

Basketballen met teamafspraken motiveert leerlingen

Naar aanleiding van de artikelen Basketbal: 'aanvallen in motion' in de bovenbouw in de lichamelijke opvoeding van februari 2011 en deel 2 in februari 2012 werd het tijd om de veronderstellingen aan praktijkgericht onderzoek te onderwerpen. Met als doel om inzicht te krijgen hoe het basketbalspel gedifferentieerd kan worden voor de zwakke en goede spelers, zodat er een eerlijke spanning blijft tussen alle spelers. Dit artikel gaat over onderzoek naar samenspelen bij basketbal door de voorspelbaarheid van loopacties (teamafspraken) te vergroten bij gemengde teams (jongens en meisjes samen in een team).

TEKST IVO VAN DER SPEK

Op het voortgezet onderwijs blijkt dat jongens significant actiever zijn tijdens de lessen lichamelijke opvoeding (LO) dan meisjes (Slingerland, 2014). Dit verschil komt waarschijnlijk vooral door lessen waarin competitieve spelvormen, zoals basketbal en voetbal in 60% van het Nederlandse LO-curriculum centraal staat.

Complexiteit van spelonderwijs

Waarschijnlijk kunnen veel LO-docenten zich goed voorstellen dat de dominantie van vaardige

jongens en meisjes anderen ervan weerhoudt om tijdens spelvormen even actief te kunnen zijn. Dit insinueert niet dat spelvaardige jongens en meisjes niet willen samenspelen. Spel is nou eenmaal complex, waarbij elke speler keuzes moet maken tussen alleen spelen of afspelen en tussen afspelen naar een vriendje of afspelen naar een medespeler die nauwelijks de bal krijgt in het spel. Door de tegenstrijdige belangen is een eenmaal gemaakte keuze vaak tegelijk goed als slecht.

Komt het door het botsen van tegenstrijdige belangen dat leerlingen binnen klassenverband gewoon niet op niveau kunnen spelen? Of legt de docent(e) misschien te veel nadruk op het winnen en verliezen? De vraag is: hoe wapenen wij gymdocenten ons tegen het (te) dominant spelen van betere spelers in het onderwijs en is het mogelijk om het basketballen in teambelang leuk te (gaan) vinden?

Het blijkt dus lastig te zijn om in het onderwijs goede arrangementen en spelregels te vinden om op een strijdvaardige wijze met elkaar basketbal te kunnen spelen.

Een oplossing om meer samenspel te creëren is om als docent te zeggen dat iedereen een keer de bal moet hebben gehad voordat er gescoord mag worden, maar de vraag is of leerlingen hierdoor sociaal gedrag ontwikkelen. Bovendien verandert met deze opdracht gedeeltelijk de doelstelling en daarmee voor veel leerlingen de essentie van het spel, namelijk scoren. Samen zoeken naar een oplossing om te scoren wordt namelijk samen zoeken naar een oplossing om balbezit te



Foto: Anita Riemersma

houden, terwijl er potentiële scoringskansen moet worden genegeerd, omdat nog niet iedereen de bal heeft aangeraakt.

Een andere mogelijkheid is dat je een zwakke speler beschermd balbezit geeft. Bijvoorbeeld door een dribbel te mogen maken zonder dat de bal afgepakt mag worden. Het is een goede oplossing bij een goed pedagogisch klimaat in de klas. Helaas is deze differentiatieregel eenzijdig opgesteld, het komt tegemoet aan de zwakke speler, maar het dient nog niet de goede speler. Het helpt niet altijd als we binnen het spel regels maken waarbij sommige leerlingen precies moeten doen wat de gymdocent(e) wil. De kans bestaat dat de uitzonderingspositie deze leerling (nog meer) buiten de groep plaatst en pestgedrag tot bloei komt buiten het zicht van pedagogen.

Teamafspraken

De oplossing ligt waarschijnlijk in (team)afspraken die voor zowel de zwakke als de goede spelers gelden. De (team)afspraken moeten weerstand creëren voor vooral de goede speler, waardoor hij zelf weer anders (beter) moet gaan spelen. Dat zijn tegenspelers hierdoor meer kansen krijgen moet de goede speler 'leren leuk te gaan vinden'. De verantwoordelijkheid van de docent is om dit gesprek met de goede speler niet te vermijden, maar op zoek te gaan naar het beetje medelijden van de goede speler voor de zwakkere speler of het door meer druk beter willen gaan leren spelen. Het leerproces van de goede speler is pas geslaagd als hij het voor zichzelf moeilijker durft te maken. Dat is wat anders dan het naleven van de spelregels van de docent.

