

*Lichamelijke opvoeding. Voor de één een top tijd, voor een ander een les waar het minst naar uitgekeken wordt. Gemiddeld zitten er 40 lesweken in een schooljaar met daarin een vast lesprogramma. Dit alles met de klas die op cognitie is samengesteld en waarbij beweeg interesses soms mijlenver uit elkaar liggen. Tegenwoordig wordt het onderwijs steeds meer op maat aangeboden: gepersonaliseerd leren. Maar doen we dit tijdens de gymles ook?*

## Tijd voor verandering

In 2007 zijn de eindtermen van het examenprogramma lichamelijke opvoeding (LO) voor het laatst gewijzigd. Men sprak destijds over 'klein onderhoud' van het examenprogramma. Specificaties zijn weggelaten maar het programma bleef in principe hetzelfde. De verwachting was destijds dat dit niet zou leiden tot grote veranderingen van het beweegprogramma.



Zo ook op onze school. Weinig veranderingen de afgelopen jaren. Een klas op basis van cognitie, waarbij het zeer moeilijk is om iedereen elke les nieuwe dingen te laten leren. Daarnaast heeft niet iedereen dezelfde interesse in sporten, waardoor vaak de gymlessen als niet leuk ervaren worden. Mede om die reden hebben we besloten om 'out of the box' naar de eindtermen te gaan kijken.

## Les op inschrijving

Wij hebben ervoor gekozen om in schooljaar 2017-2018 de klassenstructuur bij de gymlessen los te laten. Leerlingen kiezen op basis van interesse één gymles per week. Zij kunnen uit 26 verschillende lessen per week kiezen, dit aantal is gelijk aan het aantal klassen dat de school heeft en kan samenvallen met andere lessen. De groepssamenstelling verandert per les en kunnen leerlingen uit alle leerjaren bevatten.

Ma	Extern	Gymzaal	Fitness	Di	Extern	Gymzaal	Fitness	Wo	Extern	Gymzaal	Fitness	Do	Extern	Gymzaal	Fitness	Vr	Extern	Gymzaal	Fitness
1	K9 Skaten	K4.1 Slagbal		1	K5.1 Tumbling			1	K4.3.2 Squash	K4.2.1 Atletiek		1	K7.2 Hoogspringen		K10.3 Fitness cardio	1	K4.3.1 Badminton	K10.1 Fitness kracht	
2	K9 Skaten	K4.1 Slagbal		2	K5.1 Tumbling			2	K4.3.2 Squash	K4.2.1 Atletiek		2	K7.2 Hoogspringen		K10.3 Fitness cardio	2	K4.3.1 Badminton	K10.1 Fitness kracht	
3				3			K10.2 Fitness SBB	3		K9 Touwzwaaien	K9 Steps	3		K4.2.1 Zaalvoetbal		3	K4.2.1 Zaal hockey		
4				4	K7.1 Shuttleen		K10.2 Fitness SBB	4		K9 Touwzwaaien	K9 Steps	4		K4.2.1 Zaalvoetbal		4	K4.2.1 Zaal hockey		
5		K4.2.2 Handbal		5	K7.1 Shuttleen			5		K5.1 Sulto's		5		K4.3.1 Volleybal		5			K8 Kickfun
6		K4.2.2 Handbal		6				6		K5.1 Sulto's		6		K4.3.1 Volleybal		6			K8 Kickfun
7	K8 Wakeboarden		K8 Hip Hop	7				7		K8 Bokken		7		K9 Capoeira	K8 Kickboksen	7	K9 BMX	K4.4 Tofbal	
8	K8 Wakeboarden		K8 Hip Hop	8				8		K8 Bokken		8		K9 Capoeira	K8 Kickboksen	8	K9 BMX	K4.4 Tofbal	

Een lesprogramma dat elke week anders is. 26 verschillende lessen per schoolweek. **Klik om te vergroten.**

De huidige eindtermen bieden veel ruimte voor keuze. Er wordt bijvoorbeeld beschreven dat een leerling drie doelspelen alleen en in samenwerking kan uitvoeren. Er wordt niet aangegeven welke dit zouden moeten zijn en hoe lang de leerling dit zou moeten doen. Dit biedt ruimte voor de leerlingen om te kiezen binnen de diverse beweegthema's. Wij spreken voor het gemak op school over kerndoelen. Zij sluiten 23 kerndoelen af per cohort. Dit zijn 19 sporten in diverse beweegthema's en vier opdrachten. De voortgang houden we bij op Magister en leerlingen kunnen meer informatie vinden op de website van LO.



De website van X11 LO. Klik [hier](#) om deze te bezoeken.

## Eerste ervaringen

De eerste ervaringen in deze nieuwe structuur zijn positief voor zowel leerling, gastdocent en docent. De lessen hebben meer diepgang gekregen en wij zien leerlingen die veel plezier ervaren. Ook maken zij bewuste keuzes om voor bepaalde gymlessen wel of juist niet te kiezen. De gesprekken met leerlingen over sporten die zij volgen zijn leuk, eerlijk en leerzaam. Ze durven vrijuit te spreken waarom ze een bepaalde sport wel of niet leuk vinden.



De komende tijd zijn wij nog druk bezig om deze structuur door te ontwikkelen. Een zeer boeiend traject. Maar om terug te komen op onze beginvraag, bieden we de gymles aan op maat? Wij denken dat we aardig op weg zijn.



[vc\_row][vc\_column][vc\_message]Heb je ook een bijzondere ervaring of interessant idee, bijvoorbeeld een lesopzet, onderzoek, boek of tool, of wil je graag een opiniestuk plaatsen? Maak dan [hier je eigen account aan](#), waarmee je zelf artikelen kan plaatsen en beheren![/vc\_message][/vc\_column][/vc\_row]