

Breed motorisch opleiden, een kritische blik.

Gelukkig is er steeds meer aandacht voor bewegen, gezondheid en motoriek. Niet alleen in vakliteratuur maar ook via webinars, scholingen en de lokale en landelijke media, wordt kennis en informatie gedeeld. Bewegen en gezondheid is hot. Steeds meer deskundigen, stakeholders, opiniemakers, schrijvers en andere belanghebbenden geven gevraagd en ongevraagd hun mening, al dan niet gebaseerd op (wetenschappelijke) kennis en (eigen) belang. Belangen zoals: product of kennisverkoop, waarschuwen van (delen van) de samenleving, beleid en gewin.

Vraagt al die aandacht niet ook om een kritische blik?

Wanneer ik lees wat er op internet, in vakliteratuur en via andere media wordt beweerd en verkondigd over wat er zou moeten gebeuren om het aanleren van bewegen te verbeteren, schrik ik regelmatig van de aannames, beperkte onderzoeken en daaraan gekoppelde inzichten die tot een beter beleid op het gebied van sport en bewegen en daarmee een beter ontwikkelde motorische ontwikkeling van de huidige generatie zouden moeten leiden.

In dit artikel plaats ik enkele kritische vragen bij inzichten en conclusies die worden getrokken en die volgens mij veelal verfijning behoeven.

Mijn ervaring op het gebied van onderwijs in bewegen, discussies die ik met regelmaat voer met vakcollega's over de inrichting van het onderwijs en enkele gepubliceerde artikelen, zijn daarbij de voornaamste bron van mijn scepsis.

De kritische vragen richten zich op enerzijds de aandacht die ontwikkelingen rondom Breed Motorisch Opleiden (BMO) genereren en aan de andere kant de beperkte aandacht voor de eigen onderwijs/mens visie en de manier waarop mensen zouden willen opleiden.

De claim van BMO

De breed motorische ontwikkeling (BMO) claimt bij te dragen aan drie aspecten (Hoofwijk et al, 2020): Een verbetering van de gezondheid, een vergroting en/of verbreding van de participatie en aan persoonlijke ontwikkeling. Welke persoonlijke ontwikkeling wordt in dat artikel niet helemaal duidelijk.

Het Athletic Skills Model (ASM) (<https://www.athleticskillsmodel.nl/>), Multimove (<https://www.sport.vlaanderen/sportactiviteiten/voor-elke-leeftijd-wat/multimove/>), Eco-coach (<https://www.eco-coach.nl/>), Nijntje beweegdiploma (<https://dutchgymnastics.nl/beweegdiploma/>), en Monkey Moves (<https://monkeymoves.com>) zijn voorbeelden van aanbieders die een programma verzorgen dat bijdraagt aan een brede motorische ontwikkeling. Het valt op dat de uitwerking van de diverse bmo-programma's per aanbieder verschillend is.

Mijn eerste kritische vraag is deze: Hoe wordt deze breed motorische ontwikkeling vormgegeven bij kinderen die minder plezier beleven aan bewegen en minder goed kunnen meekomen en moeite hebben om samen met andere kinderen te bewegen?

Ten tweede is er de vraag naar hoe breed deze ontwikkeling is en is het aanbieden van (deze) activiteiten dan voldoende en welke activiteiten zijn dit dan precies? Zijn er ook minder geschikte activiteiten? Wat maakt activiteiten geschikt en waar is dit dan van afhankelijk?

Een sprong voorwaarts

Kenniscentrum sport & bewegen (<https://www.kenniscentrumsportenbewegen.nl/>) citeert, onder andere op haar website, Marieke van der Plas, directeur van de KNGU die zegt dat ouders een sprong ervaren in de ontwikkeling van hun kind. Over welke ontwikkeling gaat het dan? Gaat dat om motorische ontwikkeling? Cognitieve ontwikkeling of sociaal en emotionele ontwikkeling? Of alle drie? En was die sprong eerder niet zichtbaar? En hoe komt dat dan? Door het programma of door de trainers of door beide? Of enkel door het feit dat kinderen meer bewegen? Sommige programma's leiden ook trainers op. Bij

welke groepen worden deze trainers dan ingezet? Is daar beleid op gemaakt? Worden die trainers begeleid? Wat is dan het verschil tussen wel en niet opgeleide trainers? Hoe worden die verschillen erkent en eventueel 'opgelost'?