Chris Hazelebach (2016) verwoordde het mooi: in het onderwijs leert de goede speler zich het spelen te verspelen. Door zelf risico's te nemen om te verliezen, toont de goede speler zijn eigen kwetsbaarheid en dit is soms nodig om de kwetsbaarheid van de zwakke spelers beter te

begrijpen. Net als goede golfers die een handicap in het aantal slagen krijgen die ze mogen doen om de bal in de hole te krijgen.

De drie teamafspraken

Er is in het onderzoek gekozen voor drie teamafspraken die mogelijk de 'handicap' kunnen vormen om het verschil te maken tussen de sportvereniging, waar het gaat om efficiëntie, en in het onderwijs waar het gaat om gezamenlijkheid.

De bedoeling van deze 'teamafspraken' is dat tijdens een basketbalspel ruimte beweging en afspelen evenwichtiger zullen verlopen als spelers van elkaar weten waar iedereen naartoe gaat, want als iemand wegloopt, ontstaat er ruimte die opgevuld kan worden.

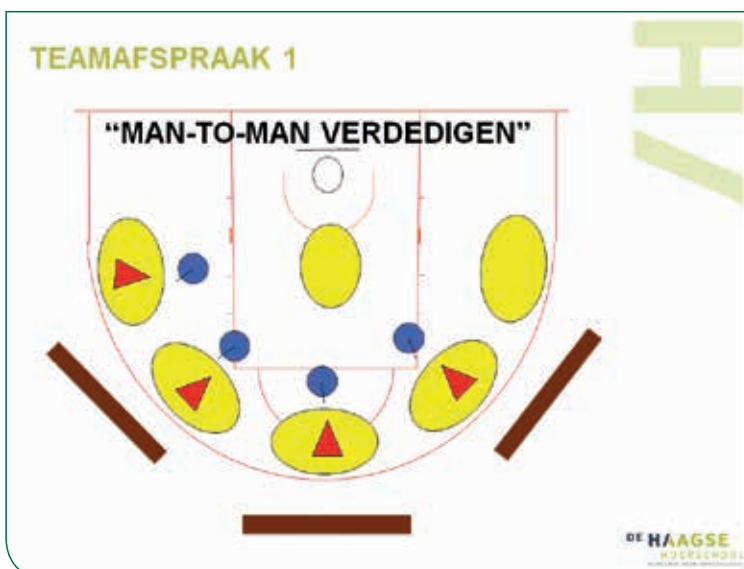
Hierdoor zullen dominante spelers voorspelbaarder worden in hun spelgedrag en is het differentiëren (Timmers, 2001) niet eenzijdig opgesteld. Die voorspelbaarheid leidt tevens tot meer begrip van de speler, de medespelers en de docent, want het overspelen naar de een wordt logisch en dus ook de keuze om niet naar een ander over te spelen.

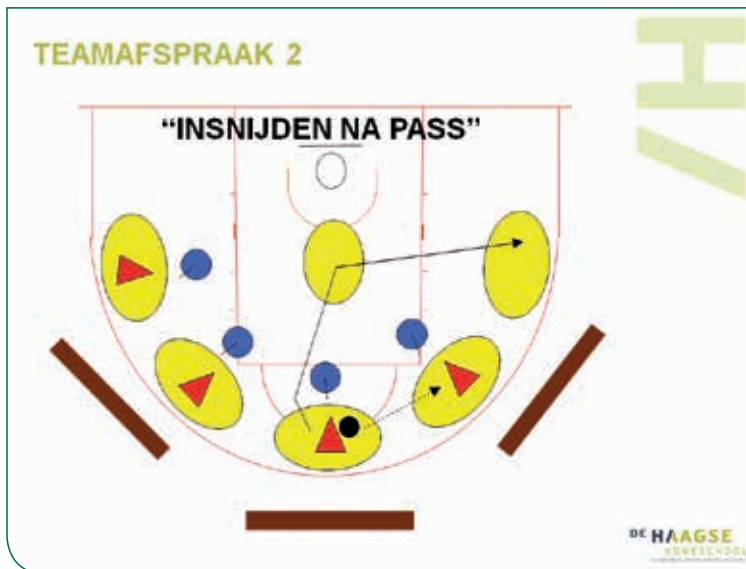
Tien docenten in opleiding hebben onderzocht wat het effect is van het maken van teamafspraken tijdens een 4-tegen-4 basketbalwedstrijd (op een half veld met recht van aanval) op de speluitvoering, de spelbeleving en de bewegingsintensiteit bij leerlingen van 12 tot 17 jaar in teams waar meisjes en jongen in teams samen spelen. Zij hebben bij 98 leerlingen teamafspraken aangeleerd door terloops op verschillende momenten het basketbalspel stil te leggen (een speelleermethode met 'freeze-play') voor tips en aanwijzingen. De verwachting was dat vooral zwakkere spelers meer gaan bewegen, meer betrokken zijn en zich meer betrokken voelen bij het spel wanneer er teamafspraken zijn gemaakt.

