

Judo op school!

Techniekgericht of spelgericht?



8 juli 2014

Maurice Orth
2136383

Derdejaars deeltijdstudent aan Fontys sporthogeschool en heeft dit artikel geschreven in het kader van het afsluitend praktijkonderzoek.

Voorwoord

Tijdens de judolessen die ik geef in het speciaal, basis en voorgezet onderwijs merk ik dat spelgerichte judolessen de kinderen enthousiaster maakt dan technische judolessen.

Op Fontys sporthogeschool (FSH) zijn bij vakdidactiek judo bij 'Sport & Education' voor de eerstejaars studenten vooral de technieken omschreven die men moet aanleren.

Binnen vakdiscipline spel is men op de FSH na het uitkomen van het boek 'What's in a game?' (Leysen, 2004) overgestapt van de technische aanpak naar een spelgerichte aanpak.

Na een oriënterend gesprek met docenten van vakdiscipline zelfverdediging over het effect van de mogelijke didactische werkvormen op de leerprestaties van studenten, hebben we gekozen om het beoordelingscijfer na het krijgen van les door middel van de didactische werkvorm technisch judo en spelgericht judo te vergelijken.

De opzet en methode van mijn onderzoek, alsmede de resultaten daarvan beschrijf ik in dit artikel.

Inhoudsopgave

Voorwoord	2
Inhoudsopgave	3
Samenvatting	4
Inleiding	5
Opzet van onderzoek	7
Resultaten	8
Discussie en conclusie	9
Aanbevelingen	10
Bronnenlijst	11
Dankwoord	12
Bijlagen	
I.	Praktijkonderzoek – tussenproduct A
II.	Praktijkonderzoek – tussenproduct B Literatuuronderzoek
III.	Praktijkonderzoek – tussenproduct C Opzet van onderzoek
IV.	Lessenreeks
V.	Resultaten
VI.	Reflectieverslag

Samenvatting

Binnen de spelsectie op Fontys sporthogeschool (FSH) is men vakdidactisch overgestapt van techniescholing naar spel-didactisch lesgeven. Ook in de judoliteratuur ziet men de verschuiving hierin (Middelkamp, 2011; Korn, 2009; Scott, 2008). De vraag is of deze verandering ook wenselijk zou zijn voor vakdidactiek judo, voor de eerstejaars studenten van 'Sports & Education' aan FSH.

Dit heeft geleid tot de volgende onderzoeksvraag:

'Welke didactische werkvorm, technisch- of spelgericht judo, zorgt voor een hoger beoordelingscijfer bij de eerstejaars studenten Docent lichamelijke opvoeding aan FSH?'

Tijdens het onderzoek werkte de controlegroep (klas 1A) volgens de didactische werkvorm technisch judo en de interventiegroep (klas 1E) volgens spelgericht judo. Beide groepen werden beoordeeld volgens het bestaande observatieschema judotechnieken (FSH, 2012).

Het bleek dat de beoordelingscijfers van de controle- en interventiegroep niet ver uit elkaar lagen. De beoordeling door de studenten waren voor beide didactische werkvormen goed en nagenoeg hetzelfde.

Bij de aanleerfase van judo op FSH maakt het voor het niveau van de judovaardigheden niet uit of men lesgeeft volgens de didactische werkvorm technisch of spelgericht judo.

Bij de beoordeling zou het waardevol zijn om de vier beweegsleutels bewegen verbeteren, bewegen regelen, gezond bewegen en bewegen beleven te meten (Brinke e.a., 2007).

Inleiding

'Het kerndoel van het bewegingsonderwijs in Nederland is om alle leerlingen te stimuleren tot een zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur' (Stichting Leerplan Ontwikkeling, 2012). Hieraan zijn voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs de volgende beweegsleutels gekoppeld: bewegen verbeteren, gezond bewegen, bewegen regelen en bewegen beleven (Brinke et al., 2007). Bewegen verbeteren omvat het kennis maken met nieuwe of verbeteren van bekende bewegingsvormen en de eigen mogelijkheden onderzoeken. Bij bewegen regelen leren de leerlingen eenvoudige regeltaken uit te voeren. Door gezond bewegen ervaren leerlingen hoe men fitter wordt door bewegen. Bij bewegen beleven gaat het erom hoe men de judolessen ervaart, gericht op bewegen en betrokkenheid bij de les (Brinke et al., 2007; Lotens 2004).

FSH heeft als doel het bieden van uitstekend kwalitatief onderwijs om studenten zich te laten ontwikkelen tot beginnende zelfstandige professionals binnen het vakgebied sport en bewegen (Van Dokkum, 2012). De beroepspraktijk staat centraal in de opleiding en is leidend voor alle onderwijsleeractiviteiten en toetsing (Van Dokkum, 2012).

Binnen de lessen vakdidactiek worden bewegingsvaardigheden verbeterd, methodieken aangeleerd en wordt praktisch invulling gegeven aan de vier beweegsleutels (Bosch, 2010; Van Dokkum, 2012). Bij de lessen vakdidactiek zelfverdediging, het onderdeel judo, wordt voor 'Sports & Education' klassen in de studiehandleiding niet de visie van zelfverdediging beschreven. Wel wordt beschreven welke technieken behandeld zullen worden en wat de toets-criteria zijn (FSH, 2012). De judodocent heeft vrijheid in de toe te passen didactische werkvormen. Met didactische werkvormen wordt bedoeld *'de manier waarop de docent de onderwijsleersituatie vorm geeft'* (Kerpels, Van Dijk & Karels, 2013).

In de judoliteratuur is het inzicht in het lesgeven veranderd van techniek naar een spelgerichte benadering (Middelkamp, 2011; Korn, 2009; Scott, 2008).

Technisch judo omvat voornamelijk twee beweegsleutels, bewegen verbeteren en gezond bewegen. Bij bewegen verbeteren staan judotechnieken centraal die men probeert perfect uit te voeren. In deze vaste oefensituatie worden judotechnieken losgemaakt van de omgeving en staan daardoor op zichzelf (Middelkamp, 2011; Bosch, 2010; Leysen, 2008).

Een kenmerk van technisch judo is de vaste manier van trainen waarbij directe instructie wordt toegepast en de docent de leerling observeert en corrigeert. Leerlingen worden afhankelijk van de docent waardoor probleemoplossend denken niet wordt gestimuleerd (Bosch, 2010; Morris & Summers, 2004). Bovendien nemen leerlingen aanwijzingen niet meer automatisch aan, maar willen weten waarom iets beter moet. De autoriteit van een docent is daardoor niet langer vanzelfsprekend (Brouwer et al., 2011).

Judotechnieken zijn motorisch zeer complex. Het is belangrijk dat leerlingen begrijpen in welke volgorde de handelingen moeten worden uitgevoerd om tot een goed eindresultaat te komen (Bosch, 2010). Technisch judo gaat daar diep op in.

Speljudo onderscheidt zich van technisch judo door in te gaan op alle vier de beweegsleutels. Bij speljudo vindt bij bewegen verbeteren de techniekscholing in het spel plaats; daarbij biedt een judotechniek een oplossing voor een spelprobleem (Middelkamp, 2011; Leysen, 2008; Scott, 2008). Door de open spelsituatie heeft men een bepaalde vrijheid van spelen. Speljudo biedt de mogelijkheid om technieken op verschillende manieren toe te passen. Hierbij worden judotechnieken aangepast aan de omgeving, eigen vaardigheid versus de vaardigheid van de tegenstander en de ruimte op de mat (Bosch, 2010; Mifune, 2004; Magill, 2007).

Door speljudo bereikt men eerder een gewenst leerresultaat: men kan tijdens het judo-spel sneller beschikken over parate kennis op het gebied van motorische vaardigheden (Bosch, 2010).

Dit leerresultaat bereikt men eerder dan bij techniektraining, waar tijdelijke kennis over motoriek wegzakt en men niet weet hoe men in de veranderende omgeving de technieken moet toepassen (Bosch, 2010; Leysen, 2008; Magill, 2007). Een kanttekening die Turner & Martinek (1995) daarbij maken is dat het gewenste leerresultaat er pas is na een lesperiode van meer dan zes weken.