Zijn de trainers die een dergelijk programma niet gevolgd hebben, minder in staat om breed op te leiden en wat zijn dan hun pedagogische, didactische en methodische tekorten? Is er enig wetenschappelijk bewijs dat een BMO-programma betere resultaten oplevert, dan een niet BMO-programma? En welke concrete resultaten zijn dit dan? En is het dan ook niet 'logisch' dat BMO-geschoolde trainers en begeleiders worden ingezet bij de jongste jeugd?

Het feit dat de beginnende, en de vaak minst 'goede' trainers de trainingen geven aan de minst vaardige spelers bij een sportclub, is dit niet een veel grotere belemmering, dan het wel of niet breed motorisch opleiden van bijvoorbeeld de onder 8 voetballers?

Het Kenniscentrum Sport en Bewegen schrijft op hun website dat actieve kinderen op oudere leeftijd meer sporten en bewegen en daardoor minder last hebben van overgewicht. Ik ben benieuwd welke leeftijd als oudere leeftijd wordt bedoeld, dat staat niet vermeld.

Is dat een genetisch gegeven of ontstaat dat door opvoeding en omgeving? Het blijkt net even genuanceerder te liggen, zo laat het onderzoek van Levine (2007) over NEAT-conservers en activators zien.

Bankhangen: genetisch bepaald

Op z'n minst wordt bankhangen en minder bewegen, voor een deel bepaald door je DNA. (Mann, 2015; Levine, 2007). Het lijkt erop dat bepaalde individuen minder gevoelig zijn voor belonende stoffen in de hersenen, aldus Eco de Geus, 2021, hoogleraar aan de VU Amsterdam). Hij deed afgelopen jaren onderzoek en constateerde dat sommige mensen een erfelijk bepaalde hersenbedrading hebben die lichaamsbeweging minder belonend maakt. De Geus maakt dan ook onderscheid tussen fysieke en psychische effecten, waarbij naar voren komt, en dat is niet onbelangrijk, dat er geen samenhang blijkt te zijn tussen fysieke en psychische effecten.

De eerste vijf jaar

De eerste 2000 dagen van het leven van een kind zijn belangrijk voor het bewegen op latere leeftijd en schijnen hier een belangrijke bijdrage in te leveren (Hadders-Algra, Dirks, 2000). Een brede motorische basis bij jonge kinderen zou meer kans op een leven lang sporten en bewegen met plezier geven. Is bewegen op een niveau dat aansluit bij dat van het kind daarvoor niet van groter belang? En je gehoord en verbonden voelen op de momenten waarop je beweegt en dus minder nadruk in de sport en het bewegingsonderwijs op fit zijn en het voldoen aan de verwachting van anderen (leerkracht, team/klasgenoten, ouders).

In dit verband lijkt het ook is het ook van belang dat beweegprofessionals stoppen met het afnemen van testen en formeel en informeel beoordelen van de fitheid (en het beweegniveau) van de bewegers. (Zie o.a. Culp, 2021). Het uitgaan van en gaan kijken naar het waargenomen zelfbeeld (de 'perceived competence') zoals Robinson et al in 2015 reeds suggereerden en Saffron en Landli in hun artikel Beyond the Beeps in 2021 beschreven, lijkt van groter invloed te zijn op een leven lang sporten. Is juist deze nadruk op het fysiek en motorisch presteren niet een van de grootste belemmeringen voor kinderen om deel te (blijven) nemen aan sportactiviteiten? En geldt dit niet nog meer voor het onderwijs in bewegen?

Homo Adidas

BMO propageert een andere manier van denken over sporten, spelen en bewegen.

Zo klinkt de visie die ASM uitdraagt in eerste instantie erg kindgericht. "Het ASM draagt bij aan een optimale (talent)ontwikkeling voor ieder kind en adolescent van elk bewegingsniveau. De leerling staat centraal in een andere manier van denken over bewegen. Hierdoor ontstaat een kwaliteitsslag in bewegen, wat leidt tot minder blessures, meer creativiteit en een verbetering van de fitheid.

De MQ-scan (<https://mqscan.nl/>), die zich baseert op het gedachtegoed van ASM, is meer uitgesproken in haar keuze. 'Motoriek speelt een cruciale rol in de gezondheid van kinderen. MQ Scan heeft een unieke methode ontwikkeld om de motorische ontwikkeling van kinderen te meten én verbeteren in de basisschooltijd. Snel, simpel en betrouwbaar.', zo is te lezen op de site.