Om structuur in het spel aan te brengen, zijn er vier plekken op de out-posities (in-posities liggen tegen de bucketlijnen aan) die leerlingen na een insnjiddende loopactie moeten opvullen. De positieplekken (de vijf ovals in de tekeningen) houden het veld groot voor insnjiddende acties, maar liggen wel op haalbare schotafstanden van de basket. Gymbanken kunnen eventueel voorkomen dat leerlingen buiten haalbaar schotafstand om de bal vragen (Figuur 1,2 en 3). Er is nu een arrangement gecreëerd waarin tactisch lesgeven kan worden en waarmee een docent LO op en plezierige manier spelend door de lessen kan gaan.

Teamafpraak 1: man-to-man verdedigen en elke aanvaller moet zoveel mogelijk binnen schotafstand de bal ontvangen. Hierdoor is er altijd dreiging naar de basket.

▼
Figuur 1





▲ **Teamafsprak 2:** na een gegeven pass de open bucket insnijden. Wacht daar met je handen hoog twee seconden om te bal te ontvangen. Als je de bal niet krijgt loop je door naar de lege plek.



▲ **Teamafsprak 3:** ook de overspeelde aanvaller (er staat een verdediger in de passlijn) op één pass-afstand die oogcontact heeft met de balbezitter moet insnijden de open bucket in. Wacht daar met je handen hoog twee seconden om de bal te ontvangen. Als je de bal niet krijgt loop je door naar de lege plek, de speler naast jou kan gemakkelijk balbezit krijgen op de lege plek die je hebt achter gelaten.

De eerste teamafsprak (Figuur 1) is een zeer fundamentele en voorwaardelijke afspraak om de andere twee afspraken te laten lukken. Iedere verdediger moet een eigen tegenspeler verdedigen (man-to-man) en elke aanvaller moet zoveel mogelijk binnen schotafstand de bal ontvangen. De keuze is gemaakt, omdat het spelen van een zoneverdediging leidt tot veelvuldig van afstand schieten waardoor andere fundamentele vaardig-

heden (zoals passeren) te weinig aan bod komen in het spel. Het is hierom niet voor niets dat de Nederlandse Basketball Bond het spelen van een zoneverdediging tot 14 jaar verbiedt.

De tweede teamafsprak is dat, na een gegeven pass de open bucket wordt ingesnoden (Figuur 2).

En tot slot, de derde teamafsprak is dat ook de overspeelde aanvallende speler (er staat een verdediger in de passlijn) op één pass-afstand bij oogcontact met de balbezitter de bucket insnijdt (Figuur 3). Zie <https://youtu.be/tiQRJlxcp2Q> voor een visuele uitleg.

Voor en na de instructie van teamafspraken is het basketbalspel tien minuten gefilmd ter observatie van de spelbetrokkenheid en hebben zestien leerlingen een ActiGraph GT3X versnellingsmeter op hun heup gedragen ter meting van hun bewegingsintensiteit. Er zijn tevens interviews afgenomen bij 31 leerlingen om een beeld te krijgen van hun persoonlijke spelbeleving.