De tweede beweegsleutel gezond bewegen zorgt bij zowel technisch als speljudo voor het verkrijgen of behouden van optimale gezondheid (Wilmore & Costill, 2004; Korn, 2009). Kracht, lenigheid, uithoudingsvermogen, coördinatie en snelheid worden positief ontwikkeld waardoor men vitaler en fitter wordt (Brinke et al., 2007; Lotens, 2004). Daarnaast worden valtechnieken aangeleerd om veilig te kunnen vallen wanneer men geworpen wordt (Kano, 2005; Lotens, 2005).

Door bewegen beleven raken leerlingen betrokken bij de lessen en kunnen ze hun eigen ontwikkeling

waarden, waarbij men sociaal met elkaar en de leefomgeving omgaat. Uit onderzoek van Van Belzen (2003) blijkt dat judo een positieve bijdrage kan leveren aan zelfvertrouwen en zelfbeheersing en dat het zich kunnen uitleven binnen de les belangrijk is om spanning kwijt te raken. Doordat men dit bij speljudo voelt en ervaart, gaat het bewegen leven bij de leerling. Men raakt door de interactie tijdens de judo spelvormen betrokken bij de les en ervaart hierdoor de eigen ontwikkelingsmogelijkheden. Wanneer men ingaat op uitdagingen gevraagd door leerlingen, stijgt de motivatie van de leerlingen (Morris & Summers, 2004).

Bij technisch judo kijkt men niet naar emotie, maar naar de perfecte techniek. Daarbij kan men wel tevreden zijn als dit lukt.

Bewegen regelen omvat het veilig leggen van de mat en spelregels kunnen begrijpen, uitvoeren, uitleggen en een rol als scheidsrechter kunnen vervullen (Brinke et al., 2007; Korn, 2009).

Tijdens speljudo leren de leerlingen om te gaan met judoregels waarbij ze zelfstandig deelnemen en leren hoe om te gaan met elkaar, waardoor de veiligheid wordt gegarandeerd. Leerlingen ontwikkelen zich op cognitief gebied door het leren van regels, sociaal omgaan met elkaar en op mentaal vlak, omgaan met eigen kunnen (Brinke et al., 2007; Lotens 2004). Bij technisch judo wordt hier weinig aandacht aan gegeven.

Binnen vakdiscipline spel is men op FSH na het uitkomen van het boek 'What's in a game?' (Leysen, 2004) overgestapt van technisch naar spelgericht lesgeven.

Kan men dit ook toepassen binnen zelfverdediging met de huidige beoordelingscriteria? Door dit onderzoek verwachtte men te kunnen aantonen welke didactische werkvorm beter past in het onderwijs. Men kan hierdoor het judo onderwijsprogramma aanpassen en de judodocenten van FSH kunnen zich beter legitimeren over de toegepaste didactische werkvorm.

Dit leverde de volgende onderzoeksvraag op:

'Welke didactische werkvorm, technisch- of spelgericht judo, zorgt voor een hoger beoordelingscijfer bij de eerstejaars voltijd studenten Docent lichamelijke opvoeding aan Fontys sporthogeschool?'

Opzet van onderzoek

De onderzoeksgroep

De groep bestond uit eerstejaars studenten 'Sports & Education' 2012-2013 van FSH. De interventiegroep was klas 1E, 33 studenten, 7 vrouwen/ 26 mannen. De controlegroep was klas 1A, 29 studenten, 3 vrouwen/ 26 mannen. Deze klassen zijn een steekproef uit alle klassen en gekozen omdat de kenmerken van deze klassen vergelijkbaar zijn.

De onderzoeksinstrumenten

In dit onderzoek is gebruik gemaakt van twee onderzoeksinstrumenten.

Onderzoeksinstrument één is het bestaande observatieschema voor toetsing van vakdidactiek judo, waarbij de studenten zijn beoordeeld in cijfers van 0 t/m 10.

Onderzoeksinstrument twee bestond uit de volgende vraag aan studenten: 'Welk cijfer (0 t/m 10) zou je de judolessen geven? Waarom?'

Het onderzoeksproces

Tijdens een lessenreeks van vier weken werd het onderzoek gedaan. Klas 1E kreeg les volgens speljudo en klas 1A volgens technisch judo. De studenten uit beide klassen waren op de hoogte dat tijdens de les een onderzoek plaatsvond.

Voor de lessen zijn de lesvoorbereidingsformulieren gebruikt zoals die gehanteerd worden door FSH. Beide klassen zijn beoordeeld. Per student werd één van de drie aangeleerde technieken, o-soto-gari, de-ashi-barai of o-goshi, beoordeeld. Na afloop van de lessenreeks is aan de studenten gevraagd om de judolessen te beoordelen.

Betrouwbaarheid

Voor de start van het onderzoek is aan de studenten gevraagd of zij al ervaring hadden met judo. De ervaren studenten zijn buiten de meting gehouden, omdat zij de uitslag van de meting zouden kunnen beïnvloeden door hun judo ervaring. Studenten die uitvielen of ziek waren zijn ook buiten de meting gehouden. Om beïnvloeding te voorkomen zijn de studenten niet geïnformeerd over de inhoud van het onderzoek.

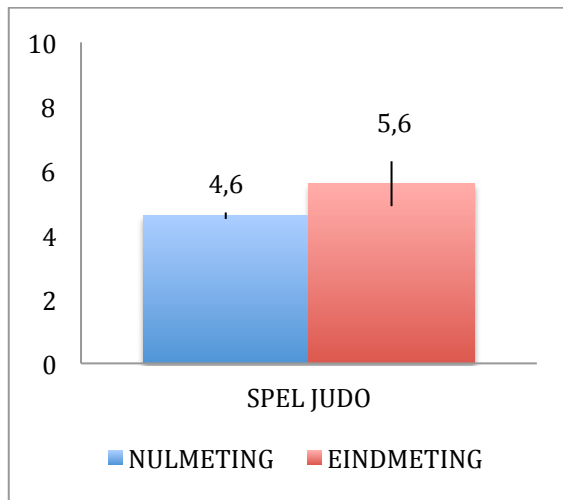
De lessen werden gegeven en de beoordeling werd gedaan door een ervaren judoleraar B, tevens oud docent van FSH. De lessen zijn gegeven in dezelfde sportzaal en op dezelfde judomatten. De beoordeelde studenten hebben een toelatingsexamen gedaan om aan te tonen of ze vaardig genoeg zijn om toegelaten te worden op de FSH. Hierdoor heeft men minimaal dezelfde ondergrens aan motorisch en cognitief niveau.

Op de lesvoorbereidingsformulieren zijn de geraadpleegde bronnen van technisch of speljudo genoemd, zodat men deze kan gebruiken bij een mogelijk vervolgonderzoek.

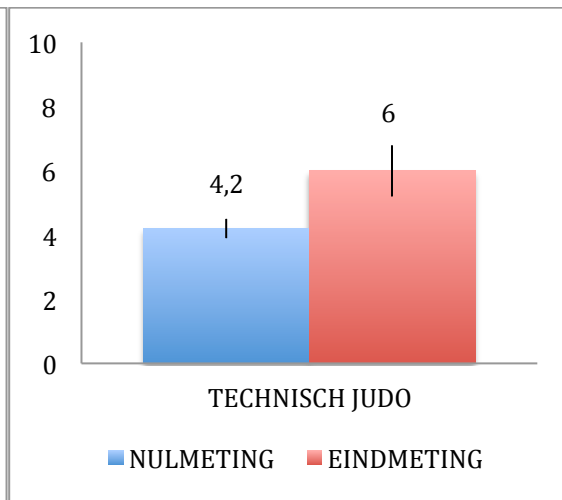
De beoordelingscriteria in dit observatieschema zijn betrouwbaar omdat deze zijn opgesteld door FSH (2012) en worden gebruikt voor beoordeling van eerstejaars studenten 'Sports & Education'. De beoordelvingsvraag van de lessen is valide omdat deze methode vergelijkbaar is met de bestaande enquêtevraag na de lessen op FSH.

Resultaten

In onderstaande figuren is af te lezen hoe de judoworpen van de studenten zijn beoordeeld.



