916666667
Sem	5	5	4	3	4	4	4	1	4	2	3	4	3,583333333
Camiel	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4,25
Yanniek	4	4	3	4	5	4	3	2	4	3	2	3	3,416666667
Nick	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	4	5	4,333333333
Jurre	4	3	3	4	5	4	3	2	4	4	3	5	3,666666667
Pieter	2	5	5	3	5	4	2	3	5	3	3	3	3,583333333
Michelle	4	5	2	2	4	2	3	2	3	3	2	4	3
Eline	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3,333333333
Milan	3	3	1	2	5	3	3	2	3	2	1	3	2,583333333
Robin	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	3	3,833333333
Rik	4	5	3	4	4	5	4	5	4	4	3	4	4,083333333
Dylan	3	4	3	2	5	3	4	3	4	3	2	4	3,333333333
Ellen	4	4	2	3	4	4	4	3	4	3	2	4	3,416666667
Rowin	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	3	5	4,25
Teun	4	2	1	4	3	1	3	1	3	1	3	3	2,416666667
	3,90	3,77	3,13	3,54	4,27	3,68	3,5	3,22	3,72	3,31	3,04	3,90	
	Gemiddelde Klas:												3,587121212

Effectgroottes

totale vragenlijst

	Groep 1		Groep 2			
	Voormeting	Nameting	Voormeting	Nameting		
Gemiddelde	3,48	3,58	3,79	3,75		
Standaarddeviatie	0,53	0,59	0,46	0,74		
Groepsgrootte	22	22	26	26		
	Effectgrootte	0,28				

Bron voor berekening effectgrootte: Morris, S.B. (2008) Estimating effect sizes from pretest-posttest-control group designs. Organizational Research Methods 11(2), 464-386

autonomie

	Groep 1		Groep 2			
	Voormeting	Nameting	Voormeting	Nameting		
Gemiddelde	3,25	3,39	3,36	3,52		
Standaarddeviatie	0,39	0,39	0,37	0,54		
Groepsgrootte	22	22	26	26		
	Effectgrootte	-0,05				

Bron voor berekening effectgrootte: Morris, S.B. (2008) Estimating effect sizes from pretest-posttest-control group designs. Organizational Research Methods 11(2), 464-386

competentie

	Groep 1		Groep 2			
	Voormeting	Nameting	Voormeting	Nameting		
Gemiddelde	3,61	3,44	3,96	3,74		
Standaarddeviatie	0,17	0,2	0,17	0,03		
Groepsgrootte	22	22	26	26		
	Effectgrootte	0,29				

Bron voor berekening effectgrootte: Morris, S.B. (2008) Estimating effect sizes from pretest-posttest-control group designs. Organizational Research Methods 11(2), 464-386

verbondenheid

	Groep 1		Groep 2			
	Voormeting	Nameting	Voormeting	Nameting		
Gemiddelde	3,59	3,92	4	4		
Standaarddeviatie	0,38	0,24	0,21	0,12		
Groepsgrootte	22	22	26	26		
	Effectgrootte	1,08				

Bron voor berekening effectgrootte: Morris, S.B. (2008) Estimating effect sizes from pretest-posttest-control group designs. Organizational Research Methods 11(2), 464-386

Berekeningen excel

Voor een overzicht van alle gemaakte berekeningen binnen dit onderzoek zie het bijgevoerde Excelbestand, tabblad 'werkmap'.

REFLECTIEVERSLAG

Interpersoonlijk competent

- **Drukt complexe vraagstukken helder, eenduidig en gestructureerd uit en weet deze naar verwachtingen/doelen te vertalen.**
- **Wisselt kennis en expertise uit met anderen.**

Binnen het leerarrangement praktijkonderzoek ben ik in eerste instantie aan de slag gegaan met het zoeken van een duidelijke vraagstelling, een onderzoeksvraag. Ik heb hierbij enige moeite ervaren, dit om de simpele reden dat op mijn stageplaats in Boxmeer geen duidelijke vraag bij mij neergelegd werd. Na lang wikken en wegen heb ik besloten om een onderzoeksvraag te gaan formuleren waar ik als docent zelf baat bij heb. Het maken van een onderzoeksvraag viel me uiteindelijk alles mee. Ik denk dat de vraag die ik opgesteld heb voor mezelf complex genoeg was voor het uitvoeren van een praktijkonderzoek, helder genoeg was voor een ander om te begrijpen wat het onderzoek inhoudt, eenduidig genoeg was omdat het enkel en alleen over het werken met een zelfbeoordeling ging en tot slot gestructureerd was omdat duidelijk te lezen is op welke manier het uiteindelijke doel bereikt moet gaan worden.

