

Er is in onze maatschappij gelukkig steeds meer aandacht voor bewegen, gezondheid en motoriek. Niet alleen in vakliteratuur, maar ook via webinars, scholingen en lokale en landelijke media wordt kennis en informatie gedeeld. Vraagt al die aandacht niet ook om een kritische blik?

Breed motorisch opleiden

Een kritische blik

Jaap Verhagen

Bewegen en gezondheid is 'hot'. Steeds meer deskundigen, stakeholders, opiniemakers, schrijvers en andere belanghebbenden geven hierover gevraagd en ongevraagd hun mening, al dan niet gebaseerd op (wetenschappelijke) kennis en/of gedreven/gemotiveerd door (eigen) belangen, zoals product- of kennisverkoop, waar- schuwen van (delen van) de samenleving, beleid en gewin.

Scepsis

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. De aannames, beperkte onderzoeken en daaraan gekoppelde inzichten buitelen over elkaar heen. In dit artikel plaats ik kritische vragen bij inzichten en conclusies die worden getrokken en die volgens mij veelal verfijning behoeven. Mijn scepsis komt voort uit eigen ervaringen, gesprekken met collega's en literatuur die ik lees.

BMO

Breed Motorisch Opleiden (BMO) definieer ik als aandacht voor een bre(e)d(er) scala aan motorische vaardigheden. Bijvoorbeeld binnen hockey niet alleen aandacht hebben voor het pushen en stoppen van de bal, maar juist ook voor wenden en keren en het belang van een goed evenwicht

om dat goed te kunnen. BMO wordt regelmatig bejubeld, maar de totale onderwijs- en mensvisie van de jube-laars blijft daarbij buiten beeld, of is niet aanwezig. Het lijkt dan net alsof (motorisch) opleiden vanzelf beter wordt als het maar breed (genoeg) is. Ik zie ook vaak een vrij eenzijdig beeld met een sterke nadruk op cijfers en resultaat, en mis een genuanceerde, bredere kijk op (motorische) ontwikkeling. Hoe wordt het kind geholpen om in de wereld te staan? Welke visie wordt uitgedragen? Deze aspecten blijven vaak onderbelicht. De uitwerking van een (opleidings-/mens-/kind-) visie is vaak beperkt, of ontbreekt zelfs helemaal.

De claim van BMO

In een overzichtsartikel uit 2020 schrijven Hoofwijk et al.¹ dat BMO bijdraagt aan drie aspecten: 1) verbetering van de gezondheid; 2) vergroting en/of verbreding van de sportparticipatie; 3) persoonlijke ontwikkeling. Welke persoonlijke ontwikkeling wordt bedoeld maakt het artikel niet helemaal duidelijk. Het Athletic Skills Model (ASM)², Multimove³, Eco-coach⁴, Nijntje beweegdiploma⁵ en Monkey Moves⁶ 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 verschilt. Mijn eerste vraag is waarom deze programma's zo verschillend zijn? Wat is er beter, anders en waarom? Zijn er al onderzoeken die de resultaten van de programma's vergelijken? Wie kijkt er naar de inhoud en mogelijke veranderingen van de inhoud?

Mijn tweede vraag betreft BMO en motorisch zwakkere bewegers. Hoe wordt de breed motorische ontwikkeling vormgegeven bij kinderen die minder plezier beleven aan bewegen cq. minder goed kunnen meekomen met andere kinderen?

Ten derde vraag ik me af hoe breed deze ontwikkeling is. Is het aanbieden van de genoemde bewegingsactiviteiten/-oefeningen voldoende en welke activiteiten/oefeningen zijn dit dan precies? Wat maakt activiteiten geschikt en waar is dit van afhankelijk? Zijn er ook minder geschikte activiteiten?

Een sprong voorwaarts (?)