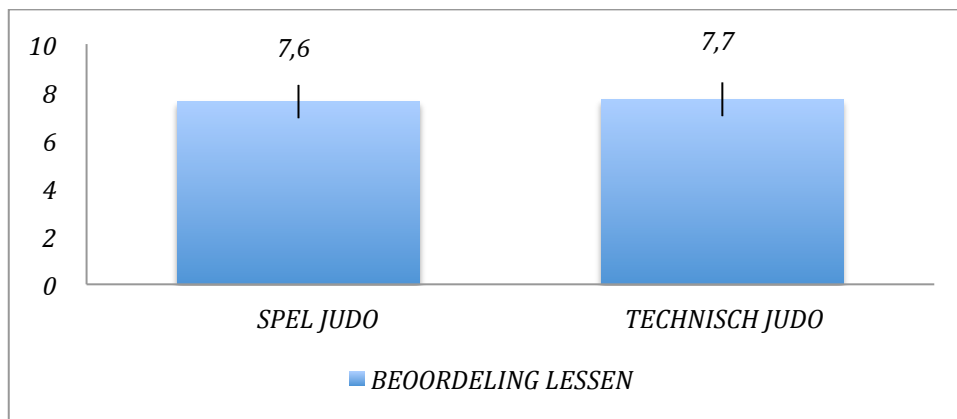
Figuur 1: Klas 1E Speljudo beoordeling worpen



Figuur 2: Klas 1A Technisch judo beoordeling worpen

In figuur 1 is te zien dat klas 1E, speljudo, bij de nulmeting een gemiddelde van 4,6 haalde met een standaardafwijking van 0,1. Bij de eindmeting is het gemiddelde gestegen naar een 5,6 met een standaardafwijking van 0,7. Het verschil tussen de gemiddelde nulmeting en de eindmeting is 1,0.

In figuur 2 is te zien dat klas 1A, technisch judo, bij de nulmeting een gemiddelde van 4,2 haalde met een standaardafwijking van 0,3. Bij de eindmeting is het gemiddelde gestegen naar een 6,0 met een standaardafwijking van 0,8. Het verschil tussen de gemiddelde nulmeting en eindmeting is 1,8. De metingen zijn op een 10 punt schaal.



Figuur 3: Klas 1E Speljudo, klas 1A Technisch judo (beoordeling lessen door studenten)

In figuur 3 is de beoordeling op de vraag 'Welk cijfer zou je de judolessen geven?' te zien. Speljudo, klas 1E, beoordeelden de lessen gemiddeld met een 7,6 met een standaardafwijking van 0,8. Technisch judo, klas 1A, beoordeelden de lessen gemiddeld met een 7,7 met een standaardafwijking van 0,6. De meting is op een 10 punt schaal.

In de toelichting op het gegeven cijfer werden diverse antwoorden gegeven. Een aantal vaker voorkomende antwoorden worden hieronder gegeven.

'Leerzaam' werd door 28 % genoemd bij speljudo (klas 1E) versus 41 % bij technisch judo (klas 1A).

'Leuk' werd door 36 % genoemd bij speljudo (klas 1E) versus 34% bij technisch judo (klas 1A).

'Goede uitleg' werd door 20 % genoemd bij speljudo (klas 1E) versus 17 % bij technisch judo (klas 1A).

'Te weinig tijd' werd door 16 % genoemd bij speljudo (klas 1E) versus 7 % bij technisch judo (klas 1A).

Discussie en conclusie

Uit de metingen blijkt dat de beoordelingscijfers van judoworpen tussen onderwijs in technisch- en speljudo niet ver uit elkaar liggen.

Bij de nulmeting is bij de beoordelingscijfers met 0,4 nauwelijks verschil tussen de studenten speljudo en technisch judo. Voordat studenten worden toegelaten tot de FSH krijgen zij een toets met aanvullende eisen waarin ze motorisch worden getoetst op onder meer zelfverdediging. Studenten hebben al een bepaald niveau, mogelijk is dit een verklaring dat de beoordelingen van de studenten zo dicht bij elkaar liggen.

Bij de eindmeting is het beoordelingscijfer bij technisch judo met een 6,0 hoger dan bij speljudo met een 5,6. Het verschil tussen de nul en eindmeting bij de beoordeling van judoworpen is bij technisch judo met 1,8 groter dan bij speljudo met 1,0. De kleine verschillen zijn waarschijnlijk gebaseerd op toeval en/of normale schommelingen. Een verklaring hiervoor kan zijn dat de beoordeling van de studenten alleen plaats vond met betrekking tot de beweegsleutel bewegen verbeteren (Brinke e.a., 2007), waarbij de technieken zijn omschreven (FSH, 2012). Deze manier van beoordelen is technisch en eenzijdig te noemen, omdat hierbij het spelelement niet wordt gemeten, dit zou in het nadeel kunnen zijn van speljudo.

Tijdens de aanleerfase van de complexe judotechnieken moet volgens Bosch (2010) de volgorde van handelen goed worden beschreven. Doordat bij technisch judo dieper wordt ingegaan op technische details dan bij de toepassing van de technieken binnen speljudo zou technisch judo in het voordeel zijn.

Bij de beoordeling van de judolessen door studenten ziet men tussen technisch judo en speljudo nauwelijks verschil. De studenten is ook gevraagd een toelichting te geven op het door hen gegeven cijfer. In de toelichting werden diverse antwoorden gegeven. Wat hierbij opvalt is dat studenten aangeven wat de behoefte is.

Zoals 'leerzaam' (speljudo 28 % / technisch judo 41 %): Hieruit kan men concluderen dat meer studenten het gevoel hebben de judostof beter te beheersen bij het volgen van technische judolessen; 'Leuk' (speljudo 36 % / technisch judo 34 %): Hieruit kan men concluderen dat in de beleving nagenoeg geen verschil zit tussen beide didactische werkvormen. Wel kan men concluderen dat de beleving 'leuk' door één derde van de studenten belangrijk is gevonden. Dit sluit aan op de beweegsleutel bewegen beleven; 'Goede uitleg' (speljudo 20 % / technisch judo 17 %): Ook hier is nauwelijks verschil; 'Te weinig tijd' (speljudo 16 % / technisch judo 7 %): Dit laatste kan duiden op hetgeen benoemd wordt in het onderzoek van Turner & Martinek (1995). Zij geven aan dat het rendement van de spelbenadering pas zinvol is na een lesperiode van meer dan zes weken. Deze interventie omvatte vier weken. Het kan ook zijn dat de gevraagde lesstof voor enkele studenten binnen vier lessen niet optimaal aan te leren is.

Een informele vragenlijst waarin vragen gesteld zijn over de judo ervaring en het verwachtingspatroon vooraf en achteraf, geeft antwoord op de beleving van de lessen door de studenten. Deze vragenlijst was niet gekoppeld aan een bestaande vragenlijst uit onderzoeken en kon daarom niet gebruikt worden in dit onderzoek. Bij een heronderzoek kan men een koppeling maken met 'Behavioural Regulation in Exercise Questionnaire 2' (BREQ-2) motivatie vragenlijst van Mullan, Markland & Ingledew (1997).

Door deze motivatie vragenlijst te gebruiken kan men als onderzoeker een meer objectief beeld krijgen over de motivatie en beleving bij de uitvoering van een oefening, technisch- of speljudo.

Kijkend naar de resultaten van dit onderzoek kan men bij de aanleerfase van judo op FSH kiezen tussen beide didactische werkvormen, technisch judo- of speljudo, om judovaardigheden aan te leren. Dit valt te concluderen uit het feit dat de beoordelingscijfers bij de verschillende didactische werkvormen niet ver uit elkaar liggen.

Voor het aanleren van judo blijkt uit dit onderzoek dat het resultaat na de lessen niet veel verschilt tussen vakdidactiek technisch judo of speljudo. Echter wanneer men beide vormen in het judo onderwijs terug laat komen, leert men binnen het judospel gebruik te maken van technieken waardoor de studenten een grotere beleving krijgen bij vakdidactiek judo. Verwacht wordt dat hierdoor de intrinsieke motivatie van de studenten zal stijgen, waardoor ze dit gemakkelijker kunnen overdragen tijdens hun stage. Daardoor dragen ze bij aan het stimuleren van een zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur (Stichting Leerplan Ontwikkeling, 2012).

Aanbevelingen

Tijdens de lessen voor eerstejaars studenten lijkt het zinvol om beide didactische werkvormen, technisch judo en speljudo door elkaar te gebruiken.

Bij een vervolgonderzoek is het zinvol om de beleving beter in kaart te brengen om zo de intrinsieke motivatie bij de judolessen van de studenten te meten met behulp van BREQ-2 (Mullan et al., 1997).

Bij de beoordeling lijkt het waardevol om alle vier de beweegsleutels: bewegen verbeteren, bewegen regelen, gezond bewegen en bewegen beleven, te meten (Brinke et al., 2007). Studenten krijgen hierdoor inzicht in hoe men kan beoordelen binnen en tussen de vier beweegsleutels.