In de opleidingen, tot docent lichamelijke opvoeding van de Hogeschool Arnhem Nijmegen (HAN) en Fontys Hogeschool Eindhoven, wordt ervoor gepleit dat elk kind in Nederland wordt getest op beheersing van (grond) motorische vaardigheden aan het einde van groep 2. (Platvoet, Teunisse, Rozer, 2016). Waarom aan het einde van groep 2? En is dit het enige test moment? Het doel van deze test is de grotere bewegingsarmoede van de huidige populatie leerlingen tegen te gaan. Deze (wild)groei van motorische tests heeft naar mijn idee kwalijke kanten. Het kan bijvoorbeeld tot gevolg hebben dat in de lessen bewegingsonderwijs de nadruk komt te liggen op circuitvormen. Het accent ligt dan veelal op oefenen van basisvaardigheden die daarna worden getest. Dat is (in ieder geval deels) terug naar de lichamelijke oefening 'de homo Adidas' zou Midas Dekkers (2006) zeggen.

Lichamelijke oefening is wezenlijk anders dan lichamelijke opvoeding. De vakvereniging noemt zich niet voor niets Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke *Opvoeding*. Bij defensie wordt de term lichamelijke oefening gebruikt en is deze inderdaad vooral gericht op het oefenen van het lichaam.

In dit verband wil ik de steeds populairder wordende physical literacy-gedachte (Whitehead, 2010) onder de aandacht brengen. Het tijdschrift Lichamelijke Opvoeding, nr.8 van 2019 is volledig gewijd aan dat thema. In dezelfde editie worden de uitgangspunten van de physical literacy-gedachte door Brouwer en Jacobs besproken. In een kritische verkenning onderzoeken ze welke meerwaarde dit concept kan hebben ten opzichte van 'meervoudige deelnamebekwaamheid.' In hoeverre leren kinderen meer dan alleen bewegen en worden ze dus ook bekwaamer in bijvoorbeeld samenwerken, doorzetten, overleggen, structureren, nadenken, verbanden leggen etc.? als algemene doelstellingsformulering voor het bewegingsonderwijs. Om de vergelijking compleet te maken nemen de visie van Biesta en het concept Positive Youth Development in hun reflectie mee.

Brouwer en Jacobs komen tot de conclusie dat er voldoende aandacht wordt besteed aan de meervoudige deelnamebekwaamheid maar dan het domein subjectivering waarover Biesta, (2015) spreekt, nogal in de schaduw blijft. Het kind dat als het ware in de wereld, deze leert ontdekken, exploreren, bespelen en manipuleren.

Wat mij ook opvalt is dat persoonlijke ontwikkeling en sociaal/emotionele ontwikkeling uit elkaar worden gehaald door het kenniscentrum sport & bewegen. Is sociaal/emotionele ontwikkeling niet een onderdeel van de persoonlijke ontwikkeling, net als de fysieke, motorische en cognitieve ontwikkeling? Een kritiek van Davids, (2021), die beweert dat de over-gestructureerde aanpak in 'deliberate practise' juist zorgt voor veel sport drop-outs en pleit voor een meer ecologisch dynamische benadering waarbij de nadruk eerst op kinderen dient te zijn en dan pas op atleten.

De claim dat een brede motorische ontwikkeling zorgt dat ieder kind met plezier gaat en blijft sporten en bewegen, een leven lang, lijkt dan ook niet meer dan een deel van de waarheid.

Als die ontwikkeling niet zo breed is, maar wel gericht op het eigen kunnen en eigen beleven, zal het kind en later de volwassene zijn leven lang blijven bewegen. Extra aandacht, extra plezier, niet alleen uit meer succes, maar ook uit herhaald succes en samen succes lijken van wezenlijk belang voor een levenslange deelname aan sportactiviteiten.

Mensen die regelmatig gaan sporten, doen dat niet enkel en alleen om hun motorische vaardigheden te vergroten. Voor veel mensen en zeker juist voor kinderen kan het vergroten van motorische vaardigheden niet meer dan een van de redenen zijn om (meer) te gaan bewegen. Juist de fysieke, cognitieve en sociale component kunnen van gro(o)t(er)belang zijn. Fysiek om gezonder te worden en fitter te voelen, cognitief om meer over de activiteit te weten te komen en sociaal om samen met anderen te bewegen.