Het Kenniscentrum Sport & Bewegen citeert (onder andere op haar website⁷) de directeur van de KNGU, die zegt dat ouders een sprong ervaren in de ontwikkeling van hun kind na het doorlopen van een BMO-programma. Over welke ontwikkeling gaat het dan? Om motorische ontwikkeling, cognitieve ontwikkeling of sociaal/emotionele ontwikkeling? Of alle drie? Was die sprong vroeger (toen er nog geen BMO bestond) dan niet zichtbaar bij kinderen van deze leeftijd? En hoe komt die sprong dan tot stand: door het programma, door de trainers, of door beide? Of enkel door het feit dat kinderen meer bewegen?

Trainers

Sommige programma's leiden ook trainers op. Bij welke groepen worden deze trainers ingezet? Is daar beleid op gemaakt? Worden die trainers begeleid? Wat is het verschil tussen wel en niet opgeleide trainers? Hoe worden die verschillen erkend 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? Welke concrete resultaten zijn dit dan? En als er inderdaad concreet bewijs is, zou het dan niet 'logisch' zijn dat BMO-geschoolde trainers en begeleiders worden ingezet bij de jongste jeugd?

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

Een flink aantal vragen, die ik niet kan beantwoorden. Wel zijn deze vragen interessant om BMO in een breder daglicht te stellen, om te kijken naar (motorisch) opleiden als geheel.

Overgewicht

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 met 'oudere leeftijd' wordt bedoeld, maar dat staat niet vermeld. Dat een actievere leefstijl zorgt voor minder kans op overgewicht is mooi. Belangrijk is echter wel dat leefstijl hierbij niet de enige factor is. Ook omgeving, inkomen, opleidingsniveau en de trainer/leerkracht spelen een rol. Sommige kinderen (of mensen in het algemeen) zijn vanuit zichzelf actief, andere moet je stimuleren om ze in beweging te krijgen. Is dat een genetisch gegeven, of ontstaat dit door opvoeding en omgeving? Het blijkt net even genuanceerder te liggen, zo laat het onderzoek van Levine⁸ over NEAT-conservers en activators zien. Op z'n minst worden bankhangen en minder bewegen voor een deel bepaald door je DNA.^{8,9} Volgens Eco de Geus, hoogleraar aan de VU Amsterdam, lijkt het er op dat bepaalde individuen

minder gevoelig zijn voor belonende stoffen in de hersenen.¹⁰ Hij deed de 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 hiertussen geen samenhang blijkt te zijn. De vraag is dus of meer bewegen automatisch zorgt voor een betere gezondheid en hoe iemand kan worden aangezet tot meer bewegen. Dat blijkt per persoon verschillend te kunnen zijn.

Physical literacy

De visie die ASM uitdraagt klinkt in eerste instantie erg kindgericht: 'Het ASM draagt bij aan een optimale (talent)ontwikkeling voor ieder kind en adolescent van elk bewegingsniveau. Het kind 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.'¹² De MQ-scan11, 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 website. In dit verband wil ik de steeds populairder wordende *physical literacy* gedachte, zoals beschreven door Whitehead¹², onder de aandacht brengen. Physical literacy kan volgens Savelsbergh & Hoeboer¹³ vrij letterlijk vertaald worden als *fysieke geletterdheid*: de motivatie, het vertrouwen, de fysieke competentie, de kennis en het begrip om de betrokkenheid bij fysieke activiteiten voor het leven te waarderen en te praktiseren. Nummer 8-2019 van het tijdschrift *Lichamelijke Opvoeding Magazine* was

volledig gewijd aan het thema BMO. In deze editie worden de uitgangspunten van de physical literacy gedachte besproken door Brouwer & Jacobs.¹⁴ 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, conform de algemene doelstelling voor het bewegingsonderwijs, ook bekwaam in bijvoorbeeld samenwerken, doorzetten, overleggen, structureren, nadenken, verbanden leggen, etc.? Om de vergelijking compleet te maken nemen zij de visie van Biesta¹⁵ en het concept *Positive Youth Development* (PYD) in hun reflectie mee. PYD is een pedagogische aanpak waarin de positieve persoonlijke ontwikkeling van kinderen centraal staat. Een ontwikkeling die op maat wordt vormgegeven, met aandacht voor de persoonlijkheidskenmerken van ieder kind en waarbij motoriek altijd een relatie heeft met de fysieke, cognitieve en sociaal/emotionele ontwikkeling. Brouwer & Jacobs¹⁴ komen tot de conclusie dat er voldoende aandacht wordt besteed aan de meervoudige deelnamebekwaamheid, maar dat het domein subjectivering waarover Biesta¹⁵ spreekt nogal in de schaduw blijft: het kind dat door te zijn in de wereld deze leert ontdekken, exploreren, bespelen en manipuleren. Krijgt het kind voldoende mogelijkheden om de wereld waarin het beweegt zelf te ontdekken en zelf betekenis te geven aan die beweegomgeving? Of is deze vooral door de beweegprofessional