Bronnenlijst

- Belzen, T. van (2003). *Invloed van judo op sociale competenties, doctoraalscriptie pedagogiek*. Geraadpleegd op 2012, 12 oktober, <http://www.schoolsstoeien.nl/ScriptieSociaalCompetentdoorjudo.pdf>
- Boersma, D. (2008). *Alles over judo*. Rijswijk, Nederland: Elmar.
- Bosch, F. (2010). *Hand-outs motorisch leren*. Tilburg, Nederland: Fontys sporthogeschool.
- Brinke, G. ten, Brouwer, B., Houthoff, D., Massink, M., Mooij, C., Van Mossel, G., Zonnenberg, A. (2007). *Basisdocument, bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs*. Zeist, Nederland: Jan Luiting Fonds.
- Brouwer, B., Aldershof, A., Bax, H., Berkel, M. van, Dokkum, G. van, Mulder, M.J., Nienhuis, J. (2011). *Toekomstvisie Human Movement & Sport in 2028*. Enschede, Nederland: SLO (nationaal expertisecentrum leerplanontwikkeling)
- Daigo, T. (2005). *Kodokan judo throwing techniques*. Tokyo, Japan: Kodansha.
- Dokkum, van G. (2012) *Hoofdpijnen opleidingsconcept Fontys sporthogeschool 2012*. Eindhoven, Nederland: Fontys sporthogeschool.
- Fontys sporthogeschool (9 oktober 2012). N@tschool. *Handleiding en beoordelingscriteria van de lessen vakdidactiek judo voor de eerstejaars studenten FSH S&E*. Eindhoven, Nederland: Fontys sporthogeschool. Geraadpleegd op 2012, 9 oktober, <http://elo.fontys.nl>
- Gardiner, P. (2007). *DVD 101 Judo games*. Bistol, UK: Fighting Films.
- Inokuma, I., Sato, N. (1979) *Best judo*. Tokyo, Japan: Kodansha.
- Kano, J. (1994), samengesteld door Yamashita, Y., Isogai, H., Nagaoka, S., Mifune, K., Samora, K., Kotani, S. e.a. *Kodokan judo*. Tokyo, Japan: Kodansha.
- Kano, J. (2005), samengesteld door Murata, N. *Mind over muscle*. Tokyo, Japan: Kodansha.
- Kerpels, Van Dijk, Karels red. (2013), *didactische werkvormen*. Geraadpleegd op 2013, 5 mei <http://wij-leren.nl/didactische-werkvorm.php>
- Korn, M. (2009). *Budo-spiele für alle Kampfsportarten*. Stuttgart, Deutschland: Pietsch.
- Leysen, H. (2008). *What's in a game? Speldidactische verkenningen*. Leuven, België: Acco.
- Lotens, Y. (2004). *Opvoeden door stoeien*. Rijswijk, Nederland: Elmar.
- Lotens, Y. (2005). *Vallen en opstaan*. Rijswijk, Nederland: Elmar.
- Magill, R. (2007). *Motor learning and control: Concepts and applications*. New York, USA: McGraw-Hill.
- Middelkamp, J. (2011) *Judo als spel*. Zeist, Nederland: Jan Luiting Fonds.
- Mifune, K. (2004). *The canon of judo*. Tokyo, Japan: Kodansha.
- Morris, T. & Summers, J. (2004). *Sport Psychology*. Milton: John Wiley & Sons.
- Mullan, E., Markland, D. & Ingledew D.K. (1997). *Motivation for exercise: Development of a measure of behavioral regulation*. Journal of Sports Sciences.
- Scott, D. (2008). *Judo Games*. Laverne, TN, USA: Derek Scott.
- Stichting Leerplanontwikkeling. *De vier sleutels van bewegen*. Geraadpleegd op 2012, 27 maart, <http://bewegingsonderwijs.slo.nl/voortgezet/vmbo/instrumenten/leerlijnen/>, <http://bewegingsonderwijs.slo.nl/voortgezet/tweedefase/instrumenten/leerlijnen/> SLO.
- Turner, A. & Martinek, T. (1995) *Teaching for understanding.: A model for improving decision making during game play*. Quest, 47, 44-63.
- Wilmore, J. en Costill (2004). *Inspannings- en sportfysiologie*. Maarsen, Nederland: Elsevier.
- Yamashita, Y. (1997) *Osoto-gari*. London UK: Ippon books.
- Yamashita, Y. (1999) *The fighting spirit of judo*. London UK: Ippon books.

Dankwoord

Ik wil mijn oud collega's van Fontys sporthogeschool bedanken voor het mogelijk maken om mijn onderzoek uit te voeren. Ook de klassen 1A en 1E wil ik bedanken voor hun enthousiasme en inzet, Marijke Slotboom voor haar eindeloze geduld en haar kundige hand om mijn onderzoek de juiste kant op de sturen. Susanna Bicknell en René Boes voor de ondersteuning bij de Nederlandse taal.

Bijlagen

I. Praktijkonderzoek - tussenproduct A

1. Gegevens student

Studenten Maurice Orth
Studentnummers 2136383
Klas D3s 2012-2013
Fontys Sporthogeschool Tilburg

Gegevens stagebedrijf

Fontys sporthogeschool
Theo Koomenlaan 3
5644 HZ Eindhoven
Contact persoon: Clara Stahlie
Tel. 08850 81111

Even voorstellen...

Maurice Orth

Ik ben geboren in 1971, getrouwd met Susanna Bicknell, samen hebben we 2 kinderen, een dochter Caitlin (1999) en een zoon Duncan (2002). Ik woon in Nijmegen en ben eigenaar/trainer/coach van Judo Centre Tomoda. Daar geef ik les aan judoka's van 4 tot 70 jaar. Daarnaast geef ik workshops en clinics op allerlei scholen (BO, VO, SO, SVO) via projecten als schooljudo, Urban Judo en Special Heroes of via de gemeente Nijmegen. Dit jaar heb ik de pilot Fit, Veilig & Valbreken, in opdracht van de JBN geschreven, gegeven en geëvalueerd. Dit is een project voor ouderen in samenwerking met de GGD, ZZG, gemeente Nijmegen, enkele fysio- en ergotherapeuten gesubsidieerd via de NISB. Inmiddels heb ik mede meer dan 80 docenten opgeleid tot Fit, Veilig en Valbreken instructeur. Ik ben zo'n 2 jaar werkzaam geweest als docent zelfverdediging (ZLV) op Fontys sporthogeschool (FSH), sports & education (S&E) waar ik lessen gaf in judo en treffen. Daarvoor heb ik ook lessen weerbaarheid gegeven. Verder heb ik alle judo opleidingen gevolgd (jeugd judoleider, judoleraar A&B, judo in de zorg). Andere opleidingen die ik gevolgd heb zijn: Commercieel ordermanagement, grafische MTS, Havo, Mavo. Ik heb de derde Dan in zowel judo als karate (International Okinawa Goju Ryu Karate Do). Tot 2007 was ik werkzaam in de grafische industrie als ordervoorbereider en calculator. Vanaf 2007 heb ik gekozen voor een radicale verandering en ben me gaan richten op mijn passie: sport! Vandaar de FSH. Live your dreams!

2. Persoonlijke motivatie

2.1 Welke meerwaarde heeft dit onderwerp/onderzoek voor jou?

Door het onderzoek hoop ik te ontdekken welke didactische werkvorm scholieren vaardiger en enthousiaster maakt in de praktijksituatie in het judo onderwijs. Bij de workshops judo die ik geef in het onderwijs merk ik dat de traditionele manier van lesgeven minder aansluit bij de belevingswereld van de scholier, dan de spelgerichte werkvorm. De traditionele manier meer product gericht en de spelgerichte werkvorm meer proces gericht is. Dit heb ik zelf echter nooit onderzocht. Na dit onderzoek kan ik beter legitimeren waarom ik gekozen heb voor de toegepaste didactische werkvorm. Waardoor meer kinderen vanuit het onderwijs doorstromen naar de judosport ofwel mijn eigen judoschool, Judo Centre Tomoda.