Uitwisselen van kennis en expertise is voor mij tijdens het werken aan dit onderzoek goed in balans geweest met zelfstandigheid. Ik werk graag zelf aan mijn werkstukken en probeer pas om uitwisseling van kennis of juist advies van een docent te vragen wanneer ik ergens zelf niet aan uitkom. Toch heb ik met het maken van dit onderzoek gemerkt hoe waardevol feedback van een ander kan zijn, maar ook zeker hoe waardevol het kan zijn om een ander feedback te geven. Door kritisch te kijken naar producten van medestudenten ben ik zelf ook kritischer gaan kijken naar mijn eigen product. Ik zie het maken van dit praktijkonderzoek in zekere zin ook als een proces in leren over onderzoek. Ja we leveren uiteindelijk een eindartikel in en hebben hier bloed, zweet en tranen in moeten stoppen, maar aan het einde van de rit heb ik ook waardevolle lessen geleerd over het onderzoeken zelf. In mijn ogen een stuk waardevoller dan een keer een kennistoets over verschillende onderzoeksmethoden.

Vakinhoudelijk didactisch competent

- **Ontwikkelt nieuwe producten en innoveert bestaande producten (indien van toepassing).**
- **De student vertaalt en verantwoordt theoretische en conceptuele grondslagen van toegepast onderzoek naar een product.**

Het ontwikkelen van een geheel nieuw product en of dit me nou gelukt is vind ik lastig. Er is al zo veel onderzoek data bekend en hoewel ik mezelf graag zou willen vlijen met het feit dat ik iets heb onderzocht en dus ontdekt heb, denk ik niet dat ik een nieuw product heb ontwikkeld. Wel denk ik dat ik in zeer zekere zin een bestaand product heb weten te innoveren binnen een specifieke onderwijsinstelling. Na dit onderzoek ben ik op een andere manier tegen beoordelen aan gaan kijken en heb ik de positieve kanten ervaren van de manier waar ik binnen mijn onderzoek mee beoordeeld heb: zelfbeoordeling. Leerlingen binnen deze onderwijsinstelling zijn zeer zeker in staat om te werken met deze manier van beoordelen en mijn handen jeuken om te gaan ontdekken of deze manier ook bij meerdere domeinen of onderwijsinstellingen toepasbaar is.

Competent in reflectie en ontwikkeling

- **Werkt op een zelfkritische, planmatige wijze aan zijn eigen ontwikkeling.**
- **Managet reflectie achteraf.**

Binnen dit onderzoek heb ik de prachtige kans gekregen om in grote mate aan mijn eigen ontwikkeling te werken. Ik heb een onderwerp kunnen kiezen waaraan ik zelf graag wilde werken en mijn capaciteiten als docent wilde verbeteren. Binnen het onderdeel beoordelen valt voor een beginnend docent veel te halen. Na het uitvoeren van dit onderzoek is de volgende stap dan ook al in actie gezet: werken met een zelfbeoordeling binnen domein atletiek.

Een zwak punt van mij binnen deze competentie is waarschijnlijk het planmatig werken. Niet in de zin dat ik mijn planning niet nakom, maar met name het gedeelte van accepteren dat iets niet gaat zoals geplant en de planning daarop aanpassen. Ik heb er moeite mee om mijn plan aan te passen wanneer er iets veranderd, het gaat in mijn ogen dan niet meer zoals 'het hoort' en dat is altijd minder goed dan wanneer het wel gaat zoals het vooraf bedacht was. Nu kan ik daar aan de ene kant van zeggen dat ik voor mezelf overal een back-up moet schrijven om met onverwachte situaties om te gaan, maar ik denk dat je dan als docent op ten duur helemaal gek wordt van al het voorbereidende werk. De enige optie die ik voor dit probleem momenteel zie is simpelweg *dealen* met veranderingen en een zo goed mogelijke oplossing vinden voor het probleem op dat moment.

Mogelijke vervolgstappen

Het woord mogelijk kan in dit geval eigenlijk al weggelaten worden. Zoals eerder beschreven ben ik ondertussen bezig met een nieuwe lessenreeks binnen dezelfde onderwijsinstelling maar met een ander beweegdomein: atletiek. Ik wil graag op dezelfde manier gaan werken: met zelfbeoordeling en rubrics. Dit maal in de vorm van een meerkamp. Leerlingen hebben de keuze tussen verschillende onderdelen atletiek: loopvormen, werpvormen en springvormen. Dit keer zijn twee docenten verantwoordelijk voor twee groepen die beide atletiek moeten afronden. Om de tijdsdruk voor de docenten wat te verminderen beoordelen twee docenten, gedurende twee tentamenmomenten.

Wat een volgende vervolgstap is van mij is, wanneer ik ooit kom te werken op een andere onderwijsinstelling als VO of BO, het toepassen van de zelfbeoordeling. Ik ben benieuwd hoe dit op deze onderwijsinstellingen vormgegeven kan worden, in ieder geval met een formatieve beoordeling en misschien uiteindelijk wel met een summatieve beoordeling.