

Er zijn momenten in het leven waarop je misschien anders had gehandeld als je niets van montessori had meegekregen. Dat zijn montessorimomenten. We vragen elke editie een leraar of (oud-)leerling, schoolleider, bestuurder of deskundige, naar een montessorimoment of naar belangrijke montessori-ervaringen.

MONTESSORIGYMLESSEN MET MEERWAARDE

DE AFGELOPEN JAREN ONTWIKKELDEN EN IMPLEMENTEERDEN ANDREA DUIVESTEIJN EN PAULIEN BARENDRECHT OP DE EERSTE NEDERLANDSE MONTESSORISCHOOL (ENMS) IN DEN HAAG 'MONTESSORIAANS GYMMEN'. 'DE GROOTSTE OPBRENGST IN MOTIVATIE IS DIE VOOR HET KIND DAT IN DE GYMLES MET DE EIGEN KLAS WEINIG OEFENBEURTEN MAAKT.'

TEKST PAUL OP HEIJ

Andrea Duivesteijn is niet aanwezig bij het interview, Paulien Barendrecht heeft toestemming ook namens haar het woord te doen, 'te meer daar het initiatief van Andrea kwam.' Die maakte van de coronatijd gebruik om zich te verdiepen in de mogelijkheden van een jaarplanning voor gym op school. Zo kwam ze op het idee om montessorigym te gaan ontwikkelen, waardoor ook Paulien Barendrecht enthousiast werd en aansloot: 'Andrea schreef ook een theoretische onderbouwing, uitgangspunten voor en doelstellingen van montessorigym, voor onszelf maar ook voor de directie, want die moest faciliteren. Direct

na de laatste lockdown zijn we het in praktijk geen brengen: uitproberen en bijslijpen. En we laten ons daarbij inspireren door Maria Montessori – zij was immers ook arts. Maar hoe laat je die waarden terugkomen in lichamelijk onderwijs? Dat moesten we uit ontwikkelen.'

HOOFD-HART-HANDEN

Paulien Barendrecht is eigenlijk altijd wel met bewegen bezig, zegt ze, maar ze is ook een gymlerares die graag in de boeken zit. Ook boeken die wat verder van de vakliteratuur afstaan, omdat zulke boeken ook kunnen helpen bij het in je vak vormgeven van Maria Montessori's hoofd-hart-handen, meent ze. 'Ik werk op een montessorischool, de school waar ik ook zat als leerling – ook Andrea heeft een montessori achtergrond. Collega docenten hebben vaak geen idee waar gymleraren mee bezig zijn, zeker op basisscholen; gymleraren zijn meestal eenzame leraren, maar gelukkig valt dat bij ons op school mee. Gym, zoals je dat leert op de HALO¹, sluit ook nauwelijks aan op het montessori onderwijs. Om er woorden aan te geven, wat je wilt en doet met kinderen, is soms nog best lastig.'

Bewust doen wat je doet, ook bij gym, kan geen kwaad, maar we zijn als volwassenen teveel met onze ratio bezig, zegt ze. 'We zien kennis vooral als kennis van het hoofd en dat werkt natuurlijk ook op scholen door. Het leeft meer bij jongere collega's, die zijn er zich bewuster van. Maar veel gymdocenten leggen zich wat dit betreft ook neer bij leven op een eiland; ze zijn goed in de



Paulien Barendrecht



directe praktijk van hun vak, maar zijn weinig bezig met het belang van lichaamsbeweging en gezondheid buiten hun lessen om. Ik mis ook vaak de koppeling met andere vakken. Het is alsof we nog moeten uitvinden hoe we ook buiten het eigen vak om gezamenlijk iets nastreven. Wij als gymleraren onder elkaar begrijpen wel wat we bedoelen, maar hoe leg je het uit aan anderen die er zelden dieper over hebben nagedacht? Ze zouden eerst in de gymlessen moeten komen kijken om te begrijpen wat wij bedoelen?

HET TOTALE KIND

Toch is er in het basisonderwijs de trend van aandacht voor bewegend leren en lekker naar buiten, maar daar zijn veel leeromgevingen dan weer niet goed op ingericht, zegt ze. Hoopvol is wel dat het bewustzijn ervan groeit. De directie bij haar op school komt wel eens kijken in de gymlessen, ze staat achter wat ze doen en moedigt zelfs aan om het ook uit te dragen naar gymcollega's van zusterscholen. Barendrecht: 'Die bewustwording heeft ook te maken met het groeiend aantal mentale problemen bij kinderen. Maar ik zeg bij leerling besprekingen ook regelmatig dat een leerling over wie collega's zich zorgen maken, zich bij gym heerlijk kan uitleven. Dan zeg ik "oh jongens, kom eens kijken bij gym, om ook een andere kant van zo'n kind te zien." Het totale kind zien is ook zien dat het bij rekenen moeilijk gaat en bij gymnastiek juist heel goed.' Ze doet wel eens een presentatie voor ouders, zegt ze, want die vragen regelmatig naar wat ze in de nieuw opgezette montessorigymlessen doen. 'Ouders willen weten hoe we in de nieuwe opzet overzicht houden over het curriculum. Of hun kinderen wel alle onderdelen en oefeningen ervan gedaan hebben, niet alleen maar dat wat ze al goed kunnen. Het is soms een worsteling, want we doen allemaal het liefst dat waar we goed in zijn en we zijn vaak niet nieuwsgierig naar de rest. Het is de kunst om kinderen tot het nieuwe te verleiden en hun