2.2 En voor jouw functioneren op je stageschool?

De manier waarop de lessen judo zijn beschreven in de studentenhandleiding geven docenten vrijheid hoe ze aangeboden worden. De didactische werkvormen en volgens welk sportconcept men moet gaan werken staat hierin niet beschreven. Door dit onderzoek wil ik een bijdrage leveren aan de uitvoering van het onderwijsprogramma met betrekking tot judo door het verbeteren van leeractiviteiten en modules. De judodocenten op FSH kunnen de toegepaste didactische werkvormen en toetsen beter legitimeren t.o.v. studenten, docenten en anderen. Daarnaast kunnen studenten beter bekwaam worden in het geven van verantwoorde didactische judo lessen in het onderwijs volgens het juiste sportconcept.

3. Beginsituatie / probleemanalyse

Als oud docent op Fontys sporthogeschool vraag ik me af of we de eerstejaars studenten bij vakdidactiek judo beoordelen volgens het juiste opleidingsconcept (Crum, 1983, 1988). Fontys sporthogeschool geeft les volgens het kritisch-constructieve bewegingssocialisatieconcept,

lichamelijke opvoeding voor een perspectiefrijke deelname aan de bewegingscultuur. Dit omvat de meervoudige bekwaamheid: bewegen verbeteren, gezond bewegen, bewegen en regelen, samen bewegen regelen (Stegeman en Faber red., 1998) (en beweging en didactiek op FSH).

Ik denk dat de beoordelingscriteria bij vakdidactiek judo bij de eerstejaars studenten worden beoordeeld volgens het conformistisch sportsocialisatieconcept (Stegeman en Faber red., 1998). Waarbij lichamelijke opvoeding vaardigheid ontwikkeld in technieken, tactieken en regels van de gangbare sporten.

De manier waarop de lessen vakdidactiek judo zijn beschreven voor de eerstejaars studenten geven de docenten vrijheid hoe ze deze lessen aanbieden. Als men de lessen meer aanbiedt volgens de traditionele manier van lesgeven als 'command style' (Berets, 2006) en het conformistisch sportsocialisatieconcept in plaats van de 'self teaching style' (Berets, 2006) en het kritisch-constructieve bewegingssocialisatieconcept zou het zo maar kunnen zijn dat studenten een hoger cijfer halen bij de beoordeling. Hierin zit een contradictie.

3.1 Beschrijving wanneer en bij wie speelt het probleem?

Tijdens de beperkte tijd die we krijgen voor judo op de FSH en in het onderwijs, vraag ik me af of volgens de huidige visie en lesinhouden de nieuwe sportdocenten ervaring krijgen in het geven van goed gefundeerde judo lessen op school? Daarbij denk ik dat voor de eerstejaars studenten de beoordeling bij vakdidactiek judo te sportgericht is. Daarnaast vraag ik me af of er in het eerste leerjaar rekening wordt gehouden met hoe men de lessen kan toepassen op school zonder judopak en judomatten? Tijdens alle lessen moet men in judopak op de mat verschijnen. Wordt er voldoende aandacht besteed aan valbreken wanneer men één les de tijd krijgt om dit aan te leren? Kan men daarbij verantwoorde leerlijnen toepassen met de nodige verdieping in 7 lessen? Welke manier van lesgeven en beoordelen sluit het beste aan bij het opleidingsprincipe van de FSH?

3.2 Beginsituatie van de klas / school omschrijven (werkwijze, materialen, etc.)

Het oude vakwerkplan bewegingsvaardigheid van judo is twee jaar geleden door de vakgroep zelfverdediging samen met Marijke Slotboom beschreven. Doordat alle docenten parttime werken en omdat het moeilijk zo niet onmogelijk is gebleken om samen te komen, is er na twee vergaderingen en het mailen van alle bestanden die in omloop waren door Marijke het vakwerkplan ZLV beschreven. Dit vakwerkplan bestond eigenlijk al, maar is beter verwoord en staat ook daadwerkelijk op papier voor BWV, methodiek en beoordelingsnormen. Dit is al een grote vooruitgang. Vorig jaar is door Jennie Pouwels het nieuwe document vakdidactiek zelfverdediging herschreven voor de voltijd studenten, waaronder judo. Daarover heb ik tijdens de hei dag van gedachte gewisseld met Jennie. Ik heb het deeltijd programma vakdidactiek zelfverdediging herschreven, inclusief de beoordelingscriteria, waaronder judo. Daarbij is de overgang gemaakt van 6 naar 4 blokken. Nu is de tijd rijp om dit tegen het licht te houden om te kijken wat goed is en wat er verbeterd kan worden. Daarnaast wil ik door een behoefte onderzoek onder de voltijd studenten meten hoe de judolessen ervaren worden en wat de behoefte is onder de eerstejaars voltijd studenten voor het geven van goede en verantwoorde lessen judo in het onderwijs. Daarbij wil ik de visie meenemen van de huidige judo docenten en bestaande judo literatuur.

3.3 Factoren die van invloed kunnen zijn op het onderzoek

Tijdsfactor: 1 september 2012 – 1 februari 2013.

Medewerking van FSH en studenten aan het onderzoek

Medewerking en beschikbaarheid van judo docenten op de FSH aan het onderzoek.

Literatuur studie m.b.t. judo in het onderwijs.

4. Formuleren onderzoeksvraag

Ik onderzoek welke didactische werkvorm voor vakdidactiek judo beter is voor eerstejaars voltijd studenten lichamelijke opvoeding aan de Fontys sporthogeschool, omdat ik wil weten of de traditionele manier van lesgeven of de spelgerichte werkvorm zorgt voor een hoger beoordelingscijfer met als doel het onderwijsplan van de FSH naar een hoger niveau te tillen.

'Welke didactische werkvorm, techniek of spelgericht judo, sluit beter aan bij de visie van Fontys sporthogeschool op judolessen in het onderwijs?'

Deelvragen:

Welke didactische werkvorm, techniek of spelgericht judo, zorgt voor een hoger beoordelingscijfer bij de eerstejaars voltijd studenten docent lichamelijke opvoeding aan Fontys sporthogeschool?

Wat denken de studenten over de toepasbaarheid van, techniek of spelgericht, judo in de beroepspraktijk?

De meting:

- Cijfers voor en aan het einde van het blok.
- Behoeftte onderzoek vooraf en achteraf, de beoordeling van de lessen onder eerstejaars voltijd studenten docent lichamelijke opvoeding aan de Fontys sporthogeschool.

5. Zoektermen en/of experts

5.1 Kernwoorden die gerelateerd zijn aan het onderwerp

Nederlands:

Productgericht onderwijs en procesgericht onderwijs, opleidingsconcept, zelfverdediging, lichamelijke opvoeding, legitimering, judo, weerbaarheid, vechtsporten, stoeien

Engels:

Didactics, theory of education, physical education, physical training, self-defence, romp, rollick, caper, active education of movement, teaching judo.

5.2 Mensen uit werkveld die ervaring hebben met het onderwerp

Experts uit de vakgroep zelfverdediging:

Clara Stahlie

Riny Ortman

Andere experts:

Jennie Pouwels

Marijke Slotboom

Gertjan van Dokkum

5.3 Literatuur

Onderzoek

- T.Kallenberg, B.Koster, J.Onstenk, W.Scheepsma, 2007 – *Ontwikkeling door onderzoek*

Didactische werkvormen

- D.Behets, 2006 - *Didactiek van het bewegingsonderwijs*. Leuven, Acco.
- G.Brinke e.a., 2007 - *Concretisering van de kerndoelen Bewegen en Sport*. Enschede, SLO.
- T.Houtveen e.a., 2008 - *De begeleiding van startende leraren in het voorgezet onderwijs en basisonderwijs*. Den Haag, Sectorbestuur Onderwijs.
- R.Kolman, 2003 - *Actief leren bewegen. Didactiek en praktijk*.
- M.Mosston, 1986 - *Teaching Physical Education*.
- H.Stegeman en K.Faber (red.) , 1998 – *Onderwijs in beweging*
- J. Valstar, 1996 - *De uitdaging van het constructivisme. Enkele onderwijskundige kanttekeningen bij de verschuiving van productgericht onderwijs naar procesgericht onderwijs*.
(<http://www.elkedagleren.nl/didactiek%20overig/DE%20UITDAGING%20VAN%20HET%20CONSTRUCTIVISME.doc>, 31 augustus 2012)