vormgegeven middels (gestandaardiseerde) voorschriften vanuit een aangeleerde methodiek en didactiek?

Ontwikkeling

Het valt mij ook op dat persoonlijke ontwikkeling en sociaal/emotionele ontwikkeling door het Kenniscentrum Sport & Bewegen⁷ uit elkaar worden gehaald. Is sociaal/emotionele ontwikkeling niet een onderdeel van de persoonlijke ontwikkeling, net als de fysieke, motorische en cognitieve ontwikkeling? Professor Keith Davids (Sheffield Hallam University) beweert dat de overgestructureerde aanpak in *deliberate practice*, waarbij het aanleren van motorische vaardigheden wordt opgedeeld in beheersbare delen en waarbij het stellen van een doel en hard werken belangrijk zijn, zorgt voor veel sport drop-outs.¹⁶ Hij pleit voor een meer ecologisch-dynamische benadering, waarbij de nadruk eerst op kinderen dient te liggen en dan pas op atleten. Kinderen die zich in hun eigen tempo niet alleen motorisch, maar juist altijd 'volledig' ontwikkelen, waarbij motorische, cognitieve, fysieke en sociaal/emotionele aspecten elkaar continu beïnvloeden. Zijn kinderen voor hun optimale ontwikkeling meer gebaat bij motorische 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? De claim dat een brede motorische ontwikkeling zorgt dat ieder kind met plezier en een leven lang gaat en blijft sporten en bewegen, lijkt al met al niet meer dan een deel van de waarheid. Ook 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.

Besluit

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. Hoe het dan wel moet? Dat kan ik niet exact zeggen. Wel wil ik de ontwikkelingen kritisch 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.

Over de 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 (opleidings)docent bewegingsonderwijs in PO, VO, MBO en HBO en als coach en opleider in de sport- en fitnessbranche. Meer informatie over Jaap staat op de website van zijn bedrijf: www.veronon.nl.

1) Hoofwijk M et al. (2020). Brede motorische ontwikkeling van kinderen. Nut en noodzaak. *Sportgericht*, 74 (6), 2-7.
 2) <https://www.athleticskillsmodel.nl/>
 3) <https://www.sport.vlaanderen/sportactiviteiten/voor-elke-leeftijd-wat-multimove/>
 4) <https://www.eco-coach.nl/>
 5) <https://dutchgymnastics.nl/beweegdiploma/>
 6) <https://monkeymoves.com>
 7) <https://www.kenniscentrumsportenbewegen.nl/>
 8) Levine J (2007). Nonexercise activity thermogenesis - liberating the life-force. *Journal of Internal Medicine*, 262 (3), 273-287.
 9) Mann T (2015). Secrets from the eating lab. The science of weight loss, the myth of willpower, and why you should never diet again. Harper.
 10) Eco de Geus

11) <https://mqscan.nl/>
 12) Whitehead M (2010). The concept of physical literacy. In: Whitehead M (ed.), *Physical literacy. Throughout the life course*, pp. 10-20. Abingdon, Oxford: Routledge.
 13) Savelsbergh G & Hoeboer J (2021). *Leer bewegen! Motorisch leren voor de praktijk*. Haaksbergen: Hassink.
 14) 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), 6-10.
 15) Biesta G (2015). What is education for? On good education, teacher judgement, and educational professionalism. *European Journal of Education*, 50 (1), 75-87.
 16) Davids K (2021). *Blowing the whistle on traditional sports coaching*, <https://www.shu.ac.uk/research/in-action/projects/sports-coaching>.