Het spelen met teamafspraken motiveert

Het spelen met teamafspraken leidde in de na-tests tot intensiever bewegen, meer balcontacten en meer doelpogingen. Vooral meisjes en minder-vaardige leerlingen lijken te profiteren van de hogere voorspelbaarheid bij het spelen van basketbal met teamafspraken in gemengde teams. Zij geven aan meer betrokken te zijn in het spel en de voorspelbaarheid van de loopacties ("ik weet nu wat de andere (goede) speler gaat doen") bleken vooral gevoelens van competentie te bevorderen ("ik weet nu wat ik moet doen") bij leerlingen.

Vooraf meisjes en minder-vaardige leerlingen lijken te profiteren van de hogere voorspelbaarheid bij het spelen van basketbal met teamafspraken in gemengde teams

Aanbevelingen

Terugkomend op de vraag of gemengde teams binnen klassenverband in het onderwijs op niveau kunnen basketballen, zou er beweerd kunnen worden dat wanneer leerlingen meer begrip van de structuren van het basketbalspel krijgen er meer leerlingen gemotiveerd meespelen. Voorop gesteld dient te worden dat de spelactiviteiten die de docent LO in de gymzaal laat doen, bij voorkeur aangepast zijn aan alle leerlingen van de klas, ongeacht hun geslacht of niveau, zodat ze leiden tot succeservaringen en individuele verbetering (Bryan & Solmon, 2007).

De onderzoeksresultaten op een rij:

Spelbeleving

77%

speelt liever basketbal met teamafspraken.

Uitspraken van leerlingen:

- Eerst was iedereen egoïstisch en nu wordt er overgespeeld
- Ik weet nu wat ik moet doen en wat de andere (goede) gaat doen
- Het is leuker
- Er zit meer basketbal in het spel
- Het is minder chaotisch
- Je bent beter aanspreekbaar
- Je leert het spel beter (leert tactisch inzicht)
- Ik kreeg de bal meer aangespeeld
- Je kan nu niet meer, niet meedoen!

Bewegingsintensiteit

Het aantal gezette stappen en beweegintensiteit van



valt 25%

hoger uit bij het spelen met teamafspraken (niet significant verschil).

Spelbetrokkenheid

Zwakke spelers hebben

45%

meer balbezit (significant verschil) en



doen

49%

meer doelpogingen bij het spelen met teamafspraken (significant verschil)

Om dit voor elkaar te krijgen, blijft de docent erg belangrijk tijdens de interactie met leerlingen bij het maken van teamafspraken. Door zich procesgericht op te stellen kunnen teamafspraken leiden tot een aanpak met de nadruk op het samen doen en het samen 'willen' presteren. Met andere woorden een sfeer in de groep te creëren die goede spelers hoog waarderen als ze het voor zichzelf moeilijker maken door

bewust rekening te 'willen' houden met elkaars loopacties (teamafspraken), waarbij het winnen gerelativeerd moet worden en het verliezen geaccepteerd.

Met deze kennis in het achterhoofd is het het waard om vergelijkbaar na te denken over hoe teamafspraken zijn toe te passen in ander soortige sporten, zoals voetbal en hockey.

Ivo van der Spek is docent aan de Halo

Met dank aan het Lectoraat Gezonde Leefstijl in een Stimulerende Omgeving (Lector Sanne de Vries) en het project de gymzaal van de toekomst!

Literatuur

Bryan, C.L., & Solmon, M.A. (2007). Self-determination in physical education: Designing class environments to promote active lifestyles. *Journal of Teaching in Physical Education*, 26(3), 260-278

Hazelebach, C. (2016). Bonusartikel behorend bij Lichamelijke Opvoeding 6 van september 2016.

Slingerland, M. (2014). Physical Education's Contribution to levels of physical activity in children and adolescents. *Fontys Sporthogeschool en Maastricht University*, 129-130.

Smit, W. (2014). Fundamental movement skills and fundamental games skills are complementary pairs and should be taught in complementary ways at all stages of skill development. *Sport, Education and Society*, 1-13.

Spek, I. v. (2012). Basketbal: aanvallen 'in motion' in het voortgezet onderwijs. *Koninklijke Vereniging van Lichamelijke Opvoed*, 22-25.

Timmers, E. (2001). Bewegingsdidactiek. *de Vrieseborch Haarlem*, blz. 101.

Contact

i.m.vdspek@hhs.nl

Kernwoorden

teamafspraken, basketbal, motiveren



Foto: Anita Riemersma