Visiestukken

- H.Bax, G.Van Driel e.a., 2011 – *Beroepsprofiel leraar lichamelijke opvoeding*
- C.Mooij, I.Prins, 2011 - *Human Movement and sport in 2028, een blik in de toekomst van lichamelijke opvoeding/bewegingsonderwijs en sport op school*
- N. van Veldhoven, oktober 2008 – *Olympisch vuur in Nederland, aangestoken door NOC*NSF, Olympisch plan 2028, visiedocument 'Maatschappelijke waarde van sport', thema opvoeding en onderwijs blz.21 t/m 34.*

Vak inhoudelijk

- J.Bloem en R.van Toorn, 2008 – *FUNDamentals-Het creëren van een sociaal-pedagogisch vechtsportklimaat*
- D.Boersma, 2008 – *Alles over judo*
- G.ten Brinke, B.Brouwer, D.Houthoff, M.Massink, C.Mooij, G.van Mossel ea., 2007 - *Basisdocument, bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs*
- T.Daigo, 2005 – *Kodokan judo throwing techniques (Engels)*
- J.Kano, 1986 – *Kodokan Judo (Engels)*
- K.Kashiwazaki, 1997, 2000, 2004 – *Osae-komi (Engels)*
- U.Klocke, 1997, 1999 – *Judo lernen (Duits)*

- M.Korn, 2009 – *Budo-spiele für alle Kampfsportarten (Duits)*
- Y.Lotens, 2004 – *Opvoeden door stoeien, bewegingsopvoeding, tolerantie en sociaal gedrag, spel- en lessuggesties*
- Y.Lotens, 2005 – *Vallen en opstaan, val oefeningen voor kinderen, leren voor later*
- J.Middelkamp, 1998 – *Judo als spel*
- K.Mifune, (1960-Japan)-2004, *The canon of judo, classic teachings on principles and techniques (Engels)*
- C.Mooij red., 2007 – *Judo Bond Nederland, kennismaken met judo, hoe kan judo geïntroduceerd worden op scholen in het kader van sportkennismakingslessen (+ DVD)*
- C.Mooij, M.van Berkel en C.Hazelebach (red.), 2004 – *Basisdocument, bewegingsonderwijs voor het basisonderwijs*
- N.Sato, 1989 – *Ashi-waza (Engels)*
- D.Scott, 2008 – *Judo games (Engels)*
- M.Theeboom, E.Verheyden, 2010 – *Vechtsporten met een +, extra kansen voor kwetsbare jongeren*
- Y.Yamashita, 1991, 1997, 2001 – *O-soto-gari (Engels)*

DVD

- P.Gardiner, 2007 - *101 judo games*

"Education. There is nothing greater in the world. The moral education of one person extends to 10,000 people. The education of one generation spans one hundred generations."
(Kano & Murata, 2005)

II. Praktijkonderzoek - tussenproduct B Literatuuronderzoek

Maurice Orth

D3 Student Fontys sporthogeschool

Student nummer 2136383

Het kerndoel van het bewegingsonderwijs in Nederland is om alle leerlingen te stimuleren tot een zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur (Stichting Leerplan Ontwikkeling, 2012). Hieraan zijn voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs vier beweegsleutels gekoppeld. Bewegen verbeteren, bewegen regelen, gezond bewegen en bewegen beleven (Brinke, Brouwer e.a., 2007). Bewegen verbeteren omvat het kennis maken met nieuwe of verbeteren van bekende bewegingsvormen en de eigen mogelijkheden onderzoeken. Bij bewegen regelen leren de leerlingen eenvoudige regeltaken uit te voeren. Door gezond bewegen ondervinden leerlingen hoe men fitter wordt door bewegen. Door bewegen te beleven raken leerlingen betrokken bij de lessen en kunnen ze hun eigen ontwikkeling waarderen, waarbij men sociaal met elkaar en de leefomgeving omgaat.

Fontys sporthogeschool heeft als doel het bieden van uitstekend kwalitatief onderwijs om studenten te ontwikkelen tot beginnende zelfstandige professionals binnen het vakgebied sport en bewegen (Van Dokkum, 2012). De beroepspraktijk staat centraal in de opleiding en is leidend voor alle onderwijs leeractiviteiten en toetsing (Van Dokkum, 2012).

Binnen de lessen vakdidactiek worden bewegingsvaardigheden verbeterd, methodieken aangeleerd en praktisch invulling gegeven aan de vier beweegsleutels (Bosch, 2010; Van Dokkum, 2012). Bij de lessen vakdidactiek zelfverdediging, het onderdeel judo, wordt voor de 'sports and education' klassen in de studiehandleiding niet de visie van zelfverdediging beschreven. Wel worden beschreven welke technieken en spelvormen behandeld zullen worden en de toetscriteria (FSH, 2012). De docent judo heeft vrijheid in de toe te passen didactische werkvormen. Met didactische werkvormen wordt bedoeld 'de manier waarop de docent de onderwijsleersituatie vorm geeft' (Kerpels, Van Dijk en Karels, 2013).

In de literatuur over judo ziet men een verandering van inzicht in het lesgeven van techniek naar een spelgerichte benadering (Middelkamp, 2011; Korn, 2009; Scott, 2008). Technisch judo naar speljudo.

Technisch judo omvat voornamelijk twee beweegsleutels, bewegen verbeteren en gezond bewegen. Bij bewegen verbeteren staan judotechnieken, worpen en controletechnieken centraal, waarbij men deze tracht perfect uit te voeren. In deze vaste oefensituatie worden judotechnieken losgemaakt van de omgeving en staan daardoor op zichzelf (Middelkamp, 2011; Bosch, 2010; Leysen, 2008). Bij deze vaste manier van trainen wordt directe instructie toegepast waarbij de docent de leerling observeert en corrigeert. De leerlingen worden afhankelijk van de docent waardoor probleemoplossend denken niet wordt gestimuleerd (Bosch, 2010; Morris & Summers, 2004).

Leerlingen nemen aanwijzingen bovendien niet meer automatisch aan, de autoriteit van een docent is daardoor niet meer niet langer vanzelfsprekend (Brouwer, Aldershof, e.a. 2011).

Judotechnieken zijn motorisch zeer complex, het is belangrijk dat de leerlingen begrijpen in welke volgorde de handelingen moeten worden uitgevoerd, om tot een goed eindresultaat te komen in het maken van een worp of het toepassen van grondtechniek (Bosch, 2010).

Speljudo onderscheidt zich door dieper in te gaan op alle vier de beweegsleutels.

Bij speljudo vindt bij bewegen verbeteren de techniekscholing in het spel plaats, daarbij biedt een judotechniek een oplossing voor een spelprobleem (Middelkamp, 2011; Leysen, 2008; Scott, 2008). Door de niet vaststaande open spelsituatie heeft men een bepaalde vrijheid van spelen. Speljudo biedt meer mogelijkheden om een techniek op verschillende manieren toe te passen. Tijdens speljudo neemt de judoka waar door sensoriek en stelt de judoka de motoriek bij waardoor hij de judotechnieken aanpast aan de omgeving, eigen vaardigheid versus de vaardigheid van de tegenstander en de ruimte op de mat (Bosch, 2010; Mifune, 2004; Magill, 2007).

Door speljudo bereikt men eerder een gewenst leerresultaat: men kan tijdens het judospel sneller beschikken over parate kennis op het gebied van motorische vaardigheden. Dit leerresultaat bereikt men eerder dan bij techniektraining, waar tijdelijke kennis over motoriek wegzakt en men niet weet hoe men met de veranderende omgeving de technieken moet toepassen (Bosch, 2010; Leysen, 2008;

Magill, 2007). Een kanttekening die Turner en Martinek (1995) daarbij maken is dat het rendement pas zinvol is na een lesperiode van meer dan zes weken.

Gezond bewegen zorgt bij zowel technisch als speljudo voor het verkrijgen of behouden van optimale gezondheid (Wilmore & Costill, 2004; Korn, 2009). Kracht, lenigheid, uithoudingsvermogen, coördinatie, snelheid, reactiesnelheid en creativiteit worden positief ontwikkeld waardoor men vitaler en fitter wordt (Brinke, Brouwer e.a., 2007; Lotens, 2004). Daarnaast worden valtechnieken aangeleerd om veilig te kunnen vallen bij het maken van worpen. Valbreken is de ziel van judo. Als men veilig kan valbreken kan men veilig judoën (Kano, 2005; Lotens, 2005).