daar ook enthousiast voor te krijgen – dat de voetballer ook voor trampolinespringen gaat. Maar het komt ook voor dat juist kinderen iets nieuws meebrengen, van de sport waar zij buiten school op zitten, en dat je daar als leerkracht iets mee moet. Of leerlingen hebben iets op tv gezien, bij atletiek of Max Verstappen – probeer de Formule 1 maar eens te verwerken in je lessen.'

GEMENGDE GROEPEN

Barendrecht: 'In mijn uitleg aan ouders verdeel ik de gymlessen in de week in tweeën. In het begin van de week zien we alle klassen van alle niveaus 1 keer klassikaal en daarbij doen we ons best alle kinderen te zien en een idee te krijgen van wat ze kunnen bij de verschillende onderdelen. Daarbij zetten we sterk in op kinderen het vertrouwen te geven om die onderdelen ook zelfstandig te kunnen doen. Zoals Maria Montessori zei: "Leer mij het zelf te doen." Het tweede deel van de week kunnen ze dan in de montessorigymlessen zelf aan

'HET TOTALE KIND ZIEN IS OOK ZIEN DAT HET BIJ REKENEN MOEILIJK GAAT EN BIJ GYMNASTIEK JUIST HEEL GOED.'

de slag, naar keuze, wetende dat dat wat ze er voor nodig hebben, al klassikaal behandeld werd. Dat deel van de week mogen ze zelf bepalen op welk moment of welke momenten van de schooldag ze wat komen doen. Ze hebben zich daarvoor ingeschreven, waardoor er in die lessen telkens gemengde groepen zijn, kinderen van verschillende jaarlagen door elkaar, ook een montessori-principe. Meestal helpen de oudere de jongere en houdt iedereen rekening met elkaar. Terwijl je bij alleen maar vaste klassen al snel van die haantjes de voorsten krijgt of kinderen die altijd achteraan komen?



HOE WERKT MONTESSORI-GYM?

De keuze-montessorigymlessen zijn zo verdeeld dat een deel ervan in de ochtend is en een deel in de middag. Iedereen heeft eigen voorkeuren. Per klas kunnen er telkens 10 leerlingen mee naar gym. Hierdoor blijft de klassendocent in het lokaal over met maximaal 20 leerlingen, wat meer persoonlijke aandacht en rust betekent en voor de docent minder werkdruk.

De gymdocent helpt kinderen bij oefeningen, observeren, coachen en stimuleren om alle onderdelen te doen. Kinderen mogen die doen in 1 les, maar ook tijdens 1 les richten op 1 onderdeel. De docent houdt bij of in 4 weken alles geoefend is. Met meer keuzevrijheid kom je ook makkelijker in een flow en krijg je meer succeservaringen. En last but not least: Kinderen zitten en praten minder, bewegen en ontspannen meer.

Op 27 nov. 2024 en 17 jan. 2025 zijn geïnteresseerden welkom om inspiratie op te komen doen op school.

Opgeven kan via p.barendrecht@enms.nl.

Al wil ze het niet mooier maken dan het is: 'Ook in gemengde groepen gaat het wel eens mis, maar ook daar leren we van met elkaar. Door die wisselende samenstellingen leren kinderen meer rekening houden met elkaar. Het idee achter die keuzemomenten is ook dat ze kunnen gymmen op een zelf gekozen moment. De ene leerling vindt het fijn om de dag rustig in het eigen klaslokaal te starten, terwijl de andere meteen "aan" staat en direct wil bewegen. Ook kunnen de leerlingen hun gymmoment afstemmen op het werk dat zij in de klas moeten doen, waardoor ze niet moeten gaan gymmen als ze bij rekenen net lekker in een flow zitten. Vooral de oudste bovenbouwers komen later in de middag, zelfs lieft op vrijdagmiddag om de schoolweek af te sluiten. De laatste uren van de week zitten zij liever niet meer stil op een stoel; ze komen dan samen een feestje bouwen bij gym.'

INITIATIEF GUNNEN

Het is belangrijk dat het goed georganiseerd gebeurt binnen school, zegt ze, zodat elke leerkracht weet waar

zijn of haar kinderen uithangen. 'Inschrijven voor montessorigymlessen is te vergelijken met een tijdslot zoals sinds corona bij musea. Er zijn dus ook kinderen met twee tijdsloten op één dag en als hun docent het idee heeft dat ze dat doen om de rekenles te ontlopen, dan wordt dat besproken en of gecorrigeerd. Er kunnen bij ons 40 kinderen in de gymzaal; het geeft je meer speelruimte. We stimuleren kinderen zoveel mogelijk te gymmen, maximaal 5 gymlessen per week. De klassikale les is verplicht, net als minimaal 1 montessorigymles in het tweede deel van de week – daarvan zijn er dus 4.