Zijn kinderen voor hun optimale ontwikkeling meer gebaat bij motorisch vaardigheden of juist ook bij sociale, cognitieve en mentale vaardigheden? Welke mate van vaardigheid is belangrijk? Is het belangrijk om daar een maat aan te hangen? En wie bepaalt dat uiteindelijk?

Hoe dan wel? Dat kan ik niet exact zeggen. Wel wordt mij helder dat ik de ontwikkelingen kritisch wil blijven bevragen op hun onderliggende uitgangspunten en hun geclaimde resultaten en successen. En daarbij mag zo af en toe best wat meer nuance worden aangebracht.

Ik kan mij niet aan de indruk onttrekken dat initiatieven en inzichten soms wel heel gemakkelijk in de armen worden gesloten, zonder dat mensen zich afvragen in hoeverre deze nieuwe ontwikkelingen passen binnen hun eigen mens-, opleidings- en onderwijsvisie en de manier waarop je die vorm zou willen geven.

Bronnen

- Biesta, (2015). What is Education For? On Good Education, Teacher Judgement, and Educational Professionalism. *European Journal of Education*, January.
- Brouwer, B., & Jacobs, F. (2019) Bewegingsonderwijs: Doen we nog de goede dingen? Een kritische reflectie op het bewegingsonderwijs vanuit drie perspectieven. *Lichamelijke Opvoeding Magazine*, 107 (8), blz. 6-1
- Culp, B. (2020). *Everyone matters; eliminating dehumanizing practices in physical education*, Joperd nr. 1
- Davids, K. (2021). *Blowing the whistle on traditional sports coaching*, Sheffield Hallam University.
- Dekkers, M. (2006). *Lichamelijke oefening*. Amsterdam: Atlas Contact Uitgeverij.
- Dijkhoff H. (2016). *Motorisch leren, stand van zaken*. *Lichamelijke Opvoeding Magazine*, 104 (7), blz. 6-7
- Hadders-Algra, M. en Dirks, T. *De motorische ontwikkeling van de zuigeling*. Springer, 2000
- Hoofwijk, M. et al (2020). *Brede motorische ontwikkeling van kinderen Nut en noodzaak*, Sportgericht nr. 6
- Levine, J. (2007). *Nonexercise activity thermogenesis. Liberating the life-force*. *Journal of Internal Medicine*.
- Mann, T. (2015). *Secrets from the eating lab*, Harper.
- Chiara, V., de (2010). *Voluntary exercise and sucrose consumption enhance cannabinoid CB1 receptor sensitivity in the striatum*. *Neuropsychopharmacology*.
- Platvoet, S., Teunissen, J.W., & Rözer, M. (2016, oktober). *Bewegen moet je leren*. *Lichamelijke Opvoeding Magazine* 104 (pp. 34-37)
- Safron, C., en Landli, D. (2021). *Beyond the beebz; affect, Fitness Gram®, and diverse youth*, Sport, Education and Society.
- Whitehead, M. (2010). *The Concept of Physical Literacy*. In M. Whitehead (Ed.), *Physical Literacy throughout the Life Course* (pp. 10-20). Abingdon, Oxford: Routledge.
- <https://www.allesoversport.nl/thema/bewegestimulering/met-het-asm-krijgt-ieder-talent-de-ruimte/>
- <https://www.sportknowhowxl.nl/nieuws-en-achtergronden/nieuwsberichten/nieuwsbericht/124877/een-breed-motorische-ontwikkeling-als-sleutel-tot-een-leven-lang-plezier-in-sport-en-bewegen>
- <https://www.sportknowhowxl.nl/nieuws-en-achtergronden/nieuwsberichten/nieuwsbericht/125833/>

Auteur

Jaap Verhagen is opgeleid als docent bewegingsonderwijs en gezondheidszorg en welzijn en behaalde een master in leren in innoveren. Hij is werkzaam (geweest) als (opleidingsdocent) bewegingsonderwijs in PO, VO, MBO en HBO en als coach en opleider in de sport en fitness branche. Meer informatie over Jaap staat op de website van zijn bedrijf, www.veronon.nl