Bij bewegen beleven gaat het erom hoe men de judolessen ervaart, gericht op bewegen en betrokkenheid bij de les (Brinke, Brouwer e.a., 2007; Lotens 2004). Uit onderzoek van Van Belzen (2003) blijkt dat judo een positieve bijdrage kan leveren aan zelfvertrouwen en zelfbeheersing en dat het kunnen uitleven binnen de les belangrijk is om spanning kwijt te raken. Doordat men dit voelt en ervaart, gaat het bewegen leven bij de judoka. Men raakt door de interactie tijdens de judo spelvormen betrokken bij de les en ervaart hierdoor de eigen ontwikkelingsmogelijkheden. Wanneer men ingaat op uitdagingen gevraagd door leerlingen, stijgt de motivatie van de leerlingen (Morris & Summers, 2004).

Bij technisch judo kijkt men niet naar emotie, maar naar de perfecte techniek. Daarbij kan men wel tevreden zijn als dit lukt.

Bewegen regelen omvat het veilig leggen van de mat en spelregels kunnen begrijpen, uitvoeren, uitleggen en een rol als scheidsrechter kunnen vervullen (Brinke, Brouwer e.a., 2007; Korn, 2009). Tijdens de judo spelvormen leren de leerlingen om te gaan met judoregels waarbij ze zelfstandig deelnemen en leren hoe om te gaan met elkaar, waardoor de veiligheid wordt gegarandeerd. Leerlingen ontwikkelen zich op cognitief gebied: leren van regels, sociaal omgaan met elkaar en op mentaal vlak, omgaan met eigen kunnen (Brinke, Brouwer e.a., 2007; Lotens 2004).

Binnen de spelsectie op FSH is men, na het uitkomen van het boek 'What's in a game' van Leysen (2004), overgestapt van vakdidactisch lesgeven, gebaseerd op techniekscholing, naar spel didactisch lesgeven, waarin het proces van leren centraal staat.

De vraag is of dit ook toegepast zou kunnen worden binnen zelfverdediging door middel van spel judo en de huidige beoordelingscriteria.

Dit levert de volgende onderzoeksvraag op:

'Welke didactische werkvorm, technisch- of speljudo, zorgt voor een hoger beoordelingscijfer bij de eerstejaars voltijd studenten docent lichamelijke opvoeding aan Fontys sporthogeschool?'

Literatuurlijst en bronvermelding

- Belzen, T. van (2003). *Invloed van judo op sociale competenties, doctoraalscriptie pedagogiek*. Geraadpleegd op 2012, 12 oktober, <http://www.schoolsstoeien.nl/ScriptieSociaalCompetentdoorjudo.pdf>
- Bosch, F. (2010). *Hand-outs motorisch leren*. Fontys sporthogeschool.
- Brinke, G. ten, Brouwer, B., Houthoff, D., M.Massink, C.Mooij, G.van Mossel ea.(2007). *Basisdocument, bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs*. Jan Luiting Fonds.
- Brouwer, B., Aldershof, A., Bax, H., Berkel, M. van, Dokkum, G. van, Mulder, M.J.,Nienhuis, J. (2011). *Toekomstvisie Human Movement & Sport in 2028*. SLO (nationaal expertisecentrum leerplanontwikkeling)
- Dokkum, van G. (2012) *Hoofdpijnen opleidingsconcept Fontys sporthogeschool 2012*. Fontys sporthogeschool.
- Fontys sporthogeschool (9 oktober 2012). N@tschool. *Handleiding en beoordelingscriteria van de lessen vakdidactiek judo voor de eerstejaars studenten FSH S&E*. Fontys sporthogeschool. Geraadpleegd op 2012, 9 oktober, <http://elo.fontys.nl>
- Kano, J. (2005), samengesteld door Murata. N. *Mind over muscle*. Kodansha.
- Kerpels, Van Dijk, Karels red. (2013), *didactische werkvormen*. Geraadpleegd op 2013, 5 mei <http://wij-leren.nl/didactische-werkvorm.php>
- Korn, M. (2009). *Budo-spiele für alle Kampfsportarten*. Pietsch.
- Leysen, H. (2008). *What's in a game? Spelddidactische verkenningen*. Acco.
- Lotens, Y. (2004). *Opvoeden door stoeien*. Elmar.
- Lotens, Y. (2005). *Vallen en opstaan*. Elmar.
- Magill, R. (2007). *Motor learning and control: Concepts and applications*. McGraw-Hill.
- Middelkamp, J. (2011) *Judo als spel*. Jan Luiting Fonds.
- Mifune, K. (2004). *The canon of judo*. Kodansha.
- Morris, T. & Summers, J. (2004). *Sport Psychology*. Milton: John Wiley & Sons.
- Scott, D. (2008). *Judo Games*. Derek Scott.
- Stichting Leerplanontwikkeling. *De vier sleutels van bewegen*. Geraadpleegd op 2012, 27 maart, <http://bewegingsonderwijs.slo.nl/voortgezet/vmbo/instrumenten/leerlijnen/>, <http://bewegingsonderwijs.slo.nl/voortgezet/tweedefase/instrumenten/leerlijnen/> SLO.
- Turner, A. & Martinek, T. (1995) *Teaching for understanding.: A model for improving decision making during game play*. Quest, 47, 44-63.
- Wilmore, J. en Costill (2004). *Inspannings- en sportfysiologie*. Elsevier.

III. Praktijkonderzoek - tussenproduct C Opzet van onderzoek

Naam student: Maurice Orth
Studentnummer: 2136383
Studiejaar: Deeltijd 3 Fontys sporthogeschool (FSH)

Onderzoeksvraag

Binnen de spelsectie op de FSH is men, na het uitkomen van het boek 'What's in a game' van Leysen (2004), overgestapt van vakdidactisch lesgeven, gebaseerd op techniekscholing, naar spel didactisch lesgeven, waarin het proces van leren centraal staat. Ook bij judo ziet men in de literatuur de verschuiving van vakdidactisch lesgeven gebaseerd op techniekscholing, naar spel didactisch lesgeven (Middelkamp, 2011; Korn, 2009; Scott, 2008). De vraag is of deze verandering ook wenselijk zou zijn voor de sectie zelfverdediging, met name judo, op de FSH.

Dit levert de volgende onderzoeksvraag op:

'Welke didactische werkvorm, technisch- of spelgericht judo, zorgt voor een hoger beoordelingscijfer bij de eerstejaars voltijd studenten docent lichamelijke opvoeding aan Fontys sporthogeschool?'

Met didactische werkvormen wordt hier bedoeld 'de manier waarop de docent de onderwijsleersituatie vorm geeft' (Kerpels, Van Dijk, Karels red., 2013). Er kan gekozen worden voor technisch- of spelgericht judo. Bij technisch judo staat de techniektraining buiten het judo spel. Bij spel judo vindt de techniekscholing in het spel plaats (Leysen, 2008, Middelkamp 2011).

Doel van het onderzoek

Met de uitkomst van dit onderzoek wil de onderzoeker aantonen welke didactische werkvorm (technisch- of spelgericht judo) scholieren vaardiger en enthousiaster maakt in de praktijksituatie in het onderwijs. Met de resultaten van dit onderzoek verwacht de onderzoeker te kunnen onderbouwen welke didactische werkvorm (technisch- of spelgericht judo) beter past in het onderwijs. Daarnaast kan met de uitkomst het onderwijsprogramma met betrekking tot judo aangepast worden. De judodocenten van FSH kunnen met de uitkomsten van dit onderzoek de toegepaste didactische werkvorm en wijze van toetsen beter legitimeren.

Onderzoekspopulatie

De onderzoeksgroep bestaat uit voltijd studenten docent lichamelijke opvoeding 2012-2013 van Fontys sporthogeschool, 'sports and education', Theo Koomenlaan 3, Eindhoven. De controlegroep is klas 1A bestaande uit 3 vrouwen en 26 mannen (totaal 29 studenten), de interventiegroep is klas 1E bestaande uit 7 vrouwen en 26 mannen (totaal 33 studenten).

De vakdocent zelfverdediging van zowel de controlegroep als de interventiegroep is Clara Stahlie. Deze twee klassen zijn gekozen uit een totaal van vijf klassen. De praktische reden om voor deze twee klassen te kiezen is omdat de lestijden van deze twee klassen plaatsvinden op het moment dat de onderzoeker zelf geen les hoeft te geven op zijn eigen judoschool.