'KIJK JUF, NU LUKT HET ME WEL!'

En de meeste oefeningen doen ze individueel, in tweetallen of iets grotere groepjes. Soms ontstaat vanzelf teamspel, omdat het volleybalveld klaar was voor het oefenen in tweetallen en er spontaan twee teams ontstaan. Dat heb ik geleerd van Andrea, dat je het soms gewoon moet laten. Als docent even een stap naar achteren; kinderen het initiatief gunnen, dingen laten gebeuren. En als er spontaan iets moois ontstaat, dat even met elkaar nabespreken: meeropbrengst! Net als dat je als docent even overbodig mocht zijn om vrijer te observeren of individueel leerhulp te bieden. Ook al proberen we een sfeer te creëren waarin ze ook elkaar durven vragen en elkaar dingen voordoen.'

Soms bedenken leerlingen ook zelf nieuwe oefeningen bij activiteiten en worden die ook bijgeschreven op de leskaarten, zegt ze. 'We zetten acht activiteiten neer met oefenstof uit verschillende bewegingsthema's: turnen, balspelen, met allemaal meerdere uitdagingen op verschillende niveaus. Voor al die activiteiten en oefeningen moeten we dan ook de materialen klaar zetten, de "voorbereide leeromgeving". Bij turnen bijvoorbeeld ringzwaaien, waarvoor dus de ringen omlaag moeten. Voor klimmen en balanceren moeten de klimrekken klaar. En daaraan worden meerdere



Andrea Duivestijn



oefeningen gekoppeld, zoveel mogelijk differentiatie, om leerlingen zoveel uitdaging te bieden dat ze niet al na 5 minuten uitgeleerd zijn. Maar als hun concentratie op is of de blaren op de handen door dreigen te breken, dan kunnen ze uiteraard wel verder. In hun eigen klaslokaal mogen aan het eind van de les ook materialen blijven liggen, voor de volgende les; zo bieden wij bij montessorigym dezelfde lesopstelling vier weken lang aan.'

EIGEN MOTIEVEN

Kinderen hebben hun eigen motieven om te bewegen, niet alleen maar functioneel, zoals in de sportschool: tégen de kilo's of vóór de six pack, zegt ze. 'Kinderen willen meestal samen doen, waarbij vaak iets van competitie ontstaat, waar de een meer zin in heeft dan de ander. Wij als docenten dragen vooral uit dat ze moeten genieten van het bewegen en dat het als ze het toch willen liever een competitie met zichzelf moeten laten zijn. Al gaan wij uiteraard ook wel eens mee in hun enthousiasme. De grootste opbrengst in motivatie is die voor het kind dat in de gymles met de eigen klas weinig oefenbeurten maakt. Het verlegen kind dat afwacht, of nog een beetje bang is, en daardoor minder aan de bal komt dan degenen die zichzelf direct met overtuiging in het spel storten. In de montessorigymles kan iedereen zijn eigen werkplek kiezen, waardoor er minder strijd en "etalage-effect" is. Zo is er gelegenheid om op eigen tempo flink wat oefenbeurten te maken,

wat uiteindelijk leidt tot: "Kijk juf, nu lukt het me wel!" Als de materialen klaar staan is het zoals wanneer er thuis eenmaal een piano staat, zegt ze. 'Als de ringen hangen, hangen kinderen er eerder aan. En ze leren van elkaar; er wordt veel impliciet geleerd bij gym. En het is voor jou als docent een uitdaging de voorbereide omgeving zo klaar te maken dat veel zaken vanzelf duidelijk zijn en geen extra uitleg behoeven. Voor een "reguliere" gymles heb je een half uurtje nodig om de zaal op te bouwen, voor een montessorigymles een uur – wij hebben die tijd gekregen van de schoolleiding. De bewust voorbereide omgeving is ook een waardevolle opbrengst voor leerlingen die onmogelijk stil kunnen zitten. Na het omkleden mogen ze direct de zaal in en aan het werk, zonder eerst nog stil te moeten zitten voor uitleg. Direct mogen doen waarvoor ze gekomen zijn: bewegen! Het bedenken van al die differentiaties en het er leskaarten van maken heeft wel veel tijd gekost en het ontwikkelen ervan doet dat nog steeds. Maar het is wel de moeite waard. Als je deze nieuwe aanpak halfslachtig uitvoert, heb je vooral de nadelen ervan, met overtuiging doorgevoerd, geniet je van de voordelen.' 📖

1. HALO is de opleiding tot leraar basisonderwijs en leraar eerste graad lichamelijke opvoeding aan de Haagse Hogeschool.