Ontwerp en uitvoering

Tijdens een lessenreeks van vier weken (de eerste vier weken judo onderwijs) wordt het onderzoek in de twee gekozen klassen uitgevoerd, namelijk in de controle- en de interventiegroep. De interventiegroep volgens spel judo. De controlegroep krijgt les volgens technisch judo. De studenten worden aan het begin van de eerste les door de onderzoeker geïnformeerd dat hij vier weken les gaat geven en observeren in het kader van dit onderzoek. Om beïnvloeding te voorkomen worden de studenten niet geïnformeerd over de inhoud van het onderzoek, en of zij deel uitmaken van de controle- of interventiegroep.

De lessen worden, inclusief bronvermelding, uitgeschreven op lesvoorbereidingsformulieren zoals die gehanteerd worden door Fontys sporthogeschool. De lessen zijn voorbereid vanuit de technische of spel gerelateerde visie op judo. Daardoor is het mogelijk om exact dezelfde lessen te geven bij een eventueel heronderzoek, zie bijlage 1 t/m 8 (LVB PO).

Voordat men start met het onderzoek wordt aan de studenten gevraagd of zij ervaring hebben met judo. De ervaren studenten worden buiten de meting gehouden, op deze manier krijg je een eerlijke vergelijking tussen beide klassen.

De controle- en interventiegroep worden volledig beoordeeld, echter wordt per student een van de drie aangeleerde technieken beoordeeld, dit betekent dat ongeveer 33 % van de groep op techniek 1 (o-soto-gari) wordt beoordeeld, ongeveer 33 % op techniek 2 (de-ashi-barai) en ongeveer 33 % op techniek 3 (o-goshi). Dit omdat het binnen de beschikbare lestijd niet mogelijk is om alle studenten op

alle technieken te beoordelen.

Na afloop van de vier lessen wordt aan de studenten gevraagd om een cijfer (0 t/m 10) en een toelichting hierbij te geven over de gevolgde judolessen om zo de beleving te meten.

Planning (2012/2013)

Week	Activiteit
44	Gesprek met vakdocent zelfverdediging over opzet onderzoek (Clara Stahlie)
45	Inleveren product B
46	Inleveren product C
47	Les 1: Nulmeting controlegroep en interventiegroep. Uitleg van twee principes van judo: gebruik maken van de energie van de ander (seiryoku zenyo) en algemeen voorspoed en welzijn (jita kyoei), (Kano, 2005). Valbreken (ukemi) en balans verstoren (kuzushi).
48	Les 2: Valbreken, worp o-soto-gari (groot buitenwaarts maaien), houdgreep kesa gatame (sjerp controle), herhalen les 1.
49	Les 3: Valbreken, worp de-ashi-barai (voorst voet vegen), houdgreep yoko-shiho gatame (zijwaarts vier punten controleren), herhalen les 1 & 2.
50	Les 4: Valbreken, worp o-goshi (grote heupworp), houdgreep tate-shiho-gatame (bovenzijde vier punten controleren), herhalen les 1 t/m 3.
51	Nameting controlegroep + interventiegroep
52	Kerstvakantie
01	Kerstvakantie
02	Verwerking gegevens

De lesinhoud die wordt gehanteerd omvat de lesstof die beschreven staat in de periodeplanning van vakdidactiek judo op FSH.

Meetinstrumenten

In dit onderzoek is gebruik gemaakt van twee meetinstrumenten.

Meetinstrument één, bij dit onderzoek wordt ervoor gekozen om het bestaande observatieschema van vakdidactiek judo te gebruiken als meetinstrument. De beoordelingscriteria zijn opgesteld door FSH (2012) voor eerstejaars studenten 'sports and education'. Dit schema wordt gehanteerd voor de observatie en beoordeling van de judo vaardigheden van studenten FSH. De studenten worden beoordeeld in halve cijfers van 0 t/m 10, zie bijlage 9 (Beoordeling vakdidactiek judo).

Meetinstrument twee bestaat een evaluatievraag aan studenten ' Welk cijfer (0 t/m 10) zou je de judolessen geven? Waarom?' Dit is gebruikelijk bij FSH na de lessenreeks.

Betrouwbaarheid

Voor de start van het onderzoek is aan de studenten gevraagd of zij al ervaring hadden met judo. De ervaren studenten zijn buiten de meting gehouden, omdat zij de uitslag van de meting zouden kunnen beïnvloeden door hun judo ervaring. Studenten die uitvielen of ziek waren zijn ook buiten de meting gehouden. Om beïnvloeding te voorkomen zijn de studenten niet geïnformeerd over de inhoud van het onderzoek.

De lessen werden gegeven en de beoordeling werd gedaan door een ervaren judoleraar B, tevens oud docent van FSH. De lessen zijn gegeven in dezelfde sportzaal en op dezelfde judomatten. De beoordeelde studenten hebben een toelatingsexamen gedaan om aan te tonen of ze vaardig genoeg zijn om toegelaten te worden op de FSH. Hierdoor heeft men minimaal dezelfde ondergrens aan motorisch en cognitief niveau.

Op de lesvoorbereidingsformulieren zijn de geraadpleegde bronnen van technisch of speljudo vermeld, zodat men dit kan gebruiken bij een mogelijk vervolgonderzoek.

De beoordelingscriteria in dit observatieschema zijn betrouwbaar doordat deze zijn opgesteld door FSH (2012) en worden gebruikt voor beoordeling van eerstejaars studenten 'Sports & Education'. De beoordelvraag van de lessen is valide omdat deze methode vergelijkbaar is met de bestaande enquêtevraag na de lessen op FSH.

Literatuurlijst en bronvermelding

- Boersma, D. (2008). *Alles over judo*. Rijswijk, Nederland: Elmar.
- Bosch, F. (2010). *Hand-outs motorisch leren*. Tilburg, Nederland: Fontys sporthogeschool.

- Daigo, T. (2005). *Kodokan judo throwing techniques*. Tokyo, Japan: Kodansha.
- Dokkum, van G. (2012) *Hoofdpijnen opleidingsconcept Fontys sporthogeschool 2012*. Eindhoven, Nederland: Fontys sporthogeschool.
- Fontys sporthogeschool (9 oktober 2012). N@tschool. *Handleiding en beoordelingscriteria van de lessen vakdidactiek judo voor de eerstejaars studenten FSH S&E*. Eindhoven, Nederland: Fontys sporthogeschool. Geraadpleegd op 2012, 9 oktober, <http://elo.fontys.nl>
- Gardiner, P. (2007). *DVD 101 Judo games*. Bistol, UK: Fighting Films.
- Inokuma, I., Sato, N. (1979) *Best judo*. Tokyo, Japan: Kodansha.
- Kano, J. (1994), samengesteld door Yamashita, Y., Isogai, H., Nagaoka, S., Mifune, K., Samora, K., Kotani, S. e.a. *Kodokan judo*. Tokyo, Japan: Kodansha.
- Kano, J. (2005), samengesteld door Murata, N. *Mind over muscle*. Tokyo, Japan: Kodansha.
- Kerpels, Van Dijk, Karels red. (2013), *didactische werkvormen*. Geraadpleegd op 2013, 5 mei <http://wij-leren.nl/didactische-werkvorm.php>
- Korn, M. (2009). *Budo-spiele für alle Kampfsportarten*. Stuttgart, Deutschland: Pietsch.
- Leysen, H. (2008). *What's in a game? Speldidactische verkenningen*. Leuven, België: Acco.
- Lotens, Y. (2004). *Opvoeden door stoeien*. Rijswijk, Nederland: Elmar.
- Lotens, Y. (2005). *Vallen en opstaan*. Rijswijk, Nederland: Elmar.
- Middelkamp, J. (2011) *Judo als spel*. Zeist, Nederland: Jan Luiting Fonds.
- Mifune, K. (2004). *The canon of judo*. Tokyo, Japan: Kodansha.
- Scott, D. (2008). *Judo Games*. Lavergne, TN, USA: Derek Scott.
- Stichting Leerplanontwikkeling. *De vier sleutels van bewegen*. Geraadpleegd op 2012, 27 maart, <http://bewegingsonderwijs.slo.nl/voortgezet/vmbo/instrumenten/leerlijnen/>, <http://bewegingsonderwijs.slo.nl/voortgezet/tweedefase/instrumenten/leerlijnen/> SLO.
- Yamashita, Y. (1997) *Osoto-gari*. London UK: Ippon books.
- Yamashita, Y. (1999) *The fighting spirit of judo*. London UK: Ippon book